

地域の皆様の健康とより良い病院をめざして

山陽小野田市民病院 から こんにちは

新年のご挨拶

2021
1
vol.22



病院の理念 誠実 公正 連携

基本方針

- ・親しみやすく、思いやりのある医療を誠実にを行います。
- ・全人的かつ専門的で、良質な医療を行います。
- ・患者さんの気持ちと権利を尊重し、心温かい療養環境を提供します。
- ・市民病院としての使命を自覚し、患者さんのニーズに適切にお応えします。
- ・保健・医療・福祉・介護の連携を推進します。

山陽小野田市民病院

〒756-0094 山陽小野田市東高泊 1863-1

TEL(0836)83-2355 FAX(0836)83-0377

E-mail : med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp

ホームページ : <https://sanyo-onoda-city-hosp.jp/>



新年のご挨拶



病院局長 矢賀 健



新年明けましておめでとございます。市民の皆様におかれましては、昨年一年間は多かれ少なかれ新型コロナウイルス感染流行の影響を受け、暗鬱な気分の日も多々あったと存じます。しかし、新年を迎えるに当たり、気分を新たにしている方も多くいらっしゃるのではないでしようか。

令和2年は病院にとっても大変な一年でありました。感染症に対する対応にかなり時間と労力が割られました。病院内は抵抗力の弱い入院患者さんや外来患者さんがいらっしやるので、中にウィルスを持ち込ませないようにすることが重要です。多くの方にご不便・ご迷惑をおかけしましたが、玄関でのトリアージ、面会制限などをさせていただきました。また、発熱患者さんの診察にあたっては、医療者が防護具をつけて別室で行うため、お待ちいただく時間も長かったと思います。

一方、感染者対応だけでなく、経営面で病院は大きな打撃を受けました。感染を恐れるあまり、患者さんが受診を控えるようになり、収益が大きい

く落ち込みました。コロナ感染の見通しが立たない現段階で、この先の見通しははっきりしません。昨今、受診控えにより癌の治療が遅れたり、生活習慣病のコントロールが乱れたりする弊害が世界的に起こっていると言われていいます。このようなマイナス面も大きいので、自己判断で治療を中断しないようにしていただきたいと思います。

新型コロナウイルスで影が薄くなつてしまいましたが、昨年は7月に地域包括ケア病棟を設け、退院に向けて患者さんを支援する体制を構築しました。また、地域の開業医の先生方と連携を密にする活動に力を入れました。本年は災害に強い病院を目指して、3日間自家発電ができる燃料タンクを新たに設置します。また、電子カルテや透析機器の更新を行ない、診療を強化して参ります。

本年も市民の皆様のご支援を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

院長 藤岡 顕太郎



新年あけましておめでとございます。

昨年は世界中が新型コロナウイルスに振り回された年でした。当院も、新型コロナウイルス対策に莫大な労力を費やしました。新型コロナウイルスのワクチンが広く行き渡り、新型コロナウイルス感染が一日も早く終焉することを期待しています。

当院では、昨年四月より歯科口腔外科の常勤医が一名から二名に増員されました。これに伴い、入院が必要な歯科口腔外科の手術を行うことが出来るようになりました。また、昨年七月一日から地域包括ケア病棟が開設されました。退院支援病棟と命名し、退院後の生活復

帰がスムーズに移行出来るように支援しています。またレスパイト入院の受け入れも開始しました。退院支援病棟に関する詳しいことはホームページをご覧ください。

今年も、市民病院に来て良かったと皆様が思えるよう全職員とともに引き続き研鑽努力する所存ですので、よろしくお願い申し上げます。

最後になりましたが、皆様のご健勝と益々のご発展を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

事務部長 國森 宏



新年あけましておめでとございます。

本年の干支の「丑」の字は、赤ちゃんが右の手を伸ばした姿です。曲がっていたものが伸びる、始める、つかむ、という意味で、「上へ」のイメージを想像させる言葉と言われています。

昨年は、コロナ禍で普段通りにできない、やりたいことができない、いつもと違う日常になりました。

当院もコロナに感染しないために、玄関での健康観察や面会禁止などを行い、患者・家族の方にとっては忍耐の日々でした。

本年は、ワクチンに期待して、下向きにならず、「上へ」向かって、何かがつかる年になればと思います。特に、産科を持つ当院としては、ご家族の方が娘さんやお子さん、お孫さんに自由に会える日が早く来ればと願っております。本年もよろしく願います。



