

# 小国町立病院外来診療体制

平成28年6月1日現在

| 診療科         | 午前<br>午後 | 受付                                 | 診察                                      | 診察室 | 月  | 火                                 | 水                                      | 木                                  | 金   |
|-------------|----------|------------------------------------|---|-----|--|-----------------------------------|--|------------------------------------|---|
| 内科          | 午前       | 8:00-11:30                         | 9:00-12:00                              | 一診  | 山形大<br>鈴木(佑)6・20日<br>石井(康)13・27日           | 伊藤 宏                              | 伊藤 宏                                   | 西塚 麻代                              | 伊藤 宏  |
|             |          |                                    |   | 二診  | 盛田(麻)13・20日<br>阿部院長 6・27日                  | 山形大<br>奥本(和)                      | 阿部院長                                   | 阿部院長                               | 西塚 麻代<br>※検査終了後                                   |
|             | 午後       | 14:00-15:00                        | 14:30-15:30                             | 一診  | 伊藤 宏                                       | 伊藤 宏<br>(予約のみ)                    |  | 西塚 麻代                              | 西塚 麻代   |
|             |          |                                    |   | 二診  | 山形大<br>作田(和)                               | 山形大<br>奥本(和)                      | 西塚 麻代                                  | 山形大<br>須貝(孝)9日<br>豊島(拓)23日         |   |
| 小児科         | 午前       | 8:00-11:30                         | 9:00-12:00                              |     | 山形大<br>安孫子(雅)6日<br>橋本(多)13・20日<br>鈴木(康)27日 | 山形大<br>安孫子(優)7・21日<br>荻野(大)14・28日 | 山形大<br>佐藤(誠)1・22日<br>佐藤(裕)<br>8・15・29日 | 山形大<br>目黒(亨)2・16日<br>鈴木(康)9・23・30日 | 山形大<br>橋本(多)3・17日<br>中村(和)10・24日                  |
|             | 午後       | 13:30-14:30                        | 13:30-15:00<br>(14:30まで待合室<br>にお越しください) |     |  |                                   |  |                                    |   |
| 整形外科        | 午前       | 8:00-11:30                         | 9:00-12:00                              |     | 山形大<br>丸山(真)<br>7・21日                      | 山形大<br>赤羽(武)                      |  |                                    | 山形大<br>本間(龍)                                      |
| 産婦人科        | 午前       | 8:00-11:30                         | 9:00-12:00                              |     |  |                                   |  |                                    | 山形大<br>中井(奈)3日<br>丸山(真)10日<br>榊(宏)17日<br>深瀬(実)24日 |
| 外科          | 午前       | 8:00-11:30                         | 9:00-12:00                              |     | 山形大<br>福元(剛)6・13・27日<br>山岸(岳)20日           |                                   |  |                                    |   |
| 眼科          | 午前       | 8:00-12:30                         | 10:00-13:00                             |     |  | 山形大<br>今野(伸)                      |  |                                    |   |
|             | 午後       | 13:30-15:00                        | 14:00-15:30<br>(15:00まで待合室<br>にお越しください) |     |  |                                   |  |                                    |   |
| 耳鼻<br>いんこう科 | 午後       | 12:30-16:30<br>(月曜は16:00で<br>受付終了) | 13:30-17:00<br>(月曜は16:00まで<br>お越しください)  |     | 山形大<br>渡邊(千)<br>20日は休診                     |                                   | 山形大<br>成澤(健)<br>1・8・15・29日<br>川合(唯)22日 |                                    | 山形大<br>川合(唯)                                      |

