

# 小国町立病院外来診療体制

令和元年8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>岡部(裕)5・19日<br>鳥居(由)26日          | 伊藤副院長<br>6日は休診                      | 伊藤副院長<br>7日は休診                       | 神田(梧)                                       | 伊藤副院長<br>9日は休診                              |
|             |          |             |   | 二診  | 阿部院長                                   | 山形大<br>奥本(和)                        | 阿部院長                                 | 阿部院長  | 荒木(有)<br>30日は休診                             |
|             |          |             |   | 三診  | 荒木(有)<br>(検査後)                         | 神田(梧)<br>27日は休診                     | 神田(梧)<br>28日は休診                      | 荒木(有)<br>(検査後)<br>29日は休診                    |   |
|             | 午後       | 14:00-15:00 | 14:30-15:30                             | 一診  |  | 伊藤副院長<br>(予約のみ)                     |                                      |   |   |
|             |          |             |   | 二診  | 山形大<br>菅原(心)                           | 山形大<br>奥本(和)                        | 山形大<br>今(孝)                          | 荒木(有)<br>29日は休診                             | 神田(梧)2・16・30日<br>荒木(有)9・23日                 |
|             |          |             |   |     |  |                                     |                                      |   |   |
| 小児科         | 午前       | 8:00-11:30  | 9:00-12:00                              |     | 山形大<br>上村(雄)5日<br>高橋(辰)19日<br>江口(誠)26日 | 山形大<br>森(福)6・27日<br>齋藤(あ)13・20日     | 山形大<br>小林(信)<br>7・21・28日<br>松木(惇)14日 | 山形大<br>目黒(亨)1・29日<br>松内(祥)8・22日<br>高橋(辰)15日 | 山形大<br>橋本(多)2・9・30日<br>中村(和)16・23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                              |     |  | 公立置賜総合<br>金谷(篤)6・13・20日<br>松木(宏)27日 |                                      | 公立置賜総合<br>岩崎(聖)<br>1・15・29日<br>大楽(勝)8・22日   | 山形大<br>高野(満)<br>2・16・30日                    |
| 産婦人科        | 午前       | 8:00-11:30  | 9:00-12:00                              |     |  |                                     |                                      |   | 山形大<br>奥井(陽)2・23日<br>酒井(-)9日<br>福長(健)16・30日 |
| 外科          | 午前       | 8:00-11:30  | 9:00-12:00                              |     | 山形大<br>高橋(良)5日<br>柴田(健)19・26日          |                                     |                                      |   |   |
| 眼科          | 午前       | 8:00-11:30  | 10:00-13:00                             |     |  | 山形大<br>富樫(敬)                        |                                      |   |   |
| 耳鼻<br>いんこう科 | 午後       | 12:30-16:00 | 13:30-16:30<br>(16:00まで待合室<br>にお越しください) |     | 山形大<br>寺田(小)                           |                                     | 山形大<br>後藤(崇)                         |   | 山形大<br>杉山(元)2・16・23日<br>成澤(健)9・30日          |

| 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                            | 飯田 俊也                            | 飯田 俊也  | 飯田 俊也                       | 飯田 俊也 | 休診 |
|                         | 午後       | 14:00-17:30 | 14:00-18:00 |    | 新潟大<br>遠藤(諭)6・20日<br>金丸(祥)13・27日 | 新潟大<br>新美(奏)7・21日<br>片桐(涉)14・28日 | 新潟大<br>遠藤(諭)1日<br>長谷部(大)8・22日<br>竹内(涼)15・29日 | 新潟大<br>渡辺(真)<br>2・16・23・30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的にご相談ください

※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

お盆期間中も通常どおり診療を行っています  
医科・歯科ともに、8月10日(土)、11日(日)、12日(月)は休診

|     |       |                                    |
|-----|-------|------------------------------------|
| 内科  | 伊藤副院長 | 8月6日(月)~9日(金) 休診<br>(9日の午前以外代診無)   |
|     | 神田 医師 | 8月27日(火)・28日(水) 休診<br>(代診無)        |
|     | 荒木 医師 | 8月29日(木)・30日(金) 休診<br>(29日午後のみ代診有) |
| 小児科 |       | 8月30日(金) 午後休診<br>(町の乳幼児健診のため)      |
| 眼科  |       | 9月24日(火) 休診                        |
| 歯科  |       | 8月10日(土) 振替休診                      |



# ほっと通信

小国町立病院

令和元年8月1日発行

第70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

### 看護師を目指して ~山辺高等学校「地域医療体験セミナー」~



山形県立山辺高等学校の看護科1年生40人が、7月25日(木)、当院で「地域医療体験セミナー」を行いました。

看護部長から地域医療の看護の概要について講義を受けた後、4グループに分かれ、町立病院、訪問看護ステーション、健康管理センター、温身の郷を見学し、それぞれの部署の役割や患者さんの在宅復帰のためハビリに力を入れていること、OKI-net(おきねっと)の活用などについて説明を受けました。

福祉や介護と密接に連携しながら医療を提供していることや、基幹病院とかかりつけ医の役割分担、地域医療における看護師の担う役割などについて学びました。

参加した高校生からは「病院見学は初めてだった。これからの学習の土台にしていきたい。」との声が聞かれました。

### 久しぶりの鰻に感動！ ~土用の丑の日行事食~

「土用の丑の日行事食」を7月24日(水)のお昼に提供しました。献立は、鰻のかば焼き、かにかまと胡瓜の酢の物、茶碗蒸し、メロンなどでした。

鰻は、栄養価の高い食材であり、食欲の落ちる夏に、鰻を食べて早く元気になって退院できるよう思いを込めて提供しています。この日は、久しぶりに食べる鰻のかば焼きに、涙して感動して下さる患者さんもいました。なお、茶碗蒸しの椎茸は小国産のものを使用しました。



