



周南市立 新南陽市民病院だより

電話：0834-61-2500 FAX：0834-61-2501

メールアドレス：renkei@city-hp.or.jp ホームページ：http://www.city-hp.or.jp

vol.36
2021年5月



目次

Contents

2021年度新入職員紹介	②
看護部だより	④
薬剤部だより	④
中央部だより	⑤
老健だより	⑤
感謝のエール弁当のお届け	⑥
糖尿病食レシピ	⑥
地域連携室だより	⑦
医事統計	⑦
外来診察一覧表	⑧

新南陽市民病院の基本理念

市民に 奉仕する 医療

1. 市民のための「地域病院」であること
2. 医療及び健康を求める全ての人々に親しまれる「開かれた病院」であること
3. 健康・福祉との連携にも積極的に寄与し、「市民コミュニティ」を形成すること
4. 病院も進歩と変化に対して、発展し、成長し続ける「伸びゆく病院」であること

新南陽 市民病院の 特徴

当院の管理運営は「公設民営方式」で、指定管理者制度に基づき、公益財団法人周南市医療公社に委託され、自治体の「信用力」と民間の「柔軟性・機動性・経済性」を活かしながら、管理運営を行っています。

また、施設医療環境面においては、外来診療機能部門の集中、病室の快適な居住性や診断精度の高いMRI、マルチスライスCT、血管造影装置など最新の機種を備えています。



周南市立新南陽市民病院 2021年度

新入職員



新入職員 紹介



河崎 亮太

部 署 中央部 人工透析室

職 種 臨床工学技士

採用日 令和3年4月1日

出身地は下関市です。好きなものはサウナ・バイク・ホークス・お酒です。今年は釣りやキャンプなどのアウトドアに挑戦してみたいです。周南市の皆様により良い医療を提供するために頑張ります。よろしくお願いいたします。



田中 綾

部 署 4階病棟

職 種 看護師

採用日 令和3年4月1日

4階病棟で働くことになりました、田中です。知識や技術に対して不安な部分も多くありますが、これから先輩方と一緒に頑張ります。また、様々なことに楽しみながら挑戦したいです。よろしくお願いいたします。



栢田 茉奈実

部 署	4階病棟
職 種	看護師
採用日	令和3年4月1日

病棟看護師1年生として出来ることを日々増やしていけるよう、先輩方にご指導いただきながら精一杯頑張ります!自宅では看護の勉強をしながら、息抜き漫画が生き甲斐。BLEACHを愛し、現在呪術廻戦に魅了されています。



安永 玲菜

部 署	5階病棟
職 種	看護師
採用日	令和3年4月1日

5階病棟に配属になりました安永玲菜です。趣味は野球観戦で、好きな球団はカープです!また、最近はゴルフを始めました。休日にはしっかりと身体を動かし、気分転換を図りながら頑張っていくつもりです。よろしくお願いします。



上ノ谷 美帆

部 署	リハビリ室
職 種	理学療法士
採用日	令和3年4月1日

はじめまして!!4月に入職しましたカミノタニです。今は新しい環境に慣れるので精一杯ですが、今までと変わらず患者さんやご家族の想いに寄り添い関わっていけたらと思っています。気軽に声をかけてください!!よろしくお願い致します。

「市民に奉仕する医療」「こころに響くケア」の基本理念のもと、これから一生懸命がんばります!!



江本 柚香

部 署	リハビリ室
職 種	理学療法士
採用日	令和3年4月1日

この度、理学療法士として採用された江本柚香と申します。新卒で右も左もわかりませんが、早く患者様のお力になれるよう日々努力していく所存です。ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



中嶋 夢月

部 署	リハビリ室
職 種	作業療法士
採用日	令和3年4月1日

今年度より作業療法士として採用して頂きました。作業療法士になり5年目になります。未熟な点多々あると思いますが、心機一転、向上心を持ち日々精進していきます。ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、よろしくお願い致します。



佐田 理恵

部 署	6階病棟
職 種	看護補助者
採用日	令和3年4月1日

この度、6階病棟クラークとして勤務させて頂くことになりました。2月まで医事課でお世話になっていましたが、今後はこれまでの経験を活かし、新たな職場で一生懸命頑張りたいと思います。ご指導、よろしくお願い致します。

