

いずみ

ご自由にお持ちください



地方独立行政法人
筑後市立病院

vol.27
秋号 / 2018



【病気のお話】

●胃がんのお話 ●胃がんの手術療法

- お薬手帳って何？
- 安全に手術を受けていただくために ～手術室での取り組み～
- 子供が誤って物を飲み込んだ時の対応

●いずみけいじばん

- ・健康と食育の祭典
- ・第1回地域公開講座

ピックアップ

- ・ねえねえ はね丸くん♪
- ・暮らしに活かせる元気のツボ
- ・きらり☆スタッフ
- ・美味しく元気に

地域公開講座「下肢静脈瘤って？」を開催します！(▶詳細はP14)



いずみ

27

いずみ vol.27

2018 秋号

2018年11月発行 発行責任者/地方独立行政法人筑後市立病院 理事長 吉田正 編集担当/事務局・経営企画室

外来診療の ごあんない

- 受付時間 【月～土曜日】8時15分～11時30分(診療開始/8時30分～)
- 休 診 日 【日曜日・祝日・第3土曜日・お盆(8月15日)・年末年始(12月30日～1月3日)

※ただし、救急患者は随時受け付けています。
※下記の外来診療医師一覧は2018年11月1日時点のものになります。

診療科	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内科	新患:内科総合 消化器内科 新患 再来	梶原 雅彦 小野 典之 小林 哲平	小野 典之 相野 一 白地 美紀	小野 典之 相野 一 南 真平	担当医 白地 美紀 田中 寛士	担当医 担当医 担当医
	呼吸器内科	富岡 竜介 南野【大学】	時澤【大学】	富岡 竜介 中尾【大学】	石井【大学】	—
	内分泌・代謝内科	吉満【大学】	原 健人(～10時) 河野【大学】(10時～)	原 健人	吉満【大学】	原 健人
	循環器内科	大内田 昌直	吉村 彩子	折田【大学】 梅井 秀和	梅井 秀和	大内田 昌直
	腎臓内科	—	花井 麻友子	—	花井 麻友子	—
	血液内科	—	—	—	—	中村【大学】
	小児科	磯岡 藍子	磯岡 藍子	担当医	磯岡 藍子	磯岡 藍子
神経発達症外来 【お問合先】小児科外来	—	—	中島 正幸 (完全予約) 第3水曜日除く(※)	—	—	—
放射線科	城野 奈穂美 温 友美	城野 奈穂美 温 友美	城野 奈穂美 温 友美	城野 奈穂美 温 友美	城野 奈穂美 温 友美	久留米大学医師
外科	吉田 正充 勝本	中野 昌彦 友枝 博 (血管外科)	中野 昌彦 野口 堯志	松尾 英生 勝本 充	吉田 正充 野口 堯志	松尾 英生 友枝 博(血管外科) 大塚【大学】 (不定)(※)
脳神経外科 【お問合先】外科外来	久留米大学医師 午前診療(※) (受付11時30分迄)	—	—	—	—	—
整形外科	井上 貴司 小倉 友介 大本【大学】	中村 英智 白石 絵里子 田原 慎太郎	吉田 健治 (手の外科専門) 小倉 友介	中村 英智 白石 絵里子	井上 貴司 田原 慎太郎	中村 英智 (土曜:小児整形専門) 白石 絵里子 瓜生【大学】 (不定)
麻酔科	—	—	入江 将之 (パインクリニック)(※)	—	—	—
産婦人科	久留米大学医師 (※)	葉 清 泉	葉 清 泉 葉師寺 道明(※)	葉 清 泉	葉 清 泉 葉師寺 道明(※)	—
耳鼻咽喉科	久留米大学医師	—	久留米大学医師	中島 格 (完全予約)(※)	久留米大学医師	久留米大学医師
泌尿器科	渡辺 晃太	渡辺 晃太	渡辺 晃太	渡辺 晃太 末金【大学】	渡辺 晃太	久留米大学医師
眼科	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子

(※):事前に各科外来(午前中)にお問い合わせください。
●上記内容は医師の学会出張などで変更することがあります。詳しくはお問い合わせください。

小児救急外来 八女筑後医師会の小児科医、内科医

- 夜間小児救急 【診療日】 毎週月～金曜日 ※ただし、祝・休日、お盆、年末年始は除きます。
【診療時間】 19時～22時(受付:21時30分まで)

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
実施病院	公立八女 総合病院	筑後市立病院	公立八女 総合病院	筑後市立病院	公立八女 総合病院	—

- 休日診療小児救急 第2・4日曜日:筑後市立病院 第1・3・5日曜日:祝日:公立八女総合病院
【診療時間】 9時～15時(受付:14時30分まで)



禁煙のお願い

筑後市立病院は館内禁煙となっております。ご理解とご協力をお願いいたします。

地方独立行政法人 筑後市立病院
〒833-0041 福岡県筑後市大字和泉917-1
TEL.0942-53-7511

<https://www.chikugocity-hp.jp/>



当病院のホームページへは、上のQRコードからもアクセスできます。

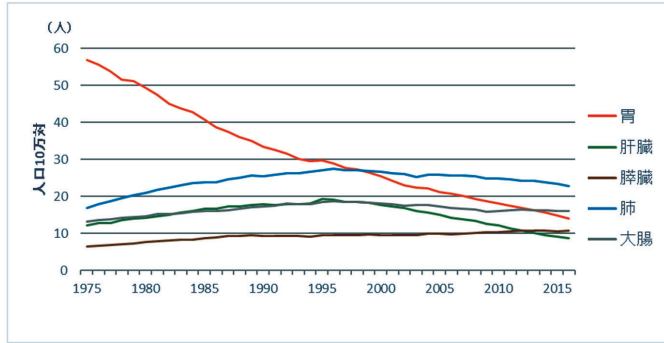
基本理念
生涯研修・生涯奉仕

○地域と連携を深め、中核病院としての機能充実をはかります。
○生涯研修の精神で、常に自己研鑽に励み、高度な先進的・最適医療を実践します。
○人格を尊重し、博愛と生涯奉仕の精神で信頼と安心が得られる医療を提供します。

