

広報 市民病院だより



看護ふれあい体験のようす ※4ページに掲載

CONTENTS 【目次】

- | | | | |
|-----|---------------------|-----|------------------|
| ②-③ | 放っておくと危険！実は睡眠時無呼吸かも | ⑦ | くにさきサロンまりまりのご案内 |
| ④ | 看護ふれあい体験 | ⑧-⑨ | 熱中症のはなし、トピックス |
| ⑤ | 放射線科紹介 | ⑩ | 薬剤師修学資金貸与制度のお知らせ |
| ⑥ | 患者満足度調査(病棟)、川柳 | ⑪ | 採用情報 |



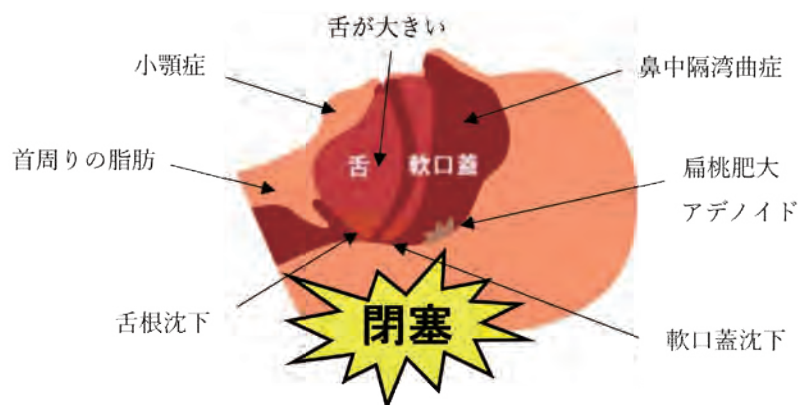
放っておくと危険！実は睡眠時無呼吸かも

●睡眠時無呼吸症候群とは

近年、TVや雑誌などで“睡眠負債”、“睡眠障害”、“良質な睡眠とは”などといった身体と睡眠の質に関する話題や記事を目にする機会が増えています。皆さんは睡眠時無呼吸症候群をご存じですか？睡眠時無呼吸症候群とは睡眠中に何度も無呼吸（呼吸が10秒以上止まること）を繰り返すことで、正常な深い睡眠がとれず、日中の眠気など様々な症状を引き起こす病気のことです。診断には睡眠検査を行い、睡眠時間1時間当たりの無呼吸の回数（AHI：無呼吸低呼吸指数）を解析し、重症度の判定をします。

●原因

扁桃肥大や鼻中隔湾曲症などの原因で上気道という空気の通り道が狭くなることで無呼吸が引き起こされます。



●いびきがなくても要注意！

睡眠時無呼吸症候群の発見の手がかりとなるものに『いびき』がありますが、いびきをかかないタイプの無呼吸も存在します。いびきの他にも以下のような症状がある方は一度検査を受けられることをオススメします。

○主な症状

- ・ 日中の強い眠気や倦怠感
- ・ 夜中に何度も目が覚める、夜間頻尿
- ・ 頭痛、だるさ
- ・ 慢性的なめまいやふらつき
- ・ 集中力や記憶力の低下

○身体的な特徴

- ・ 肥満
- ・ 顎が小さい
- ・ 扁桃肥大

●心筋梗塞や脳卒中の危険度が上がります！

睡眠時無呼吸症候群は、生活習慣病（肥満、高血圧、高脂血症、糖尿病、高尿酸血症、アルコール性肝障害）と密接に関連し、身体の状態をどんどん悪化させていきます。そのため、睡眠時無呼吸症候群を放置すると、心筋梗塞、脳卒中など命に関わる病気のリスクが大幅に高まります。また、日中の強い眠気による交通事故や仕事でのミス、糖尿病やメタボの悪化など、生活全体に深刻な影響を及ぼします。

●簡易検査（自宅で検査可能）

自宅でできる睡眠時無呼吸症候群の検査として、簡易検査というものがあります。寝る前に指先や鼻の下に小さなセンサーをつけて、普段通り自宅で寝てもらうことで検査が可能です。寝ている間の呼吸の状態や血液中の酸素の状況を判別します。費用は保険適用（3割負担の方）で3,000円程度となります。



