



周南市立 新南陽市民病院だより

vol. **46**
2024年9月

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



目次

Contents

ブルーサークルイベントのご案内 ... ②
夜間乳がん検診
「マイナ保険証の利用」について ... ③
中央部だより ④
老健だより
薬剤部だより ⑤
看護部だより
地域連携・入退院支援センターだより ... ⑥
医事統計 [月別平均在院日数]
糖尿病食レシピ ⑦
医事統計 [月別平均患者数推移グラフ]
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。



ブルーサークル イベントの ご案内

糖尿病週間

ブルーライトアップ情報

11/8(金)~11/17(日)は、「世界糖尿病デー」に伴い、永源山公園のゆめ風車がブルーにライトアップされます。



日程や企画等の詳細はホームページ等でお知らせいたします。

問い合わせ

新南陽市民病院 管理課
電話.0834-61-2500

※なお、新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、イベントを変更・中止する場合があります。

11月14日は世界糖尿病デーです。世界各地で糖尿病の予防、治療、療養を喚起する啓発運動を促進する呼びかけやイベントが開催されます。また、各地の建造物をブルーにライトアップして、啓発活動を実施します。周南市ではTOSOH PARK永源山のゆめ風車がブルーにライトアップされます。

当院ではブルーサークルイベントとして、11月9日(土)伊藤医師による講演、血糖測定、相談コーナーなどを予定しています。

2024年度の全国糖尿病週間のテーマは、「みんなで正しく理解しようダイアベティス」です。

社会における糖尿病の知識不足や誤ったイメージにより、糖尿病を持つ人は社会的偏見による差別(スティグマ)にさらされています。

糖尿病は予防や早期発見、治療継続により普通の人と同じ生活ができ、社会で活躍できます。糖尿病完治に向けた次の100年の歩みも始まっています。このイベントを通して糖尿病についての正しい知識や理解が求められるよう情報発信できたらと思います。



新南陽市民病院

夜間乳がん検診のお知らせ



お仕事の都合などで受診を見送っていた方この機会に受診されませんか

対象

40歳以上の女性

定員

各日 10名程度
(当院受付または電話で事前予約できます)

実施日

9月

2日(月)

30日(月)

10月

21日(月)

28日(月)

11月

11日(月)

18日(月)

25日(月)

内容

マンモグラフィー

受付時間

17時30分 ~ 20時00分

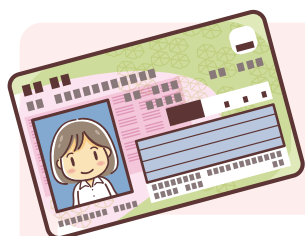
自己負担額

節目年齢、生活保護世帯 ……………無料

40歳から69歳の方 ……………1,700円

70歳以上の方 ……………500円

市町村民税非課税世帯の方 ……500円



「マイナ保険証の利用」について

マイナンバーカードが
保険証の代わりになるって
知っちゃった!?



2024年12月から
新規の健康保険証発行が廃止になり
【マイナ保険証】に移行します

★当院ではマイナ保険証の利用促進に取り組んでいます

マイナ保険証を利用する事により、
従来の健康保険証等に比べ様々なメリットがあります。

- 1 就職・転職・引越後も、新しい健康保険証等の発行を待たずに
医療機関や薬局を利用できます。
- 2 マイナポータルから保険医療を受けた記録が確認できます。
- 3 限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における
限度額を超える支払が免除されます。
(受付時データ提供に同意した場合)
- 4 薬の履歴データや特定健診結果に基づいて、総合的な
診断や重複投薬を避けた適切な処方等がうけられます。
(受付時データ提供に同意した場合)



※現行の健康保険証等は2024年12月2日以降、
新規発行は終了となるため、マイナ保険証へ早めの移行をオススメします。
(現在使用している保険証はその時点から最長1年間使用できます)



受診の際は、
マイナンバーカードを。



周南市立新南陽市民病院

まだ保険証利用登録をしていなくても
受付に置いてある顔認証付きカードリーダーで
すぐに登録ができます。
登録の仕方が分からない場合は
職員にお声がけください。
お手伝いします!



中央部

だより



『ADLとは?』

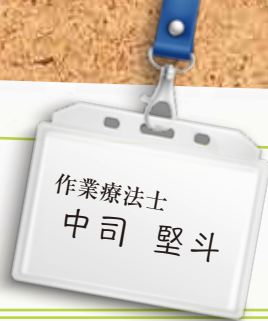


ADLとは?はじめて聞く言葉かもしれませんが、ADL (Activities of Daily Living)とは、A (Activities=動作)、DL (Daily Living=日常生活)のことで、日本語では「日常生活動作」と呼ばれています。

