

広報 市民病院だより

October 10



CONTENTS 【目次】

- ② 糖尿病とすい臓がん
- ③ 新しいCT装置のご紹介
泌尿器科 診療日変更のお知らせ
- ④-⑤ 自宅でできる！かんたんトレーニング！
- ⑥ 人生会議
- ⑦ 令和2年度病院事業会計報告
- ⑧-⑨ トピックス
- ⑩-⑪ 輝くスタッフ紹介（看護助手）
職員採用情報

8月2日 将来、医師・薬剤師・検査技師・事務スタッフ等の職業を目指す生徒の皆さんを対象に、医療現場を体験してもらうセミナーを開催しました。国東高校と国東中学校、志成学園、安岐中学校の生徒24名が参加し、職場見学や職員の体験談等を行いました。新型コロナウイルス感染症予防の観点から、患者さんと接することが出来ませんでした。このセミナーが将来を考える機会となればと思います。

糖尿病と、すい臓がんの意外(?)な関係

「糖尿病」は誰でも一度は聞いたことのある病名だと思います。健診などで糖が高くであれば糖尿病が疑われ病院にかかるよう通知されます。主に血液検査や検尿で診断がつくので比較的簡単ですし、軽症であれば自覚症状に乏しいので病気にかかった気がしないでしょう。しかし放っておけば徐々に進行して三大合併症として知られる糖尿病性網膜症、糖尿病性神経症(末梢神経障害)、糖尿病性腎症(腎不全から透析)などにつながる恐れがあるのです。他にも様々な病気の原因になり得る病気ですから、それを予防するためにきちんと糖尿病治療は継続していく必要があります。

いっぽう「すい臓がん」は、がんの中でもそれほどなじみのあるほうではないでしょう。実際、統計上で多いがんベスト3に入る胃がん、大腸がん罹患数のおよそ1/4ほどです。しかし罹患数は多くはないものの、早期発見が難しいことと、治る確率が低いのがすい臓がんの厄介なところなのです。進行すれば腹痛や黄疸などの症状が出現しますが、その場合は既に早期ではない場合が多いのです。

「すい臓がん」発見の契機になるものの一つとして「糖尿病」の急な悪化があります。糖尿病は、すい臓で分泌されるインスリンというホルモンが少なくなると発症しますが、すい臓がんができるとすい臓の働きが悪くなりインスリン分泌が減り急に血糖が上がる場合があります。つまり、何も症状はないけれど「最近急に血糖が高くなった」という場合、すい臓がんができている可能性があるということなのです。健診などで糖尿病の通知があった時や、病院にかかっている最中最近血糖が高くなってきた時は、症状はないし大したことはないと思わず、必ず精密検査を受けるよう心掛けてほしいと思います。

当院では、糖尿病の専門医と消化器疾患の専門医が外来診療にあたっていますので、高血糖や腹痛などの症状がある場合はどうぞお気軽にご利用下さい。



【診療日】 月曜日から金曜日

【受付時間】 8時から11時まで

国東市民病院 外科 田原光一郎

新しいCT装置のご紹介

2021年9月に最新のCanon社製80列マルチスライスCT、Aquilion PRIME SPを導入しました。特徴として、

- ・ AI (学習機能) により設計されたX線量低減技術が搭載されています。
患者さんのX線量を低減しつつ高画質な画像を提供出来ます。
- ・ 入れ歯や人工関節などの体内金属の影響を低減する技術が導入され、金属が体内に留置されている患者さんにも安心してCT検査を受けていただけます。
- ・ 高速スキャンにより、スピーディに検査を行うことが可能です。
- ・ 従来装置より患者さんが入る装置の内径（ガントリ径）が大きく、圧迫感が少なくなっています。