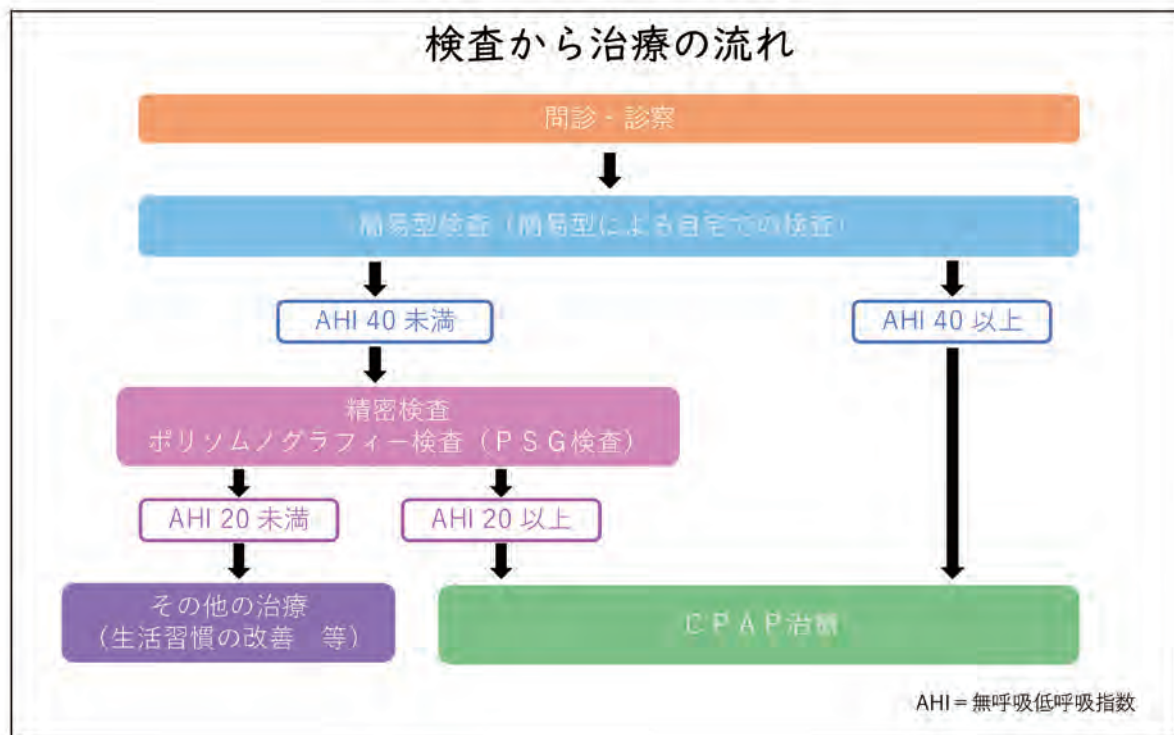
●ポリソムノグラフィー検査（入院による精密検査）



睡眠時無呼吸症候群などをより詳しく調べるために一泊入院で検査を行います。簡易検査よりも調べる項目が多く、脳波や呼吸、心臓の動き、いびきなどを同時に記録し、無呼吸の有無や重症度、種類、睡眠の質まで詳しく判別します。検査当日は15時に入院していただき、翌朝退院となります。費用は保険適用（3割負担の方）で40,000円程度となります。

●CPAP治療や手術治療

CPAP治療は、寝るときに鼻と口にマスクをつけて空気を送りこみ、のどの通り道を広げることで無呼吸やいびきを防ぐ治療です。毎晩使うことで、睡眠の質が大きく改善します。鼻閉や扁桃腺が大きく気道が狭くなっている場合には、当院で手術治療することも可能です。手術が適しているかどうかは、医師が診断し、判断します。いびきに加えて睡眠中無呼吸を指摘されたことがある方、日中の眠気等ある方は一度当院までご相談にお越し下さい。



