

はまかせ

No. 77

平成29年4月28日発行



3月25日(土)に、恒例の菜の花コンサートが開催されました。

当日は風が肌寒く、残念ながら室内のコンサートとなりました。

ささゆりの会とひばり会の皆様が合唱を披露してくださり、いっしょに童謡を歌わせていただきました。

目次

家庭医療センター「通称名」募集.....	2
職場体験をしてみよう.....	3
連載：リハビリコラム.....	4.5
トピックス.....	6.7
平成 29 年 5 月外来診療担当表.....	8

「はまかせ」の点訳がご入用の方は総合受付までお申し出ください。

御前崎市家庭医療センター「通称名」募集

市立御前崎総合病院では、平成29年11月の開院を目指し、白羽小学校北側のJAハイナン白羽支店東側に“御前崎市家庭医療センター”を建設しています。

“家庭医療センター”とは、妊婦さんから高齢者まで、内科や外科などの診療科に関係なく、家族ぐるみで診療が受けられることを目的とした施設です。(※入院、救急受入は行いません。)

同様の施設は、近隣では菊川市家庭医療センター（あかっちクリニック）、森町家庭医療センター（森町家庭医療クリニック）があり、外来診療はもとより地域で活躍する家庭医を養成する研修機関としての役割を担っています。



みなさんに親しまれる施設の「通称名」を募集いたします。応募者の中から、最優秀賞1名、優秀賞3名の方に豪華賞品(市特産品等)を差し上げます。

ハガキまたはファックスに ①通称名 ②住所 ③氏名 ④電話番号 を記載して下記宛先までお送りください。締切は、6月末日消印有効です。

宛先

〒437-1696 御前崎市池新田2060番地 市立御前崎総合病院 管理課
NTT&CATV 電話 0537-86-8511 FAX 0537-86-8518



御前崎市家庭医療センター

中高生の皆さん 職場体験をしてみよう!



御前崎病院では学生の職場体験を受け入れています。

平成28年度も多くの学生さんに体験をしていただきました。

職場体験は当院で企画するものの他、学校で企画するもの、看護協会等を通じて学校に募集の連絡があるものなどがあります。

進路指導の先生に聞いてみたり、病院のホームページなどでチェックしてみてください。

平成28年度に行われた体験事業

<医師のお仕事>

高校生医療就業体験 2名



<看護師のお仕事>

中学生職場体験 13名

高校生インターンシップ 5名

高校生一日ナース体験 15名

高校生看護師セミナー 8名

ふれあい看護体験(一般・高校生) 10名



<技師のお仕事>

薬剤科中学生職場体験 4名

栄養科高校生職場体験 1名

リハビリテーション中学生職場体験 2名

リハビリテーション高校生職場体験 2名



病院では医師、看護師のほか、いろいろな職種の技師や事務員などが働いています。

今はインターネットなどで検索すると詳しく知ることができますよね。

進路を決めている方も、そうでない方も「まずは体験」してみませんか？

皆さん色々な職業に興味を持って、学校で話題にしてみてください。

シリーズ掲載: リハビリコラム

今年度のリハビリコラムのテーマは **痛み** です。

痛みの役割

私たちは「痛み」を感じることで、身体に何らかの異常や異変が生じていることに気づきます。もし、「痛い」という感覚がなかったら、危険を察知したり、回避することができず、ケガや病気を繰り返したり、命の危険につながることもあります。私たちの身体や命を守る、生命活動に欠かせない役割を持ちます。しかし、なかには必要ではない痛みもあります。必要以上に長く続く痛みや、原因がわからない痛みは、大きなストレスになります。