基本方針
かかってよかった病院
あってよかった病院
働いてよかった病院

ソフト
ドリンク 1杯
無料クーポン
期間中何度でも使用できます。

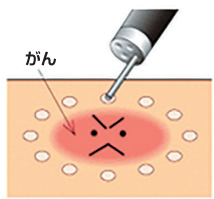
図3 部位別 年齢調整死亡率(全国推計値) 年次推移【男女計、全年齢】



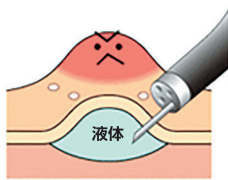
資料:国立がん研究センターがん対策情報センター
Source:Center for Cancer Control and Information Services,
National Cancer Center,Japan

図5 内視鏡的粘膜下層剥離術 (ESD:Endoscopic Submucosal Dissection)

(1)マーキング
内視鏡を胃の中に入れ、病変の周辺に
切り取る範囲の目印をつける



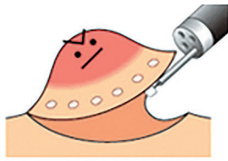
(2)局注
粘膜下層に薬剤を注入して
浮かせた状態にする



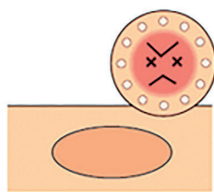
(3)切開
マーキングを切り囲むようにナイフで
病変部の周囲の粘膜を切る



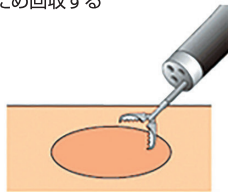
(4)粘膜下層の剥離(はくり)
専用ナイフで病変を少しずつ
慎重にはぎとる



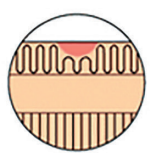
(5)切除完了
ナイフを使って最後まで剥離(はくり)する、
または最後にスネアで切り取る



(6)止血
切り取ったあとの胃の表面に止血処置を
施し、切り取った病変部は病理検査に
出すため回収する



(7)病理検査
切り取った病変は顕微鏡による組織検査をし、
根治しているかどうかの判断をする



画像引用:オリンパスおなかの健康ドットコム

内視鏡的治療

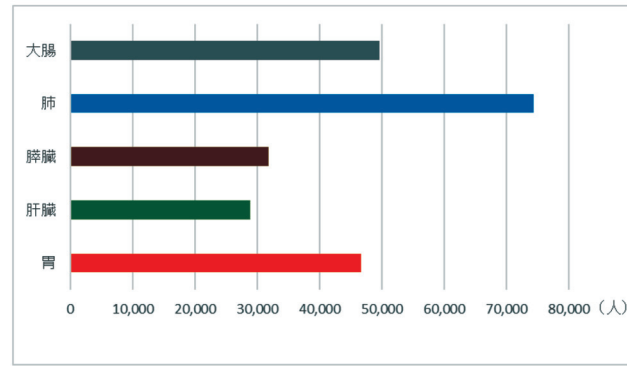
胃がんの内視鏡的治療の適応は、浅い部分(粘膜)に存在する早期胃がん(図4)が中心です。内視鏡的粘膜下層剥離術(図5)という治療方法がメインであり、粘膜の下からがんを薄く剥いでいく治療です。通常、内視鏡と、がん・非がんのより正確な診断ができるようになってきています。当院では、そのような精査可能な内視鏡を複数本常備していますので、健康診断の健診内視鏡でもそのまま精査を行なうことができる利点があります。

鏡と同様に静脈麻酔で施行され、入院期間も短い傾向にあります。手技は出血や穴があくことに注意して行なわれます。切除部位は人工的に胃潰瘍が形成されていますので、治療経過を確認しながら生活していただきます。最終的には顕微鏡で治療切除に至っているかどうかを判定し、必要時には追加治療(外科的切除)を行ないます。当院では年間に約2,100症例の上部消化管内視鏡検査、約50症例の胃粘膜下層剥離術を行なっております。安心して検査治療を受けていただけるように日々研鑽を積んでおります。何かお困りのことや質問があれば当科にご相談ください。

図4 早期胃がん



図1 部位別死亡数 2015年【男女計、全年齢】



資料:国立がん研究センターがん対策情報センター
Source:Center for Cancer Control and Information Services,
National Cancer Center,Japan

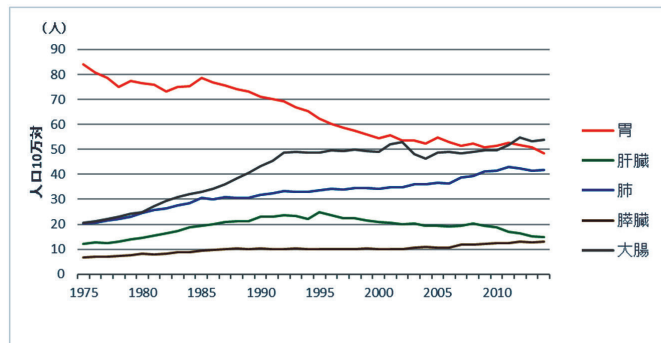
診断について

さて、胃がんの診断に関してのお話です。内視鏡での診断が中心で、近年は良好な画質に加えズーム機能なども備えた内視鏡があります。形や大きさだけでなく、粘膜面の微細な血管・構造の精査が可能となったこと

で、ピロリ菌の除菌治療が可能となりました。それにより現在は、胃がんになる患者さんを減らし、除菌後も内視鏡検査を1年に1回施行することで胃がんの早期発見に努めていくという、「救命を目的とした外科的治療の時代」から、「予防・早期発見の時代」に変遷してきています。

また、胃がん検診として600万件/年以上の胃レントゲン検診が実施されていますが、2014年に対策型胃がん検診として認可された内視鏡検診も徐々に増加してきています。そのような中、内視鏡でも発見に難渋することもある除菌後胃がんに関して今後は対応が必要になってきています。

