



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

新院長就任ごあいさつ

- ▶ 新任ドクター紹介
- ▶ 教えて！健康コラム 心不全にどう立ち向かいますか？
- ▶ 看護部だより 産後ケアでお母さんの笑顔を増やしたい
- ▶ トピックス 5月8日以降の新型コロナ対応が変わりました 他
- ▶ インフォメーション 公立八鹿病院組合正規職員募集 他

2023

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。



看護師としての第1歩
「新人研修」を終え、各現場へ。
4月の新人研修でさまざまなことを学んだ新人看護師。入職から2か月が経ち、各現場で奮闘中です！

採血演習のようす。緊張しつつも、仲間と励ましあいながら取り組むことができました。

新院長就任の「あいさつ」

本年4月より院長として着任いたしましたので、略儀ながらご挨拶を申し上げます。

これまで非常勤で認知症専門外来を担当させて頂きましたが、この度、重責を拝命し身の引き締まる思いであります。

公立八鹿病院は当地の医療を担う公立基幹病院であるばかりでなく、附帯施設には看護専門学校をはじめ老人保健施設、訪問看護センター、居宅介護支援事業所や健康センターが併立する総合医療施設であり、ヘルスケアを包括的に進める拠点としての使命を帯びています。

まずは、これに応えることにより、皆様から信頼される病院となるよう、歴代院長の志を引き継いで鋭意努力する所存です。

一方で、全国的な医師偏在が深刻化し、当院も少なからずその余波を受けてきました。すでに現状、皆様には一部ご迷惑とご不便をおかけしていることも承知しています。これに対しては、鋭意改善を目指します。

私の専門は脳神経内科ですが、長らくアルツハイマー病の研究開発に従事してきました。米国での新薬の仮承認がニュースになりましたが、これまでと異なるのは認知症の治療から脳アミロイドの治療に移行していることです。日本でも承認されれば認知症医療は大きく様変わりすると予想されますが、それには当院でも素早い対応を検討します。

また近年、認知症や生活習慣病に対する生活環境の影響が強調され、ソーシャルキャピタルの活用による健康維持が注目されます。養父市でも研究所を設立して先進的取り組みを始める計画と聞き及んでおり、薬に頼らない健康長寿を達成するため、当院もこれに協同した活動を進めていきます。

八鹿町出身の私は、八鹿高校卒業までこの地で育てていただきました。元来微力であり、恩返しまでは叶いませんが、精一杯努めますので何卒ご支援のほどをよろしくお願い申し上げます。

にしむら まさき
院長 西村 正樹

略歴

- 1984年 京都大学医学部卒業
- 1987～92年 東京都立神経病院
- 1992～96年 京都大学大学院
- 1997～99年 トロント大学留学
- 1999年 滋賀医科大学 准(助)教授
- 2014年 滋賀医科大学 教授
(神経難病研究センター長を併任)
- 2023年4月 公立八鹿病院 院長

兼務

- 2014年～ 米国生化学分子生物学会誌編集委員
- 2016年～ 日本認知症学会理事
- 2016年～ やぶ医者大賞審査委員(養父市)など

趣味

兵庫県養父市
八鹿町出身

読書
スポーツ観戦

新任ドクター 紹介

2023年4月、新たに着任した医師のプロフィールとメッセージを紹介します。



神奈川県
横浜市出身

内科

「しみず たけし
清水 健史 医師」

趣味 好きな食べ物
将棋 魚料理

内科の清水健史と申します。八鹿病院は研修医の時間にお世話になりました。今年度から再び当院で働く機会をいただくことになりました。総合診療医として地域の活動に積極的に関わりたいと考えています。外来には健康問題の相談に気軽に来ていただければ嬉しいです。よろしくお願いいたします。



大阪府
高槻市出身

小児科

「いしろ まなぶ
井代 学 医師」

趣味 好きな食べ物
散策 肉じゃが

小児科の井代学です。小児専門分野は、内分泌代謝です。こちらはわかりやすく言いますと、お子さんの生活習慣病（肥満や糖尿病など）や体格・思春期などを診療する分野です。但馬地域のお子さんの健康管理をこども園や学校の先生方と協力して進めていきたいと考えています。よろしくお願いいたします。