| 診療科                     | 午前<br>午後 | 受付          | 診察          | 月  | 火                 | 水                                  | 木              | 金                | 土                | 日祝 |
|-------------------------|----------|-------------|-------------|----|-------------------|------------------------------------|----------------|------------------|------------------|----|
| 歯科<br>(予約制)<br>☎62-2513 | 午前       | 10:00-12:30 | 10:00-13:00 | 休診 | 飯田 俊也<br>21日休診    | 飯田 俊也<br>22日休診                     | 飯田 俊也<br>23日休診 | 飯田 俊也<br>17日午後休診 | 飯田 俊也<br>18日休診   | 休診 |
|                         | 午後       | 14:00-18:00 | 14:00-18:30 |    | 新潟大<br>濃野(要)7・21日 | 新潟大<br>金丸(祥)1・15・29日<br>須田(大)8・22日 | 新潟大<br>長谷部(大)  |                  | 新潟大<br>長谷部(大)18日 |    |

予防歯科や口腔外科の先生もおりますので、お口の中のこと全般にご相談ください

※外来診療体制は変更になる場合がありますので、電話で問い合わせてください。

## 診療日変更等のお知らせ

- 内科**
  - 7月8日(金)の西塚医師による診療は休診となります(午後は代診有)
  - 7・8月の作田医師による診療は休診となります(代診有)
- 整形外科**
  - 7月の火曜日の丸山医師による診療は19日のみとなります
- 小児科**
  - 6月3・10・24日(金)の午後の診療は町の乳幼児健診のため休診となります
- 耳鼻いんこう科**
  - 6月20日(月)の診療は休診となります
  - 7月22日(金)の診療は休診となります
- 眼科**
  - 7月26日(火)の診療は休診となります
- 歯科**
  - 6月17日(金)午後から6月23日(木)まで飯田歯科医師による診療は休診となります
  - 6月17日(金)の午後の診療は休診となります

## 小国町立病院

http://www.ogunibyoin.jp/

小国町立病院

検索

〒999-1356 西置賜郡小国町大字あけぼの一丁目1番地

☎.0238(61)1111

FAX.0238(61)1115

歯科直通 0238(62)2513

# ほっと通信

小国町立病院

平成28年6月1日発行

第32号

発行：小国町立病院情報管理委員会

私たちは 地域の方々とともに歩み 医療を通して 安心のある地域づくりに貢献します

## Topics

出来事・話題

### 住みなれた町で自分らしい暮らしを

#### ～第1回地域医療懇談会～

今年度1回目の地域医療懇談会を、5月16日(月)に中田山崎公民館で開催しました。

当日は、病院長から健康寿命と平均寿命、在宅での介護などについてお話しをし、参加した中田山崎地域サロンのの方々からは OKI-net 登録や寒い時期に足が痛むこと、段差のある在宅での生活などについての質問や意見が寄せられました。



### 看護の魅力に触れる

#### ～ふれあい看護体験～

ふれあい看護体験(看護職場体験)を、5月11日(水)に行いました。

これは、一般の方が看護の仕事を経験することで、命や医療、看護について考えてもらうことを目的として山形県看護協会が主催しているものです。

この日は4人の高校生が参加し、看護師から血圧の測定方法、とろみ調理食品や車椅子の取り扱い方などを学んだ後、実際に患者さんの足浴を行いました。



### 春の山菜を使って

#### ～端午の節句

#### 行事食～

療食係では、5月2日(月)に山菜ご飯、お刺身盛り合わせ、ごごみの胡桃和え、金時豆煮、果物盛り合わせなどの献立に療食係手作りのカードを添えて端午の節句の行事食を提供しました。



### 医療安全管理室から

アルコール消毒剤自動噴霧器を正面玄関、1階エレベータ前、2階病棟入口前に3台設置しました。

(手をかざすと、1回分のアルコール消毒液が自動で出ます。)