図2 部位別 年齢調整罹患率(全国推計値)年次推移【男女計、全年齢】

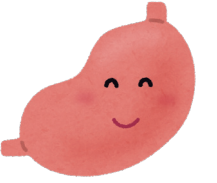


資料:国立がん研究センターがん対策情報センター
Source:Center for Cancer Control and Information Services,
National Cancer Center,Japan

予防・早期発見について

胃がん発症の高危険群と言われる慢性萎縮性胃炎の原因として、ヘリコバクター・ピロリ菌が挙げられます。2013年から胃カメラでの胃炎診断症例に対し

日本では、胃がんは肺がん、大腸がんに次いで死亡数が3番目に多いがん(図1)であり、2015年の胃がん死亡数は4.7万人で全がん死亡数の12.6%でした。胃がんは現在約13万人の罹患者がいますが、罹患・死亡率(図2・図3)は年々減少しています。胃がんのリスク減少および治療の改善が進んでいくことが理由と言えるでしょう。



胃がんのお話

病気のお話

消化器内科

みなみ しんべい
南 真平

【専門分野】
消化器一般

【資格・所属学会など】
・日本内科学会認定内科医
・日本内科学会
・日本消化器病学会
・日本消化器内視鏡学会



お薬手帳って何？

お薬手帳、持っていますか？お薬手帳は
処方された薬の名前や服用方法、服用回数などを
記録するためのものです。病院や診療所、歯科診療所、
薬局へ行く際は、毎回必ず持って行きましょう。
また、病院ごとに分けて何冊も作らず、1冊にまとめましょう。



お薬手帳の内容

●処方内容

調剤日/調剤薬局名/処方せん発行医療
機関名/薬剤名/薬剤の用法用量/日数/
ジェネリック医薬品か否かなど

●副作用歴

●アレルギー歴

●主な既往歴

お薬手帳を使うメリット

薬剤師は、患者さんが病院や診療所からもらっている薬について、薬の種類、飲んでいる期間、重複、飲み合わせ、副作用、アレルギーなどをお薬手帳で確認しています。その他、検査で造影剤を使用する時や、手術など出血を伴う時に服用を中止する薬も確認しています。患者さんはお薬手帳を使うことで、薬の飲み合わせや重複、副作用などのリスクを避けることができます。また、旅行や災害、急に具合が悪くなった時に、自分の薬の情報を正確に伝えることもできます。

入院の際にも手帳は必要です

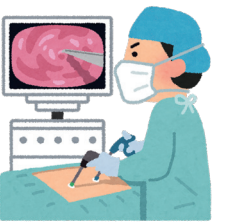
当院の薬剤室では、入院時にお薬手帳や患者さんが持参される薬で現在服用している薬を確認しています。また、退院時の薬の情報もお薬手帳に記載しますので、退院後かかりつけ薬局で薬をもらう際には、このお薬手帳を提出するようお願いいたします。すると、かかりつけ薬局の薬剤師の方も入院中の薬がわかり、継続したお薬チェックに役立てることができます。入院の際には、服用している薬と共に薬手帳を持参ください。

●薬の正しい服用時間

食 直 前	食事のすぐ前に	() 時間毎	決められた時間毎
食 前	食事の約30分前	食 間	食事の約2時間後
食 直 後	食事のあとすぐに	寝 る 前	寝る15～30分前
食 後	食事後30分以内	頓 服	必要に応じて



薬剤室オリジナルキャラクター



胃がんの手術療法

病 気 の
お 話

胃がんの手術療法の種類

胃がんに対する外科手術は最も有効な治療手段の一つです。根治的手術には定型手術、縮小手術、拡大手術があります。一方、胃がんからの出血や食事ができない狭窄症状を取り除くために胃がんの一部を切除したり、切除はせずに食べ物の通り道（バイパス）を作るといった手術は姑息手術と呼ばれます。

早期がんでも粘膜下層にまでがんが及んでいる場合や、未分化型がん、潰瘍を伴うがんなど、リンパ節などへの転移の可能性がある場合は、胃とリンパ節を切除する必要があります。

4種類（胃全摘術、幽門側胃切除術、噴門側胃切除術、胃部分切除術）の手術のうちどれになるかは、がんができた部位、がんの深達度、悪性度、リンパ節などへの転移の有無とその範囲によって決まります。また、手術の方法（術式）によって、切除するリンパ節の範囲が決まっています。

胃の切除範囲と再建方法

胃の上部にできたがんや、がんが胃の上部にまで広がっている場合は、基本的に胃を全て切除する胃全摘術が行なわれます。早期でも胃全摘術が必要になることがあります。

そして、胃を切除したあとに、食道と十二指腸や小腸（空腸）などをつないで食べ物の通り道（バイパス）をつくるといった再建術が、胃切除術と同時にに行なわれます。

手術法によって再建の仕方も変わります。また、同じ手術法でも再建法はいくつかあり、どのような再建術を行なうかは、手術後の後遺症（胃切除後症候群）ができるだけ少なくなるように考えて選択されます。とはいえ、どの再建術にも長所と短所があるので、手術の前に担当医の説明をよく聞くと同時に、食習慣など患者さん自身の事情を伝え、よく話し合うことが必要です。