兵庫県
朝来市出身

内科

「あ の さとし
阿野 悟士 医師」

趣味 好きな食べ物
サイクリング スイーツ全般

はじめまして。今年度より八鹿病院で勤めます、阿野悟士と申します。朝来市出身なので、徐々に但馬へ帰ってきて懐かしく思います。まずは、内科の基礎から研鑽を積んでいく予定です。覚えていかないとけないことばかりですが、常に学びを得る姿勢と患者さんへの気遣いを忘れずに過ごしていく所存です。どうぞ、よろしく申し上げます。



兵庫県
西宮市出身

内科

「よしはら しゅんや
吉原 俊也 医師」

趣味 好きな食べ物
ドライブ 焼肉

はじめまして。吉原俊也と申します。専門は消化器内科で、当院に赴任する前は、兵庫医科大学病院で勤務しておりました。私は4年目までは消化器外科医でしたが、5年目より転科し、現在は消化器内科3年目になります。消化器疾患の診断や治療で地域に貢献できるよう精進しますので、何卒よろしく申し上げます。



内科

「もりやま やすは
森山 泰葉 医師」

兵庫県
神戸市出身

- 趣味
料理
パン作り
- 好きな食べ物
パン
チーズケーキ

はじめまして。森山泰葉と申します。丹波医療センターで初期研修を終えて、この度八鹿病院へ赴任しました。八鹿に来たのは初めてで、まだまだ勉強中の身ですが、皆さまに寄り添い病気だけでなく、人を診れる医師であるよう尽力いたしますので、どうぞよろしくお願いたします。



内科

「やまね かいと
山根 快斗 医師」

兵庫県美方郡
香美町出身

- 趣味
ジムトレーニング
旅行
- 好きな食べ物
いちご

私の出生した場所である、この病院で勤務できますことを心より嬉しく思います。私を育てていただいたこの但馬の地で、少しでも皆様のお役に立てるよう尽力してまいります。一人一人の患者さんに寄り添った、全人的な医療に努めていく所存です。何卒、よろしくお願申し上げます。



整形外科

「なしき まみこ
梨木 真美子 医師」

兵庫県
豊岡市出身

- 趣味
バイク
- 好きな食べ物
魚

整形外科で勤務させていただきます。地元である但馬で医療に貢献できるような頑張ります。生活の質に関わる運動器を専門に皆さまの健康をサポートできればと思います。笑顔を大切に、患者さんやご家族に寄り添った医療を提議できるよう努めますので、どうぞよろしくお願いたします。



整形外科

「いのうえ しんじ
井上 紳司 医師」

兵庫県
養父市出身

- 趣味
筋トレ
ドライブ
- 好きな食べ物
焼肉
からあげ
餃子

今年度より整形外科として勤務させていただきます。井上紳司と申します。下肢（膝・股関節・足関節）を専門としています。4月から八鹿に住み始めて、少しずつ地元の皆さまにお役に立てるよう、努力します。新しいもの、おいしいものや見るものが大好きなので、外来では気軽に声を掛けよろしくお願いたします。

全身麻酔を含む外科手術、基礎疾患のある方の歯科治療、その他診断困難な顎顔面の違和感など、幅広い疾患の加療をおこなって行く所存です。まだ若輩の身ではありますが、但馬地域の歯科診療の一助となるよう日々精進いたしますので、何卒よろしくお願いたします。



歯科口腔外科

「いなむら まさのぶ
稲村 昌伸 医師」

鳥取県
米子市出身

- 趣味
食べ歩き
- 好きな食べ物
たこ焼き

— 地域の皆さま、どうぞよろしくお願いたします！ —

教えて!
健康
コラム

増える心不全に どう立ち向かいましたか?



内科(循環器)
大畑 俊裕

心不全とはどんな病気?

心不全とは高血圧や糖尿病、さらには不整脈や心筋梗塞など、さまざまな疾患が心臓に負荷をかけ、全身に血液や酸素を送る「ポンプの機能」が働かなくなる状態のことをいいます。

心不全は、5年生存率が癌より低い「不治の病」で、かかると完治は望めないのが現状です。

心不全の症状とは?