看護部長 藤谷 圭子

新年あけましておめでとございます。昨年は、山陽小野田市民病院の医療活動に理解、ご協力いただきありがとうございました。

昨年は、新型コロナウイルス感染症が全世界に拡大し未だに終息には至っておりません。平穩に過ごせることのありがたさを感じる一年となりました。皆さまには面会制限や玄関でのトリアージ等、感染対策にご協力を頂きありがとうございました。また、小野田工業高等学校機械科で作成されたフェイスシールドをご寄贈いただきました。地域の皆さまのご協力、ご支援を賜り心より感謝申し上げます。誠にありがとうございました。一日も早い新型コロナウイルス感染症の終息と、皆さまの健康をお祈り申し上げます。

さて、当院では昨年七月より地域包括ケア病棟（退院支援病棟）を開設いたしました。急性期治療を経過し病状が安定した患者さんや、在宅や施設で療養されている方の緊急時の受け入れを行い、自宅退院や介護施設の復帰に向けた医療や支援を行うための病棟です。看護部は「地域包括ケア病棟の構築」を年間目標に掲げ、他職種と密に連携しながら退院支援を進めてまいりました。今後も退院後の生活復帰がスムーズに移行できるように支援してまいります。安心してこの住み慣れた地域で自分らしい暮らしが続けられることを願っております。

「質の高い看護ケアを責任もって行う」との看護部理念のもと、看護職一同努力してまいります。どうぞ本年も宜しくお願いいたします。

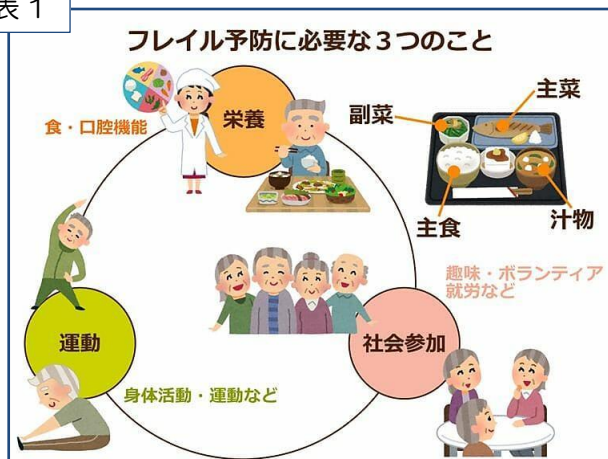


日本人の食事摂取基準（2020 年版）

厚生労働省は、「日本人の食事摂取基準（2020 年版）」を公表しました。「日本人の食事摂取基準」は、健康増進法に基づき厚生労働大臣が定める、国民の健康の保持・増進を図る上で摂取することが望ましいエネルギー量と栄養素量の基準となります。5年ごとに改定しており、令和2年度から5年間用いられます。

今回の改定の主要ポイントは「活力ある健康長寿社会の実現に向けて」の観点から、高齢者の低栄養予防やフレイル（加齢により身心が老い衰えた状態）予防も入れて策定されています。主なポイントは下記にてご確認ください。

表 1



★ ポイント1

フレイル予防の為、50歳以上のタンパク質の摂取目標量を引き上げ。主食・主菜・副菜をしっかりと三食食べて低栄養を防ぎます。（表1）

★ ポイント2

骨折予防等のため、ビタミンDの目安量を引き上げました。日照により皮膚でビタミンDが産生されることを踏まえ、適度な日照を心がけることが重要です。（表2）

表 2



★ ポイント3

生活習慣病予防等のため、食塩の目標量を引き下げ。

成人男性 8.0g→7.5g

成人女性 7.0g→6.5g



よく「〇〇が体に良い、〇〇を食べると長寿の秘訣」などといった話を耳にすると、そればかりを集中的に食べる人がいますが、それは決して体に良いとはいえません。なぜなら、特定の栄養を多く取ってしまうと、他の栄養が少なくなるなどの偏りができてしまうからです。

元気で自立した生活を送るためには栄養バランスのとれた食事が必要です。主食・主菜・副菜のそろった食事を心がけましょう。



管理栄養士 河村 典子

Dr インタビュー

山陽小野田市民病院

内科 安田 真弓 先生

所属学会

日本内科学会
日本消化器病学会
日本消化器内視鏡学会
日本胆道学会
日本膵臓学会

Q これまでの経歴について教えてください

A 岡山県立岡山城東高校卒業後、山口大学医学部へ入学しました。医学部卒業後は研修医として県立総合医療センターで様々な診療科の研修をさせて頂き、その中で内視鏡検査や消化器疾患について興味を持ったため、2014年山口大学第一内科（消化器病態内科学）へ入局しました。第一内科は上部消化管（食道・胃）、下部消化管（小腸・大腸）、肝臓、胆膵といった臓器別に専門分野を専攻するのですが、胆膵内視鏡の難しさ、奥深さに惹かれ、胆嚢・胆道・膵臓疾患をメインに診療・研究をさせて頂きました。医学部付属病院で3年間勤務した後、2017年から当院で消化器内科全般の診療をしています。