腹腔鏡下手術

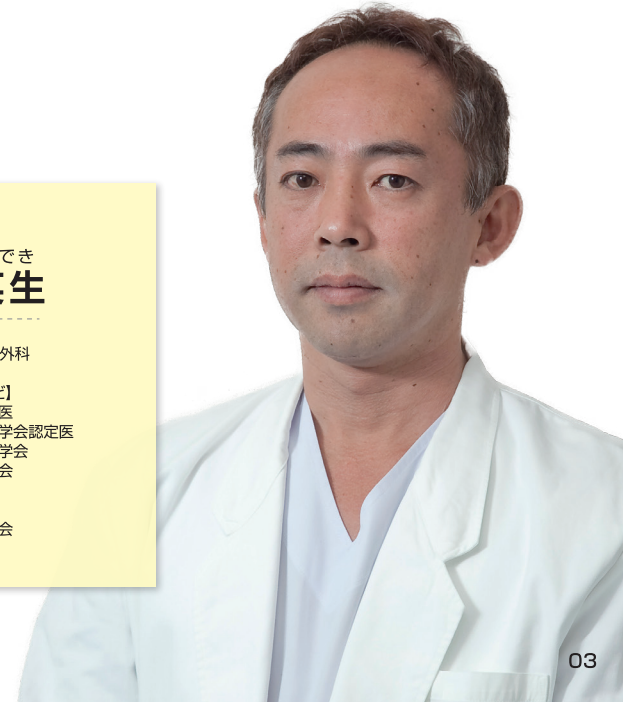
当科では、患者さんへの負担を最小限にするために、低侵襲手術である腹腔鏡下手術を積極的にこなしております。腹腔鏡下手術の利点は、①傷が小さく、痛みが少ない、②術中の出血が少ない、③腸管などの他臓器へ与える侵襲が少ない、④術後早期に回復し、入院期間が短く、早い社会復帰が可能などです。また、当科では3Dカメラを用いることで、拡大視された視野の下、さらに繊細で正確に安全な手術を行なうことができます。

外科 科長

まつお ひでき
松尾 英生

【専門分野】
胆管腫瘍外科、内視鏡外科

【資格・所属学会など】
・日本外科学会専門医
・日本静脈経腸栄養学会認定医
・日本消化器外科学会
・日本胆道外科学会
・日本胆道学会
・日本臨床外科学会
・日本腹部救急医学会



不安軽減 のための取組み

- 1 安心して手術を受けていただけるよう、手術前に患者さんの病室を訪問しています。直接お会いし、手術室で行なわれる処置についてパンフレットを用いて説明させていただき、患者さんに合ったより良い看護を提供していくことを心がけています。
- 2 少しでも患者さんの緊張や不安の軽減に繋がるよう、手術室内ではBGMを流しています。
- 3 心配して待たれているご家族に対しても、手術開始後に家族控え室を訪問し、手術の予定時間や進捗状況について説明後、不安や疑問の有無などの確認を行なっています。
- 4 お子さんが手術を受けられる場合は、保護者と共に入室し、麻酔がかかるまで付き添っていただける保護者同伴入室を取り入れています。
- 5 手術後にも訪問を行ない、患者さんが何を感じられたかを伺い、手術室での看護の改善に努めています。

中央滅菌材料室について

中央滅菌材料室では2台のウォッシャーディスインフェクターを配置、病棟や外来での一時洗浄を廃止し、洗浄・消毒を中央化しています。これにより、病棟や外来で汚染の拡散を防止すると共に、熟練したスタッフによる洗浄を行なうことで器材の品質管理向上へと繋がっています。また、洗浄後の器材滅菌は素材や用途に応じて高圧蒸気滅菌、低温プラズマ滅菌、エチレンオキシドガス滅菌から選択し、安全で確実な洗浄・滅菌を行なっています。



中央滅菌材料室のスタッフ

手術は麻酔科医、執刀医、看護師、診療技術部スタッフなどのチームで行ないますが、その中心は患者さんです。患者さんの一番身近にいる看護師は、専門的な知識と技術を駆使して手術が安全に行なわれるように頑張っています。これからも患者さんの安全安楽が十分に配慮された手術看護を提供することを目標に、「あってよかった、手術してよかった筑后市立病院！」と満足していただけるよう、手術室スタッフ一同努力をしています。



中央手術室スタッフ

安全に手術を 受けていただくために

～手術室での取組み～

中央手術室は常勤麻酔科医2名、看護師15名、委託の中央滅菌材料室スタッフ5名で業務しています。手術室は血管造影室1部屋を含む5部屋で、外科、整形外科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、麻酔科、消化器内科、循環器内科の手術に対応しており、平成29年度の手術件数は2,408件でした。医療が高度化し、高齢患者やハイリスク患者が増加する中、医師と協力し24時間365日緊急手術に対応しながら、質の高い医療の提供を心がけています。また、緊急手術を含め患者さんが安心して安全な手術が受けられるよう取り組むとともに、研修会や学会に参加し自己の知識、技術を磨いています。

誤認防止 のための取組み

- 1 手術室入口で患者さん本人に氏名および予定手術を名乗っていただき、手術の同意書などを病棟看護師、手術室看護師で確認します。
- 2 手術室内でも麻酔導入前に患者さんと麻酔科医、手術室看護師で氏名と予定手術の確認を行ないます。
- 3 手術開始前にタイムアウトを行ないます。

※タイムアウトとは手術を始める前に、執刀医、麻酔科医、看護師が全員手を止めて、患者名・病名・術式・手術部位・患者情報(アレルギーの有無など)について一斉に確認作業を行なうことです。



褥瘡(床ずれ)予防 のための取組み

手術中の患者さんは長時間動くことができず、同じ姿勢となるため褥瘡(床ずれ)のリスクがあります。手術室では、負担のかかる姿勢になっていないか、異常はないか等の観察を行ないます。長時間の同一姿勢でも褥瘡が予防できる特殊ウレタンフォーム(体温で柔らかく変形し、身体にフィットして体圧を分散する)を使用し、手術中の患者さんが安全で安楽な姿勢となるように努めています。



ねえねえはね丸くん♪



皆さんから筑後市立病院にお寄せいただくご意見やご質問にお答えします。



パネコ

Q.

ねえねえはね丸くん。初めて筑後市立病院を受診した時に「保険外併用療養費」っていうのを払ったんだけど、あれってなに？

A.

国の方針として、高度な検査・治療・手術・救急医療を行なう200床以上の病院と、普段の受診や健康管理を行なう「かかりつけ医」などの医療機関との機能分担や連携を推進しているんだ。200床以上の当院は、初診の患者さんが紹介状を持たずに受診した場合に、初診料とは別に「保険外併用療養費」を頂くよう定められているんだよ。当院では、2,700円(うち消費税額200円)を頂いているよ。



はね丸くん

Q.