心不全では、主に心臓が全身に血液を送り出せないことによる**低心拍出の症状**と、送り出せない血液がからだにたまる**うっ血の症状**がでます。

心不全を防ぐポイント

① 病気を把握する

生活習慣病や心臓の病気がある心不全予備群の方は、心不全の進行を防ぐために、病気に向き合い治療をしっかりおこなう必要があります。まだ予備群の状態であれば、治療をきちんとおこなうことにより心臓の機能を維持して心不全を防ぐことができます。

② 食生活に気をつける

特に減塩が重要です。次に大事なのはしっかりと必要な栄養を摂取することです。出来れば毎日、魚や肉を食べるようにしましょう。また、野菜や果物も心不全を予防するのに役立つ食品です。



③ 適度な運動をする

無理のない範囲で体を動かすようにしましょう。運動をすることは心不全の治療において食事や薬と同じくらい大切です。適度な運動は体力を回復させ、今までどおりの生活に戻る手助けとなるだけでなく、心不全の再発予防にも繋がります。



当院では外来で心臓リハビリテーションをおこなっており、「運動の継続ができない」「どれくらいの運動をすればいいかわからない」という方はぜひご相談ください。正しい運動で心不全をコントロールしていきましょう。

心不全の主な症状

低心拍出の症状

全身に血液が十分に行き届かなくなると...

- 血圧が下がる
- 疲れやすい
- からだがだるい
- 手足が冷たい



うっ血の症状

送り出せない血液がからだに溜まると...

- 息苦しい
- 夜間に咳がでる
- 横になると苦しい
- 動くと息が切れる
- 体重が増える
- 足がむくむ
- 食欲がない



※そのほかにも、お腹の張りなど典型的ではない症状が出ることもあります



野菜や果物に含まれるカリウムは塩分を体の外に排出してくれるので、継続して食べる。



調味料の使い方に気をつける。「かける」のではなく「つける」。塩味以外に、辛みや酸味も利用する。



ラーメンなどの汁は、すべて飲み干さない。

また、野菜や果物も心不全を予防するのに役立つ食品です。

これまでの生活習慣を改めたり、新しいことを習慣づけるのは大変なことですよ。それでも、心臓に負担をかけず心不全を予防するために必要なことなのです。できることから少しずつ改善していきましょう。



自己管理を徹底し、心臓に負担を掛けない生活を送っていきましょう。

新型コロナウイルス感染症 5月8日以降の当院の対応が変わりました

令和5年5月8日以降、新型コロナ感染症の分類が5類移行にともない、当院の対応も一部変更となりました。

コロナ疑いで外来受診時は「初診時選定療養費」の支払いが必要です

初診時 紹介状なしで受診された場合 ▶▶▶ 一律7,000円(税込)のお支払いが必要です

初診時に紹介状なしでコロナ疑いで受診された方にも**初診時選定療養費のお支払い(一律7,000円)**が必要となりました。

※当院では引き続きコロナ疑い患者さんの診察をさせていただきますが、初診で受診される場合は、かかりつけ医(またはお近くのクリニックなど)からの紹介状の持参にご協力ください。

東玄関・西玄関の利用制限を変更しました

次の利用時間をご確認のうえ、ご利用ください。

	東玄関	西玄関
利用時間	平日・休日ともに 24時間利用可能 ※午後8時から翌7時まで は施設中のため、インターホンをご利用ください。	平日 午前7時～午後7時 ※上記以外は施設中です。 東玄関をご利用ください。

※入館時は、マスクを着用し、非接触型体温計(無人)で体温測定とアルコール消毒をお願いします。

※37.5度以上ある方は、館内から外へ出て、当院へお電話にて受診方法等をご相談ください。

面会人数が2人に増えました

面会できる方の人数が**1名から2名へ**増えました。(面会は全病棟完全予約制)

