

球磨郡公立多良木病院企業団 広報誌

恒星

KOU SEI

地域と共に!



2015年4月発行

新しい情報をリアルタイムに。 企業長 大島茂樹

管理栄養士監修

旬の味覚で、美味しく元気に **新玉ねぎ**

- 恒星REPORT／常設ギャラリー開設・定例会報告
- 知っておきたいクスリのハナシ／正しい服用法
- 防火訓練実施！初期消火の徹底を目指して
- まちむら散歩／青蓮寺阿弥陀堂
- 病院からのお知らせ／人事異動





- ① 今回の展示作品は全7点。部員5人による半切作品5点、顧問教師の作品1点、書道部各部員の半紙作品をパネルに寄せた合同作品1点。部員全員で手にしている合同作品は、親しみやすい漢詩や言葉などがモチーフで躍動感に溢れる。
- ② ③ 半切りの額作品は昨年、人吉総合美展に出品した力作。

平成27年3月30日より、当企業団では地元多良木高校文化部生徒の作品を展示する常設ギャラリーを、病院新館1階ラウンジに開設いたしました。今後美術部など他の文化部の作品も展示していく予定です。皆様ぜひご覧ください。

Check!

平成27年 第2回定例会開催

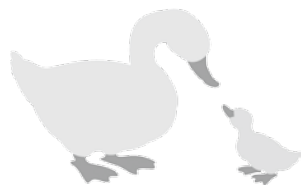


平成27年第2回病院企業団議定会定例会が、3月5日に開催され、予算審議、施政方針報告、一般質問などが行われました。

平成27年度病院、老健及び健診事業会計予算は、収益的収入35億4906万円(前年比7億9997万円減)、収益的支出39億44万7千円(前年比4億1045万5千円減)で、3億5138万7千円の純損失の見込み。

大島企業長による施政方針報告では、平成27年度の基本運営方針として、1. 医師の安定した確保、2. 外来患者数、病床利用率の安定化、3. 経営基盤の強化が挙げられました。

ご存知ですか? 『ホツと館』



お問い合わせ

「ホツと館」直通電話
(0966) 42-2828

「ホツと館」とは、病児・病後児のための施設です。場所は公立病院本館5階にあり月々金曜日の8時から17時(最大延長18時まで)病氣中や病後の子どもさんを保護者様に代わりお世話させて頂いています。当館は公立病院の小児科と連携をとっているため、体調の急変にも対応出来るようになっています。ご利用の際は、病院受診後(どこの病院でもかまいません)通常、保育園に持って行かれる準備物で来ていただくと別料金300円で給食、午後のおやつもご準備出来ます。基本料金は水上村・湯前町・多良木町・あさぎり町は1日2000円です。

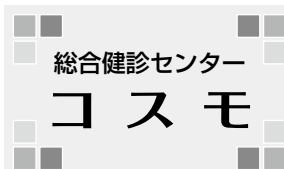
当館には看護師1名、保育士2名が常勤しています。人数制限がありますので事前にお電話でご予約下さい。

〔特定健診の検査項目〕

項 目	検査の内容
診察など	視診・触診・聴打診などを行います。
問診	現在の健康状態や生活習慣を伺い、検査の参考にします。
身体計測	身長・体重・腹囲を測ります。
血圧測定	血圧を測り循環器系の状態を調べます。
血中脂質検査	中性脂肪や善玉・悪玉コレステロールを測定します。
肝機能検査	肝細胞の酵素を測定し、肝機能などの状態を調べます。
血糖検査	空腹時血糖またはHbA1cを測定します。
尿検査	腎臓・尿路の状態を調べます。

