

若鮎だより

第38号



2017
January

ご自由にお持ち帰りください。

◆主な内容

新年のあいさつ	2
トピックス	4
診療科紹介&新任者紹介	5
職場紹介	6
県民健康講座	7
各部署便り	10



第16回 こころほかほかコンサート



音楽をとおして患者さんに心温まるひとときを過ごしていただくために、当院エントランスホールにおいて、クリスマスコンサートが開催されました。

(平成28年12月10日開催)



宮崎県立延岡病院

〒882-0835 延岡市新小路2丁目1-10

TEL 0982-32-6181

FAX 0982-32-6759

URL: <http://www.nobeoka-kenbyo.jp/>

宮崎県立延岡病院

理念

患者さん本位の良質で安全な医療の提供

基本方針

1. 患者さんの権利を尊重し、理解と納得に基づく安全で信頼される医療を行い、患者さんの立場に立った医療の提供に努めます。
2. 高度で先進的な医療に取り組み、地域の中核病院として質の高い医療の提供に努めます。
3. 二次・三次救急医療に取り組み、公立病院として地域住民が安心できる医療の確保に努めます。
4. 地域の医療機関との連携と地域社会に密着した保健医療活動を進め、開かれた病院として地域の保健・医療の向上に努めます。
5. 医療従事者として常に知識・技術を高め、質の高い医療の提供に努めます。

患者憲章

県立延岡病院は、病院の理念に則り、医療の中心は患者さんのためであることを深く認識し、一人一人の患者さんに次のような権利と責務があることを宣言します。

1. 良質な医療を平等に受ける権利

社会的地位、人種、信条等を問わず、安全に配慮した良質な医療を平等に受ける権利があります。

2. 知る権利

病気、検査、治療、予後等について、理解しやすい言葉などで納得できるまで、十分な説明を受ける権利があります。

3. 自己決定権

医療を受ける際、十分な説明を受けた上で受けるかどうかを自分で決定する権利があります。

4. 尊厳性への権利

どのような時でも人格を尊重され、尊厳をもって医療を受けることができます。

5. プライバシー保護の権利

病院関係者が知り得た全ての個人情報について、保護を受ける権利があります。

6. 責務

- (1) 以上の権利を守るため、医師及び医療従事者と力を合わせて医療に参加・協力する責任があります。
- (2) 院内の秩序と快適な療養環境を守るため、院内の諸規則を遵守する責任があります。



院長 やな べ やす ひで
柳 邊 安 秀

年頭のご挨拶



新年明けましておめでとうございます。

若鮎だより第38号（平成29年新年号）をお届けします。

昨年は想定外の熊本地震により大きな被害が発生し、南海トラフの巨大地震で大きな被害が想定されている当院にも大きな衝撃を与えました。改めて被災者の皆様へ心からお見舞い申し上げます。

当院は通常の診療に加え、災害拠点病院、第2種感染症指定医療機関の指定を受けています。特に、南海トラフ地震では10mを超える津波が予想されていて、昨年からの災害マニュアルの改訂作業（より具体的な行動マニュアルの作成）をおこなっています。幸いに当院は津波の被害予想からは免れていますが、建物は免震ではなく耐震構造にとどまっています。昨年の熊本地震本震で壁や天井の亀裂、落下、一部物品の倒壊が出たように大きな被害が出る可能性があります。井戸水確保や太陽光発電設置、災害用備品・食料・薬剤など災害時のライフラインや病院機能維持の確保に努めていますが、時間帯によっては人員の確保に若干の不安を抱えています。マニュアルをしっかりと定め、訓練を重ね、また地域や医師会との連携をさらに密にして地域の災害時医療を守りたいと思っています。

また、12月には宮崎県・熊本県で鳥インフルエンザが発生し、大規模な殺処分がおこなわれました。強毒型の新型インフルエンザ流行の可能性も続いています。当院でも新型インフルエンザ発生を想定した患者搬送訓練をおこないました。訓練を通して物品の調達や行政、地域病医院や医師会との連携など問題点も浮かんできました。今年はこれらを一步ずつ進め、来るべき災害に備えていきたいと思っています。

宮崎県北地域の拠点病院として、県民の皆さんが安心して受診できるよう今後も努力していく覚悟です。今年も当院をご利用いただき、温かいご支援とご鞭撻をお願いいたします。