※面会条件・予約等について詳しくは、当院ホームページよりご確認ください。

受診時のお願い

熱や咳などの呼吸器症状があるとき、どう受診したらいいの？

館内に直接お入りにならず、まずは電話でご相談ください。

※発熱・咳など呼吸器症状がある方は、館内に入ることができません。事前に電話で受診方法等の相談をしてください。

診察室に付き添い家族は入っていい？

外来診察室への入室は、**発熱・せき・咽頭痛などの症状がない方(2名まで)**となっています。

公立村岡病院より

時間外の診療は「かかりつけ患者さん」のみが対象です

村岡病院の時間外・休日の診療については「かかりつけ患者さん」のみが対象となっています。ご理解とご協力をお願いいたします。

※「かかりつけ患者さん」とは、村岡病院に定期的に通院して薬をもらっている方のことをいいます。

(お問い合わせ)
公立村岡病院

電話：0796-94-0111

細菌やウイルスを体内に入れないための「食中毒予防の三原則」

- 1 つけない
調理前の手洗い、清潔な調理器具を使用する
- 2 増やさない
冷蔵10℃、冷凍-15℃以下で食材を保存する
- 3 やっつける
中心温度75℃以上になるよう十分に加熱する

正しい知識を身に付け食中毒を予防し、食事を楽しみましょう!

ちょっとブレイク!スタッフコラム
栄養管理科からこんにちは
vol.3

食中毒に気を付けよう

食中毒とは、細菌やウイルス、有害な化学物質や自然毒等が混入した食品を食べることにより引き起こされます。なかでも、細菌性の食中毒が多く発生します。

食中毒の原因となる細菌により症状は異なりますが、激しい腹痛や下痢、嘔吐などが起こります。症状があらわれた時は水分を十分に補給し、医療機関を受診しましょう。

栄養管理科 調理師 内田 隆弘

少しずつではありますが、イベントや活動が復活し、院内に活気が戻ってまいりました。

5/12

4年ぶりに看護週間イベントを実施しました



看護師による健康相談コーナー



ゴリラ看護師 さくらちゃんも久々に登場
手洗いチェックコーナー
洗い方のくせが分かります

5月12日金曜日、当院1階ロビーにて看護週間のイベントを開催しました。

イベントでは、血圧測定や体組成計を使用した健康チェックコーナーや、正しい手洗いができているかのチェックコーナー、看護師による健康相談コーナーを設けました。当日には受診前や後の患者さん、ご家族など多数の方にお立ち寄りいただき、とても和やかなイベントとなりました。看護週間のイベントは2019年以降、新型コロナウイルス感染拡大につき実施していませんでした。今年は4年ぶりの開催ということで、皆さんに看護・健康について意識を深めていただくとともに、地域の皆様との交流を深めることができ大変嬉しく思っております。

5/26

看護専門学校2年次生 「ともしびの儀」で決意を新たに

5月26日公立八鹿病院看護専門学校にて2年次生による「ともしびの儀」をおこないました。ともしびの儀は、ナイチンゲール像から灯火（ともしび）をいただくことで看護の精神を受け継ぎ、自らの決意を新たにすることの大切な儀式です。

今年は、感染対策をおこなったうえで学生と保護者の皆さま、教員、八鹿病院看護部職員が参加し、式典を見守りました。

学生は、ナイチンゲール像から「看護の灯火」をていねいに受け継ぎ、仲間と一緒に考えた誓いの言葉をしっかりと述べました。これからも学びを止めることなく、看護の道へ突き進んでいただきたいと思えます。

地域の中で多くのことを学ばせていただき、いつも温かく迎えてくださりありがとうございます。地域の皆さま、今後とも応援をよろしくお願いいたします。



ナイチンゲール像から灯火をいただき、灯火が増えていく様子は本当に幻想的でした。



看護部だより

産後ケアでお母さんの笑顔を増やしたい

4病棟 助産師スタッフ

出産はゴールではなく、育児生活のスタートでもあります。「夜泣きで眠れず辛い」「支援者がいない」など、出産後にぶつかる壁も多く、24時間の育児生活は正直過酷です。そんなお母さんの心と体のケアをおこない、育児のサポートをするのが産後ケアです。

産後ケアには①宿泊型、②日帰り型、③訪問型の3つがありますが、当院では宿泊型と日帰り型の利用が可能です。産後4か月までの母子が対象で、利用料金は自治体により補助が受けられます。

私たちは「毎日が育児と家事で精いっぱい、自分のことは後回しのお母さんが、一人で抱え込まずに幸せな産後を過ごしてほしい！」と常々思っています。しかし、産後ケアのことを知らないお母さんもたくさんおられます。



助産師と産後ケアを利用しているお母さん。赤ちゃんをお預かりしてゆっくりとからだの疲れをとっていただけますよ！

『出産後は産後ケアを受け、自宅で安心して育児ができる』そんな支援体制が当たり前になるよう尽力したいと考えています。産後ケア利用後、笑顔で帰宅されるお母さんが増えることを願います。病棟でお待ちしております。



令和6年4月
入学生より
入学金 200,000 円が
120,000 円に!

