

大洲病院ニュース

OZU CITY HOSPITAL NEWS

発行：市立大洲病院

編集：広報委員会

〒795-8501

大洲市西大洲甲570番地

TEL0893-24-2151

FAX0893-24-0036

年初のご挨拶

大洲市病院事業管理者
兼 市立大洲病院 院長

谷口 嘉康



新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様には健やかな新年をお迎えのこととお慶び申しあげます。また日頃より、皆様から市立大洲病院の運営に對しましてご支援ご協力をお寄せいただき厚くお礼申しあげます。

昨年の秋には、台風第十五号・十九号が相次いで日本各地で猛威を振り、被災された皆様にはお見舞いを申しあげますとともに、一日でも早く元の生活を取り戻せるよう心からお祈りいたします。

さて、平成から令和へと時代が変わり、時代が求めているニーズも益々多様化し、医療をとりまく環境は依然として厳しい状況が続いております。そのような中、市立大洲病院では地域に良質な医療を提供し、地域社会に貢献する公立病院としての使命を果たすべく、勤務医の確保、看護体制の強化、患者サポート体制の充実を図るなど、持てる医療資源を最大限に活用し、地域医療を支えてまいりました。また、継続的な災害訓練の実施や防災タイムラインの作成など災害に對する備えも順次強化しているところでございます。

国が推し進める「働き方改革」は、地方において医療職が不足する中、特に医師不足問題に今後どのように影響を及ぼすのか大変危惧しているところでもあります。労働時間短縮のための意識改革はもとより、チーム医療の推進や効率化をはじめ地域医療提供体制における役割分担や連携について取り組んでまいります。

地域の中核病院として、患者様に信頼される病院づくりを目指し、諸課題に對し一つ一つ取り組んでまいりますので、関係各位並びに地域住民の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

市立大洲病院の理念

患者様に信頼される良質で安全・安心な医療を提供し、地域社会に貢献します。

〈第31号の主な内容〉

- 新年のごあいさつ 1 P
- 新任医師紹介 2 P
- インフルエンザ予防 3 P

- リハビリ通信 シリーズ⑭ 4 P
- 市民のつどい「健康相談」 5 P
- 診療体制のお知らせ 6 P

市立大洲病院公式ホームページ

<http://www.ozuch.jp/>

～ 新任医師の自己紹介 ～



宗宮 快 泌尿器科

7月より泌尿器科に赴任しました宗宮 快（そうみや かい）です。

出身は岐阜県で愛媛大学卒業後、泌尿器科に入局しました。市立大洲病院職員並びに患者さんの人柄に助けられながら、診療に取り組んでおります。少しでも地域医療に貢献できるよう努力していきたいと思います。今後ともよろしくお願いします。



最初の10分

～第77回南予MC大洲ICLSコース開催～

10/27日

ICLSコースとは、救急医学会認定の医療従事者のための蘇生トレーニングコースです。突然の心停止に対する最初の10分の対応と適切なチーム医療を習得することを目的として実技訓練を行いました。この日の参加者は、受講者12名、見学者1名、運営スタッフが50名でした。

受講者は1日がかりのハードなコースですが、臨床現場において有効なスキルを得ようと真剣にトレーニングに取り組んでいました。

また、運営スタッフは、南予を中心とした愛媛県下のインストラクター、近隣消防、当院のスタッフが職種を越えて一丸となり、質の高い有意義なコースとなるよう協力しました。このコースを継続することが地域の医療者における救命技術向上となり、ひいては地域医療の質の向上となると考えています。



「えひめジョブチャレンジU-15事業」 中学生職場体験

職場体験学習を受け入れています。将来の進路選択の参考になればと思います。



インフルエンザに今年も注意!!