耳鼻咽喉科医師 平岡 晃太

看護ふれあい体験

令和7年5月23日に当院で地域の高校生を対象に「看護ふれあい体験」を実施しました。この体験は、将来の進路を考えるうえで医療や看護の現場に触れてもらうことを目的としており、毎年地域の生徒の皆さんにご参加頂いています。

当日は3名の生徒が参加し、緊張した面持ちで集合しました。

まずは看護部長から病院の概要について説明があり、生徒たちは真剣な表情で話に耳を傾けていました。

その後、病棟を見学し、看護師の仕事を間近で見学しました。

病棟では、実際に車いすに乗って違いを体感したり、患者さんと一緒に病棟内を散歩したり、食堂でパズルをしたり、介助浴や普通浴の入浴場所の見学を行いました。

限られた時間ではありましたが、看護の多様な仕事の一端に触れてもらうことができました。生徒からは「寝たまま入れるお風呂をみて感動しました。」「患者さんとお話することは、緊張したけど、お話ができ心がほっこりしました。患者さんからも、孫みたいでうれしいと言われてうれしかったです。」との感想が寄せられました。

看護という仕事は、技術だけでなく人と人とのつながりを大切にする職業です。この体験を通じて、参加された皆さんが少しでも医療や看護の世界に興味を持てただけなら、私たちにとっては大きな喜びです。

当院では、今後も地域とのつながりを大切にしながら、次世代を担う若い世代に医療の魅力を伝える活動を続けていきたいと考えています。



血圧測定の体験



AEDの体験



病棟での体験



検査科訪問

放射線科紹介

放射線科では、画像診断機器と専門的な知識を活かし、病気の早期発見・診断をサポートしています。当院では、一般撮影、CT装置、MRI装置、マンモグラフィ、透視装置、ポータブル撮影、パントモ導入が装備されており、正確で迅速な検査を提供しています。

今回は一般撮影、CT検査、MRI検査についてご紹介します。

一般撮影

一般撮影とは、いわゆる「レントゲン検査」のことをいいます。X線を使って体の中の様子を画像として映し出す検査です。

胸部やお腹、全身の骨などの状態を調べるために使われており、肺炎、腸のガスのたまり、骨折など様々な病気やけがの診断に役立ちます。



CT検査

CT検査は、X線を使って体の中を輪切りにしたような画像を撮影する検査です。レントゲン検査よりも詳しく、体の中の小さな異常も見つけやすくなります。

病気の早期発見や、けが、出血、がん、血管の異常などの診断に役に立ちます。検査の内容によっては、より詳しく調べるために「造影剤」という薬を使うこともあります。



MRI検査

MRI検査は、強い磁石と電波を使って、体の中を診る検査です。電波をあてて出てくる信号を読み取り、いろんな方向の断層画像を作ることができます。MRI検査では、様々な病気を発見することができますが、特に脳（早期脳梗塞）、脊髄、四肢や子宮、卵巣、前立腺などの病気の発見に優れています。

私たちは安全に配慮して、安心して検査を受けていただけるよう日々努めています。検査について気になること、不安なことなどありましたら、遠慮なくスタッフにお尋ねください。



2024
年度

患者満足度調査《病棟》貴重など意見

Q.食事についてもう少し改善して欲しい（朝食にタンパク質の物が一品欲しい）。

A.朝食の品数に関しまして、昼食夕食と比べて少ない品数ではありますが、1日分としてバランスを考えて提供しております。患者様にご満足して頂けるよう、食材量、使用食材の種類、味付けなどの工夫を引き続き行ってまいります。

