

うみつばめ



基本理念

私たちは、地域の中核病院として、住民の立場にたち
住民の健康、福祉、安全の向上に貢献します。

基本方針

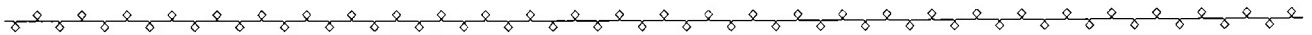
1. 私たちは、患者さまの心（心身）の痛みに共感し、やさしさと思いやりのある医療を目指します。
2. 患者さまの医学的情報について、十分な説明を行い、理解と納得に基づいた医療の実践を行うとともに、個人情報の保護に努めます。
3. すべての職員が連携して、患者さまの満足と信頼が得られる医療の実践に努めます。
4. つねに医療の安全に関する知識と技術の向上に努めます。
5. 地域の医療、保健、福祉、介護との連携強化に努め、地域に開かれた病院を目指します。
6. つねにコスト意識をもって業務の効率化と能率化を図り、健全運営に必要な財政基盤確保に努めます。





くしもと町立病院 病院事業管理者 竹村 司

この度、くしもと町立病院の取り組みや仕事の内容を、患者さまにもっとよく知っていただくため、広報誌「うみつばめ」を発刊することとなりました。海つばめは橋杭岩をはじめ串本町にコロニーを作って生活しています。優雅に空を飛んでいるのをよく見かけます。成鳥が翌年まで生き残る率は90%と他の鳥と比較して高く、長寿であることが知られています。また営巣地の島に帰るのは暗くなってからで、早朝まだ暗いうちに海に出ていく働き者です。これらにあやかって広報誌を「うみつばめ」と命名致しました。医療や病気の情報だけでなく、各部署での患者さまへのおもてなしの向上についての取り組み、また病気になりにくい生活習慣、健康増進の知恵などの情報を紹介させていただく予定です。この広報誌を通じて、病院スタッフと患者さまの距離がより近いものとなり、「かがやき」をもった信頼関係を作りながら、健康という「かがやき」を取り戻すお手伝いができればと願っております。広報誌が今後より充実したものに進化してゆくためには、患者さまのご意見、ご鞭撻が何より大切です。忌憚のないご意見、ご要望を頂ければ幸いです。



くしもと町立病院 院長 阪本 繁

病院長に就任いたしまして、16年を迎えました。平成17年、旧串本町と古座町が合併した当時、2.1万程度あった人口も、現在は1.7万を割るまでに減少し、高齢化率も40%を超えるなど、少子高齢化が顕著になっています。平成23年11月に、旧串本病院と旧古座川病院が統合して、くしもと町立病院が開院しました。一時、医師不足や診療科の減少など厳しい時期もありました。現在、常勤医12名ですが、地域の中核病院として、また来るべき南海トラフ大地震に備え、災害支援病院としての中心的役割を果たすべく、日々奮闘しております。

この度、地域に開かれた病院としての当院の役割、使命を皆さまにご理解・ご周知頂くことなどを目的に、くしもと町立病院広報誌「うみつばめ」を発刊致すことになりました。

この広報誌を介して、病院のことを広く知って頂き、皆さまに広く活用して頂ければ幸いです。

レスパイト入院のご案内



✦ レスパイト入院とは

レスパイトとは、「一時休止」「休息」「息抜き」という意味です。在宅での介護が長くなると、介護者が日々の介護に疲れを感じ、体力、気力の限界を超えてくることがあります。

少しの間休憩をとることができればよいのですが、介護はなかなか周囲の方に代わってもらえるものではなく、周りに頼れず抱え込んでしまう方も少なくありません。すなわち、介護ができなくなる前に、介護者に少し休んでいただき、肉体的、精神的な英気を回復していただくために生まれたサービスが「レスパイトケア」、「レスパイト入院」です。