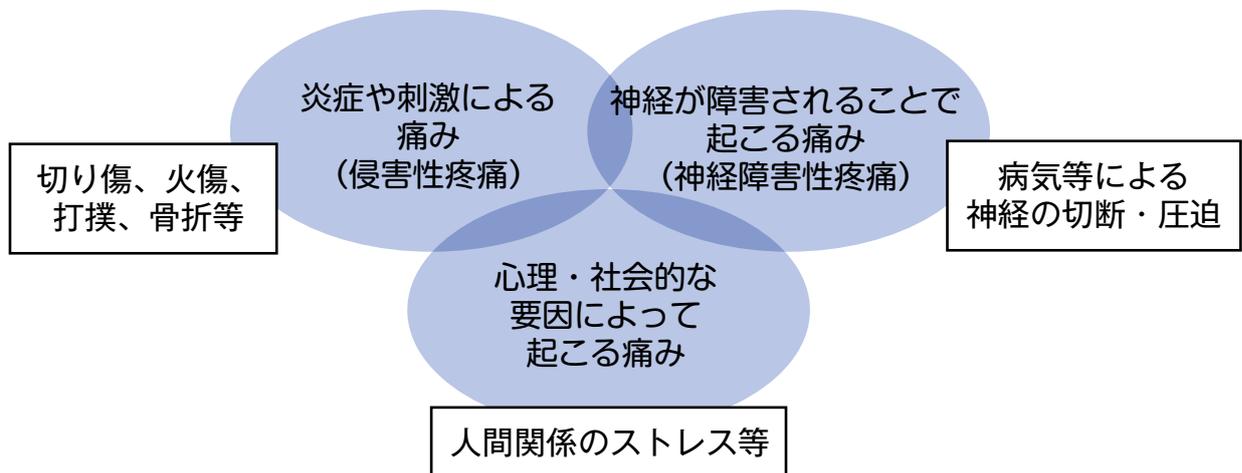
痛みを感じるしくみ

切り傷や火傷、打撲などにより身体が刺激を受けると、「身体が傷ついた」という情報が発生します。その情報は電気信号に変換され、神経を伝って脳に届きます。脳がその情報を認識して初めて、「痛い」と感じるのです。通常は、痛みの原因となったケガが治ると、痛みも消えていきます。

痛みの種類

ひとくちに「痛み」といっても、原因や状態によってさまざまです。

「痛み」は、その原因によって大きく3つに分けられます。長引く痛みなどでは、この複数の原因が関与していることが多いです。



痛みの慢性化

急に痛くなり、短期間でおさまる痛みは「急性の痛み」、1～3か月以上と長く続く痛みは「慢性の痛み」といわれます。「急性の痛み」は、その原因となるケガや病気が治れば消えていくのですが、痛みが生じたときに適切な治療をせずに、そのまま放っておくと、痛みが別の痛みを引き起こし、「慢性の痛み」になってしまう場合もあります。

痛みは、交感神経の緊張と運動神経を興奮させ、血管の収縮や筋肉の緊張を起こします。その結果、血行が悪くなり、「痛みを起こす物質」の発生につながります。

通常、痛みが生じて、交感神経の反応はすぐにおさまると、血行が改善されて、痛みが鎮まります。しかし、痛みが長引くと、血行の悪い状態が続いて「痛みを起こす物質」が多く発生するようになります。この「痛みを起こす物質」は血管を収縮させるため、さらに血行を悪化させ、また「痛みを起こす物質」が発生する、という“痛みの悪循環”を引き起こしていきます。