初春のご挨拶



看護部長 小 城 一 代

新年を迎え、初春のお喜びを申し上げます。本年もどうぞよろしくお願いたします。

平成28年を振り返りますと、医療に関しては、診療報酬改定、地域医療構想の推進、医療事故調査制度など、医療の質に関する取り組みが進められた一方で、障害者施設での傷害事件や医療機関における異物混入事件など、施設の安全管理のあり方や命の意味を問うような事件がありました。明るい話題では、日本人の相次ぐノーベル賞受賞やリオデジャネイロオリンピックでの日本人選手の活躍に歓喜し、勇気と元気をもらいました。世界に目を向けると、相次ぐテロ、イギリスのEU離脱やアメリカ大統領選挙等々、依然として不安材料の多い状況が続いています。

当院においては、昨年4月の熊本地震を教訓とし、災害対策の強化が進められました。12月8日には夜間を想定しての防災訓練、12月9日には、石巻赤十字病院より講師をお招きして災害研修もおこなわれました。改めて、日頃からの訓練・教育により個々人が役割意識を持つこと、他職種間で連携すること、地域とのネットワークを深めることの重要性を痛感いたしました。南海トラフ地震の発生が危惧されている中で、災害拠点病院としての役割を果たせるよう、今後も地域の皆様のご協力をいただき、対策を進めていきたいと考えています。

さて、自身を振り返りますと、新米看護部長としての慌ただしい日々が過ぎて行く中で、がんのチャリティーイベントである「リレーフォーライフ」、院内のクリスマスコンサートに参加いたしました。今年も参加できたことの喜びと、たくさんのお会いに感謝するとともに感動をいただき、癒やされ、ここが私の原点であると確認することができました。

最後に、まだまだ春は遠いのですが、皆様が、また私自身もこんな穏やかな気持ちで日々を過ごせますように・・・と願いを込めて、百人一首の好きな句を一つお届けいたします。

君がため 春の野に出でて 若菜摘む 我が衣手に 雪は降りつつ

平成29年が皆様にとって幸多き、良き1年となりますようお祈り申し上げます。

平成28年12月10日(土)に、当院エントランスホールにおいて、一足早いクリスマスコンサートが開催されました。当コンサートは、音楽を通して患者さんに心温まるひとときを過ごしていただくために、平成13年から毎年開催されています。

今回はオープニングアクト、幕間出演を含む6組の出演者による合唱や演奏、マジックショーがおこなわれました。また、ステージ後方の中庭ではボランティア団体「コンテナガーデン彩」さんが花の展示をしてくださいました。

多くの個人・団体の皆さんからのご協力で、参加された患者さんやご家族に心温まる癒しのひとときを提供いただきました。



コンサートプログラム

●オープニングアクト

津野田音楽院イングリッシュハンドベルクワイヤ

津野田音楽院のリトルリンガーズと葡萄の木によるイングリッシュハンドベルなどの演奏をいただき、開演前から会場の雰囲気をやかにしてくださいました。



1. オンコロジーおしゃべりサロン合唱団

月に一度、がん患者さんやそのご家族と緩和ケアチームのスタッフが集い、ミニレクチャーや談話をしているサロンです。患者さんの想いが詩になった歌の合唱もあり、気持ちのこもったコンサートの幕開けを飾っていただきました。



2. 旭化成延岡合唱団

結成から66年となる合唱団で、毎年当コンサートに出演いただいています。皆さんにもなじみのある流行の曲を合唱していただき、安定感のある素晴らしい歌声で会場の一体感を創出してくださいました。



3. 延岡マンドリンクラブ

結成から55年と歴史あるクラブで、今回初めてご出演いただきました。本格的なマンドリン音楽を演奏いただき、こころやすらぐ綺麗な優しい音色を会場の皆さんに届けてくださいました。



4. のべおが児童合唱団

3歳から大学生までのうた好きの子どもたちで編成された合唱団です。子どもらしい元気な歌声で、会場からは自然と手拍子が始まり、明るくコンサートを締めくくっていただきました。



●幕間出演

五ヶ瀬に舞い降りた魔法使い「翔」

地域の子ども会や敬老会、県立図書館フェスタなどで披露されている楽しいマジックで会場を盛り上げてくださいました。



診療科紹介

泌尿器科



当科は医師2名で診療をしています。2名とも日本泌尿器科学会認定専門医で、1名は認定指導医、泌尿器腹腔鏡技術認定医です。

排尿障害や過活動膀胱といった排尿に関する疾患、腎結石・尿管結石などの結石疾患、泌尿器がん（腎・尿管・膀胱・前立腺・精巣）、尿路感染症（膀胱炎、腎盂腎炎等）などの治療をおこなっています。