## 超音波診断装置を更新しました

腹部エコー検査や心エコー検査などで使用する超音波画像診断装置を更新しました。導入した機器(Aplio a450 キヤノンメディカルシステムズ(株)製)は、従来機よりも機能が向上しており、肝臓の硬さを測定したり、乳腺をより詳しく描出したりすることができます。診療や健診の様々な場面で活用し、皆様の健康維持に役立てていきます。



小国町立病院

http://www.ogunibyoin.jp/

〒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

小国町立病院

検索



「ほっと通信」は、院内のほか、ショッピングセンターアスモほっとコーナー、町内の調剤薬局でも配布していますので、ご家庭用に自由にお持ちください。

「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。

院長の阿部吉弘医師から『フレイル』に関するお話しです。

### 『フレイル』をご存じですか？

フレイルとは、健康な状態と介護が必要な状態との中間のことです。日本語でいうと「虚弱」を意味しています。健康な人は何でも一人で出来るので他人の助けを借りずに生活できますが、介護状態では生活機能が障害されるため、人の助けが必要な状態です。フレイルはその中間ですので、介護状態への入り口ということも出来ます。




内科 阿部吉弘 院長

みなさんの中にこんなことを感じるかたはいらっしゃいませんか？

**こんな時は要注意！**

- 「どうも体重が減ってきた」
- 「疲れやすくて何をするのも面倒だ」
- 「歩くのが遅くなって青信号で渡りきれなくなった」
- 「握力がなくなったようでボトルのフタが開けにくくなった」
- 「体を動かすことが少なくなり外出が減った」



いかがですか？フレイルは身体的な機能の低下だけでなく、気力の低下などの精神的あるいは社会的な機能の低下がある状態です。



身体的な機能低下の原因の一つに筋肉量の低下があります。

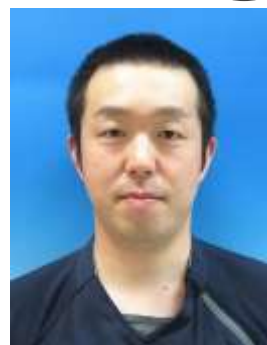
簡単なテストを紹介します。両手の親指と人差し指で輪を作り、利き足でない方の足のふくらはぎの一番太い部分を囲んでみましょう。足が細くて指との間に隙間ができる人は、筋肉量が減ってフレイルの可能性があります。



筋肉量が減っている時には、筋肉のもととなる良質なたんぱく質をとることがお勧めです。「どんなものを食べればいいのか」「食べたいけどしっかりかめなくて…」など知りたいことが多いと思います。小国町立病院には栄養士がいますし、歯科もあります。健康管理センターには保健師がいます。どうぞ小国町立病院を利用してフレイルを予防して下さい。

## 私の仕事

病院では、医師を中心とした様々な専門職が1つのチームになり、医療を提供しています。医療現場の裏側を交えて、当院の職員の仕事を紹介します。



診療放射線技師  
こんの ゆうじ  
今野 祐治  
(平成 28 年入職)

### ▼診療放射線技師になったきっかけや経歴を教えてください

小学生のころから薬剤師になりたいと思っていましたが、高校に入ってから色々な職業を調べて、診療放射線技師が自分に向いていると思って目指しました。養成学校を卒業し、平成 23 年から 5 年半公立置賜総合病院に勤務し、その後出身地である小国町の当院に入職しました。

### ▼仕事をする上での自分の強みを教えてください

若さと元気です。小国町出身ということもあり、検査を受けに来る患者さんと積極的にコミュニケーションを取り、安心して検査を受けていただけるようにしたいです。



診療放射線技師は病気を治す表舞台の仕事ではないが、これからも病気に向き合う患者さんを陰でサポートしていきたい。

### ▼やりがいを感じる時はどんなときですか

患者さんがレントゲンやCT 検査を受けられるときは、身体のどこかに異常や痛みを訴えて来られることが多いと思います。そのような時でも、患者さんと呼吸を合わせて検査を行い、良い画像を撮影できたときにやりがいを感じます。

### ▼今取り組んでいることや力を入れている事を教えてください

レントゲン検査に用いられる X 線は、ドイツでレントゲン博士が発見してからまだ 120 年ほどしか経っておらず、医学の中では歴史が浅いです。その分新しい撮影法や画期的な撮影技術が開発され、画像診断に利用されています。その進歩に取り残されないように日々勉強し、小国町立病院でも他の病院に負けない様な検査を提供できるように頑張っています。

## 山形県 「手足口病警報」 発令中！

手足口病とは

- ❖ おもにエンテロウイルスによって引き起こされる感染症で感染経路は飛沫感染、接触感染、経口感染と、様々です。
- ❖ 感染すると 3~5 日間の潜伏期間を経て、手や脚、口の粘膜に水疱性の発疹が出現し、通常 3~7 日間ほどで消失します。また、軽度の発熱(38℃以下)が見られることもあります。
- ❖ 5 歳以下の乳幼児がかかりやすい感染症で、夏に流行します。



かかったら

- ❖ 特別な治療法はなく、症状を楽にする方法(対症療法)が行われます。
- ❖ 口の中に水疱ができるため、食事や水分がとりにくくなり、脱水症状を起こすことがあります。柔らかく刺激の少ないものを摂取しましょう。



予防のポイント

### ◎しっかりと手を洗うことが大切です！

- ❖ トイレやおむつ交換の後、調理や食事の前には、十分に手を洗いましょう。
- ❖ 症状がなくなっても、しばらくは便の中にウイルスが排出されます。おむつ交換等、排泄物の処理をする際は、使い捨て手袋やマスクを着用しましょう。