看護部

だより



看護部長
永富 喜代子

4月1日は晴天に恵まれ、新人さんにとっては晴れやかなスタートをきることができました。今年の新人さんは、昨年度が新型コロナウイルス感染症対策のために、臨床実習に出向くことができず、校内実習での経験がほとんどでした。そのような新人を迎えるにあたり、新人オリエンテーションの内容も変更しました。病棟の雰囲気慣れるように集合研修を減らし、早めに現場で体験できるように計画をたてました。新人看護師は、研修中のバッチをつけていますので見かけたら温かく見守ってください。

令和3年度もまだまだ、新型コロナウイルス感染症対策に追われる日々が続いています。

9月迄は、院内の業務以外に一般市民の方のコロナワクチン接種の協力の声がかかっています。こんな状況は長年の看護人生の中で未経験のことです。新型コロナウイルス感染症対策は、地域住民の方々、地域の医療職の方々と今まで以上に協力体制を強化し、新型コロナウイルス感染症の収束を一日でも早く迎えたいものです。



「薬食同源」から「薬膳」へ

薬剤師
石田 英樹

薬剤部

だより

薬膳のルーツは、中国の伝統医学から芽生え、様々な食材を用いる中で、空腹を満たすとともに、健康維持や病気の予防にも役立つという「医食同源」「薬食同源」にあります。

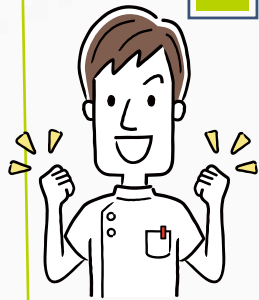
一般の方には、「薬膳＝生薬を使った料理」と思っている方もいらっしゃいますが、必ずしも生薬を使用しているとは限りません。生薬を使わず、日常でよく用いる食材だけで薬膳料理を作ること可能です。

薬膳とは、中医基礎理論をベースに体質や症状、体調、季節などに合わせて作られる料理です。そのため、例えば、滋養強壮によいとされる高麗人参のスープは、気虚（エネルギー不足）の人にとっては薬になりますが、熱症（のぼせやほてりなど余分な熱がこもっている状態）の人にとっては毒になってしまうのです。



正しい知識を持ち、個人差に合わせて素材を用いることが大切で、むやみに高麗人参やクコの実を用いることではないことはいうまでもありません。（漢方ライフ一部引用）





『座る姿勢』の豆知識

理学療法士
河口 友哉

昨年からのステイホームで、自宅内で座って過ごされる時間が増えたのではないのでしょうか。実は立っている時よりも座っている方が、腰に負担がかかり、座る姿勢が悪いと腰痛が出ることがあります。「骨盤を立てる」ことを意識して、正しい座り方を試してみましょう。

椅子に座り、お尻の下に手を入れて前後に体を動かして、ゴリゴリと手に当たる骨（坐骨）に均等に体重がかかるように意識して座ってみて下さい。上半身は楽な位置でも大丈夫ですが、頭のポジションに少し気をつけてみて下さい。いわゆる猫背姿勢の時は頭が体の中心より前にいく傾向があり、反り腰の時は体の重心の後ろに頭があります。一般的に頭の重さは約4~6kg程あり、緩やかなS字を描くような背骨とその周囲の筋肉がそれを支えてバランスをとっている状態です。その頭が重心から外れると背骨や筋肉に余計な負荷がかかってしまい、腰痛だけでなく、首肩痛の原因となります。

慣れない内は、正しい姿勢を続けることが難しいと思いますが、まずは、座り直した時に「骨盤を立てる」ことを意識してみてください。



リモート面会について

支援相談員
山田 明美

新型コロナウイルス感染症対策により面会禁止が続いています。入所者様と御家族の心の負担を少しでも軽くしたいと、ゆめ風車では令和2年12月からリモート面会を開始しました。事前の予約制で平日13時~16時の間、SkypeやZoomを使用し、毎月10名程度の御利用があります。実際に顔を見ることで「あら!変わってないね。元気そうじゃね」と御家族の安心される声が多く聞かれます。庭の花が咲いた話、ひ孫さんが無事進学・就職した話など御家族の生活の様子を聞くことで、入所者様も満足した表情を浮かべておられます。現在の状況が落ち着き入所者様と御家族が直接会って話ができる日が早く来ることを願うばかりです。



感謝の エール弁当のお届け

看護師 井上 結衣

看護師 中村 和美



令和3年2月18日、新型コロナウイルス感染症に関わる私たち医療従事者に、周南西飲料組合から、幕の内弁当30食が届きました。県の代表食材である「鯨の竜田揚げ」や「チキンチキンごぼう」などが入っており、心のこもったお弁当を美味しく頂きました。お弁当には、福川小学校6年生の皆さんより、「コロナに負けずに頑張ってください」、「働いてくれてありがとうございます」と言った温かい励ましの直筆メッセージが一つ一つに添えてあり、とても暖かい気持ちになりました。メッセージをいつでも目の届くところに貼り、精神的にも体力的にも辛い日々であっても、それを見て地域の皆さんが応援