初めて受診するときに、紹介状がないとその費用が必要ってこと？

A.

そうだよ。ただ、次の場合は紹介状がなくても対象外となるよ。

- ・救急車で搬送された場合等、緊急やむを得ない事情でご来院された方
- ・休日、または時間外に来院された方(ただし、診察料の時間外加算がかかります。また、薬の処方数・検査の実施に制限があります。)
- ・特定の公費医療の対象となる方(小児特定疾患、結核予防法、更正医療、育成医療、障がい者医療、被爆者医療、生活保護法、戦傷病者特別援護法、児童福祉法、療育医療など)



皆さまのご理解をお願いします。

ご不明な点は 医事情報課(0942-53-7511)または1階受付へお問い合わせください。

きらり☆スタッフ

当院で活躍する様々な職種のスタッフを紹介していきます

☆これが私のしごとです

地域のみなさんにより良い医療を提供するために、健全で安定した病院運営は欠かせません。そんな病院運営に関する分析、企画立案、提案などを行なう経営企画室という部署で事務として働いています。私は主に広報誌やホームページなどの広報に関することや研修会などの開催、イベントの運営などを担当しています。直接診療に携わることはありませんが、医師、看護師などの専門職のスタッフと同様に患者さんファーストの気持ちで業務に当たっています。広報誌を手にとっていただいている皆さん!これからも病院や医療に関する情報をわかりやすくお伝えできるよう努めてまいります。ホームページに広報誌いずみの内容(レシピなど)をコーナー別に掲載していますのでそちらもぜひチェックしてみてください。



事務
伊藤 弥生
(経営企画室)

☆私の「元気のもと」
1日の終わりに子供の寝顔を見ながらお酒を飲むこと。休日は温泉に行っ
て心も体もリフレッシュ!

診療科
の紹介

麻酔科



【医師紹介】

- 古賀 由香利(麻酔科科長)
- 木村 寛子

【外来診療】

【術前外来】

- 受付時間/木・金・土曜日 8時15分から11時30分まで
(診療開始時刻 8時30分) ※救急患者は随時受付

【ペインクリニック】

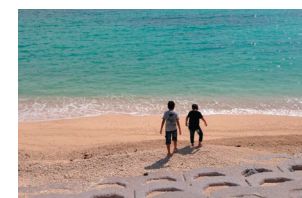
- 受付時間/水曜日 8時15分から11時30分まで
(診療開始時刻 8時30分) ※完全予約制

手術麻酔を主に行なっており、外科、整形外科、泌尿器科、消化器内科、眼科などの手術に対応しております。手術中の患者さんの全身管理を安全に行なうために、術前評価を行ない、状態に合わせた麻酔計画を行ないます。また、麻酔科外来では手術前の患者さんの診察や非常勤医師による痛みの治療(ペインクリニック)を行なっています。当科では腰痛症、帯状疱疹後神経痛、三叉神経痛、癌性疼痛、難治性疼痛などを治療の対象としています。痛みの治療には各種神経ブロック療法のほか、飲み薬や点滴などの薬物療法も行なっています。

いずみエッセイ

「大好き&ありがとう」

病院安全管理室 主任 中嶋由紀子



今年、大好きなアーティストが引退した。その発表を聞いたのは引退の一年前。本当に悲しくて悲しくて、心にポッカリ穴が空いた気がした。芸能人が引退を発表すると〇〇ロスとよく聞かすが、まさか自分もそうなるとは思わなかった。最後のコンサートでは、そのアーティストの登場から涙が出てきたが、パワフルでパーフェクトなステージが繰り広げられ、「辞めないで～」と叫ぶ気持ちでいたのに最後は「ありがとう」と叫び、観客の多くが笑顔だった。デビュー当時からファンになり、毎年1回コンサートに行くことを楽しみに、仕事に家事、育児に励んできた。同年代でこれだけ活躍し、大変なこともた

くさんあったらうにそんなところは微塵も見せず、常に素晴らしいステージ。その生き様やプロ意識の高さにも頭が下がる。思い返せば、どんな時にもそのアーティストの音楽が共にあり、励まされてきた。私の家族もみんなその音楽に癒され、一緒に歌い、楽しんできた。これからずっとずっと大好きな存在だ。今は、年に一度の楽しみを次は何にしようかと前向きに考え中だが、とにかく心からありがとうを伝えたい。そして、25年間走り続けてきたあなたを決して忘れない。

子供が誤って物を飲み込んだ時の対応



◎観察のポイント

子どもの誤飲・誤食は、ハイハイやつたい歩きができるようになり行動範囲がグンと広がると、ちょっとした油断で起きてしまいます。ものによっては、少量でも生命の危険がありますので、子どもの周りに危険なものを置かないようにしましょう。

何を飲んだかという情報が大切です。医薬品、洗浄剤、消臭剤、殺虫剤などの場合は、受診の際に、その成分が分かるような説明書や箱、ビンなどを必ず持参してください。

◎早めに救急外来を受診した方がよい場合

- 飲み込んだとたん^{おえつ}にせきが始まった。(気管や気管支に異物が入った可能性があります)
- 医薬品、洗浄剤、殺虫剤などを飲んだ。
- けいれんを起こしている。 ● 意識がない。 ● 顔色が悪い。
- 呼吸の状態がおかしい。 ● 吐き気や嘔^{おえつ}咽がある。 ● タバコを消した液体を飲み込んだ。
- 灯油を誤飲したかもしれない。(疑いでも、灯油が服についただけでも)