Q 専門分野について教えてください

A 当院では消化器内科全般を診療させて頂いていますが、その中でも特に胆膵疾患を専門としています。大学院の研究テーマは「膵腫瘍性病変の鑑別における造影超音波内視鏡の定量的評価の有用性」で、膵疾患の診断法や造影超音波内視鏡検査の有用性について分析しました。当院では超音波内視鏡設備がないため、現在は胆膵内視鏡を用いて胆膵疾患の検査や治療を行っています。

Q 患者さんに対して心がけていることは？

A 患者さんは老若男女様々な方がいらっしやいます。その患者さんに合った方法で丁寧に説明をするよう気を付けています。また多くの方が「肝臓や胆嚢、膵臓って聞いたことがあるけど、どこにあるの？」と聞かれますので、絵や図を用いて説明をするよう心がけています。

vol.21

これを知りたい！係ちょ～さん

医療事務の専門家が教えます



E 係長

医療費控除について

医療費控除は、申告者自身の医療費だけでなく、生計を一にする家族の分の医療費も対象になります。

医療費控除を受けるためには、次の条件を満たす必要があります。

- ☑ 自分（控除を受ける人）または自分と生計を一にする配偶者その他の親族のために支払った医療費であること。
その年の1月1日から12月31日までの間に支払った医療費であること
- ☑ 医療費控除額の額は、実際に支払った医療費等の合計額から以下の金額を差し引いた額
※生命保険などの入院費給付金、健康保険などからの出産育児一時金などの額
※10万円（その年の総所得金額等が200万円未満の人の場合は、総所得金額等の5%の金額）
- ☑ 確定申告者が、生計を一にする配偶者その他の親族のために支払った医療費も合わせて、医療費控除の対象

《医療費として認められるものの例》

- ☐ 医師・歯科医師によって診療した医療費
- ☐ 妊娠中の定期健診や出産にかかる費用
- ☐ 風邪をひいた場合の風邪薬などの購入代金
- ☐ 成人用おむつ等の購入費（医師の証明書が必要）
- ☐ 医師等による診療を受けるために直接必要なコルセット、義足、義歯など

詳しくは最寄りの税務署にお問い合わせください



避難訓練を実施しました

12月16日（水）、夜間に7階の病室から火災が発生した想定で避難訓練を実施しました。7階を出火場所とした訓練は、当院の7階が今年の7月から退院支援病棟（地域包括ケア病棟）となっ
てからはじめての試みです。職員はこれまでの7階とは入院されている患者さんの病状が大きく変
わった病棟で、患者さんの病状にあわせた避難誘導に取り組みました。



熱がでたらどうしますか？

これまでと異なり今年の冬は熱が出た場合、風邪とインフルエンザに加え新型コロナウイルス感染との鑑別
がより重要になります。発熱、咽頭痛、咳などの症状だけではこの3つを鑑別することは困難ですから、検査
が必要となります。では、どのようにしたらよいでしょうか？

- 熱が高くない場合：息苦しさや倦怠感が強くなければ、自身で風邪薬をのんで様子をみられても構いません。ただし、高齢者や基礎疾患のある方は受診されることをお勧めします。症状が軽
くても、3～4日以上持続するような時は受診して検査を受けた方がよいでしょう。呼
吸困難があればすぐに受診する必要があります。
- 高 熱 の 場 合：インフルエンザの可能性があります。インフルエンザかどうかは簡便に検査できます。
有効な治療薬もあります。発症後治療開始までの期間が短ければ、薬の効きもよくな
ります。

※ 受診されるときは以下のことに留意してください ※

- ① 受診前に必ずかかりつけ医に電話で相談して指示を受けてください。
- ② かかりつけ医がない場合、毎日24時間対応の山口県新型コロナウイルス感染症専用相談ダイヤル
（083-902-2510）がありますので、そこに連絡してみてください。山陽小野田市の受診相談窓口
は健康増進課（0836-71-1814）平日8：30～17：15です。
- ③ 希望されても新型コロナウイルスの検査が受けられるとは限りません。検査するかどうかは医師の判断に
よります。

