



地域に暮らす人々と共に心あたたかな医療をすすめたい

特集

新任ドクター紹介

地域の皆様、
よろしくお願ひします

- ▶ Team 八鹿病院 「栄養管理科」
- ▶ 教えて！健康コラム 「意外に多い甲状腺の病気」
- ▶ 看護部だより 「看護週間イベントを開催しました」
- ▶ 現場の Expert 「細胞検査士」
- ▶ インフォメーション 新リニアック導入しました 他

2019

6
月号

公立八鹿病院基本理念

私たちは、地域中核病院として、医の倫理を基本に、質の高い医療と優れたサービスをもって、住民の健康を守り、地域の発展に尽くします。

トライやる・ウィーク 2019
病院のお仕事体験がんばりました！





新任ドクター 紹介 2019

2019年4月、新たに7名の医師が着任しました。医師のプロフィールと地域の皆様へのメッセージを紹介します。

- ①出身地
- ②趣味
- ③好きな食べ物



内科（消化管内科）

なかにし たかし
中西 貴士 医師

- ①大阪府八尾市
- ②ゴルフ・テニス（硬式）
- ③カレー

みなさま、はじめまして。中西貴士と申します。平成27年に岡山大学を卒業し、現在、卒後5年目になります。初期研修終了後は、兵庫医科大学消化管内科に入局し、主に内視鏡診断・治療をおこなってきました。八鹿病院では、専門分野はもちろんのこと、それ以外の幅広い内科疾患についても診られる内科医になれるよう努力していきたいと考えていますので、よろしくお願い致します。

後藤院長よりひとこと

やる気あふれる新任ドクター達です。地域の健康を守るために奮闘してくれると思いますので、どうぞご期待ください。

（好きな食べ物）
湯豆腐・膾（なます）



内科・総合診療科

たかき まさのぶ
高木 真信 医師

- ①兵庫県加古川市
- ②バレーボール
- ③麺類

こんにちは、内科の高木真信と申します。幅広い知識を身につけて、患者さんに最適な治療を提供できるように日々精進していきたいと思っております。まだまだ、未熟者ではありますが、地域の皆様に貢献できるよう努力していきたいと考えています。どうぞよろしくお願い致します。



内科・総合診療科

しなの けんたろう
仕名野 堅太郎 医師

- ①兵庫県朝来市
- ②釣り
- ③寿司

内科の仕名野堅太郎と申します。元々の生まれはこちらで大学は鳥取に行っていました。2年前より初期研修医として当院で働き始めてそのまま内科医師として働かせていただいております。引き続き患者さんに良い医療を提供できるように頑張りたいと思っております。なにぶん医師になってから日が浅いので行き届き部分もあるかと思いますが精一杯地元住民の方々に貢献できるよう頑張りますので今後とも宜しくお願い致します。



外科（消化器外科）

あおき ともあき
青木 文明 医師

- ①長崎県東彼杵郡
- ②サッカー観戦・ストレッチ
- ③八鹿豚・岩津ねぎ

平成22年神戸大学卒業、卒後10年目の青木文明と申します。八鹿病院に赴任する前は、神戸大学大学院にて基礎研究をおこなっておりました。大学院1年目にも半年間八鹿病院で勤務しておりましたが、多くの良い思い出が記憶に残っており、戻ってくることができて大変嬉しく思っております。外科医として日々研鑽を積んで、地域における癌治療・救命に貢献できるよう頑張ります。



整形外科・総合診療科

やまもと ゆうや
山本 裕也 医師

- ①兵庫県小野市
- ②スポーツ観戦
- ③お肉料理・おいしいものなら何でも

整形外科の山本裕也と申します。昨年度まで県立淡路医療センターにて勤務しておりました。初期研修の際にお世話になった八鹿病院に戻ることができ、大変嬉しく思います。八鹿病院では、整形外科に関する全てのことに全力で頑張りたいと思います。地域の皆様には少しでもお困りのことがあれば、ぜひとも八鹿病院に来ていただければと思います。今後ともよろしくお願いたします。