外来診療は月・火・木曜日の週3日で、予約制でおこなっています。水・金曜日は手術日で、レーザーを用いた内視鏡手術（尿路結石症や前立腺肥大症に対して）や経尿道的内視鏡手術、腹腔鏡手術などをおこなっています。これらの手術は体への負担が比較的軽いので、以前の手術より入院期間を短縮して早期の退院が可能になってきています。少人数での診療ですが、質の高い医療を提供できるよう努力していきたいと思います。

整形外科



当科は医師5名で診療をしています。3名が日本整形外科学会認定専門医です。

診療内容は腰痛、膝関節痛などの一般外来と、外傷、骨折、脊椎などに対する手術、その他救急外来対応をおこなっています。外来は予約制になっていますので、事前予約と初診の場合はかかりつけの病院からの紹介状の持参をお願いしています。

手術は平成27年度には年間826例おこなっていて、うち196例が緊急手術です。

当院は宮崎県北地域において他院では対応できない多発外傷、脊椎疾患、人工関節、足の外科、スポーツ外傷などに対し、他診療科と連携して専門的診療をおこなっています。また、他院との連携をおこない、スムーズな転院、退院を進めています。

当院で対応できない疾患もありますが、大学病院と連携しながら、より専門的な医療を提供できるようにスタッフ一丸となって努力していきたいと思います。

新任者紹介

小児科 医師

よし だ たか のぶ
吉 田 敬 伸

(平成28年10月～)

熊本大学医学部附属病院から赴任してまいりました。よろしくお願ひします。

職場紹介

4階東病棟



宮城県北地域で唯一の小児の入院施設である当病棟には、小児科をはじめ、外科、耳鼻咽喉科、整形外科、皮膚科、歯科口腔外科などの様々な疾患の子どもたちが入院します。

病床数は25床、スタッフは小児科医師5名、看護師17名、保育士2名、ナースエイド4名、クラーク2名で構成されています。

急性期病院であるため、短期の入院が多くなっていますが、子どもたちとご家族が安心して入院生活を送れるよう日々努めています。また、入院生活が少しでも楽しくなるよう、保育士を中心に七夕

会やクリスマス会を開催し、季節ごとのかわいい飾り付けもおこなっています。

子どもたちやご家族が笑顔で退院できるように、これからもスタッフ一丸となって頑張っていきます。

中央監視・防災センター



中央監視・防災センターでは、整備担当リーダーのもと、12名で院内外の設備管理や、夜間・休日の電話取り次ぎ、非常放送（ドクターハリー、コードホワイトなど）をおこなっています。

日常は設備や機器の点検、整備をおこなっています。皆さんの要望に、100パーセントとまではいきませんが、できるだけ応えられるよう頑張っています。

病院も建設から約20年が過ぎて、設備や機器も更新時期となり、一昨年からは空調機に冷温水を送る冷凍機4台と、冷温水のバルブを開閉する電動弁などの自動制御装置を順次入れ替えています。

他にもボイラー、空調、電気、給排水、防災、医療ガスなど、各設備も改修・更新が必要なものが多々あります。故障して病院自体が機能しなくなることは避けなければならないので、事前に更新できるように整備担当リーダーと相談しながら計画を立てているところです。

突発の故障でご迷惑をお掛けすることもあると思いますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

県民健康講座1



あなたの聞こえ あきらめていませんか？

～難聴と補聴器の話～

耳鼻咽喉科医長 後 藤 隆 史

〈県立延岡病院講堂 2016.8.17〉

難聴の程度には、軽度難聴「対面の会話は不自由ないが、小さい声やささやき声が聞きにくい、うるさい場所や雑音の多い場所で聞き間違う」、中等度難聴「近くで大きめの会話は聞き取れる、何人かでの会話や相談で聞き取れない、聞き間違うことがある」、高度難聴「耳元で大きな話は聞こえる、1対1の会話も口元が見えないと不自由」、重度難聴「耳元での大きな声がきこえない、自分自身の声が聞こえない」があり、聞こえの検査結果によって分類され、聞こえ方にも特徴があります。また、難聴の程度によっては、聴覚障害（身体障害者福祉法）に認定されることもあります。

難聴の種類には、感音（性）難聴「内耳や聴神経に原因がある難聴」、伝音（性）難聴「外耳や中耳の疾患が原因の難聴」、混合（性）難聴「感音性難聴と伝音性難聴の両方の症状が見られる」の3つがあり、それぞれ原因に応じた治療をおこなっていきます。伝音（性）難聴は手術で改善する可能性が高い難聴ですが、感音（性）難聴は治療に難渋するケースが多い難聴です。特に、加齢性変化（老人性難聴）に関しては、現在の医学でもまだ有効な治療法は確立できていません。老人性難聴の特徴は、「左右同じぐらいの難聴で、高い音が聞こえにくく、音は聞こえても言葉の小分かりがしない、大きすぎる音は響く」と言われています。