病院局長 矢賀 健

かかりつけ医紹介

むらた循環器内科

院長 村田 和也 先生



平成24年1月山陽小野田市西高泊に、むらた循環器内科を開設いたしました。

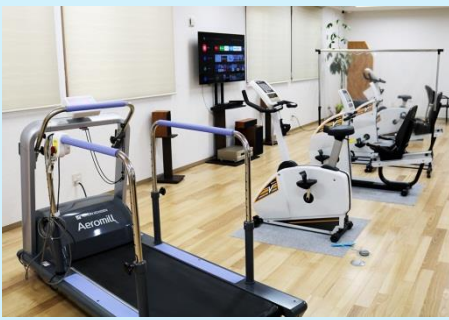
開業前は山口大学医学部循環器内科、検査部で慢性心不全、心臓弁膜症、虚血性心疾患などの心臓病を中心に診療・研究・教育を行ってまいりました。これまでの経験を生かしながら、循環器疾患を中心とした診療を行っています。

本院の特徴
・迅速かつクオリティーの高い検査を目指しています。

当院では可能な限り迅速に診断できるよう、超音波検査や24時間心電図は即日実施し、すぐに結果を患者さんに画像や数値で示しながら説明し治療に生かせるよう体制を整えています。特に心臓超音波検査は専門医と超音波検査士の資格を持った臨床検査技師が実施しています。生理検査や検体検査も精度維持のために毎年検査学会のサーベイを受け、臨床検査技師のスキルを維持することに努めています。また、開院当初よりIT化を進め、検査・画像データも一括してサーバーに保管し患者さんへの説明にも使用しています。とは言うもの実際は、大学勤務時代に教授から叩き込まれた「physical examination」ができてこそphysician、うごき言葉を常に頭の片隅に、聴診器を武器として五感を頼りに理学所見を重視した診療を心がけています。

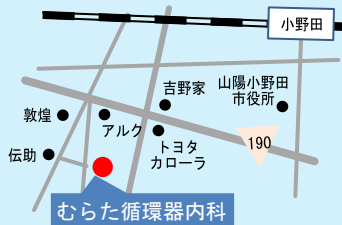
・心臓リハビリテーションに力を入れています。

「心臓リハビリテーション」という言葉に馴染みがない方々も多いと思います。現在の循環器疾患治療においては、有酸素運動を中心とした心臓リハビリテーションの有効性は確立された治療法となっています。心臓リハビリテーションは治療ガイドラインにおいても心不全再発予防治療としてのACE阻害薬・β遮断薬や虚血性心疾患における抗血小板療法と同等のクラスIに位置付けられています。当院では平成30年に施設認定を取得し、CPX（心肺運動負荷試験）の結果に基づいた心臓リハビリテーションに取り組んでいます。令和2年4月に新たに開設した90㎡の広い専用リハビリ室でコロナ禍でも密をさけて十分な距離を取りながらリハビリテーション治療を実施しています。心臓病があっても運動を続けたい、健康を維持したいと思われる方は是非ご相談下さい。



むらた循環器内科

所在地 山口県山陽小野田市西高泊672-2
電話番号 0836-39-8660
診療時間 午前：9:00-12:30
午後：14:00-18:00
休診 水曜日午後・土曜日午後
日曜日・祝日



我が家の一枚

ノーマイカーデーに向けて



念願の自転車を購入して、休日（数回）に片道20kmの道のりで走るチャレンジを始めました。
暖かくなったら、ノーマイカーデーの日は自転車通勤できるようにがんばります。😊

（医事課 佐々木）

今月の表紙

高千帆公民館 俳画教室
講師 師井 妙範

長い尾に小さく丸い体
小さなくちばし

エナガ「柄長」

作者 吉村 俊文

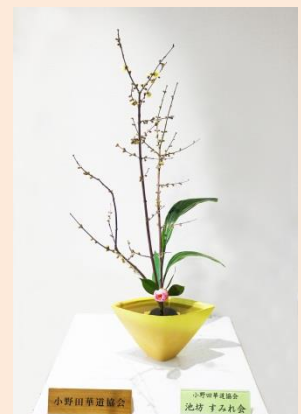
北海道～九州の林にすむ留鳥。
丘陵～高山の山ろくまでさまざまな樹林内で生活している。主にアブラムシなどの小さな昆虫やクモなどを捕食し、枝にぶらさがって逆さになったり停空飛翔してついで。

※正月の門松を配置します。

今月の生花

毎週病院玄関ロビーにて生け込みをしていただいています。

池坊 すみれ会



花材名 ロウバイ、ハラン、椿
撮影日 12月15日

山陽小野田市民病院診療日程表

(令和3年1月1日現在)