我が国では1年間に1500～2000万人（全罹患者推計値）が罹患すると言われています。つまり毎年国民の6～8人に1人は発症する感染症であります。



インフルエンザは、インフルエンザウイルスがヒトや動物に感染することで引き起こされる感染症で、通常の風邪に比べ症状が重く、高齢者等では重症化することもあります。インフルエンザウイルスは抗原性の違いから、A型、B型、C型に大きく分類され、新型が出現し、ヒトでの世界的大流行（パンデミック）を引き起こすのはA型といわれています。

主な症状は、突然の38℃以上の高熱と全身のだるさ、筋肉痛などの全身症状が起こり、これと同時にあるいは少し遅れてのどの痛みやせきなどの呼吸器症状が現れます。特に治療を行わなくても、通常は、発熱が2～3日持続した後、1週間程度で回復します。これに対して、普通のかぜは、のどの痛み、鼻水、咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。注意すべきインフルエンザの合併症として、特に高齢者に発症しやすい肺炎、小児にまれに見られる脳症（痙攣、意味不明な言動、急速に進行する意識障害が主な症状）があります。

インフルエンザの流行は主に冬季に、地域や学校などで起こります。ワクチンを予防接種すると、インフルエンザウイルスに対抗するための抗体を作らせることができます。その年に流行するインフルエンザは毎年予測され、予防接種のためのワクチンが作られます。予防接種でインフルエンザウイルスの感染を完全に予防することはできませんが、インフルエンザにかかる人や、重症化して入院する人を減らせます。なお、現在日本で使われているインフルエンザワクチンは不活化ワクチンといって、インフルエンザウイルスの感染力を失わせて人が免疫を作るのに必要



な成分だけを取り出して作ったものです。インフルエンザワクチンには感染力がないので、予防接種によってインフルエンザを発症することはありません。インフルエンザワクチンは、13歳未満では2回接種します。13歳以上では原則1回接種ですが、患者さんの状況等によって医師の判断により2回接種が勧められる場合があります。インフルエンザを予防して、元気に過ごしましょう！（文責：内科部長 有光英治）

「世界糖尿病デー」イベント

11/14(木)

～大洲城ブルーライト～

現在、世界の成人人口の約5～6%が糖尿病を抱えており、わが国でも40歳以上の3人に1人が糖尿病または糖尿病予備軍とされています。国際連合では11月14日を「世界糖尿病デー」に指定し、世界各地で糖尿病予防、治療、療養を喚起する啓発のため「ブルーライトアップイベント」を開催しています。

大洲市でも八幡浜・大洲糖尿病チーム医療研修会が、大洲城をブルーにライトアップしました。



リハビリ通信 ～シリーズ⑭～ えひめカンカン体操で認知症予防

認知症は脳内に不要なタンパクが溜まる事で、記憶障害（少し前の事が思い出せない）、見当識障害（今自分の状況が分からない）などの中核症状が現れる事を言います。また不安から不穏、徘徊、暴力などの周辺症状が現れる事も言います。「手足（口）を使うこと」「頭を使うこと」を同時に行う事は、脳が活性化し認知症予防に繋がります。愛媛県作業療法士会は認知症予防体操として「えひめカンカン体操」を推奨しています。簡単な運動ですのでぜひやってみてください。

ポイントは「間違えても気にしない」「笑顔で楽しむ」ことです。



- ①椅子に座り右手を前に突き出す（手はグー）
- ②左手は胸の前でパーにする
- ③右手と左手を入れ替える（右手はパー、左手はグー）
- ④左右交互に30回、声を出しながら行う。

※アレンジとして、手の形を替えることも脳に良いです。（グーとパーを入れ替える、チョキにするなど）

※足踏みも入れたりすると、脚のトレーニングにも良いです。

※より詳しい内容を知りたい方は、愛媛県作業療法士会（認知症地域支援部門）までお問い合わせ下さい。

いざという時のために

10/30(水)

～原子力防災訓練を実施～

愛媛県原子力防災訓練に参加し、被ばく医療活動訓練を行いました。広島大学医学部、四国電力放射線管理員等の指導のもと伊方発電所内での事故を想定した被ばく傷病者の受入、傷口の除染・処置等の実技訓練を実施しました。

訓練に参加した職員は、初めての訓練で少し緊張していましたが、専門家による指導に従ってきばきと作業を行っていました。

今後も不測の事態に備えて訓練を重ね、災害時の医療スキルの向上に取り組んでまいります。



市民のつどい「健康相談会」

～今日からできる生活習慣病(糖尿病中心に)～

11/10(日)

「市民のつどい」において、八幡浜・大洲糖尿病チーム医療研修会のメンバーが生活習慣病予防のための健康相談会（塩分味覚閾値検査・血圧測定・血糖測定）を開催しました。

相談会では、日常生活相談をはじめ、栄養相談、運動療法、薬剤相談を行いました。チーム会では、地域の皆様の生活習慣病の知識を深め、自主的に健康生活が実践できるようにこうした機会に啓発活動を行っています。