ご 予 約
お問い合わせ

総合健診センター「コスモ」
(0966)42-2410



**受診券を利用した
特定健診を
受診しませんか。**

サラリーマンの扶養家族となっている方には年度の初めに協会けんぽから受診券が配布されます。

これは特定健診を受診することができる券です。

単独で受診することもできますが、市町村のがんセット検診などを申込みされている方は同日に実施できます(受診には事前の予約が必要です)。

料金は0円から3割の負担ですので、受診券をお持ちの方は、ぜひ受診されてはいかがでしょうか。

健診の結果で、メタボリックシンドロームのリスクがあることがわかった方は「利用券」が発行されますので、特定保健指導を受けるようにしましょう。



満開の桜をバックに、Vサイン。



天気にも恵まれ、絶好のお花見に。

平成27年3月25日～3月31日まで介護通所利用者と介護予防通所利用者のみなさんと市房ダム湖周辺の桜見学に出掛けました。
桜の見学をする事で季節感を味わってもらい、利用者の方達の親

介護老人保健施設
シルバーエイト

**利用者の
みなさんと
市房ダム湖で
桜のお花見を
楽しみました。**

睦を図る目的で計画しました。

水上役場を過ぎループ橋を登りきると、桜がちらほら咲いているのが見えてきてみなさん車窓から外を一生懸命に眺められていました。

初日はまだまだ6～7分咲きと満開ではありませんでしたが、利用者の方達が一緒に出掛けることがないので、車の中は和気あいあいと話も弾んでいました。

26日、27日と行くたびに徐々に桜も開き始め30日は満開でした。

みなさん口々に「きれかね」と言われていました。

到着後、おやつ Тай焼きでお茶をしながら花見を楽しみました。

「よかった」「綺麗かった」「来年も来たかね」とみなさん感動されていた様子でした。

新しい情報を リアルタイムに。

企業長
大島茂樹 Shigeki Oshima

Profile

【認定医・専門医】
日本外科学会専門医
マンモグラフィー読影認定医
臨床研修指導医
医学博士



本誌（球磨郡公立多良木病院の広報誌「恒星」）の誌面を今年度からリニューアル（一新）します。また、前年度までは医療機関、役場、公共施設などへの配布のみでしたが、今号から回覧ではありますが一般家庭でも読んで頂けることになりました。地域と共に歩む病院として、「住民の方々に公立病院の事をもっと知ってもらいたい」「親しみやすく安心できる病院であることを伝え、病院をどんどん利用して頂きたい」との願いが込められています。

伝えたいことが届くようにとの思いから、まずは手に取ってもらえるような、そして開きたくなるような明るい誌面づくりを工夫していきます。そして、次からも見ていただけるように楽しい記事、わかりやすい内容をと心がけていきます。

表紙の色は病院のイメージ力



多良木町・水上村・湯前町・あさぎり町の4町村が運営する病院企業団。介護老人保健施設や上球磨地域包括センターなど5つの関連施設を有する。

ラーである深緑を使用してきましたが、今回から白を基調にしてみました。2Pではありますが、カラーページを増やしました。写真やイラストなどを使用して視覚に訴える誌面づくりをめざしています。

また、文字も今までに比較して大きくすることで、御高齢の

方でも読みやすくしています。

医療の世界は日進月歩で進化しております。今後は疾患についての解説や予防・治療などについてわかりやすく解説したり、部門紹介・スタッフ紹介のページを設け、地域の方々に、自信と誇りを持って働くスタッフがいることをお伝えしたいと思っています。その他に病院行事、サークル活動、レクリエーションなど診療以外の情報も掲載し、活気ある楽しい職場であることを発信していきます。

病院の診療体制も変化していきますので、新しい情報をリアルタイム(即時的)にお伝えしていきます。読者の方々の御意見も頂いて、双方向性のある誌面にしていきたいなと思っています。発行を楽しみにしています。待つて頂けるような広報誌を目指していきます。どうぞご愛読を宜しくお願い致します。

知っておきたい クスリのはなし

薬剤師 桑原崇徳

正しい服用法

今回は基本的な薬の飲み方について話をさせて頂こうかと思っています。薬を飲む時間は、通常薬袋(薬の入った袋)に記載されています。そこには「食前」「食後」などと書かれており、あいまいに感じる方もおられるかと思いますが、しかし、これにはきちんと決まりがあります。