の医師は要予約

※外来受付時間（初診 11:00 まで／再診 11:30 まで）外に受診を希望される際は、必ず来院前にお問い合わせください。

診療科名		月	火	水	木	金
内 科	一 診	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	☆有好香子 (糖尿病・内分泌) ☆湯尻俊昭 (第2・4水曜日 午後・血液)	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)
	二 診	時山 裕 (消化器)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)	時山 裕 (消化器)	山口大学医師 ☆山崎隆弘 (午後・肝臓外来)	山口大学医師
	三 診		安田真弓 (消化器)	☆伊藤千与 (午前・呼吸器)	時山 裕 (消化器)	安田真弓 (消化器)
	四 診	山口大学医師 (午前・循環器)	☆河村 篤 (循環器)	山本普隆 (循環器)	☆平野綱彦 (午後・呼吸器)	☆河村 篤 (午前・循環器)
	五 診	小林正和 (循環器)	山本普隆 (循環器)	小林正和 (循環器)	小林正和 (循環器)	山本普隆 (循環器)
外 科	一 診	大楽耕司	藤岡顕太郎	大楽耕司	藤岡顕太郎	藤岡顕太郎
	二 診 8:30 - 9:00 11:00 - 11:30	野村真治 8:30 - 9:00 藤岡顕太郎 11:00 - 11:30	大楽耕司	野村真治 8:30 - 11:30	野村真治	野村真治
	午 後 13:00 - 17:00	☆田中俊樹 (呼吸器外科外来)				
整 形 外 科	一 診	脇阪敦彦	☆河合伸也		脇阪敦彦(新患)	前田 崇(新患)
	二 診	金子 昇(新患)	金子 昇	脇阪敦彦	前田 崇	金子 昇
	三 診		前田 崇	☆柿並康太郎(新患)		
脳神経外科 (紹介・再診のみ)	一 診 (診療時間)10:00-11:30		☆岡 史朗			☆岡 史朗
小 児 科 乳児検診・ 予防接種:予約制	午 前 (受付時間)9:00-11:00	☆大西佑治 (第1・3・5月曜日) ☆古澤陽法 (第2・4月曜日)	☆藤本洋輔	☆小林 光	☆岡崎史子	☆飯田恵庸
	午 後 (受付時間)13:30-15:30	☆長谷川俊史 (第1月曜日) ☆兼安秀信 (第2・3・4・5月曜日)		☆水谷 誠 (第1・3・5水曜日) ☆藤原万裕 (第2・4水曜日)	☆濱野弘樹	☆時高留依 (第1・2金曜日) ☆川上晶子 (第3・4・5金曜日)
産 婦 人 科	婦 人 科	住浪義則	平野恵美子 9:00 - 12:00	住浪義則	村上明弘	藤田麻美
	産 科	村上明弘	藤田麻美	村上明弘	住浪義則	平野恵美子 9:00 - 12:00
		平野恵美子 9:00 - 12:00	村上明弘		藤田麻美	住浪義則
	午 後 (予約のみ)	藤田麻美 13:00 - 16:00			平野恵美子 13:00 - 16:00	
皮 膚 科	一 診	☆浅野伸幸		☆浅野伸幸		
精 神 科 完全紹介予約制	一 診					☆土生建介
眼 科	午 前	☆播磨 希	徳久佳代子	徳久佳代子		徳久佳代子
	午 後 (受付時間)13:00-15:00				☆山田直之 (月1回) ☆湧田真紀子 (月3回)	
耳鼻咽喉科	午 後 (受付時間)14:00-16:00	☆橋本 誠		☆橋本智子	☆田原哲也 (第1・3木曜日)	☆菅原一真
泌 尿 器 科	一診(新患) 午 前	瀧原博史	☆佐本征弘	山口大学医師	北原誠司	北原誠司
	午 後 (受付時間)14:00-16:00				瀧原博史	
	二診(再来)		北原誠司	北原誠司	瀧原博史 8:30 - 10:00	
麻 酔 科	疼痛外来	内田雅人	河野瑠美	内田雅人	内田雅人	
	術前診察	河野瑠美	内田雅人	河野瑠美	河野瑠美	内田雅人
	緩和ケア 10:00 - 12:00			内田雅人		
歯科口腔外科 (原則予約制) 必ず歯科口腔外科で 予約をお取り下さい	(新患受付時間) 8:30 - 11:00	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子
	14:00 - 15:00	福田てる代 浜辺優子	☆梅田浩嗣 (手術患者のみ)	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子
脳神経内科 完全紹介予約制	午 後				☆佐野泰照	
禁煙外来 完全予約制	午 後	篠崎文彦				

お問い合わせ：山陽小野田市民病院 総務課

Tel0836-83-2355 Fax0836-83-0377

E-mail : med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp

☆非常勤医師