そこで重要になってくるのが、聴覚補償という考え方になります。最近では、日本でも人工内耳や人工中耳といった新しい人工聴覚器が使用できる時代になりつつありますが、補聴器が一番身近な人工聴覚器であることに変わりはありません。補聴器も使い様であり、正しい補聴器装用を継続することで必ず味方になってくれると思います。実際の臨床では、補聴器の限界に関してもご理解いただきながら、「難聴の脳」を「正常の脳」へ導くべく、「脳トレ」として補聴器装用を続けていただいています。

難聴の診療はすべて、耳を診ること、聞こえの検査をすること、より始まります。特に、聞こえを諦めてしまった方や補聴器が宝の持ち腐れになってしまっている方にこそ、耳鼻咽喉科を受診していただきたいと思っています。

県民健康講座2



熊本地震と エコノミークラス 症候群について

循環器内科部長 やま山 もと本 のぶ展 やす誉
〈県立延岡病院講堂 2016.10.19〉

平成28年4月に発生した熊本地震で被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。熊本地震の避難者数は最大18万人超（車中泊を除く）まで膨れ上がりました。①屋内にいるのが怖い、②避難所の不足やストレス、③認知症の高齢者や幼児、また、ペットの存在などの理由から車中泊の避難者数もさらに多かったことも特徴です。熊本地震では初期にエコノミークラス症候群が多発し、大きな社会問題となりました。その原因の一つが車中泊とされています。

エコノミークラス症候群の正式名称は「肺血栓塞栓症」です。発症のメカニズムは、長時間足を動かさずに同じ姿勢でいると、足の深部にある静脈に血のかたまり（深部静脈血栓）ができて、この血のかたまりの一部が血流によって肺に流れて肺の血管を閉塞してしまう（肺塞栓）危険があります。これを深部静脈血栓症／肺血栓塞栓症といいます。初期症状は大腿から下の脚に発赤、腫脹、痛みなどの症状が出現します。このような症状が発生したら急いで医療機関を受診する必要があります。足にできた血栓が肺に詰まると、胸痛、呼吸困難、失神などの症状が出現し、大変危険な状態になります。(1)高齢者、(2)下肢静脈瘤、(3)下肢の手術、(4)骨折等のけが、(5)悪性腫瘍（がん）、(6)過去に深部静脈血栓症、心筋梗塞、脳梗塞等を起こしたことがある、(7)肥満、(8)経口避妊薬（ピル）を使用、(9)妊娠中または出産直後、(10)生活習慣病（糖尿病、高血圧、高脂血症等）がある方などは特に注意が必要です。熊本地震では初期にエコノミークラス症候群が多発したため、国を挙げての啓蒙活動がなされた結果、その後の新規発症者が激減しました。

エコノミークラス症候群は、注意することである程度の予防が可能な病気です。反対に長時間同じ姿勢を続けることで、誰でもエコノミークラス症候群を発症する可能性があります。大阪大学の研究では1日5時間以上のテレビ視聴でエコノミークラス症候群を発症するリスクが2.5倍になることが報告されています。予防法は次頁のとおりです。ぜひ参考にして、エコノミークラス症候群を予防しましょう。

エコノミークラス症候群 予防のために

●エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座っていて足を動かさないと、血行不良が起こり血液が固まりやすくなります。その結果、血の固まり（血栓）が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などを誘発する恐れがあります。

●予防のために心掛けると良いこと

予防のためには、

- ①ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う
- ②十分にこまめに水分を取る
- ③アルコールを控える。できれば禁煙する
- ④ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない
- ⑤かかとの上げ下ろし運動をしたりふくらはぎを軽くもんだりする
- ⑥眠るときは足をあげる

などを行いましょう。

●予防のための足の運動



厚生労働省健康局健康課保健指導室平成28年4月19日付け事務連絡
「避難生活を過ごされる方々の深部静脈血栓症／肺塞栓症（いわゆるエコノミークラス症候群）の予防について」より

新卒新人看護師の紹介

看護部便り

平成28年4月新規採用者15名のうち、新卒は8名でした。宮崎県病院局や院内での研修など、年間を通して整えられた教育体制のもと、日々臨床で働いています。理想と現実のギャップに戸惑いながら8人で仲良く困難を乗り越えました。

各職場の看護師長、副看護師長、先輩看護師をはじめ、他職種の職員、患者さんなど多くの方々の支えで順調に確実に成長しています。

これからも引き続き、皆さまのご理解とあたたかいご支援をよろしくお願いいたします。



糖尿病研修



救急研修

当院の看護師に感謝状が授与されました!