薬を飲む時間は、薬の効果・副作用・食事の影響などを考慮して決められています。決められた時間に飲むようにしましょう。食事の時間など、不都合な点があれば薬剤師に相談してみてください。

起床時	朝起きてすぐ
食直前	食事の直前
食 前	食事のおよそ30分前
食事中	食事の途中
食 後	食事が終わって およそ30分以内
食直後	食事が終わってすぐ
食 間	食事が終わって およそ2時間後
就寝前	寝るおよそ30分前
頓 服	必要なとき

旬の味覚で、美味しく元気に

〈管理栄養士／唐津杏奈〉

「新玉ねぎ」

新玉ねぎは水分が豊富で柔らかく、甘みが強いのが特徴。玉ねぎは血液をさらさらにすることで有名ですが、これは玉ねぎの臭いの成分である硫化アリルが、動脈硬化の原因である悪玉コレステロールを下げる効果や血栓を溶かす効果があるためです。高血圧、糖尿病などの生活習慣病予防も期待されます。

さらに硫化アリルは、ビタミンB1の吸収を促進し、疲労回復効果や新陳代謝を高めるため、ビタミンB1の多い豚肉と組み合わせるのがオススメ。

この春は新玉ねぎで血液美人を目指しましょう。

新玉ねぎの豚肉巻き

【材料2人分】

新玉ねぎ:中1個(150g)
豚もも肉:6枚(120g)
塩・こしょう:少々
オリーブ油:4g(小さじ1)
濃口醤油:12g(小さじ2)
みりん:6g(小さじ1)

【作り方】

- 1.新玉ねぎを6等分し、塩・こしょうで下味をつけた豚肉で巻く。
- 2.フライパンにオリーブ油をひき、巻き目を下にして、蓋をかぶせ蒸し焼きにする。
- 3.焼き目がついたら、合わせておいた濃口醤油とみりんをかけ、照りをつけて完成。



〈1人あたりの栄養成分〉エネルギー 154kcal / タンパク質14.2g / 脂質6.7g / 炭水化物8.6g / 塩分0.9g



緊急放送を聞きながら迅速に対応。



搬送患者のケアをしながら避難活動。



「無事に避難完了」企業長への報告。



初期消火の徹底を目指して！

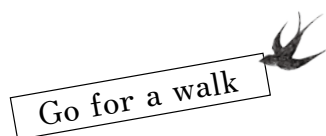
平成27年3月24日(火)、防火訓練を実施しました。

今回は火災発生場所を事前に通知せず、実際の火災発生時に近い状況を想定。日中の訓練ということもあり多くの職員が参加しました。

火災発生時の非常ベルとともに訓練開始。緊急放送が流れると、職員らは真剣な表情で耳を傾け、初期消火や模擬患者の搬送などにあたりました。

協力頂いた上球磨消防署益田第3中隊1小隊長より講評を頂き、企業長の挨拶で訓練は無事に終了。その後、(株)ホリタシステムの森下氏より消火器の取り扱いについて説明があり、職員が操作を確認しながら実際に火を消す体験なども行いました。

火事を起こさないことが一番ですが、もし万が一起きてしまったら今日の訓練を思い出し迅速な初期消火に努めていきたいと思えます。



しょうれんじあみだどう

青蓮寺阿弥陀堂

多良木町黒肥地にある青蓮寺阿弥陀堂は、球磨郡を代表する歴史遺産としても知られ、国の重要文化財にも指定されています。

上相良三代頼宗が永仁3年に初代頼景公菩提のため、黒肥地の亀田山に創建したと伝えられており、寺名は頼景の正室であった青蓮尼にちなむもの。造作は飛騨の工匠で、現在も堂前に通称「飛騨」という地名が残されています。

御堂は五間四面の四注造(しちゅうづくり)の茅葺、軒高はおおよそ5m、軒より棟まで高さ約8mにも及ぶ木造大建築。趣のある佇まいのなかに、重厚感溢れる、鎌倉時代ならではの特色を見せています。