Q.大部屋での換気頻度を調整して欲しい（同室者に気をつかってしまうので職員がこまめに欲しい）。

A.室温湿度を確認しながら、職員が定期的に換気を行うよう体制を見直してまいります。

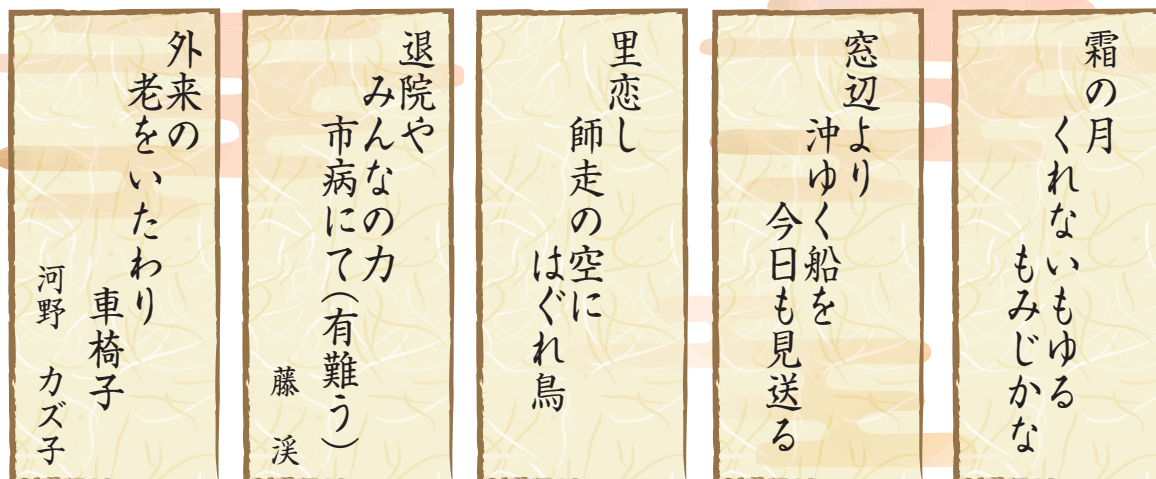
当院では、患者様やご家族の皆様からのご意見・ご要望を大切にしています。より良い医療とサービスの提供を目指し、皆様からのご意見を院内で共有し、改善してまいります。

1階受付機と各病棟に意見箱を設置しております。些細なことでも構いませんので皆様のお声をぜひお聞かせ下さい。



国東市民病院 川柳

サービス向上委員会の取組として、川柳を募集しています。投稿いただいた中から委員会にて下記の5句を選ばせていただきました。川柳は、病院内の各病棟と外来にも掲示しています。引き続き川柳の募集を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、リハビリ室に設置しています。



サービス向上委員会

くにさきサロン「まりまり」のご案内



がんサロン

**くにさきサロン
「まりまり」**

※「まりまり (malimari)」は
トンガ語で「笑顔」という
意味です

日時 奇数月の第3木曜日
14:00～16:00

場所 国東市民病院
ふれあいホール

参加費、予約不要

参加者募集!
がんサロンはがんを体験した仲間や、ご家族などの交流の場です。お茶を飲みながら、穏やかな雰囲気でお話していきます。同じ経験をしたからこそ話せることもあると思います。お気軽にお越しください。

【問い合わせ先】
国東市民病院 地域医療連携室
大分県国東市安岐町下原1456番地
☎ 0978-67-1211

あなたも参加してみませんか？
お待ちしております。

くにさきサロン「まりまり」とは、がんを経験された方々やご家族などの交流の場です。

奇数月の第3木曜日に開催しています。院内外の方をお招きしてコンサートやマジックショー、勉強会などをしていただいています。

みなさんで楽しい時間を過ごしながら、気持ちを共有出来たらと思います。

お気軽にお越しください。

次回は **9月18日** 開催予定です。

今回のポスター



スタッフが季節ごとのポスターを、毎回作成しています。今回は端午の節句がテーマとなっています。院内ラウンジに掲示してありますのでご覧ください。



前回の様子です。皆さんでテーブルを囲み、座談会を行いました。

地域医療連携室

熱中症のはなし

◆ 熱中症とは

高温の環境下にいる間や、いた後に起こる人体への障害と定義されています。地球温暖化と都市部におけるヒートアイランド現象の影響で、年々最高気温の記録が更新されています。2023年には9万人を超える患者さんが熱中症で救急搬送されました。熱中症による死者数は毎年1000人を超える状況が続いており、改善の兆しがみられません。