当院3階西病棟勤務の森久保 裕看護師(救急看護認定看護師)に日向海上保安署長より感謝状と表彰楯が授与されました。

森久保看護師は平成28年10月12日午前6時頃、延岡港において船釣りをしていたところ、転覆船、海中への転落者を見つけ、すぐに救助しました。その迅速かつ的確に救助した功績が認められ、11月9日に感謝状が授与されました。

先日、院長、副院長、看護部長、副看護部長にその報告をし、賞賛の拍手が贈られました。

私たち医療者はいつ、どこで、傷病者に関わるかわかりません。いざという時は直ちに救命活動などの要請に応じることが求められます。そのような時に医療者としての役割を果たせるよう、日々心がけをし、スキルアップに努めていきたいと改めて感じることができました。



感染管理科便り

みなさんこんにちは。いよいよ寒さの厳しい季節がやってきましたが、いかがお過ごしでしょうか？今回は、インフルエンザと当院で昨年12月におこなった、新型インフルエンザ対応訓練について話をしたいと思います。

1. インフルエンザ

わが国のインフルエンザの発生は、毎年11月下旬から12月上旬頃に始まり、翌年の1～3月頃に患者数が増加し、4～5月にかけて減少していくパターンを示しますが、夏季に患者が発生し、インフルエンザウイルスが分離されることもあります。流行の程度とピークの時期はその年によって異なります。

〈インフルエンザの種類と特徴〉

	A 型	B 型	C 型
種類	144種類	2種類	1種類
特徴	毎年小さな変異を繰り返し、世界的な流行を引き起こします。ヒト以外の鳥や豚も感染します。	A型よりも症状が軽いことが多く、限られた地域で流行します。ヒトにしかな感染しません。	感染するのは子どもがほとんどです。症状もA型B型に比べれば軽いことがほとんどです。

〈主な症状〉

38度以上の発熱、悪寒、頭痛、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感が出現します。

〈治療薬〉

インフルエンザの治療薬は、主に以下の4つがあります。



商品名	特徴
タミフル	内服薬…1日2回5日間服用。一番多く使用される。10歳以上20歳未満の人には、原則として用いません。
リレンザ	吸入薬…1日2回5日間吸入。適切に吸入できることが必要。
イナビル	吸入薬…1回投与。適切に吸入できることが必要。
ラピアクタ	注射薬…1回投与（重症は反復投与）。内服や吸入ができない重症例に使用。

2. 新型インフルエンザ対応訓練

12月16日に延岡保健所、延岡市消防本部、延岡市、延岡市医師会、新型インフルエンザ入院協力医療機関と合同で新型インフルエンザ対応訓練をおこないました。鳥インフルエンザも各地で報告されています。病原性の高い鳥インフルエンザが、ヒトへ感染することも十分に考えられることから、各医療機関と意見交換をおこないながら訓練を実施しました。いざという時のための準備は重要です。寒い季節になりますので、手洗い、うがい、体調管理をおこなってください！



文責：感染管理科
認定看護師 中武和利

免疫チェックポイント阻害剤って何?

薬剤部便り

■がん細胞にも免疫は働くの？

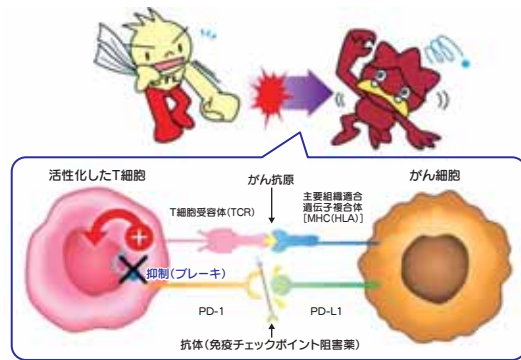
人には自己(自分の身体の細胞)と非自己(身体の外から侵入した異物:ウイルス、細菌など)を区別し、自己以外を排除する仕組みが備わっていて、これを免疫といいます。

がん細胞は、本来自分の身体の細胞ですが、免疫は正常細胞との違いを見つけてがん細胞を攻撃することができます。実はがん細胞は頻繁に生まれているのですが、免疫が常に監視・排除し、がんの発生を防いでいるのです。

■がん細胞は様々な方法で免疫から逃れる

しかし、がん細胞も増殖するために、細胞の表面に「PD-L1」とよばれる物質を出して、免疫細胞の表面にある「PD-1」という物質とくっつくことで、免疫細胞がうまく機能できないようにします。せっかく働こうとしていた免疫細胞が、お休み状態になってしまうため、がんはどんどん増殖し、正常な細胞に侵食することができるのです。