老朽が著しかったため、平成6年から3ヶ年に渡り大改修が行われ、当時の姿に復元されました。

堂内には、木造阿弥陀如来、勢至菩薩、観音菩薩の阿弥陀三尊が安置されており、こちらも国の重要文化財に指定されています。

生あるもの全てをお救いになる浄土の教主。その慈愛に満ちた表情は時代を経てなお変わらず、後世に伝えたい故郷のお宝です。



Taragi Asagiri Yunomae Mizukami

まちむら散歩

地域
情報

【水上村】市房山山開き 5月1日(金)／市房山トレッキングセラピーツアー 5月30日(土)

【湯前町】ゆのまえ潮おっぱい祭り 4月29日(祝)

【あさぎり町】天子の水公園花菖蒲まつり 6月7日(日)

病院からのお知らせ

● 人事異動に 関するお知らせ

当企業団におきまして、左記の通り人事異動を行いました。

よろしく願います。

〈新人職員〉

平成27年4月1日付

- ◇内科医長 前田 幸佑
- ◇外科医長 清水 健次
- ◇古屋敷診療所長兼内科医師 前原 耕介
- ◇診療放射線技師 嘉村 愛美
- ◇理学療法士 井手 浩二
- ◇理学療法士 石橋 敏也
- ◇保健師 鎌田 祥子
- ◇看護師 山田 千容
- ◇看護師 右田 千晶
- ◇看護師 池田 千春
- ◇看護師 榊永 穂波
- ◇社会福祉士 早川 麻美
- ◇社会福祉士 寺田 敏恵
- ◇認定看護師 淵田 ルミ

お世話になりました。

〈退職職員〉

平成27年3月31日付

- ◇内科医長兼榎木診療所長 稲田 啓介
- ◇(阿蘇医療センターへ)
- ◇外科医師 坂田 和也
- ◇(天草地域医療センターへ)
- ◇古屋敷診療所長兼内科医師 中山 明香里
- ◇(亀田総合病院へ)

- ◇医療技術部長兼薬局長 林田 和孝
- ◇看護師長 本岡 いとし
- ◇看護師長 片岡 日出子
- ◇看護師長 松岡 旬子
- ◇主任看護師 山崎 のり子
- ◇主任看護師 石本 真弓
- ◇臨床工学士 諸熊 裕也
- ◇理学療法士 那須 千鶴
- ◇保健師 榎木 亜里沙
- ◇看護師 河本 徳子
- ◇准看護師 澤田 幸子
- ◇准看護師 山本 幸江
- ◇社会福祉士 宿久 真奈美
- ◇看護助手 川辺 ゆきみ



● 院内研究発表会

平成27年3月12日、病院講堂において院内研究発表会を開催しました。

看護部・コメディカル・事務部門・介護老人保健施設「シルバークエスト」・健診センター「コスモ」など各部署から11の演題で研究発表を行いました。発表後は活発な質疑応答がなされ、参加した職員にとって有意義な時間となりました。

● ご意見は「投書箱」に

当院ではメインロビーと各病棟フロアに「投書箱」を設置しています。企業団に関するご感想やご要望をはじめ、お気づきの点などございましたら、遠慮なくご投函ください。みなさまのご意見お待ちしております。



恒星リレーエッセー



看護部長 平 恵美

勤続33年
好きな時間は、
愛犬と季節を
感じながらのお散歩

みなさんこんにちは。看護部長の平です。午前中は当院のコンシェルジュ(自称)として総合案内におります。私は人生の半分以上をこの病院と共に歩きました。患者さんをはじめ周りの多くのスタッフに支えられ、身も心も逞しく育ちました。嬉しかったらありがとう、苦言に対しては学ぶ機会をいただき感謝するよう心がけています。次は、一昨年私のお腹の中の脂肪軍団の奇襲攻撃に果敢に打ち勝ち見事ラパコレで30余りの胆石で詰まった胆嚢を取っていただいた、外科部長の中原先生にバトンを渡します。