歯科口腔外科

わたなべ そう
渡辺 聡 医師

- ①長野県長野市
- ②ドライブ・読書
- ③お蕎麦

4月より歯科口腔外科へ赴任しました渡辺です。大学卒業後の約10年間は大学病院、市中病院、診療所勤務を通して、様々な症例の治療をおこなってきました。この経験を生かして、虫歯、入れ歯、歯周疾患に対する一般的な歯科治療から入院を必要とするような口腔外科疾患に対する治療まで、幅広くおこなっていきたく思いますので、どうぞよろしくお願致します。



放射線科

ごんだ たくろう
権田 拓郎 医師

- ①鳥取県大山町
- ②食べること・飲むこと
- ③全部・お酒のおつまみ

こんにちは、放射線科の権田です。医師として働き始めて3年目、まだまだ学ぶべきことも多いですが、少しでもこの地域の医療に貢献できるように尽力したいと思います。普段はパソコンに向かってCTやMRIなどの画像を読影していることが多いですが、出来る限り患者さんに近いフットワークの軽い放射線科医を目指したいと思います。よろしくお願いたします。

私たちから知ってほしいこと
伝えたいことをお知らせします



Team 八鹿病院

栄養管理科

食生活を変えるきっかけ、 見つけませんか？

― 外来栄養食事指導（栄養相談）のごあんない ―

「健康診断や診察で生活習慣の改善が必要と言われた」「食事療法を何から始めて良いかわからない」「食生活を変えたいが、日々の生活に追われ変えられない」そんな方々へ。当院の管理栄養士による栄養指導を受けてみませんか。

栄養指導で糖尿病の合併症を防ぎたい

現在、わが国で糖尿病有病者は1000万人を超えたと言われています。糖尿病の治療をせず放っておくと、細小血管障害から糖尿病腎症をはじめとする様々な合併症を引き起こします。現在、様々な作用機序の内服薬、インスリン療法、血糖自己測定器など血糖コントロールをおこなう方法が世に出ています。糖尿病治療の基本は「食事療法」です。栄養指導をおこなうことで、食事で血糖コントロールをし、これまでと変わらない日常生活を送っていただけるようサポートしています。

病状やライフスタイルに合わせた食事療法を

高齢の患者さんの厳しい食事制限は、必要な栄養が足りなくなる可能性があります。栄養のプロである管理栄養士だから分かる「ちょうど良い匙

かげん」の食事療法で病状に合わせたアドバイスをしています。嚥下障害（飲み込みにくさ）のある方、術後で食事が減って栄養不足が心配な方、癌治療中の方、また妊婦さんなどへの食事・栄養アドバイスも積極的にこなっています。

また、不規則勤務や単身赴任、独居、子育て、介護中など患者さんお一人おひとりのライフスタイルに合わせたご相談もお受けしています。

実行できることから始め、継続すること

「栄養指導」と聞くと、とっつきにくく思われがちですが、決してそんなことはありません。日頃の食事や生活習慣を振り返り、見えてくる課題を基に具体的な食事改善の提案をさせていただきます。食事療法の主役はあくまで患者さんご自身。「これくらいなら実行できそうだな」と思える事から取り組んでいただけるよう、管理栄養士が全力でバックアップします。

生活習慣の改善は、一度栄養指導を受けただけではなかなか定着しにくいものです。定期診察があるように栄養指導も定期的に受けていただく、実践・継続する事へとつながります。

栄養相談

ご利用ください！

食事療法がわからない

- ・高血圧・糖尿病・腎臓病の方
- ・コレステロールが高い
- ・尿酸値が高い など

食事が噛みにくい

- 水分・固形物でむせる
- 体重増加や貧血が気になる
- 妊婦さん など

食事が食べられない・痩せてしまった

- ・化学療法や放射線治療で療養中
- ・手術後
- ・栄養不足と言われた



30分程度で終了！

当日の相談も可能！

患者さんの生活スタイルに合わせた食事・栄養のアドバイスをします

- 現状の食事内容の確認
- 具体的な食事療法の提案
- フードモデルで楽しくわかりやすい指導

【費用】（3割負担の場合）初回：780円 2回目以降：600円 ※個人により負担額は変わります

※栄養相談をご希望の方は、**外来の受付、主治医・看護師**にお声かけください。

こんなお悩みはありませんか？

当院で活躍する
認定・専門職員を紹介!