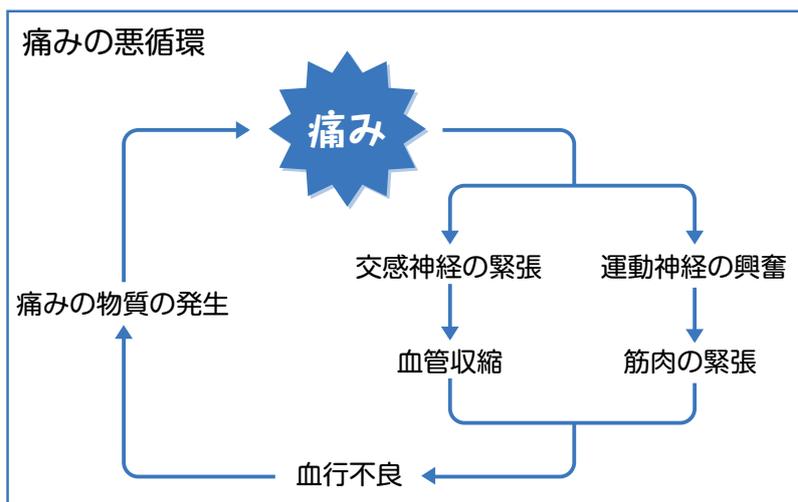
また、痛みが慢性化すると、痛みを引き起こした原因がなくなっても、痛みを取り去ることがなかなかできなくなります。

さらに、痛みが続くことで痛みにはばかり注意が向きがちになり、眠れなくなったり、不安や恐怖からうつ状態につながり、ますます痛みにとらわれて症状が重くなるという悪循環に陥ることもあります。

痛みは慢性化する前に、適切な治療を行って早期に原因を取り除くことが大切です。無理な我慢は禁物です。痛みの悪循環を断つため、早めに医療機関を受診するようにしましょう。

痛みが長く続いたり、さまざまなストレスにさらされていると、本来、私たちが脳の中に持っている「痛みを抑える神経」の力が弱くなり、痛みを普通より強く感じたり、痛みが慢性化することがわかっています。

次回から順に、痛みの出やすい肩、腰、膝のリハビリについてお話をしていきます。



平成30年度職員募集日程

募集職種及び人数

看護師10名、薬剤師2名、介護福祉士7名、看護助手1名、作業療法士1名、
診療放射線技師1名、臨床検査技師1名、臨床工学技士1名

募集期間：平成29年5月1日（月）～6月15日（木）〔必着〕

試験日：平成29年6月25日（日）

詳細は病院ホームページ又は病院管理課（0537-86-8511）へご連絡ください。

※看護師資格をお持ちの方で、現在看護業務に就いてない方を対象に、再就業に向けて看護技術や知識を習得できる研修を行っています。ご希望があれば、看護部までご連絡ください。

トピックス

市民公開講座

2月25日(土)、佐倉公民館にて、第21回市民公開講座「関節リウマチの患者さんは集まってください」～治療・看護・リハビリ・制度について～が開催されました。

当院院長の大橋先生はリウマチの専門医であり、またリウマチ科外来で診療をしております。

今回は、治療の面だけでなく、医療・福祉制度、リハビリテーション、看護など総合的な内容となりました。

ご来場できなかった方も、リウマチでお悩みの事がありましたら、当院へご連絡ください。



原子力防災訓練

2月10日(金)、原子力防災訓練を行いました。今回は御前崎総合病院と、静岡県立総合病院、福島県立医科大学の間でインターネット中継を結び、情報交換を行いました。

訓練を通して、搬送・処置の手順を確認することの重要性を改めて感じました。



学術発表会

2月16日(木)、講堂にて院内学術発表会を行いました。

毎年、医療の質、職員の技術、意識の向上を目的として行われており、今年は院内5部署から発表がありました。

今後も質向上委員会の活動を通じ、研修、研鑽をしてまいります。



新規職員が仲間入りしました

4月3日(月)、新入職員の辞令交付式が行われました。

今年は、看護師9名、看護助手3名、介護福祉士3名、介護員2名、理学療法士3名、言語聴覚士2名、診療情報管理士1名の合わせて23名が新しく仲間になりました。

明るく元気にがんばります。

よろしくお願ひします。



センター豆まき

2月1日(水)、「老人保健施設はまおか」で豆まきが行われました。

入所されている皆さんは、「鬼は～外！福は～内！」と大きな声で、鬼に扮した職員に向けて豆の代わりに丸めた新聞紙を投げつけ、みんなで1年の無病息災をお願いしました。



院内倫理委員会

院内倫理委員会主催講演会を開催します。

日時：平成29年5月13日(土)