して下さっていると思うと、心強く感じました。

新型コロナウイルス感染症との闘いは、まだまだ終わりが見えませんが、今回頂いた感謝の言葉や気持ちを糧にこれからも頑張っていこうと思います。ありがとうございました。



糖尿病食 レシピ

つなじゃが ～スパイスシリーズ～

ケイジャン
スパイス

アメリカではよく使われるミックススパイスで、昨年テレビ番組で紹介されていました。



材料:3人分

【1人分:140kcal 塩分0.7g】

● ジャガイモ	230g(2個)・・・1口大にカット
● 人参	80g(小1/2本)・・・1口大にカット
● 玉ねぎ	200g(1個)・・・1cmの串切
● ツナ水煮缶	30g(小1/2缶)
● グリーンピース	15g(20粒)
● 油	大1/2
● 酒	大1
● 砂糖	小1/2
● しょうゆ	大1/2
● ケイジャンスパイス	小1/2

作り方

- ① フライパンに油を入れ、ジャガイモと人参を炒め、準備した鍋に移しかえる。
- ② ①のフライパンに酒を入れ沸騰させアルコールを飛ばし、材料の入った鍋に加える。
- ③ 鍋に玉ねぎ、ツナ、砂糖、しょうゆ、ケイジャンスパイスを加え落しぶたをし、さらに鍋に蓋をして弱火で20～25分火が通るまで煮込む。※途中焦げそうになったら少し水を加える。
- ④ 器に盛り付けグリーンピースを散らして出来上がり。お好みで黒コショウをかける。

* 水を使わず食材のうま味と水分をいかし、出汁や水がなくても作れます。(Foodie参照)

* 炭水化物を含みますので、ご飯量を加減するとよいでしょう。

かかりつけ医を持ちましょう!



Q かかりつけ医って?

A 「健康に関することを何でも相談でき、専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師の事」(日本医師会)

Q なぜかかりつけ医を持つのか?

A 日頃皆さんの健康状態を知っていて、気軽に何でも相談できるかかりつけ医がいれば、体調などに関して相談できます。必要時、医療面で早めの対策がとれ、専門医・専門医療機関を紹介してもらえます。かかりつけ医がない場合、一般の方々が自己判断で受診をひかえたり、間違った対応策をとっているうちに重症化してしまうといったことが起きることがありますが、それを防ぐこともできます。

当院1階の
相談室前に
『かかりつけ医
紹介パンフレット』が
置いてあります。
是非参考にして
くださいね!



地域連携室だより



地域連携室(直通)
電話.0834-61-3250
FAX.0834-61-3211

医事統計

●月別平均在院日数

(単位:日)

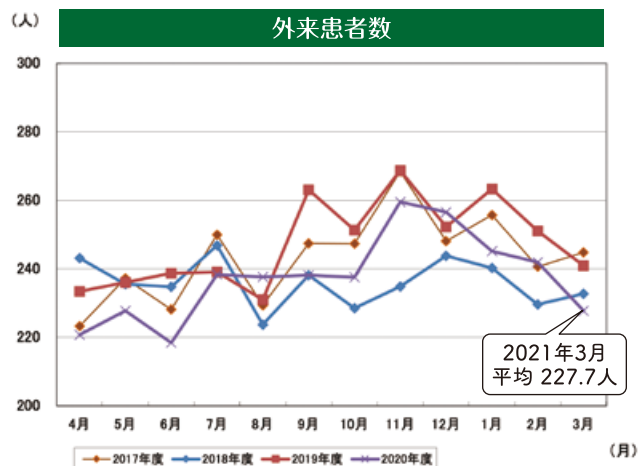
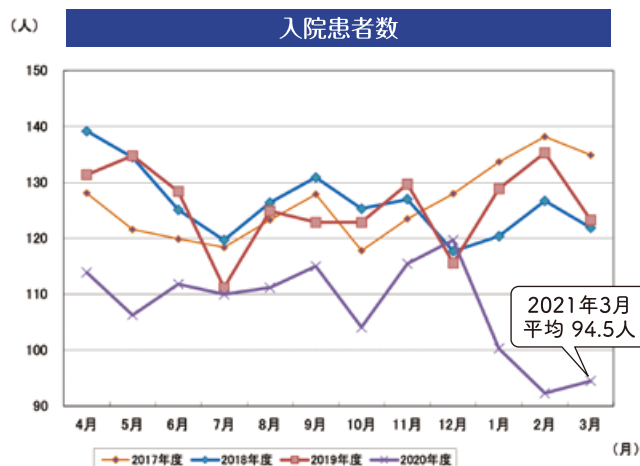
	2019年度	2020年度	対前年度 (2020-2019)
4月	16.18	14.60	▲ 1.58
5月	20.07	16.94	▲ 3.13
6月	20.05	12.67	▲ 7.38
7月	15.47	14.14	▲ 1.33
8月	17.97	13.55	▲ 4.42
9月	17.96	14.67	▲ 3.29
10月	17.38	11.84	▲ 5.54
11月	17.64	14.06	▲ 3.58
12月	16.77	13.80	▲ 2.97
1月	18.76	18.67	▲ 2.97
2月	19.32	15.85	▲ 0.09
3月	16.55	16.90	0.35
平均	17.84	14.81	▲ 3.04