具体的には、歩く、階段昇降、食事、身なりを整える、着替え、排泄、入浴など日常生活において欠かせない基本的な動作のことを指します。

怪我や病気、加齢などADLの低下を引き起こす要因は様々ですが、リハビリではADLの向上を図ることが大きな目的の一つとなっています。また、リハビリ専門職の一つである作業療法士は、ADLにより特化してリハビリを実施しています。患者様1人1人に合わせて機能訓練や動作練習を行い、家屋状況に合わせた模擬的な練習や環境調整のお手伝いも行います。

ご自身やご家族が入院され、ADLに不安を感じた際には、作業療法士へ相談して下さい。その方にとって最善の方法は何か検討させていただきます。



『BCP訓練』

令和6年度より全ての介護事業所を対象にBCP(事業継続計画)の策定、年2回の研修と訓練が義務付けられました。

老健ゆめ風車はハザードマップ上、洪水と高潮の被害想定エリアにあることから浸水被害を想定し、5月16日・22日に通所リハビリ及び入所サービスご利用者、職員を対象に垂直避難訓練を実施しました。

入所サービスでは、大型台風の接近による高潮浸水被害を想定し、2階利用者28名の3階への垂直避難を実施。通所リハビリでは、大雨での富田川氾濫による洪水浸水被害を想定し、当日利用者20名の2階への垂直避難を実施しました。



初めての訓練ということもあり各職種間で協力し合い準備を進め、想定していた時間よりも早く訓練を完了することができました。また、利用者・ベッド等の移動方法等、課題が見つかりました。今回の反省点を活かしながら、BCPの構築・訓練実施に取り組んでいきたいと思えます。

介護士
福田 聡

老健

だより



薬剤部

だより



薬剤部
齊藤 雄史

『コーヒー』について

みなさんは普段コーヒーを飲みますか？

コーヒーはコーヒーノキの種子を乾燥、焙煎して砕いた粉末から、湯または水で成分を抽出した飲料です。

コーヒーにはカフェインやポリフェノールなど有益な成分が含まれています。カフェインは眠気覚ましなどの覚醒作用や利尿作用のほか、体脂肪の燃焼促進効果もあります。ポリフェノールは植物が持つ苦みや色素成分で、活性酸素などから体を守る抗酸化作用の強い成分です。そのため、ポリフェノールは活性酸素が引き金となって起こるがんや動脈硬化、心筋梗塞など生活習慣予防に効果があるとされています。そしてコーヒーに含まれるポリフェノールの一種であるクロロゲン酸は食事と一緒に摂取すると食後血糖値の上昇を抑える効果があることが分かりました。したがって食事やデザートと一緒にコーヒーを飲むのがおすすめです。

またコーヒーの香りにはリラックス効果や頭の回転を早める効果があります。疲れた時はコーヒーを飲んで一息つきましょう。



『看護の日』



5月16日に、看護の日の行事を病院エントランスで開催しました。昨年まではコロナ禍で、ポスター展示のみになっていましたが、今年は久しぶりに地域の方々に血管年齢や骨密度の測定、健康相談を体験していただくことができました。また、看護師2年目の職員の「忘れられない看護エピソード」の掲示を行いました。看護師経験が長い私が読んでも、心が温かくなり、さらに何かに気づかされるエピソードで背筋がピンっと伸びるような内容ばかりでした。そして、入院患者さんと外来患者さんにマスクとポケットティッシュを配布し、大変喜んでいただけました。また、「いつもありがとう」と感謝の言葉をいただくこともありました。

今回の看護の日の行事は、病院と地域の方々のコミュニケーションの貴重な場になりコミュニケーションをとることの大切さを再確認することができました。また、看護や看護師への理解を深める良い機会になったのではないかと思います。



看護師
木曾 美代子

看護部

だより



地域連携・ 入退院支援センター だより



地域連携・入退院支援センター
(直通)
電話.0834-61-3250
FAX.0834-61-3211

要介護認定を受けていなくても、 利用できるサービスが あることをご存じですか？

地域連携・入退院支援センター 藤山 かおり
MSW(医療ソーシャルワーカー)

周南市では、一般介護予防事業(65歳以上の人を対象とした介護予防の取り組み)、介護予防・生活支援サービス事業(身体機能を回復させるための介護予防の取り組み)があります。



一般介護予防事業

- いきいき百歳体操
- ふれあい・いきいきサロン
- 介護予防出前トーク 等

介護予防・生活支援サービス事業

- 訪問型サービス
- 通所型サービス

気になることがあれば、
地域連携・入退院支援センターに
お声掛けください。

その他の高齢者サービス

- 日常生活用具給付
- はり・きゅう・あん摩マッサージ施術費助成
- 緊急通報システム
- 紙おむつ給付
- 見守り配食
- 車いすの貸し出し



医事統計

● 月別平均在院日数 (単位：日)

	2023年度	2024年度	対前年度 (2024-2023)
4月	15.42	12.99	▲2.43
5月	14.99	14.12	▲0.87
6月	14.26	16.36	2.1
7月	14.94	13.52	▲1.42
8月	16.29	13.85	▲2.44
平均	15.18	14.17	▲1.01

● 月別病床利用率 (単位：%)