CT検査室



ガントリ径拡大

患者さんに負担の少ない、安心・安全なCT検査をご提供します。

放射線科

泌尿器科 診療日変更のお知らせ

2021年10月より、泌尿器科の診療日が変更になります。

毎週月曜日・火曜日・金曜日から、毎週**月曜日**と**金曜日**に変更となります。

※火曜日が休診となります。

ご不便をお掛けしますが、ご理解ご協力の程、よろしくお願い致します。

自宅でできる！かんたんトレーニング！

～ストレスと運動不足を解消しよう～

現在、コロナ禍にともなうストレスや不安のため、運動をする機会や気力が低下している人が多いと調査で明らかになっています。ストレスや不安が増加すると、身体の活動量は減少し、体力の低下だけでなく脳の活性も低下してしまいます。その結果、運動不足により血流が悪くなり、「すぐに疲れる」「気分が落ち込む」「良く眠れない」などの症状を引き起こします。また、生活習慣病である、心筋梗塞や脳卒中などの命の危険性のある病気にもかかるリスクが増大します。ストレス解消には「適度な運動」が効果的であると報告されています。そこで今回、ストレスと運動不足を解消するために、自宅でできる簡単なトレーニングを紹介したいと思います。

運動の注意点

- ・無理をしない。
- ・痛みがあれば中断し、専門家に相談する。
- ・運動に慣れたら、回数や時間を増やす。
- ・ゆっくり呼吸をしながら行う。

踏み台昇降



「1,2」で上がり



「3,4」で降りる

この運動では、太ももの前面(大腿四頭筋)と後面(ハムストリングス)の筋肉に効果があります。この筋肉を鍛えることで、**立ち上がりが楽になります**。また、**全身的なバランス能力の向上**にも効果があります。

- 【方法】
- ① 階段や段差のあるところを使います。(10～15cm程度)
 - ② 支えが必要な人は椅子や壁を支えましょう。
 - ③ 1,2で踏み台を上がり、3,4で踏み台を降ります。
 - ④ 「いち、にい、さん、よん」と声を出してすることで有酸素運動になります。

【目標回数】 10～20回×2～3セットを目安に行いましょう。

座位 ウォーキング



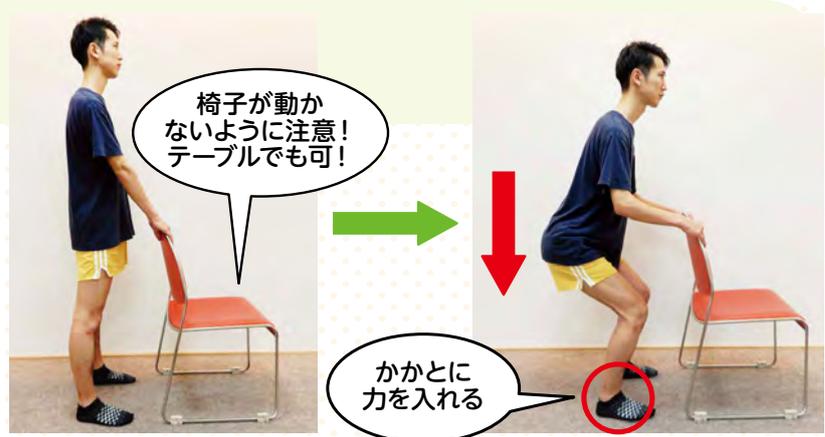
この運動では、ふとももの付け根の筋肉(腸腰筋)を鍛えることができます。この筋肉を鍛えることで、歩行時に**足が拳がりやすくなる**効果があります。また、手足を一緒に動かすことによって有酸素運動となり、**体力向上**の効果があります。

- 【方法】 ① 椅子に浅く腰掛け、背筋を伸ばす。
 ② もも上げと腕振りを、歩くようにして行います。
 ③ なるべく腕を大きく振り、つま先を上げることも意識しましょう。

【目標】 3分間/1回 合計で30分を目標

ハーフ スクワット

この運動では、お尻(大殿筋)とふとももの前面(大腿四頭筋)の筋肉に効果があります。この筋肉を鍛えることで、**腰痛や膝の痛みの予防**になり、**転倒の予防**にもつながります。



- 【方法】 ① 椅子の背もたれ(テーブル)を支えにします。
 ② 椅子に腰掛けるように、お尻を下ろしていきます。
 ③ かかとに力を入れながら、下ろせるところまでいったらまたお尻を持ち上げます。

【目標回数】

20回×2~3セットを目安に行いましょう。

有酸素運動を行うことで、体力向上や生活習慣病の発症リスクを下げる事が出来ます。出来るだけ毎日、少なくとも週に2~3回行い、自宅での運動習慣をつけましょう!