かつては労働現場や炎天下での運動中に多く発生していましたが、近年では日常生活の中の住宅内での発生が最多となっており、その多くが高齢者です。

◆ 症状

熱中症の症状は、軽症から重症まで多岐にわたり、重症になると命にかかわる疾患です。熱そのものによる臓器障害と、脱水による症状があります。軽症例では冷所での休憩や飲水で軽快が期待できますが、重症例になると入院加療が必要です。

重症度Ⅰ度	めまい、たちくらみ、生あくび、筋肉痛、こむら返り、大量の発汗
重症度Ⅱ度	頭痛、嘔吐、脱力感、集中力や判断力の低下
重症度Ⅲ度	汗が出なくなる、痙攣、意識障害、血圧低下
重症度Ⅳ度	深部体温が40℃以上、意識障害

◆ 高齢者と熱中症

人体には、高温環境に置かれると汗をかいたりして熱を逃がし、体温の過剰な上昇を防ぐ働きがあります。また〈身体〉が暑いと感じると、水分をとったり服を脱いだり冷房をつけたりするよう、〈脳〉が指令を出します。高齢者になると発汗が少なくなるため、熱を逃がしにくくなります。また感覚が鈍くなり暑さを感じにくくなるため、高温環境にいても身体を冷やすような行動がとれなくなることがあります。

暑いと感じた時にはすでに体温が上昇していることが多いとされます。体内の水分量も若いころと比べて減少するので、脱水症状にもなりやすいという特徴があります。

また高齢者の熱中症は、肉体労働や運動時ではなく日常生活中に室内で発症することが多く、その背景には低栄養や慢性疾患の悪化、感染症などの併存が考えられます。若年者と比較し重症化する割合が高く、元々生活が自立している人でも、一度入院してしまうと自宅に帰れなくなってしまうこともあります。

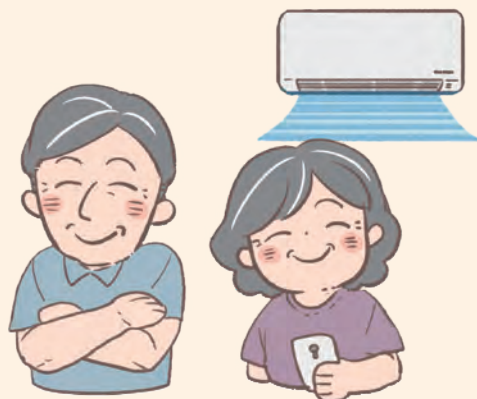
◆ 対処法

軽症であれば、涼しい場所へ移動して濡らしたタオルを首や手足に掛けたり、氷の入ったビニール袋を首や腋の下、股関節部に当てたりして体を冷やしましょう。霧吹きで水を吹きかけ、風を送るのも有効です。可能であれば、自身で飲水をしてもらいます。数十分程度様子を見て、症状が改善しない、水が飲めないのであれば医療機関を受診してください。呼びかけて意識の状態が悪ければ重症なので、救急車を呼んでください。

◆ 熱中症にならないために

気づかないうちに、水分は体から抜けていきます。のどが渴いたと感じる前に、こまめに水分を取りましょう。また汗をかくと水分と同時にミネラルも失われます。水分補給を心がけている人は多くても、塩分補給を心がけている人は全体の25%程度とする報告もあります。経口補水液などミネラルも摂れるものを飲むようにしましょう。

自宅での熱中症は、寝室や居間での発生が多いとされます。くつろぐための空間も、適切に環境整備がなされていないければ、危険な空間になってしまいます。“冷房は体に良くない”、“省エネ”、“電気代が気になる”とエアコンの使用を控える人も多いようですが、“健康のため”にエアコンは使用しましょう。部屋に温度計を置き、冷風が体に直接当たらないようにし、室温を28℃前後に保つのがよいとされています。



熱中症は予防策を知っていれば防ぐことができ、応急処置を知っていれば救命できる疾患です。対処の遅れが重症化につながるため、予防や異変に早期に気づき適切に対処することが重要です。元気に夏を乗り切りましょう。