現場の Expert エキスパート

File.02

顕微鏡ひとつで
がん病変を見つける
細胞の番人

細胞検査士



検査科
阿部 結穂

検査科
和田 和久

検査科
余根田 和弘

細胞検査士とは？

細胞検査士は日本臨床細胞学会認定の資格で、身体から採取された組織の一部から、がん等の病気を顕微鏡を用いて細胞レベルで検査する臨床検査技師であり、がんの早期発見に欠かせない専門家です。



多くの時間を顕微鏡で、がん細胞や疑わしい細胞がないか、隅から隅まで観察しています。

細胞検査士を目指した理由は

機械に出来ない事だからでしょうか（AIに追いつかれるかもしれませんか？）。がん細胞は、正常の細胞と比べて腫大化したり歪な形をしたり、様々な「悪い顔」を呈します。それを、顕微鏡ひとつで見つけ出すというところに魅せられたように思います。

日々やりがいを感じていることは

がん細胞を早期発見することができれば、医師はより早くさらなる精密検査、そして治療にあたることができます。大げさかもしれませんが、細胞検査士の仕事は、まさに人々の命を救うことにもつながっており、責任は重大ですが、誇りとやりがいを感じているところです。

細胞検査士として大切にしていること

一言でがん細胞といってもその姿はまちまちで、判定に迷うこともあります。見落としや、誤判定は許されない仕事ですので、専門家として勉強を続け、向上心を常に持ち続けることを大切にしています。がん治療は目覚ましく進歩しており、今や「不治の病」ではなくなっています。我々、細胞検査士は少しでも早期の段階でがん細胞を見つけることで、「がん」で亡くなる人がひとりでも少なくなることを励みに仕事をしています。そのためにも、多くの方に定期的に各種がん検診を受けていただきたいと思います。

普段はどんなことをしているの？

もっぱら顕微鏡をのぞいてがん細胞探しをしています。市民検診、人間ドック等を含めた婦人科領域から出されるものが半数以上を占めています。痰や尿、胸水・腹水、胆汁、時には直接患部をこすったり、針で吸引したものなど様々な検体が検査対象となります。

また、悪性や疑わしい細胞を発見した場合の最終診断は、病理医がおこなうなど、医師と協力して業務にあたっています。

医療のスペシャリストが
伝授する

教えて!
健康
コラム

意外に多い甲状腺の病気

内科(糖尿病・内分泌内科)

藤澤 武



皆さんは「甲状腺」を御存じでしょうか? 頸部前面下部、喉仏の下にあり、前方から見ると蝶が羽を広げた形をしており、正常では幅3〜5cm、厚さ1cm、重量は15〜20gです。甲状腺は「甲状腺ホルモン」を分泌していますが、これは正常な成長や発達、代謝に必須のホルモンです。

甲状腺の病気は大きく二つに分類され、一つは甲状腺ホルモンの分泌異常、もう一つは腫瘍となります。

ホルモン分泌異常「バセドウ病」と「橋本病」

甲状腺ホルモンの分泌異常は、甲状腺ホルモンが大量に分泌される「甲状腺機能亢進症(こうしんしょう)」と、十分に分泌されない「甲状腺機能低下症」に分類されます。甲状腺機能亢進症は主に『バセドウ病』が、甲状腺機能低下症は主に『橋本病』がその原因となります。どちらも原因はよくわかっていませんが、自分の体を敵とみなして攻撃してしまう自己抗体が体の中にできる「自己免疫疾患」の一つとされています。これらの病気は20歳代〜40歳代の女性に多く、20人に1人程度は無症状の方も含めて甲状腺の異常があると言われていますので、意外に多いと思います。バセドウ病の症状は、首の腫れ、動悸、手