午前10時～12時(受付開始9時30分～)

場所：市立御前崎総合病院 2階講堂

テーマ：介護に疲れた時、心が軽くなるヒント

講師：介護者メンタルケア協会

代表 橋中今日子氏

介護の現場ではいろいろな事が起こります。そんな時、どのように考えれば心が軽くなるのかをお話しします。

市立御前崎総合病院 院内倫理委員会 主催

講演会

「介護に疲れた時、心が軽くなるヒント」

講師 介護者メンタルケア協会 代表
カウンセラー はしなか きょう こ
メンタルコーチ
理学療法士 橋中 今日子 氏

日時 平成29年
5月13日(土) 【開場】 9:30
【講演】 10:00～12:00

場所 市立御前崎総合病院 2階講堂

対象者 一般市民 病院職員

【お問合せ】 市立御前崎総合病院 千437-1696 静岡県御前崎市池新田2060番地 TEL 0537-86-8511 FAX 0537-86-8518 担当:看護部 太田

事前申込み不要です

入場無料

編集後記

若葉が薫り、お出かけには最適な季節となりましたね。私もバイクで大好きなお城巡りに出かけようと思っています。新年度になり新しい環境で戸惑っていますが、リフレッシュは大切ですね。(明)

平成29年5月 外来診療担当表

平成29年4月17日現在

			月	火	水	木	金	お知らせ
家庭医療科	午前	外 来			井上真智子(初診) 9:00~		吉野 弘(初診) 9:00~	
内 科	午前	初診・総合外来	井口恵介	荒浪和則	近藤玉樹	榛葉孝弘	佐藤隆弘	★5/18(木)初診内科:代診
		循環器外来	松倉 学(予約制)			向井正明(予約制)	坂本篤志(予約制)	★5/25(木)穂積医師休診
		呼吸器外来	浜医大(予約制)					
		腎臓内科外来		高橋 聡(予約制)			高橋 聡(予約制)	
		糖尿病外来		榛葉孝弘(予約制)				
		神経内科	小野澤里衣子(予約制)	池谷秀樹(予約制)	小野澤里衣子(予約制)			
		物忘れ外来	リハビリ外来で診察		池谷秀樹(予約制)	小野澤里衣子(予約制)	リハビリ外来で診察	
午後	消化器外来		二見 肇(予約制)	鮫島庸一(予約制)				
リウマチ科	午前	リウマチ・内分泌	大橋弘幸(予約制)	近藤玉樹(予約制)	大橋弘幸(予約制) 荒浪和則(予約制)	佐藤隆弘(予約制)	大橋弘幸(予約制) 近藤玉樹(予約制)	★5/12(金)、26(金) 近藤医師休診
	午後	リウマチ・内分泌			大橋弘幸(予約制)		大橋弘幸(予約制)	
小 児 科	午前	外 来	深澤宙丸 清水大輔 内分泌外来(予約) 緒方 勤(月1回)	深澤宙丸	深澤宙丸	増永陽平	深澤宙丸 三枝弘和(隔週) 坂倉雄二(隔週)	★5/1(月)深澤医師休診 ★5/2(火)AM代診:清水 医師
	午後	特殊外来 (予約制)	再診・予防接種(予約制) 14:00~ 深澤宙丸 神経外来(予約) 福田冬季子(第1・3)	予防接種(予約制) 14:00~ 清水大輔 心臓外来(予約) 石川貴充(第2)	再診・予防接種(予約制) 14:00~ 深澤宙丸	予防接種(予約制) 14:00~ 藤田智香	再診・予防接種(予約制) 14:00~ 深澤宙丸	★検査希望者は10:30ま でに来院を ★予防接種・特殊外来は 予約制
外 科	午前	外 来	小泉貴弘	中村 達(予約制) 鈴木雄飛(予約制)	小泉貴弘 中村 達(予約制)	武田 真(予約制) 10:30~ 中村 達(予約制) 9:30~10:30	鈴木克徳(予約制) 9:00~	★5/1(月)小泉医師休診