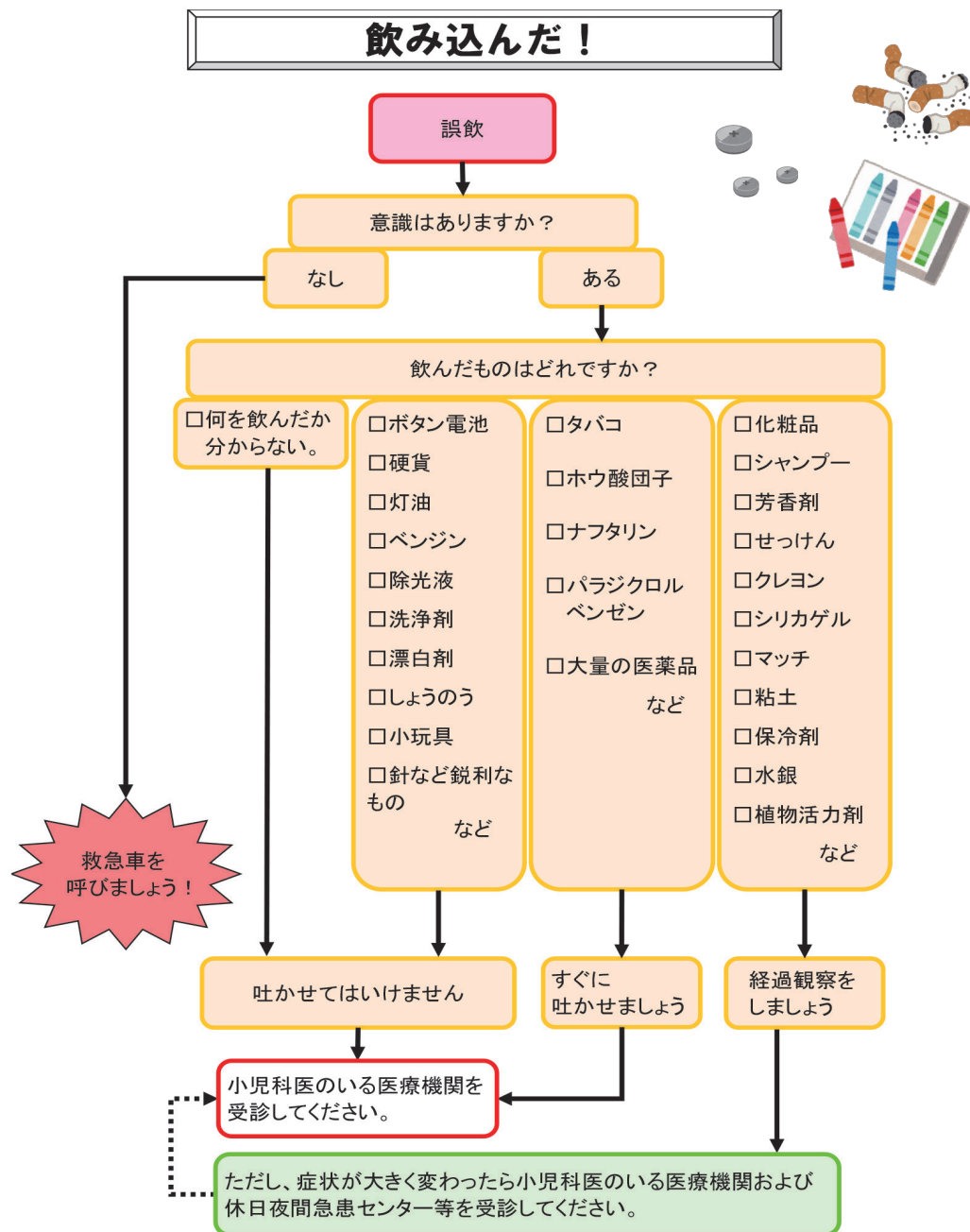
◎しばらく様子を見ても大丈夫な場合

- たばこを少し(2.0mm以内)だけかじった。
プラスチック、紙、ビニール、クレヨン、鉛筆の芯をかじった。
- インク、絵の具をなめた。 ● アトピー用軟膏を食べた。

◎医療機関にかかるまでの応急処置

		水を飲ませる	吐かせる
タバコ	葉・吸い殻	×	○
	タバコを浸した液体	○	○
医薬品		○	○
石油製品(灯油、マニキュア、除光液等)		×	×
芳香剤、消臭剤		○	○
防虫剤(ナフタリン等)		○	○
香水・ヘアトニック		○	○
ボタン電池・硬貨		×	×
鋭利な装飾品、玩具、家具等(ピアス、釘、針等)		×	×
強酸又は強アルカリ(洗浄剤、漂白剤等)		△※ ¹	×

※1: 水より牛乳・卵白(生)がよい(水よりタンパク質がよい)



○家庭での対応

- ものが見える時は、人差し指をほおの内側に沿って入れ、詰まっている物をかき出します。
- 薬物の種類により吐かせる方がよいもの、吐かせない方がよいもの等があります。
上記のフロー図、または右ページの「医療機関にかかるまでの応急処置」の表を参考にしてください。
- ボタン電池は、種類を確認しましょう。(リチウム電池は重症化しやすいため救急受診が望ましい)

救急車を呼ぶ場合、固定電話からかけると消防署が通報者の位置を把握できるようになっています。
携帯電話からではなくできるだけ固定電話を使用しましょう。

福岡県小児救急医療電話相談(＃8000)へ相談ください

休日夜間に、子どもの急な病気、ケガに関する相談を経験豊かな看護師、又は必要に応じて小児科医がアドバイスします。
相談内容: 子どもの急な病気(発熱、下痢、嘔吐、けいれん等)、ケガに関すること
受付時間: (平日) 19時～翌朝7時、(土曜) 12時～翌朝7時、(日祝) 7時～翌朝7時





筑後市立病院からのご報告



5月の「看護の日」記念事業の一つとして、福岡県看護協会の主催で平成30年7月24日にふれあい看護体験を行いました。看護師など医療職を志望している8名の高校生が参加し、当院看護師の白衣を着用し、患者さんの血圧測定や手浴・足浴を行いました。日頃接することが少ない高齢者の方とのコミュニケーションやケアは貴重な経験となり、患者さんからの感謝の言葉は高校生にとっても心に残るものとなったようです。また、助産師による「いのちについて」、DMAT（災害派遣医療チーム）の看護師による「災害看護」の話聞くことで、命の大切さや災害時の状況、避難所などでの看護師の役割について理解してもらいました。更に、病院食の試食や院内の様々な施設を見学することで、多くの医療職の役割や連携・チーム医療について知ってもらういい機会となりました。