の震え、多汗、体重減少、眼球突出、イライラ感、疲労感など多彩です。

一方、橋本病は無症状のことが多く、実際の首の腫れの他は甲状腺ホルモンの分泌が正常のことが多いです。しかし、橋本病の約1割程度に甲状腺ホルモンの分泌が低下し、むくみや体重増加、皮膚乾燥、脱毛、気力低下、物忘れ、寒がり、生理不順などが出現します。ただ、これらは更年期障害等でも見られる症状なので、他の病気の治療中に橋本病だったことが判明する場合もあります。バセドウ病や橋本病は、一般的に内服薬での治療が可能です。

甲状腺の「良性腫瘍」と「がん」

甲状腺にできる腫瘍には、良性腫瘍と甲状腺がんがあります。まずは甲状腺エコーで腫瘍の確認をおこなうことができます。必要により「吸引細胞診」による精密検査を考慮します。

みなさんにお伝えしたいのは、甲状腺の病気は意外に多いということです。検査は採血と甲状腺エコーでほとんどの場合はその日のうちに分かりますので、これまで一度も検査をされたことのない方、気になる症状のある方は、どうぞご相談ください。

看護週間イベントを開催しました!



かんごごぶ
看護部だより

5月17日金曜日、当院1階にて看護週間のイベントが開催されました。このイベントは誰にも「看護の心」「ケアの心」「助け合いの心」をひろく育んで行きたいという願いから、全国的に行われている行事です。

当院では、血圧測定や体組成計を使用した健康チェック、正しい手洗いでできているかのチェックコーナーや、お薬相談・リハビリ相談などの各種相談コーナーを設けました。皆様に健康について意識を深めていただきながら、私達医療スタッフも皆様と交流を深めることができ大変嬉しく思っております。受診前・後の患者さんや付き添いのご家族など多数の皆様にお立ち寄りいただき、とても賑やかなイベントとなりました。



体組成計測定のデータを見て健康づくりのアドバイスをしました。



手洗いチェックコーナー。手の正しい洗い方も伝授しました。



4/15

院内講演会「心臓リハビリテーション：エビデンスと実際、わが国の現状と将来」開催

当院の後藤葉一院長による院内講演会を開催しました。急性心筋梗塞や慢性心不全などの心疾患を抱える患者さんに対する心臓リハビリテーションは、たんに運動による体力回復を図るだけのものではなく、再発症の予防、長期予後の改善、さらには精神面を含めたQOL（生活の質）の向上に欠かせない多面的な効果を持つものであるということが、歴史的な経緯を踏まえつつ、国内・海外の豊富なエビデンスに基づき解説されました。

当院で心臓リハビリテーションを実施するには、現状では専門の医師やスタッフの配置等の解決すべき課題があるものの、本講演は将来的な心臓リハビリテーションの実施を目指す第一歩になったのではないかと考えています。

4/19
5/27

八鹿地区・高柳地区
健康講座&住民懇談会開催



養父市八鹿地区・高柳地区にて健康講座・住民懇談会を開催しました。八鹿地区では後藤院長より健康寿命（自立して生活できる生存期間）を伸ばすための基本的な知識と秘訣をお伝えし、高柳地区では脳神経外科医である福森副院長より認知症の予防と治療についてお話ししました。参加者の方々の住民懇談会では、当院の将来的な経営の展望へのご質問や、「常勤の小児科医が欲しい」などのご意見を頂戴しました。皆様からのご意見を、今後の病院運営に生かすべく、努力していきたいと考えています。

引き続き、月1回のペースで開催してまいりますので、皆様のご意見等をお聞かせください。

5/29

いつもありがとう
ボランティア総会開催



病院ボランティアの皆様にお集まりいただき総会を開催しました。総会では、栄養管理科和田技師長より「いつまでも美味しく食べられるための食事の工夫」についてお話しさせていただいたり、後藤院長や看護部より日頃の感謝をこめてメッセージをお伝えするなどボランティアの皆様との交流を深めました。当院にとってボランティアの皆様はなくてはならない存在です。これからもどうぞよろしくお願い致します。