基本理念

地域中核病院として質の高い包括的医療を提供することにより、住民の皆様信頼される病院を目指します。

基本方針

- ・地域住民の健康増進
- ・患者中心の納得診療
- ・地域に開かれた病院
- ・へき地医療の充実
- ・24時間救急体制
- ・健全経営

患者さんの権利

- ・患者さんは皆平等に安全で最善の医療を受ける権利があります。
- ・患者さんは医療機関を自由に選べる権利があります。
- ・患者さんは受ける医療を自ら決定する権利があります。
- ・患者さんは自らに関する情報を知る権利があります。
- ・患者さんはプライバシーが護られ個人の尊厳が保たれる権利があります。

看護理念

私たちは看護師としての責任を自覚し、患者さん中心の看護を提供します。

1. 患者さんの安全・安楽に努め、優しいと思ひやりのある看護を提供します。
2. 患者さんご家族の権利を尊重した看護を提供します。
3. 看護の質の向上を目指し、自己研鑽に努めます。



球磨郡公立
多良木病院企業団
www.taragihp.jp
info@taragihp.jp

診療科受付時間(2015年4月～5月)

[午前 / 8:20～11:00]

診療科	医師	月	火	水	木	金	土
一般内科	常勤	○	○	○	○	○	—
総合診療科	非常勤		○(午後)				—
心臓血管外科	非常勤				○		—
循環器科	非常勤	○		○		○	—
消化器内科	常勤	○		○	○		—
呼吸器科	非常勤	○		○	○	○	—
肝炎外来	非常勤					第1	第3
外科	常勤	○	○	○	○	○	—
整形外科	常勤	○	○	○	○	○	—
脳外科	非常勤				○		—
産婦人科	非常勤		○			○ (5月より)	—
小児科	常勤	○	○	○	○	○	—
泌尿器科	常勤	○	○		○	○	—
眼科	常勤	○	○	○	○	○	—
皮膚科	常勤	○			○		—
歯科	常勤	○	○	○	○	○	

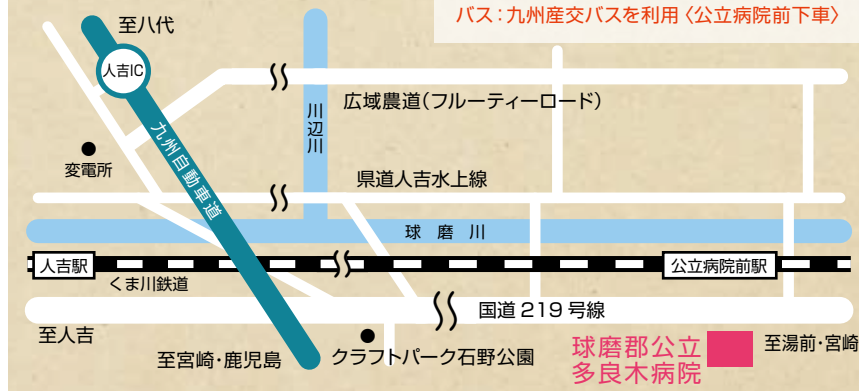
*総合診療科の受付時間は 13:30～15:00 です。

*歯科・小児科は午後も受付けます。

*産婦人科は5月より金曜日診療いたします。

交通アクセス

車：人吉インターより22km(約35分)
列車：人吉駅よりくま川鉄道を利用(約35分)
公立病院前駅下車(徒歩5分)
バス：九州産交バスを利用(公立病院前下車)



編集後記

さくらも散り新緑がまぶしい季節を迎えましたが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

さて長年ご愛顧いただいております球磨郡公立多良木病院企業団の広報誌「恒星」ですが、お手に取っていただければわかるように、今回から誌面をリニューアルいたしました。住民の方にとっては初めてご覧いただける方もいらっしゃるのでは？ 病院の情報や皆様のお役に立つような情報をお届けできるよう広報委員一同、心機一転取り組んでいきます。よろしくお願いいたします。