内科医師 有次 葵

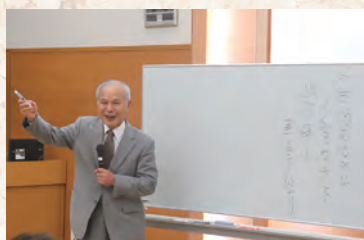
院内学会を開催しました

令和7年4月19日に当院のふれあいホールにて、第37回院内学会が開催され、約70名の職員が参加しました。

院内の各部門や委員会による2年間にわたって取り組んできた7題の研究発表が行われ、いずれも素晴らしい内容でした。今後は県内外の学会での発表も予定されています。

また、今年はコロナ禍で中断していた特別講演を再開し、元当院院長であり、現在は佐藤とよかわクリニック院長の田畑正久先生をお招きし、「なぜ医療と仏教の協力か？」をテーマにご講演をいただきました。事例を交えた講演は非常に示唆に富み、わかりやすく、私たち医療従事者の心に響くものでした。

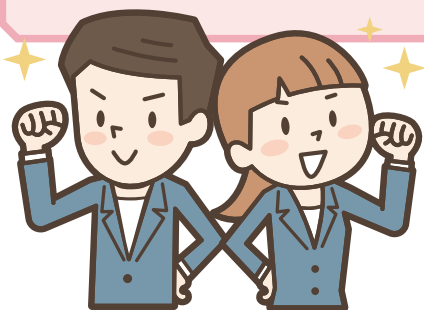
地域の皆様により良い医療を提供できるよう、これまで37年にわたり継続してきたこの研究会を今後も開催していきたいと思います。

TOPICS
病院トピックス

国東市民病院 薬剤師修学資金貸与制度 のお知らせ

国東市民病院では、病院薬剤師の人材を確保し、地域における中核的な医療機関としての機能の維持及び向上に資することを目的として「国東市民病院薬剤師修学資金の貸与に関する条例」を制定しています。

大学薬学部の3学年から6学年の4年間で、
月額14万円の**最大672万円**貸与します！



さらに…



貸与期間+2年間（最長6年間）当院で薬剤師
として従事すれば **全額返還免除**します！



制度の詳細については、病院ホームページ
をご確認ください。ご不明な点等ございま
したら、些細なことでも構いませんので下記ま
で気軽にお問合せ下さい。



国東市民病院薬剤師
修学資金貸与制度

問い合わせ

国東市民病院 総務経営課 総務企画係 ☎0978-67-1211

令和8年4月採用 正規職員を募集します

職種名	募集人員	応募資格
薬剤師	6名程度	昭和50年4月2日以降に生まれた人で、薬剤師法の規定に基づく免許を有する人、または、令和7年度実施の試験で免許取得見込みの人(50歳以下)
理学療法士	2名程度	平成12年4月2日以降に生まれた人で、理学療法士法の規定に基づく免許を有する人、または、令和7年度実施の試験で免許取得見込みの人(25歳以下)
作業療法士	2名程度	平成12年4月2日以降に生まれた人で、作業療法士法の規定に基づく免許を有する人、または、令和7年度実施の試験で免許取得見込みの人(25歳以下)
診療情報管理士	1名	昭和55年4月2日以降に生まれた人で、診療情報管理士の免許を有する人、または、令和7年度実施の試験で免許取得見込みの人(45歳以下)

【給与等】給料月額（令和7年4月1日現在の初任給の例）

給与の種類／職種	短大卒	大卒	大6卒
薬剤師	—	—	250,100円+(資格手当)110,000円
理学療法士	(短大3卒)227,500円	233,000円	
作業療法士	(短大3卒)227,500円	233,000円	
診療情報管理士	(短大2卒)211,400円	226,400円	

採用年月日：令和8年4月1日

応募締切：令和7年9月12日（金曜日）17時まで

試験日：令和7年9月27日（土曜日）

試験内容：作文試験、面接試験

※申込方法・受験資格等の詳細は、当院のホームページから採用情報をご確認ください。

【令和7年度採用】

職種名	募集人数	応募資格
薬剤師	若干名	昭和50年4月2日以降に生まれた人で、薬剤師法の規定に基づく免許を有する人（50歳以下）
看護師	2名程度	昭和60年4月2日以降に生まれた人で、保健師助産師看護師法の規定に基づく免許を有する人（40歳以下）
看護助手	2名程度	昭和60年4月2日以降に生まれた人（40歳以下）※資格不要