▶ 但馬内居住者※の入学料を減額します!

看護の道を目指す地域の学生の皆さまの「学びたい気持ち」を応援します。ぜひ当校と一緒に看護師を目指しましょう。

※但馬内居住者とは

本人またはその1親等の直系親族(当該親族がない場合にあつては、組合管理者が認めた者)は入学手続き開始日の属する年度の4月1日以前から引き続き但馬地域内に住所を有する者をいう。

▶ 2023年オープンキャンパスを開催します!

- 第1回** 7月1日(土) **【午前の部】**
9:30~11:30 (9:00 受付開始)
- 第2回** 8月1日(火) **【午後の部】**
13:30~15:30 (13:00 受付開始)
- 第3回** 8月7日(月) **13:30~15:30 (13:00 受付開始)**

参加申込など、詳しくは当校ホームページよりご確認ください!

選べる参加方法!

来校型 WEB型

※参加無料

※午前・午後の部は同じ内容です。



教員と相談ができる

「放課後相談会」 学校帰りやお仕事の後にお越しく下さい!
実施しています! (実施日) 毎週金曜日 ※要予約

【お問い合わせ】

公立八鹿病院看護専門学校 電話: 079-662-6693

公立八鹿病院組合 正規職員募集

詳しくは、当院のホームページをご確認ください! 病院見学も受付中!

		受験資格 (要件を全て満たす方)	試験日 (申込締切 ※必着)
令和5年度(中途)採用 令和6年度採用	40名程度	【令和5年度採用(中途)】 ・昭和53年4月2日以降に生まれた方 ・国家資格取得済みの方 【令和6年度採用】 ・昭和54年4月2日以降に生まれた方 ・国家資格取得済みまたは取得見込みの方	④令和5年7月15日(土) ⑤令和5年8月19日(土) ⑥令和5年9月16日(土) ⑦令和5年10月21日(土) ⑧令和5年11月18日(土) ⑨令和5年12月16日(土) ※申込期限は各試験の前週木曜日必着。 ※募集定員を満了した場合は後の試験は実施しません。 (1~3回目試験の申込期間は終了しました)
令和5年度(中途)採用 令和6年度採用	2名	【令和5年度採用(中途)】 ・昭和53年4月2日以降に生まれた方 ・国家資格取得済みの方	令和5年7月15日(土) (申込締切:7月6日(木))
	2名	【令和6年度採用】 ・昭和54年4月2日以降に生まれた方 ・国家資格取得済みの方または取得見込みの方	令和5年9月16日(土) (申込締切:9月7日(木))
令和6年度採用	2名	・昭和60年4月2日以降に生まれた方 ・国家資格取得済みまたは取得見込みの方	令和5年9月16日(土) (申込締切:9月7日(木))
令和6年度採用	2名	・昭和60年4月2日以降に生まれた方 ・国家資格取得済みまたは取得見込みの方	
令和6年度採用	2名	・平成6年4月2日以降に生まれた方 ・大学(短期大学を除く)を卒業した方または令和6年3月31日までに卒業する見込みの方	
令和6年度採用	1名	・平成6年4月2日以降に生まれた方 ・大学(短期大学を除く)を卒業した方または令和6年3月31日までに卒業する見込みの方 ・国家資格取得済みまたは取得見込みの方	

※資格免許取得(卒業)見込みの方は、免許取得(卒業)が採用の条件です。



◎看護師、介護職員など正規職員のほか、会計年度任用職員(パート等)の募集もおこなっています!

【お問い合わせ・お申し込み】 公立八鹿病院 人事会計課

電話: 079-662-5555 (代) Mail: jinji@hosp.yoka.hyogo.jp