がん免疫療法は、従来の殺細胞性抗がん剤による化学療法などのように、直接がん細胞を攻撃するのではなく、患者さん自身の免疫を利用してがん細胞を攻撃する新しい治療法ですが、前述のようにPD-1とPD-L1が結合するのを防ぐような薬のことを「免疫チェックポイント阻害剤」といいます。日本で使用可能な免疫チェックポイント阻害剤には、他にも「CTLA-4」という物質に結合するタイプのものがあります。



■免疫チェックポイント阻害剤が使えるのは、どんながん？

日本で使用できる免疫チェックポイント阻害薬は、現時点で2つあります。1つはPD-1に結合する薬で、「ニボルマブ」(商品名「オプジーボ」)という薬です。販売が開始された平成26年の時点では、皮膚がんの一種の「悪性黒色腫(あくせいこくしょくしゅ)」に対して適応(効果が確かめられ使えること)があるだけでした。しかし、切除不能な一部の肺がんや腎がん、悪性リンパ腫にも適応になり、使用できるようになっています。また、もう1つのCTLA-4に結合するタイプの免疫チェックポイント阻害薬「イピリムマブ」(商品名「ヤーボイ」)は、平成27年8月から「悪性黒色腫」のみ適応になっています。

■他のがんにも適応拡大の可能性

しかし、すでに頭頸部がん、胃がんなどの他のがんに対しても治験(薬の効果を確かめる試験)がおこなわれていて、将来的に適応範囲が拡大される見込みがあります。

■高価な免疫チェックポイント阻害剤

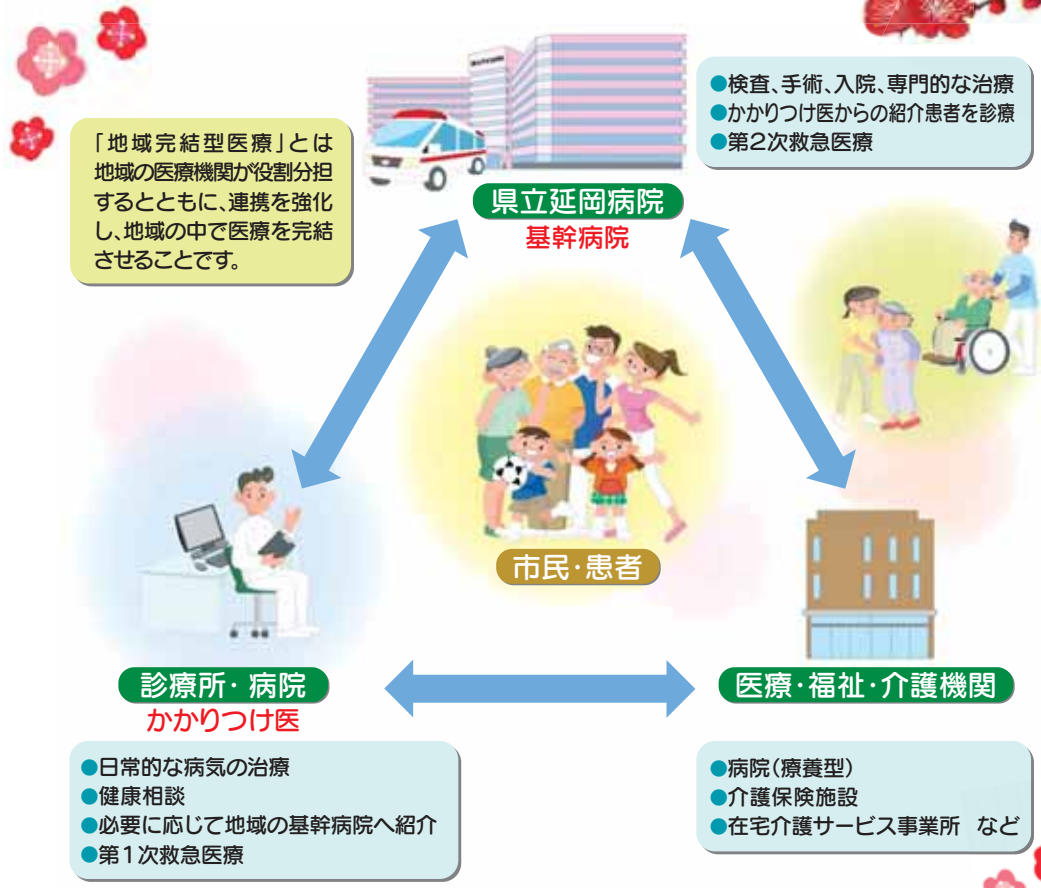
免疫チェックポイント阻害剤は体重に合わせて薬の量を決めますが、例えば50kgの方の場合には1回で約75万円かかります。2週間から3週間空けて継続的に投与することを考えると年間で1500万円を超えます。従来の抗がん剤も高いことが知られていますが、例えば肺がんで2種類の抗がん剤を使用する場合には1か月で約15万円、3種類の場合には約50万円です※1)。免疫チェックポイント阻害剤は1種類で1回約75万円と考えると月に約150万円かかる可能性もあるので、通常肺がんの治療薬と比べて、3倍から10倍かかることとなります※2)。しかし、薬価改訂に関する報道もなされており、今後の動向が注目されるようです。