ただ体操を行うだけでなく、正しい姿勢や方法をしっかりと理解しておくことが大切です!理解することで、より運動効果を高める事が出来ます。

※あくまで回数は目安です。体の調子(血圧、痛みなど)に合わせて、個別に設定してください。

バランスや足腰に自信のない方は、転倒に注意し無理をせず可能な範囲で行いましょう。

リハビリテーション部

第1弾

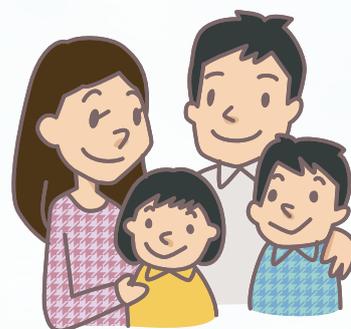
人生会議 ～自分の思いが反映された医療やケアが受けられるように～

人生会議という言葉をご存じでしょうか？最近、新聞やテレビなどでよく取り上げられているので、見たり聞いたりした方も多いのではないかと思います。元々は、ACP(アドバンス・ケア・プランニング)という名称の取り組みですが、日本人に馴染みやすい言葉として浸透するよう、厚生労働省が愛称を公募した結果「人生会議」という名称が誕生しました。

人生会議は、人生の最終段階における医療やケアの内容について、事前に家族や医師などの信頼できる人たちと話し合いをすることをいいます。そのことによって、自分の命が危険な状態となった場合でも、自分の望む形での医療やケアを受けられるようにすることを目的としています。命が危険な状態になると、約70%の人が判断する能力を失い、自分の望みを人に伝えたり決めたりすることができなくなると言われています。その様な場合、家族や医療関係者が「この人なら多分、こう考えるだろう、このような医療やケアを望むはず」と想像しながら話し合いを行います。その際、人生会議を繰り返し行ってきた方であれば、自分の思いが反映された医療やケアが受けられるようになります。そうなれば、自分に代わって医療・ケアの選択について決断をすることになる家族など大切な人達の、心の負担も軽くなります。

しかし、人生の最終段階の事を話すとなると、縁起でもないと考えたり、あまりに遠い未来のことで自分には関係ないと思う方もいます。そのため、人生会議をしているという方はまだそう多くないのが現実です。

では、いつ頃から、何を話し合ったらいいのと思われるでしょう。いつ頃かについては、誰もが、いつでも命に関わる大きな病気やケガをする可能性があるもので、年齢は関係ありません。若くて健康なうちから「もしもの時」について、話し合いを始めることが勧められています。何を話し合うかについては、年齢や健康状態に応じて話し合う内容を変えることが推奨されています。まずは自分の代わりに自分の思いを大切に、伝えてくれる人を決めておきましょう。そして、自分が大切にしている価値観や人生観などの考えをその人に知ってもらいましょう。今回は、実際の人生会議の様子をお伝えします。



訪問看護ステーションくにさき
訪問看護師 安部美保

令和2年度 病院事業会計の決算状況

1. 収益の収入

(単位:千円)

区分		令和元年度		令和2年度		増減額③ ③=②-①	増減率 ③÷①
		決算額①	構成割合	決算額②	構成割合		
入院収益	入院診療に係る収益	2,332,916	64.4%	2,342,065	55.6%	9,149	0.4%
外来収益	外来診療に係る収益	661,067	18.2%	638,753	15.2%	△ 22,314	-3.4%
その他医業収益	室料差額・健診収益・診断書料ほか	141,998	3.9%	140,124	3.3%	△ 1,874	-1.3%
医業外収益	国(県)からの補助金・市からの繰入金ほか	429,623	11.9%	995,856	23.7%	566,233	131.8%
訪問看護(介護)収益	訪問看護(介護)診療に係る収益	58,244	1.6%	68,809	1.6%	10,565	18.1%
特別利益	過年度損益修正に係る収益	0	0.0%	24,143	0.6%	24,143	皆増
合計 (A)		3,623,848	100.0%	4,209,750	100.0%	585,902	16.2%