採用年月日：随時 試験日：後日、ご連絡いたします。

応募締切：随時 試験内容：作文試験、面接試験

※申込方法・受験資格等の詳細は、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



国東市民病院
採用情報

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7年7月1日現在)

診療科名		月	火	水	木	金
総 合 診 療 (新患)		仲摩 恵美	堀之内 泰雄 (大学・総合診療科)	塩田 星児 (大学・総合診療科)	寄野 浩 (糖尿病)	平林 優朗 (循環器)
内 科 (予約再来)		寄野 浩 (糖尿病)	野邊 靖基 (循環器)	野邊 靖基 (循環器)	寄野 浩 (糖尿病)	寄野 浩 (糖尿病)
		川原 義成 (消化器)	寄野 浩 (糖尿病)	寄野 浩 (糖尿病)	川原 義成 (消化器)	平林 優朗 (循環器)
		齋藤 聖多郎 (大学・循環器)	平林 優朗 (循環器)	平林 優朗 (循環器)	平林 優朗 (循環器)	川原 義成
		佐藤 大輔	川原 義成	塩田 星児 (大学・総合診療科)	佐藤 大輔	仲摩 恵美
		有次 葵 峯崎 千智 (大学・腎臓内科)	橋本 奈央	仲摩 恵美 堀田 正一 (リウマチ・膠原病)	橋本 奈央	東 寛子 (大学・腎臓内科)
午 前	呼 吸 器 外 来		首藤 久之		柴田 稔文	
	消 化 器 外 来	川原 義成	川原 義成	麻生 裕亮	田原光一郎	麻生 裕亮
	外 科	田原光一郎 (外科・乳腺)	廣石 和章 甲斐 伊織 (外科)		田原光一郎 (外科・乳腺) 廣石 和章	田原光一郎 (乳腺) 廣石 和章 (外科)
	整 形 外 科 ※	石原 俊信	はりまや 播 谷 勝三	嶋田 直宏	石原 俊信	嶋田 直宏 石田 太郎
	小 児 科	加藤 里絵 安藤 将太	加藤 里絵 安藤 将太	加藤 里絵 安藤 将太	加藤 里絵 安藤 将太	加藤 里絵 安藤 将太
	泌 尿 器 科		戸高 雅広 (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 佐藤 輝幸	松本 進一 佐藤 輝幸	松本 進一 佐藤 輝幸	松本 進一 佐藤 輝幸	松本 進一 佐藤 輝幸
	脳 神 経 外 科	阿南 光洋 (診察は10時より)			井上 亮 (頭痛外来) (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	吉武 朋子		吉武 朋子 (奇数週のみ)		
	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)			
	耳 鼻 咽 喉 科	平岡 晃太	平岡 晃太	平岡 晃太		平岡 晃太

診療科名		月	火	水	木	金
内 科 (予約再来)			寄野 浩	糖尿病専門外来		
泌 尿 器 科			戸高 雅広		鈴木駿太郎	
午 後	小 児 科 (診察は15時より)(受付は17時まで)	加藤 里絵 安藤 将太		安藤 将太	加藤 里絵	加藤 里絵 安藤 将太
	小児科専門外来※ (受付は17時まで)				井原 健二 毎月第2木曜日(予約制) ※下記注意参照	
	乳 幼 児 検 診 診察は13時半～15時 (予約制)					
	予 防 接 種 (受付は13時～13時半)		診察は13時半～15時 (予約制)	診察は13時半～15時 (予約制)	診察は13時半～15時 (予約制)	診察は13時半～15時 (予約制)
後	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時まで)	平岡 晃太 (診察は14時より)		平岡 晃太 (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(播谷医師)に初めて受診する際には予約が必要です。
※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。

最新情報はこちらから



診療情報



休診情報