※1) 薬剤によって価格が違いますので、目安の値段です。

※2) 高額療養費制度により、一定の自己負担額を超えた場合は、医療保険で支給されます。

医療連携科便り

県立延岡病院は地域完結型医療に取り組んでいます!



大腿骨頸部骨折と脳卒中で転院する際、
連携病院と地域連携診療計画を共有しています。

地域連携診療計画とは？

急性期病院とリハビリテーションをおこなう病院、治療を受けるすべての医療機関が情報を共有し、切れ目のない治療を受けていただき、早期に自宅に帰れるようにつくられた診療計画です。

患者さんが安心して治療・リハビリテーションを受けていただけるように地域をあげて取り組んでいます。

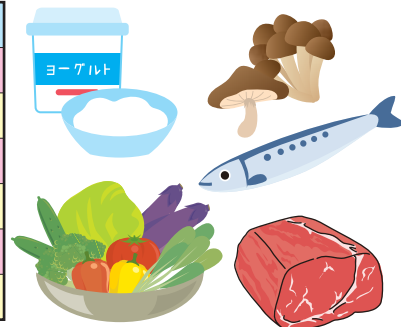


免疫力を高める食事のポイント

免疫力を高めるには、からだ全体がそれぞれの役割を充分発揮できるよう「栄養のバランスと質の良い食事」をとることが大切です。普段の食事内容を振り返り、必要な栄養を充分にとることから始めましょう。

また、乳酸菌や食物繊維を利用して腸内環境を整えることや、脂質の中でn-3系多価不飽和脂肪酸の割合を増やすこと、ビタミンCやE、セレンなどをとることなども注目されています。ただし、同じ食品やサプリメントをとるだけでは効果は期待できません。栄養バランスの良い食事に整えたうえで、これらが多く含まれている食品をとり入れましょう。

	多く含まれる食品例
乳酸菌	ヨーグルト
食物繊維	野菜、豆、芋、きのこ
n-3系多価不飽和脂肪酸	青背魚、大豆
ビタミンC	野菜、果物
ビタミンE	種実類、植物性油
セレン	魚介類、赤身肉



～栄養バランスの良い食べ方のポイント～

- 1日3食とる。
- 毎食、「主食（ご飯・パンなど）、主菜（肉・魚など）、副菜（野菜・果物など）」をそろえて食べる。
- 同じ食品や同じ料理に偏らないようにする。
- 不足しがちな食品（野菜・果物・乳製品・海藻・きのこ・豆・種実類）はこまめにとる。

編集後記



新年あけましておめでとうございます。

今年酉年です。酉は本来「ゆう」と読みます。これは十二支を庶民にもわかりやすくするために、動物にあてはめ「とり」と読ませるようにしました。この場合の動物とは「鳥」ではなくて、「鶏」のことを指しています。

酉の字は酒を醸す器の象形文字で「酒」の元の字です。酉を用いた漢字には酒、酢、醤油などがあります。どれも発酵させて造ります。この発酵の酵の字も酉が用いられています。このように「酉」は収穫した作物から酒を抽出すること、収穫できる状態、果実が成熟した状態を表し、「成る」「実る」「成熟」などの意味があるそうです。

今年も私たち職員一同、宮崎県北地域の中核病院としてさらに充実、成熟させることを目標にがんばりたいと思います。今年も広報誌「若鮎だより」を昨年同様よろしく願いいたします。