2. 収益の支出

(単位:千円)

区分		令和元年度		令和2年度		増減額③ ③=②-①	増減率 ③÷①
		決算額①	構成割合	決算額②	構成割合		
給与費	職員に係る人件費	2,439,036	67.2%	2,431,431	65.0%	△ 7,605	-0.3%
材料費	薬品費・診療材料費ほか	399,403	11.0%	399,279	10.7%	△ 124	0.0%
経費	委託料・賃借料・光熱水費・修繕料ほか	349,537	9.6%	403,447	10.8%	53,910	15.4%
減価償却費	病院所有の固定資産に係る償却費	193,411	5.3%	288,573	7.7%	95,162	49.2%
資産減耗費	固定資産の除却費ほか	2,073	0.1%	5,640	0.2%	3,567	172.1%
研究研修費	研究研修に係る旅費ほか	8,783	0.2%	1,300	0.0%	△ 7,483	-85.2%
医業外費用	借入金の返済に係る利息の支払・消費税ほか	178,111	4.9%	139,008	3.7%	△ 39,103	-22.0%
訪問看護(介護)費用	訪問看護(介護)診療に係る費用	59,296	1.6%	69,009	1.8%	9,713	16.4%
特別損失	不納欠損処理、資産の売却に伴う損失	2,532	0.1%	444	0.0%	△ 2,088	-82.5%
合計 (B)		3,632,182	100.0%	3,738,131	100.0%	105,949	2.9%

3. 資本的収入

(単位:千円)

区分		令和元年度		令和2年度		増減額③ ③=②-①	増減率 ③÷①
		決算額①	構成割合	決算額②	構成割合		
企業債	設備投資にかかる借入金	648,200	99.6%	41,200	49.5%	△ 607,000	-93.6%
他会計補助金ほか	設備投資にかかる国(県)からの補助金ほか	2,750	0.4%	40,757	49.0%	38,007	1382.1%
固定資産売却代金	固定資産売却に伴う売却収入	0	0.0%	1,250	1.5%	1,250	皆増
合計 (C)		650,950	100.0%	83,207	100.0%	△ 567,743	-87.2%

4. 資本的支出

(単位:千円)

区分		令和元年度		令和2年度		増減額③ ③=②-①	増減率 ③÷①
		決算額①	構成割合	決算額②	構成割合		
建設改良費	医療機器購入費、システム開発費ほか	656,156	70.6%	109,863	22.1%	△ 546,293	-83.3%
企業債償還金	借入金の返済に係る元金の支払	273,442	29.4%	387,149	77.9%	113,707	41.6%
合計 (D)		929,598	100.0%	497,012	100.0%	△ 432,586	-46.5%

※令和2年度 収益的収支差引

(単位:千円)

収入 (A)		支出 (B)		
4,209,750	-	3,738,131	=	471,619

※令和2年度 資本的収支差引

収入 (C)		支出 (D)		
83,207	-	497,012	=	△413,805

市民病院の会計は「公営企業会計」が適用されているため「収益的収支」と「資本的収支」で構成されています。「収益的収支」とは病院の経営活動によって発生するすべての収支をあらわし、単年度の経営状況を示しています。「資本的収支」とは施設の建設改良に関する投資的な収支をあらわしています。

令和2年度の「収益的収支」は4億7,100万円の黒字、「資本的収支」は4億1,300万円の赤字となり、会計全体では5,800万円ほどの黒字となっていますが、収益的収支には、実際に現金の支出を伴わない減価償却費等の費用が含まれているため、資金の増減額とは一致しません。令和2年度は現預金が前年度比で3億2,000万円増加し、年度末における保有資金残高はおよそ16億9,100万円となっています。