5/27～

トライやるウィーク
中学生が現場で奮闘

5月27日から5日間、今年も八鹿青溪・養父・大屋・関宮の4つの中学校の皆さんが当院で職業体験されました。当院では、患者さんと接して様々なサポートをする看護師業務はもちろん、薬剤科、画像診断科、検査科、栄養管理科、施設課など、医療スタッフしか入らない場所での体験もおこなっていただきました。最初は緊張気味の皆さんも徐々に緊張もほぐれ熱心に業務に取り組まれていました。今回体験されたことを今後の生活や進路に少しでも活かしていただけたら嬉しく思います。



ベッドメイキングに挑戦。



清潔なガーゼを丁寧に折ります。



オーダーされた薬剤を準備。



人工呼吸器のマスクを装着してみました。

放射線治療装置（リニアック）が新しくなりました

放射線治療を休止し、皆様にはご迷惑をおかけしておりましたが、リニアック（放射線治療装置）が更新され、新しい装置になり、放射線治療を4月下旬より再開しました。

新しいリニアックでは、より精度の高い照射が可能となり、のどの癌（喉頭癌や咽頭癌）の治療、乳癌の乳房温存術後の照射、骨転移の痛みの緩和、食道癌、その他さまざまな癌の治療に威力を発揮します。



新しいリニアック

フットケア外来 診療日が増えます

フットケア外来は従来の毎週月曜日に加え、**6月から毎週木曜日（午前）**の診療を増やし、週2日の診療となりました。糖尿病の方で、足の傷が治りにくい、ひとりで爪切りができないなど足のケアにお困りの方は一度ご相談ください。

【お問い合わせ】(通院中の方) **通院中の診療科** (初診・通院中でない方) **地域医療連携室**

ペインクリニック外来 休診のお知らせ

麻酔科常勤医師の異動により、2019年5月末をもちましてペインクリニック外来を休診させていただくことになりました。患者さんには大変ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解のほど宜しくお願い致します。

病院ボランティア 大募集



スムーズな受診で患者さんも安心！

案内ボランティア

総合案内での場所案内など

会話好きな患者さんに喜ばれます！

お話しボランティア

入院患者さんの話し相手など

患者さんやご家族を温かく迎え入れていただけるボランティアの方は、病院にはなくてはならない存在です。地域と病院をつなぐやりがいのあるボランティア活動に参加してみませんか。週1日程度、短時間でも構いませんのでぜひお気軽にご応募下さい。

【お申し込み・お問い合わせ】**公立八鹿病院 看護部長室**

公立八鹿病院 健康講座&住民懇談会

申込不要 無料

(お問い合わせ) 総務課

< 第3回 >

6/19 (水) 19:30 - 会場：小佐コミュニティスポーツセンター 多目的ホール
「ロコモティブ症候群について」元津康彦 医師(八鹿病院院長補佐 整形外科部長)
対象：小佐地区の方・どなたでも参加OK

< 第4回 >

7/23 (火) 19:30 - 会場：宿南ふれあい倶楽部
「認知症の予防と治療」福森豊和 医師(八鹿病院副院長 脳神経外科部長)
対象：宿南地区の方・どなたでも参加OK

第52回院内七夕コンサート

申込不要 無料

(お問い合わせ) 総務課

7/3 (水) 17:00 - 会場：当院1階 受付前ホール
プログラム：八鹿病院看護学生による合唱・ピアノ演奏・みんなで歌おう
七夕のひとつきを音楽で楽しみませんか？

公立八鹿病院看護専門学校 オープンキャンパス2019

要申込 無料

(お問い合わせ) 看護専門学校

8/6 (火) 午前の部/9:30-11:45(受付9時~) 午後の部/13:30-15:45(受付13時~)
会場：公立八鹿病院看護専門学校 ※午前・午後いずれも同じ内容です
申込：事前に電話またはメールにて、氏名・出身校・参加人数・電話番号をお知らせください。詳細は、公立八鹿病院看護専門学校ホームページをご確認ください。