今後も患者さん方にご協力いただき、このような体験を受け入れることで、将来看護職や医療職を目指す方の一助となればと思います。

ふれあい看護体験



【中学生の職場体験】
羽犬塚中学校、筑後北中学校より看護師を目指す8名の学生さんが職場体験に来てくれました。看護師のお仕事として、血圧測定を行ったり聴診器でおなかの音を聞いたり、包帯の巻き方を教わったりと真剣な表情で体験・見学をされていました。【高校生のインターンシップ】
大牟田高校より臨床検査技師になりたいという夢を持った学生さんがインターンシップに来てくれました。3日間の研修で、検査技師の仕事内容や患者さんへの関わり方、検査技師になるためにはどうすればよいのかなど自分で考え、学ばれている様子でした。

今後も積極的に受け入れを行ない医療職を目指す学生さんの職業選択の一助になればと考えております。

学生のインターンシップ



モニター会議はより充実した医療サービスを提供するため、直接市民の皆さんからの様々な意見や要望を伺うとともに、当院の状況をお知らせする情報交換の場として開催し、18年目を迎えました。今年度は多数の応募があり、10名の方にモニター委員を委嘱しております。1回目の会議を7月に開催し、障がい者駐車場に関することや出前講座に関すること、スタッフの接遇に関するなど多くの意見をいただき、現在改善できるところから着手しています。

今後も患者さん、地域の皆さんの声に耳を傾け、よりよい医療を提供できるよう努めてまいります。

モニター会議

MEDICAL NETWORK

医療ネットワーク

皆さんの健康を支える
地域の診療所や病院をご紹介します。

まちのお医者さんと
役割分担して
連携しています

まちのお医者さん
「かかりつけ医」



普段の受診
日頃の健康管理

筑後市立病院



高度な検査・治療・手術・
入院・救急など

わたなべいいん

渡辺医院

【院長】渡辺 和彦



診療科目 外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9時～12時30分	●	●	●	●	●	☆
13時30分～17時30分	●	●	●	●	●	

☆……9時～13時

休診日 日曜日・祝日・お盆・年末年始

ご案内事項

腹部エコー、胃透視検査可能です。
往診も可能です。

外傷を主とした一般外科を中心にかかりつけ医としての役割を果たしていきたいと考えています。
いろいろな病気の相談に応じていきたいと思ひます。

電話番号 0944-63-2911 FAX 0944-63-2912

所在地 〒835-0023 福岡県みやま市瀬高町小川877-3

いりょうほうじん いしいないかいいん

医療法人

石井内科医院

【院長】石井 浩三



診療科目 内科・糖尿病内科・呼吸器内科・消化器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9時～13時	●	●	●	●	●	☆
14時30分～18時	●	●	●	●	●	

☆……9時～12時

休診日 日曜日・祝日・お盆・年末年始

ご案内事項

胃がん・肺がんの精密検査実施機関
胃カメラ、眼底検査、呼吸機能検査、骨粗鬆症検査
糖尿病教室開催（患者さん以外でも歓迎、無料、予約不要、月末土曜日）
訪問診療・往診可能

糖尿病診療には特に力を入れています。インシュリン注射の導入、自己血糖測定指導が可能です。日本糖尿病協会療養指導医として、毎月最終土曜の14時から糖尿病教室を開催しています。参加自由、無料、今年8月で230回目でした。
羽犬塚中学校の正門前です。近隣の病院、近くの開業医の先生方と連携して地域の健康増進を図りたいと思ひます。

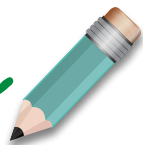
電話番号 0942-51-7751 FAX 0942-51-7752

所在地 〒833-0003 福岡県筑後市大字羽犬塚547



いずみかいじはん

INFORMATION



小児科予防接種

【完全予約制】

実施日

●毎週月・木曜日

受付/14時～14時30分

●毎週土曜日(第3土曜日を除く)

受付/10時30分～11時

ご予約・ご相談

小児科外来(0942-53-7511)に月～金曜日の9時～11時30分までにお電話ください。

病児保育施設

ちっこハウス

事業目的

生後3か月から小学6年生までのお子さんが病気の「回復期」などで、集団生活が困難であり、かつ、昼間家庭で育児できない場合に「一時預かり」を行うもので、保護者の「子育てと就労の両立」を支援し、児童の健全育成を目的としています。

場所

病児保育施設「ちっこハウス」
筑後市大字和泉917-1(筑後市立病院横)

受付/利用時間

月～土曜日

7時30分～18時30分

(第3土曜日と祝日、8/15・12/30～1/3をのぞく)

詳細はお問い合わせください。

TEL.0942-52-2577



編集後記

今号のいずみにはソフトドリンククーポンがついております。一人でも多くの人にいずみを手にとっていただきたくて、初めての試みです。評判がよければ今後も載せる予定です。ぜひご利用ください!