インフルエンザ予防接種 の予約について

当院かかりつけの方への、インフルエンザ予防接種の予約を受け付けております。

予防接種を希望される方は、主治医へご相談ください。

●接種期間

10月12日(火)～1月31日(月)

なお、当院かかりつけでない方は、下記の日程のみ接種可能です。

●接種を希望される方は事前予約が必要です。

11月11日(木)、12月2日(木)、12月16日(木)

※ワクチンの入荷状況により、接種予約日の変更をお願いすることがあります。ご了承ください。

●お問い合わせ

医事課受付窓口 Tel 0978-67-1211



小児科 インフルエンザ予防接種のお知らせ

小児インフルエンザワクチン接種の集団接種を中止し、個別接種のみ行います。

接種を希望される方は、事前に小児科にてご予約をお願いいたします。

●接種日時

毎週火曜日～金曜日

午後1時～午後1時30分の間に総合受付で受付を済ませてから、小児科へお越しください。

●お問い合わせ

小児科 Tel 0978-67-1211



オンライン資格確認システム導入についてお知らせ!

マイナンバーカードで健康保険証等の確認が行えるようになります。

マイナンバーカードで健康保険証を利用するには事前に申込みが必要となりますので、詳しくは、マイナポータルサイトをご確認ください。

これまで使用している健康保険証も引き続きご利用いただけます。

当院では、現在導入に向けて準備を進めています。

運用時期等については、当院ホームページ・院内掲示等でお知らせいたします。

詳細について、医事課窓口にご相談ください。



新型コロナウイルス感染症対策にかかるご支援のお礼

新型コロナウイルス感染症の拡大が続くなか、日本看護協会様、堀口厚様（安岐町）、その他にも複数の企業、団体様、個人の方々から、当院に医療物資等のご寄付を多数いただき、心より感謝申し上げます。ご寄付いただきました医療物資等は、今後の診療・感染対策のため有効に活用させていただきます。依然として予断を許さない状況にありますが、引き続き全職員が一丸となって、安心・安全な医療の提供に努めてまいります。



国東市民病院 川柳

サービス向上委員会の取り組みとして、川柳を募集しています。投稿いただいている中から委員会のメンバーにて、下記の5句を選ばせていただきました。病院だよりに掲載できなかった川柳は、病院内の各病棟と外来に掲示しています。引き続き川柳を募集していますので、ぜひ奮ってご参加ください。※記入用紙と投票箱は、外来窓口、各病棟に設置しております。

<p>病むときに 優しき言葉 生いみづる</p> <p>国東市民病院愛用者</p>	<p>身を託す 医師の笑顔に 救われる</p> <p>伊牟田 洋史</p>	<p>九十で 初めて医師の 恩を知る</p> <p>匿名さん</p>	<p>川柳の 掲載競い 友となる</p> <p>腎臓の友蔵</p>	<p>スタッフの 笑顔私の 薬です</p> <p>重吉 喜一郎</p>
---	---	--	---	---

サービス向上委員会

◆ベッドメイキング

入院患者のため、ベッドを準備しています。しわを作らないように丁寧にいきます。



◆掃除

病室の掃除を行っています。患者さんが気持ちよく入院生活が送れるように環境を整えます。



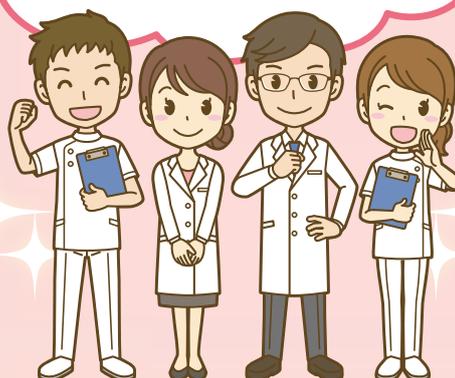
◆配膳

配膳車から食事を取りだし、配膳を行います。食札を見て、間違いがないか確認します。



輝くスタッフ紹介 ～看護助手編～

国東市民病院で働いているスタッフや仕事内容を紹介します。第二弾は、看護助手の大川さんの仕事内容を紹介します。



働いてみての
感想・やりがい

大川真人

地元で働きたいという意志があり、人と関わる仕事がしたかったため、市民病院に入職しました。何も資格を持っておらず、やっていけるか不安でいっぱいでしたが、先輩方が優しく丁寧に教えてくれるので安心して業務に取り組むことができます。