●月別病床利用率

(単位:%)

	2019年度	2020年度	対前年度 (2020-2019)
4月	87.6	76.0	▲ 11.7
5月	89.9	70.8	▲ 19.1
6月	85.6	74.6	▲ 11.0
7月	74.1	73.3	▲ 0.8
8月	83.3	74.2	▲ 9.1
9月	82.0	76.7	▲ 5.3
10月	81.9	69.4	▲ 12.5
11月	86.4	77.0	▲ 9.5
12月	77.1	79.8	2.7
1月	86.0	66.9	▲ 19.1
2月	90.2	61.6	▲ 28.7
3月	82.2	63.0	▲ 19.2
平均	83.9	71.9	▲ 11.9

●月別平均患者数推移グラフ



外来診察一覧表

土・日・祝日はお休みです。

内科受付 8:00～11:30			診察 9:00～				
科目			月	火	水	木	金
内科	午前	1診	松谷 朗	林 俊輔	松谷 朗	松谷 朗	林 俊輔
		2診	河野 正輝	田上 耕蔵	河野 正輝	田上 耕蔵	河野 正輝
		3診	新開 泰司	松永 一仁	齋藤 真理	新開 泰司	松永 一仁
		4診	田上 耕蔵	明連 武樹	吉賀 康裕	明連 武樹	明連 武樹
		5診	—	岡本 匡史	岡本 匡史 (予約再診のみ)	—	—
		6診	—	—	佐々木 輝昌	齋藤 真理	岡本 匡史
	健診	健診室	佐々木 輝昌	佐々木 輝昌	—	—	佐々木 輝昌
	検査	消化器	松永 一仁 齋藤 真理	新開 泰司 齋藤 真理	新開 泰司 松永 一仁	松永 一仁	新開 泰司 齋藤 真理
		循環器	明連 武樹	河野 正輝	明連 武樹	河野 正輝	—
	午後			頸動脈・ 甲状腺エコー			頸動脈・ 甲状腺エコー

外科受付 (月・火・水・金) 8:00～11:30 (木) 8:00～9:30			診察 (月～金) 1診 9:00～ (金) 2診 10:00～				
科目			月	火	水	木	金
外科	午前	1診	鈴木 道成	近藤 浩史	鈴木 道成	近藤 浩史	鈴木 道成
		2診	—	—	—	—	近藤 浩史

脳外科受付 8:00～11:30			診察 9:00～				
科目			月	火	水	木	金
脳外科	午前		藤井 康弘	藤井 康弘	藤井 康弘	西本 拓真	藤井 康弘

眼科受付 8:00～11:30			診察 9:00～				
科目			月	火	水	木	金
眼科	午前		新川 佳代	新川 邦圭	新川 邦圭	新川 邦圭	新川 邦圭

泌尿器科受付 8:00～11:30			診察 9:00～				
科目			月	火	水	木	金
泌尿器科	午前		河村 英文	—	—	河村 英文	河村 英文

整形外科受付 8:00～10:30			診察 9:00～				
科目			月	火	水	木	金
整形外科	午前		小田 裕胤 池田 真圭	—	—	黒川 陽子	鈴木 秀典

※変更箇所

整形外科 …月曜日非常勤医師 田中 → 池田

お問合せ

周南市立 新南陽市民病院

〒746-0017 山口県周南市宮の前2-3-15
電話：0834-61-2500 FAX：0834-61-2501アクセス
マップ