		血管外科外来					矢田達朗 9:00~(予約制)	
		内視鏡検査	AM榛葉孝弘 PM小泉貴弘	AM小泉・佐藤 PM鈴木雄飛	AM榛葉孝弘 PM小泉貴弘	AM斉田(1・3・5) 注(2・4) PM武田 真	AM小泉貴弘 PM鈴木克徳	
整形外科	午前	外 来	錦野匠一(予約制) 9:00~	小早川雅洋	花田 充(予約制) 9:30~	小早川雅洋	三原唯暉(予約制) 9:00~	★5/2(火)~9(火) 小早川医師休診 ★午後受付13:00~15:30
	午後	外 来		小早川雅洋	小早川雅洋	小早川雅洋		
脊椎センター	午前	外 来	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	北浜義博(予約制)	
	午後	スポーツ腰痛		北浜義博(予約制) 15:00~17:00				
脳神経外科	午前	外 来		山崎友裕(予約制) 8:30~			杉山憲嗣(第1・3・5) 横田尚樹(第2) 横山徹夫(第4) (予約制) 9:00~	
		パーキンソン外来					横山徹夫:第4(予約制) 横田尚樹:第2(予約制) 横山徹夫:第4(予約制)	
産婦人科	午後	外 来			佐倉東武(予約制) 15:00~	佐倉東武(予約制) 15:00~		
眼 科	午前	外 来			堀田喜裕(月2回:予約制) 鈴木寛子(月1回:予約制) 飯田秀輝(月1回:予約制)	松岡貴大		★木曜日 受付:10:30まで
耳鼻咽喉科	午前	外 来	大和谷崇	峯田周幸 (予約・紹介状)		三澤 清		★5/18(木)三澤医師休診
透 析			高橋 聡		高橋 聡		高橋 聡	
皮 膚 科	午前	外 来	飯田晴康	飯田晴康	飯田晴康(予約制)	飯田晴康	飯田晴康	
	午後			予約外来(学生)			平川聡史 第3(予約制)	★第3月曜日休診
形成外科	午前		小野澤久輔	水上高秀	小野澤久輔	小野澤久輔		
麻 酔 科	午前	外 来		乙咩公通(予約制) ★透析センターで診察				
リハビリテーション科	午前	外 来		小野澤里衣子(予約制)		小野澤里衣子(予約制)	田中 博(第2・4・5) (予約制)	
健 診 セ ン タ ー			荒浪和則	佐倉東武	佐倉東武	佐倉東武	佐倉東武	
内科系時間内救急当番			井口~15:00 15:00~佐藤	大橋弘幸	近藤~15:00 15:00~佐藤	榛葉孝弘	高橋 聡	
外科系時間内救急当番			小野澤久輔	小泉貴弘	飯田晴康	武田~11:00 11:00~北浜	鈴木克徳	

- * 外来の受付時間は 8:15~11:00です。ただし、毎週木曜日の眼科は8:15~10:30、整形外科の午後は13:00~15:30、スポーツ外来は13:30~16:30の受付となります。
- * 内科の専門外来、リウマチ科は予約制です。予約には紹介状が必要となります。
- * 予約変更およびお問い合わせ等につきましては、13:00~16:00にご連絡ください。
- * 都合により、担当医師・診療時間等が変更される場合があります。詳しくは各科へご確認下さい。

市立御前崎総合病院へのお問い合わせ

〒437-1696 御前崎市池新田2060番地 電話：0537-86-8511 F A X：0537-86-8518

市立御前崎総合病院

検索

ホームページ：http://omaezaki-hospital.jp/

発行：市立御前崎総合病院 広報委員会