大変なこともあります。患者さんの退院が決まると、「いままでありがとう」や「お世話になりました」等という感謝の言葉をかけられ、とてもやりがいを感じることがあります。



◆入浴介助

患者さんの入浴介助を行っています。患者さんが転倒しないように気をつけながら行います。

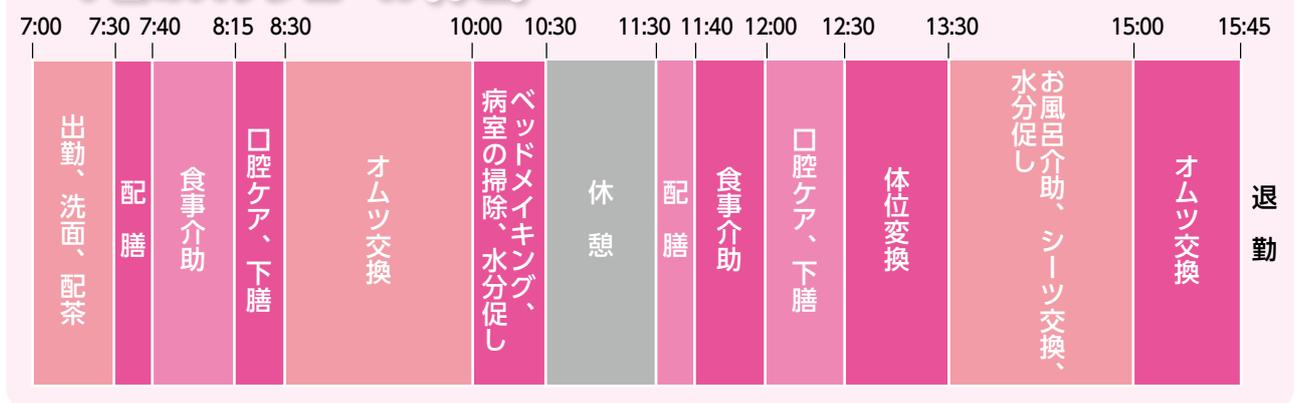


◆食事介助

食事介助を行っています。メニューの説明を行い、声かけしながら介助を行います。



～1日のスケジュール(早出)～



職員採用情報

【正規職員】

職 種 名	応募資格	募集人数
看護師	免許を有する方または令和3年度実施の試験で免許取得見込みの方で、昭和62年4月2日以降に出生された方（34歳以下の方）。	若干名
社会福祉士	免許を有する方または令和3年度実施の試験で免許取得見込みの方で、平成3年4月2日以降に出生された方（30歳以下の方）。	2名

- 採用予定年月日：令和4年1月1日以降
 - 募集締切：令和3年11月29日(月)必着
 - 試験日：令和3年12月16日(木)
 - 試験内容：筆記試験（作文）・面接試験
- ※詳しくは、当院のホームページから採用情報をご確認ください。

職 種 名	応募資格	募集人数
薬剤師	薬剤師免許を有する方又は、令和3年度実施の試験で免許取得見込みの方で、昭和46年4月2日以降に出生された方。（50歳以下の方）	1名

- 採用予定年月日：随時
 - 試験日：随時
 - 試験内容：筆記試験（作文）・面接試験
- ※詳しくは、当院のホームページから採用情報をご確認ください。

【問い合わせ】 国東市民病院 総務経営課総務企画係 ☎0978-67-1211
〒873-0298 大分県国東市安岐町下原1456番地



診療受付・診療開始時間 及び休診日

【外来受付時間】 8:00~11:00
(午後の受診診療科も受付できます)
【診療開始時刻】 8:45
【休 診 日】 土曜・日曜・祝日

《各科曜日別外来担当医師名》

(令和3年10月1日現在)