〈編集長 脳神経外科部長 戸高健臣〉

宮崎県立延岡病院 外来診療・病棟案内

● 外来診療については、かかりつけ医の紹介状と病院・診療所からの事前予約が必要です。 平成29年1月1日現在

診療科	曜日	月	火	水	木	金	特殊診察等	
内科	呼吸器	(新患)	熊部	山口	-	藤田	-	(水)午後……………気管支鏡検査 (火)(木)……………腹膜透析外来 (水)午前……………上部消化管内視鏡 (火)(木)午後……………下部消化管内視鏡 (火)午後……………腎内手術
		(再診)	山口	藤田	-	山口	熊部	
	血液	外山	外山	外山	外山	外山		
	消化器	大園・野田	-	-	-	大園・野田		
	腎臓	-	-	戸井田	-	戸井田		
呼吸器外科		手術	-	能勢	-	手術	(月)(金)……………手術	
外消化器外科		大地	土居	手術	大地	石躍	(火)(水)……………特殊検査 (月)(水)(金)……………手術 第1(月)午後……………ストーマ外来	
心臓血管センター	心臓血管外科	手術	手術	早瀬 新名	手術	早瀬 新名	(月)~(金)……………心エコー (火)(木)(金)午後……………心臓力テール (水)午前・午後……………心臓力テール (月)(水)午後……………ペースメーカー外来	
	循環器内科	(再診) (新患)	安藤 福嶋	山本 黒木	検査 手術	福嶋 山本		黒木 安藤
整形外科		公文	栗原 横江	手術	栗原 公文	手術	(月)(水)(金)……………手術 隔週毎(木)……………リウマチ外来	
		岡村	井口		岡村			
歯科口腔外科		高森	高森	高森	高森	高森	(月)午前……………手術 第1・3(木)午後……………手術	
		長井	長井	長井	長井	長井		
		酒井	酒井	酒井	酒井	酒井		
産婦人科		山内	手術	大塚	手術	明野	(火)(木)……………手術 (月)(水)(金)……………特殊検査	
		寺尾(午前)		寺尾(午前)		寺尾(午前)		
		大塚(午後)		明野(午後)		山内(午後)		
耳鼻咽喉科		後藤	後藤	手術	後藤	後藤	(火)(木)……………特殊検査、外来手術 (月)午前……………難聴外来 (月)(火)(木)午後……………補聴器外来	
		山田	山田		山田	山田		
小児科		中村	柳邊	中村	中村	西	(月)午後……………予防接種(指定患者のみ) (火)(水)午後……………慢性疾患 (木)午後……………乳児検診 フォローアップ外来	
		山元	西	西	吉田	吉田		
		-	吉田	山元	山元	-		
脳神経センター	脳神経外科	戸高	手術	西川	手術	戸高	(火)(木)……………手術 (月)(水)午後……………血管造影	
		甲斐				西川		
皮膚科		井上(知)	手術	井上(知)	手術	井上(知)	(月)(水)(金)午後……………外来手術 特殊処置 (火)午前……………予約患者のみ	
		葉山		葉山		葉山		
眼科		-	持原	持原	-	持原	(火)(水)(金)午前……………外来患者のみ 午後……………入院患者のみ (水)午後3時……………周産期診察	
泌尿器科		山下	手術	手術	山下	手術	(水)(金)……………手術 (月)(火)(木)午後……………特殊検査・処置	
		井上(正)			井上(正)			井上(正)

※入院中の患者さんの他科受診は、緊急でない場合は手術日以外でお願いします。

※緊急以外の受付は、午前11時00分までです。

※精神科・神経内科は現在休診となっております。

病棟

	西病棟	東病棟
7階		消化器センター 外科
6階	整形外科 皮膚科	内科、呼吸器外科 耳鼻咽喉科、歯科口腔外科
5階	心臓血管センター 内科、人工透析室	内科
4階	女性病棟 (産婦人科、内科)	小児病棟 周産期センター
3階	救急病棟 ICU・CCU、HCU	脳神経センター 泌尿器科

☆☆☆ 院内セキュリティ強化と 面会時間の厳守について ☆☆☆ (お知らせとお願い)

不審者等による院内への侵入を防止するため、夜間(午後6時から翌朝8時まで)や土日祝日(年末年始を含む終日)においては、院内への入口を南側救命救急センター横の夜間・時間外入口(警備員室前)1箇所のみとさせていただきます。

また、ご来院される皆様には、面会時間を厳守し、来院者受付簿に必ず記帳いただくよう併せてお願い申し上げます。

☆☆☆ クレジットカードの取り扱いについて ☆☆☆

窓口支払について、クレジットカードが利用できます。

1 利用可能なお支払い
診療料金、診断書等の文書料等、病院の会計窓口でお支払いいただくもの。

2 お支払い方法
一括払い、分割払い、リボルビング払い

3 利用可能なクレジットカード
(国際ブランド)



健康増進法第25条の定めにより、受動喫煙防止のため、敷地内での喫煙を禁止します。

広報委員会からの お知らせ

広報誌へのご意見・お問い合わせにつきましては院内のご意見箱、FAX0982-32-6759 または URL:<http://nobeoka-kenbyo.jp> まで!