	2023年度	2024年度	対前年度 (2024-2023)
4月	85.3	77.5	▲7.8
5月	73.5	79.3	5.8
6月	73.2	80.7	7.5
7月	79.8	78.9	▲0.9
8月	80.7	75.0	▲5.7
平均	78.5	78.3	0.2

糖尿病食 レシピ

〜キウイアイス〜

★ポイント①★

ミキサーや泡だて器を使用せず調理可能です。

★ポイント②★

暑い季節にぴったりのさっぱり冷たいデザートです。



★ポイント③★

キウイフルーツで食物繊維やビタミンCを補給できます。

材料:2人分

【1人分:109kcal、炭水化物16.6g、塩分0.28g、ビタミンC35.5mg】

●キウイフルーツ	1個
●調整豆乳	160ml
●はちみつ	大さじ1杯
●食塩	ふたつまみ

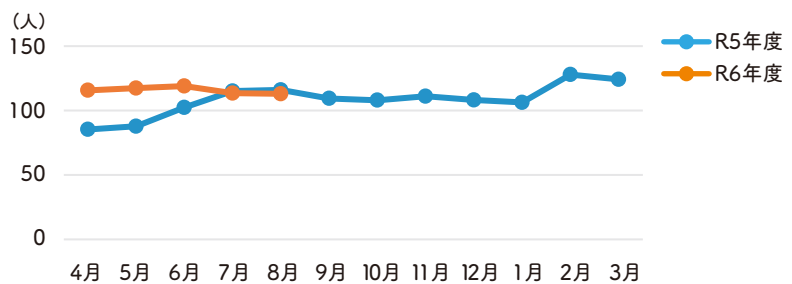
作り方

- ① キウイフルーツの皮をむき、半月切りにする
(飾り用に2切れ程取り分けておく)。
- ② ジッパー付きのポリ袋に飾り用以外のキウイフルーツ・豆乳・はちみつを入れ、キウイフルーツを潰しながら全体を混ぜ合わせる。
- ③ 平らにして冷凍庫に入れ、2～3時間程度冷やした後に、再度全体をもむようにして混ぜ合わせる。
- ④ 固まったらほぐして器に盛り付ける。
- ⑤ 塩をかけ、飾り用のキウイフルーツを飾って出来上がり。

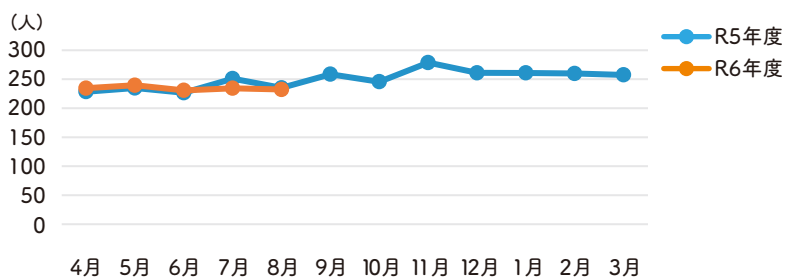
[参考:おいしい健康]

●月別平均患者数推移グラフ

入院患者数



外来患者数



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		※月曜日/新開医師(消化器) 8:00～11:00			診察 9:00～		
科目		月	火	水	木	金	
内科	午前	1診	松谷 朗	伊藤 渉	松谷 朗	松谷 朗	伊藤 渉
		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	齋藤 真理	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	—	新開 泰司 (健診・院内紹介)	岡本 匡史
	健診	佐々木 輝昌	新開 泰司	新開 泰司	—	佐々木 輝昌	
検査	消化器	松永 一仁 齋藤 真理	齋藤 真理	松永 一仁	松永 一仁	吉松 祐希 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	

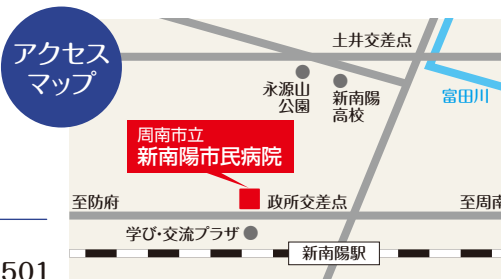
外科受付 (月・火・水・金) 8:00～11:30 (木) 8:00～9:30		診察 (月～金) 1診 9:00～ (金) 2診 10:00～					
科目		月	火	水	木	金	
外科	午前	1診	鈴木 道成	近藤 浩史	鈴木 道成	近藤 浩史	鈴木 道成
		2診	—	—	—	—	近藤 浩史

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	森 尚昌	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	船津 法彦	村田 晃彦	新川 佳代	

泌尿器科受付 (月・木・金) 8:00～11:30 (水) 12:30～14:00		診察 (月・木・金) 9:00～ (水) 13:00～					
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	
	午後	—	—	廣吉 俊弥 (院内紹介のみ)	—	—	

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	上原 和也	—	金岡 丈裕	黒川 陽子	鈴木 秀典	



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