「お塩」のはなし



歯科医師による相談のようす



「血糖値」を測定してみましょう



「この日参加したメンバー」

ひとときのやすらぎ

～院内ふれあいコンサート～

10/31(木)

秋も深まり、少し肌寒くなりはじめたこの日、院内ふれあいコンサートを開催しました。

毎年春と秋に開催していますが、今回は、平野中学校の生徒さんによる澄んだ歌声の合唱やリコーダー演奏のほか院内保育所「よつば」の園児たちによるかわいい踊りが披露されました。患者さんも心温まるひと時を過ごすことができ、沢山の元気をもらっているようでした。



平野中学校のみなさん



院内保育所「よつば」の園児たち

診療体制のお知らせ

診療科／曜日		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	1 診	谷 口	谷 口	谷 口	谷 口	谷 口
	2 診	中 西	中 西	休 診	中 西	休 診
	3 診	有 光	小 幡	今 峰	有 光	今 峰
	4 診	花 山	休 診	渡辺 or 小泉	休 診	小 幡
神経内科	1 診	休 診	休 診	山西 (月2回)	多田 (月2回)	休 診
外科	1 診	李	李	手術日 (予約のみ)	李	土 居
	2 診	土 居	土 居		土 居	李
整形外科 ※初診の診療開始 は午前10時30分	初 診	堀 内	堀 内	石 川	手術日 (予約のみ)	石 川
	再 診	石 川	石 川	堀 内		堀 内
泌尿器科 ※7	1 診	佐 藤	佐 藤	佐 藤	佐 藤	佐 藤
	2 診	大久保	宮 内	宗 宮	大久保	宗 宮
眼科 ※受付は午前10時 30分まで	1 診	手術日 (予約のみ)	唐 松 (手術)	手術日 (地域連携予約)	唐 松 (特殊治療・検査)	唐 松 (術前検査)
耳鼻咽喉科	1 診	山 田	休 診	西 田	休 診	中田 or 岡本
皮膚科	1 診	休 診	白 石	休 診	西 原	休 診

- ※1 診療受付時間は、午前8時15分から午前11時30分までです。
 ※2 緊急手術等により受付時間を繰り上げる場合があります。
 ※3 休診日は、土曜、日曜、祝日および年末年始です。
 ※4 担当医師の変更、休診の場合がありますので、事前に電話でお問い合わせください。
 ※5 内科の水曜日4診は、第2・第4が渡辺医師、第1・第3・第5が小泉医師となります。
 ※6 神経内科の診療は、各医師が隔週で行いますので、事前に電話でお問い合わせください。
 ※7 泌尿器科の診療時間は透析・入院患者様対応のため、1診は午前9時45分、2診は午前10時45分からの診療開始となります。
 ※8 耳鼻咽喉科の金曜午後の診療は、月2回の難聴・補聴器外来〔完全予約制〕です。事前に電話でお問い合わせください。

[※担当医師は、変更する場合がありますので事前にお問い合わせください。] 市立大洲病院 ☎0893-24-2151

救急輪番案内

曜 日	昼間帯 【午前8時30分～ 午後5時30分】	夜間帯 【午後5時30分～ 翌午前8時30分】
月・火	市立大洲病院（西大洲）☎24-2151	
水	加戸病院（内子町）☎44-5500	
木	大洲記念病院（徳森） ☎25-2022	市立八幡浜総合病院 ☎0894-22-3211
金・土	大洲中央病院（東大洲）☎24-4551	
日	大洲中央病院（東大洲） ☎24-4551（※～午後6時）	市立八幡浜総合病院 ☎0894-22-3211

救急病院適正利用のお願い

当地域の救急医療は、休日夜間急患センター（初期救急）と二次救急医療機関で実施していますが、救急機関を利用される軽症患者の増加は、スタッフの負担が増大し、最終的には地域の救急医療体制の崩壊につながる危険性を包含しています。

当地域の救急医療体制を守るため、

- ①「かかりつけ医で診療時間内に受診する」
 ②「軽症等の場合は休日夜間急患センターを利用する」

など救急病院の適正な利用をお願いいたします。

◆大洲喜多休日夜間急患センター

平日・土曜 午後8時～午後11時

日 曜 午前9時～午後6時

午後8時～午後11時

祝 日 午前9時～午後6時

☎0893-23-1156