	診療科名	月	火	水	木	金
午前	総合診療(新患)	浦勇 慶一	近藤 秀和 (大分大・循環器内科)	塩田 星児 (大分大・総合内科・総合診療科)	寄野 浩	鬼木 崇裕
	内科(予約再来)	寄野 浩	野邊 靖基	野邊 靖基	寄野 浩	寄野 浩
		知念 正明	寄野 浩	寄野 浩	知念 正明	杉山 佳歩
		近藤 秀和	首藤 久之	知念 正明	佐藤 弘樹	佐藤 弘樹
		幸松 展央	近藤 秀和	塩田 星児	浦勇 慶一	浦勇 慶一
		杉山 佳歩	杉山 佳歩	鬼木 崇裕	鬼木 崇裕	鬼木 崇裕
		沖田 純 (大分大・腎臓内科)	鬼木 崇裕	浦勇 慶一	鬼木 崇裕	峯崎 大輔
	呼吸器外来※		首藤 久之	鳥羽 聡史		
	消化器外来	田原光一郎	知念 正明	山中 昂紀	知念 正明	峯崎 大輔
	整形外科	田原光一郎	廣石 和章	田原光一郎	廣石 和章	折本 大樹
	整形外科※		播広谷勝三	内田 研		河野 正典
	小児科	加藤 里絵	加藤 里絵	加藤 里絵	加藤 里絵	加藤 里絵
		安藤 将太	安藤 将太	安藤 将太	安藤 将太	安藤 将太
	泌尿器科	(大分大) (診察は10時より)				鈴木駿太郎 (診察は10時より)
透析科					(大分大)	
麻酔科	松本 進一	松本 進一	松本 進一	松本 進一	松本 進一	
	佐藤 輝幸	佐藤 輝幸	佐藤 輝幸	佐藤 輝幸	佐藤 輝幸	
脳神経外科	武田 裕 (診察は10時より)			井上 亮 (診察は9時より)		
歯科口腔外科	平野 公彦	平野 公彦	平野 公彦	平野 公彦	平野 公彦	
婦人科・女性外来			友田 和子	吉武 朋子		
こころの相談科		大神 博央 (予約制)			河野健太郎 (予約制)	
禁煙外来 (診察は10時から10時半)		首藤 久之 (予約制)				

	診療科名	月	火	水	木	金	
午後	内科(予約再来)		寄野 浩	糖尿病専門外来			
	泌尿器科	(大分大) (診察は14時30分まで)				鈴木駿太郎 (診察は15時30分まで)	
	小児科 (診察は15時より)(受付は17時まで)	加藤 里絵			加藤 里絵	安藤 将太	加藤 里絵
		安藤 将太					安藤 将太
	小児科専門外来				井原 健二 毎月第2木曜日 ※下記注意参照		
	乳幼児検診	14時から15時 (予約制)					
	予防接種		14時から15時 (予約制)	14時から15時 (予約制)	14時から15時 (予約制)		
	歯科口腔外科 (受付は16時まで)	平野 公彦	平野 公彦	平野 公彦	平野 公彦	平野 公彦	
	耳鼻咽喉科 (受付は16時半まで)	(大分大) (診察は14時より)		(大分大) (診察は14時より)		(大分大) (診察は14時より)	
	皮膚科 (受付は15時まで)			(大分大)			
こころの相談科		大神 博央 (予約制)	河野健太郎 (予約制)				

お知らせ

※火曜日の整形外科(播広谷医師)に初めて受診する際には予約が必要です。
 ※水曜日の整形外科の内田医師と呼吸器内科の鳥羽医師に、初めて受診する際には当院宛の紹介状が必要です。
 ※木曜日午後の小児科(井原医師)の診療日は変更になる場合がありますので、事前にご確認の上ご来院下さい。
 【休診情報】 歯科口腔外科
 10月22日(金)、10月26日(火)午後より休診、10月28日(木)