「医療の現場から」では、医師や看護師などの医療現場のスタッフから、医療に関する情報をお知らせします。

月曜日の内科外来を担当している石井康大医師から『糖尿病』に関するお話しです。

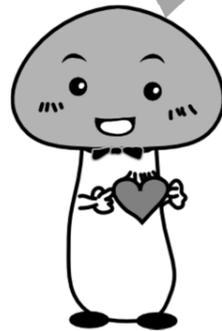
今回は『糖尿病』について話したいと思います。

糖尿病は、血液中の糖分(血糖)が高くなることで様々な合併症を伴う病気です。その合併症はいろいろとありますが、発症頻度が多く、重症となりやすいものとしては、その頭文字をとって「しめじの心臓」と言われています。



月曜日の内科外来担当  
石井 康大 先生

糖尿病合併症は  
「しめじの心臓」



- し **神経障害** 手足の感覚が鈍くなる。しびれ。こむらがり。
- め **眼の障害** 網膜症。今までよく見えていても突然失明。
- じ **腎障害** 腎臓がわるくなるとむくみや貧血、骨粗鬆症に。最悪の場合、透析になると、週3回の通院が必要。
- の **脳卒中** 寝たきりの原因 No.1
- 心筋梗塞** 心臓の血管が詰まって突然死する可能性あり。

この他にも、認知症、歯周病、下痢・便秘や勃起障害があります。

このように様々な合併症の危険があるにも関わらず、初期には、ほぼ症状がないのも糖尿病の怖さです。糖尿病を見つけるためには、採血をしなければなりませんので、どんなに健康に自信があったとしても年に一度の健診を受診することが大切です。

日本人を始めとするアジア人は糖尿病になりやすく、糖尿病予備軍を含めた血糖値が高いかたは日本におよそ2,050万人(2012年)いると言われています。また、血糖は加齢によって上昇傾向があるため、70歳以上の男性の約41%、女性の約37%が糖尿病の可能性が否定できないという研究結果も報告されています。

糖尿病は初期であれば、食事・運動療法や内服薬でコントロールすることができ病気です。みなさん、早期発見のためにも健診を受診しましょう。

心や身体のこと相談してみませんか？

## 『まちかど医療相談室』

Close UP  
クローズアップ

当院では、昨年6月から毎週木曜日にアスモ内で『まちかど医療相談室』を開催しています。開始から1年が経過し、少しずつ利用者も増えてきました。今回は実際の様子を交えながら、紹介します。



### 『まちかど医療相談室』とは

『まちかど医療相談室』は、町民のかたが妊娠、出産から子育て支援、生活習慣病や看取りまで、健康な時も病気の時も、心や身体についてのさまざまな気がかりや心配事などを、看護師などに気軽に相談できる場を作ることを目的として開催しているものです。

### = 開催要項 =

- 日 時: 毎週木曜日 午後2~4時 (祝日を除く)
- 場 所: 白い森ショッピングセンターアスモ 1階ホットコーナー
- 内 容: 健康チェック(血圧測定)・健康相談・栄養相談・こころの相談・子育て相談など、心と身体の相談
- 対 象: 町民のかたならどなたでも
- 料 金: 無料
- 予 約: 不要
- 対応者: 当院看護師2名(他の医療従事者の場合あり)



希望されるかたには血圧を測定し様々な相談に対応



運動指導士による家の中でできる筋力を維持する体操を紹介



一人暮らしのかたの栄養相談には管理栄養士が対応することも

まちかど医療相談室では、一人ひとり個別の相談に対応しています。病院では話しづらいこともでも、個別にゆっくりと相談できます。利用は無料で、予約も必要ありませんので、気軽にお越しください。



## これからの季節は…熱中症に注意が必要です！

体が暑さにまだ慣れていないこの時期、山菜採りやトレッキング、農作業などをしている場合は、十分な熱中症予防対策を心がけましょう！

熱中症になると、めまい・失神・大量の発汗・体温上昇・頭痛・吐き気・嘔吐・意識障害などを引き起こします。

特に高齢者は、のどが渇かなくても水分補給を！

### 熱中症予防のポイント

こまめな休息

こまめな水分補給

日陰での休息

日傘・帽子の利用

涼しい服装