(経営企画室 西頭)

「健康と食育の祭典」

今年度も筑後市が開催する「健康と食育の祭典」にブースを出展します。ブースでは昨年度ご好評いただいた、体成分検査InBodyと心臓血管外科の友枝博医師による下肢静脈瘤相談を行なう予定です。ぜひ、お越しください。

※定員を設けさせていただきます(整理券配布)ので予めご了承ください。

※ブースでの出展内容は変更になる場合があります。

日時:平成30年11月11日(日) 9時～

場所:サザンクス筑後 大ホール



第1回 地域公開講座

地域医療支援病院として、地域の皆さんの健康増進活動の一環で今年度より開催します。どなたでも無料でご参加いただけます。お問い合わせの上、多数のご来場をお待ちしております。

テーマ

「足がつる、重い、ボコボコ血管が浮き出ている
それ下肢静脈瘤かも!？」

下肢静脈瘤とはどんな病気なのか、またどんな検査や治療(レーザー治療含む)があるのかなど専門的観点からお話します。エコーを使った講演も行なう予定にしています。

日時 平成30年 12月1日(土) 13時～14時

- 講師 心臓血管外科 友枝博 医師
- 場所 筑後市立病院 多目的ホール
- 対象 どなたでもご参加いただけます
- 定員 100名程度(ご予約不要)
- その他 駐車場無料

参加費
無料

(無料処理しますので会場まで駐車券をお持ちください)

※駐車場には限りがありますのでご了承ください。



暮らしに活かせる 元気のツボ



胃腸の調子が今一つ!?

～消化のよい食べ物について～ その②

前号に引き続き、胃腸の調子が悪い時にお勧めの食品や適した料理を紹介します。

	お勧めの食品例	適した料理	注意したい食品例
穀物	食パン・お粥・うどん	卵粥・煮込みうどん	菓子パン・中華麺・赤飯・炒飯・お茶漬け・ラーメン
魚介類	白身魚	煮魚・蒸し魚	干物・いか・たこ・脂の多い魚
肉類	脂の少ない肉類 (ささみ・鶏皮なし肉・赤身肉 など)	つくねの煮物・ささみのホイル焼き・赤身肉のしゃぶしゃぶ	脂の多い肉(ロース・バラ)・ハム・ベーコン・豚カツ・焼き肉
卵類	卵	卵豆腐・卵とじ・半熟卵・茶碗蒸し	生卵
大豆製品	豆腐・ひきわり納豆	湯豆腐	五目豆・枝豆・厚揚げ・油揚げ・がんもどき
乳製品	牛乳・ヨーグルト	ポタージュスープ・プリン・温牛乳	生クリームを多く使用したケーキなど
野菜・いも類・果物	繊維の少ない野菜(ほうれん草・白菜など)・南瓜・じゃがいも・バナナ・リンゴ	煮びたし・やわらかい煮物	繊維が多く硬い野菜類(たけのこ・ごぼう・セロリなど)・キノコ類・海藻類・パイナップル
油脂類	乳化された油脂 (バターやマヨネーズなど)	バターやマヨネーズを少量使用した料理は可	ラードなど動物性油脂・フライ・天ぷら

胃腸の調子が悪い時の生活上の注意点

- ①規則正しく食べましょう②就寝前の食事はできるだけ避けましょう③栄養バランスの良い食事をこころがけましょう④暴飲・暴食は避けましょう⑤睡眠を十分にとり、疲労の蓄積を避けましょう⑥タバコはやめましょう⑦適度な運動をしましょう



美味しく元気に

白身魚のつみれの餡かけにゅうめん

みなさん、「元気のツボ」のコーナーはご覧になりましたか?前回に引き続き消化に優しい食材の紹介をしていますが、その献立の紹介です。時には体を労わるために、食事の工夫をしてみませんか?今回は、夏に余ってしまったそうめんを利用しました。もともと消化の良い白身魚をつみれにして、野菜は繊維の少ない物を歯くぎで噛めるくらいにやわらかく煮るとより消化に優くなります。そうめんの難点は噛まずにすすってしまうことですが、よく噛んで食べることで、消化を助けることができます。

材料(1人分)

そうめん(乾)・・・40g(約2/3把)
 白身魚のすり身(調味入り)・・・30g
 人参・・・5g
 小葱・・・3g

●A
 めんつゆ(4倍濃縮)・・・15g(大さじ1杯)
 水・・・120g

●水溶き片栗粉
 片栗粉・・・1g(小さじ1/3)
 水・・・5ml(小さじ1)

作り方

- ①水溶き片栗粉を準備しておく。
- ②そうめんはあらかじめやわめにゆがいておく。
- ③Aの水とめんつゆを入れた鍋を火にかけ、その中に好きな形に切った人参を入れ火を通す。
- ④一口大程度にまとめたすり身を鍋に入れる。
- ⑤鍋にゆがいたそうめんを入れ温める。
- ⑥別鍋につゆを適量取り出し、沸騰させ、水溶き片栗粉をだまにならないようかき混ぜながら入れる。
- ⑦食べる直前にそうめんが入っている鍋に切った小葱を入れ火を止める。
- ⑧お椀にそうめん、すり身、人参、小葱を添え、汁を入れる。上から餡をかける。

(カロリー187kcal 塩分2.7g)

塩分が気になる人は、汁を残すといいよ!



POINT

つみれの代わりに、温泉卵やはんぺんなどを入れても消化に優しいたんぱく質がとれます。



糖尿病試食会スケジュール

■平成30年度下半期スケジュール

実施日	テーマ	担当
10月25日(第4木曜日)	バイキング de もぐもぐタイム	栄養士
11月22日(第4木曜日)	げ・ん・え・ん	栄養士
12月20日(第3木曜日)	検査、半端ないって!	検査技師
1月24日(第4木曜日)	食品交換表♪福笑い	栄養士
2月28日(第4木曜日)	これならできる!運動法	理学療法士
3月28日(第4木曜日)	外食あれこれ	栄養士

※開始:12時30分(日時は変更になる場合もあります。お問い合わせください。)
 ※参加費:540円(税込) ※会場:2階 多目的ホール(変更になる場合があります。)
 ●予約先:栄養管理室 電話(0942)53-7511(内線220)
 (人数に限りがあります。お早めにお申し込み下さい。キャンセルの場合は前週の金曜日までにご連絡ください。)
 ●事務局:栄養管理室

院内軽食
 コーナー(2F)
 でお食事を注文
 された方にソフト
 ドリンク1杯プレゼント

・軽食コーナーで注文時にこのクーポンをスタッフに提示してください
 ・期限内で何度でも使用できます
 ・営業時間:11時～15時(休日:第3土曜日、日・祝日、8月13日～15日、12月30日～1月3日)