✦ ご利用可能な方

レスパイト入院の対象者は、主に介護保険によるショートステイやデイサービスの利用困難な、医療的管理をされている方となります。

- ①退院後は、ご自宅に帰る方がご利用できます。
- ②主に、褥瘡^{じよくそう}処置、たん吸引、麻薬の管理、胃ろうによる食事介助、気管切開、点滴、在宅酸素、およびこれらに準ずる医療的行為を受けられている方。
- ③近親者やご友人の冠婚葬祭、介護者の病気や疲労、出産、旅行など、家族の事情で介護が困難になった場合でもご利用いただけます。
- ④1回の入院期間は、10日間までです。(連続しての更新はできません)
- ⑤一般的な血液検査、レントゲン検査、投薬治療は可能です。
- ⑥入院の際には、現在服用中のお薬をご持参ください。
- ⑦患者様の状態によって入院継続困難な場合は、予定期間よりも短期間となる場合もあります。ご了承ください。
- ⑧医療保険の適応となりますので、入院の際は健康保険証や限度額認定証をご持参ください。

9月から申し込みをお受けします

✦ ご利用の手順

入院を希望される2週間前までに、当院「地域医療連携室」に電話でお申し込みください。日時を決めて、介護者には入院前に当院の担当者などを交えた面接を受けて頂きます。その上で入院の可否を決めさせていただきます。

お問合せ先 くしもと町立病院 地域医療連携室 Tel62-7111

薬剤部だより

『ジェネリック』と呼ばれるお薬があります。

先発医薬品と有効成分、効能効果は
全く同じで価格も安く、
安心してお使い頂けます。 薬剤部より



8月から 通所リハビリテーション が始まりました。



■介護保険を使うリハビリに特化したサービスです■

こんな方におすすめします

- 現在受けている理学・作業療法士によるリハビリを継続したい。
- 入浴や食事はいらないので、短時間集中してリハビリのみを行いたい。
- 退院後、在宅生活に不安があり、機能維持・回復を目的にリハビリを行いたい。
- 介護予防・転倒予防に筋力トレーニングを行いたい。

【お問合せ先 リハビリテーション部】



「かくれ脱水」に注意しましょう!!

かくれ脱水とは・・・

脱水症は進行するまで、これといった症状がでにくいのが特徴です。本人や周囲がそれに気がつかないため、有効な対策がとれていない状態を「かくれ脱水」と呼びます。

脱水症状「べた」「だる」「ふら」「いた」サインに注意!

「べた」・・・首筋がべたべた。蒸し暑さで気づかぬうちに体の水分が失われている可能性が。

「だる」・・・だるさがとれないこと。

「ふら」・・・めまいやたちくらみ、ふらつきなど。体の水分が失われると、血液がドロドロになり、血流が滞ってしまいます。これがめまいやふらつきを引き起こす原因となります。

「いた」・・・脱水状態になると、塩・カリウム・カルシウムなどの電解質が不足するため、筋肉が痙攣(けいれん)しやすくなります。水分や塩分補給を!

「かくれ脱水」を予防するには・・・

●水分補給・栄養補給!

のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分や塩分、経口補水液などを補給する。乳製品、納豆、梅干し、小松菜、豚肉、ニラ、にんにくなどの夏ばて予防に効果的な食材を。

●室温の調整!

クーラーや扇風機、遮光カーテン、すだれなど使用し工夫。エアコンを使用する場合、室内が乾燥しやすくなるため、濡れタオルをかけるなどして工夫を。

●体温を上げない!

通気性の良い衣服、帽子、日傘など。日陰を利用しこまめに休憩する。



まだまだ暑い日が続きますが、脱水症に注意して過ごしましょう。

文責：看護部 磯 紀香子

COPD(シーオーピーディー)(慢性閉塞性肺疾患)とは？

COPDの増悪では咳・痰・息切れがさらに悪化します。

COPDの臨床経過



監修: 日本医科大学 内科講座 呼吸器・感染・腫瘍部門 教授/同大学 呼吸ケアクリニック所長 本田 厚昭 先生

図1

有名な疾患ですか？：別名「タバコ病」

COPDは決してめずらしい疾患ではありません。年々増加傾向にあり、世界における死亡順位の第4位(2012年 WHOより)、厚生労働省の統計によるとCOPDによる死亡順位は男性で高く、2016年の第8位でした。

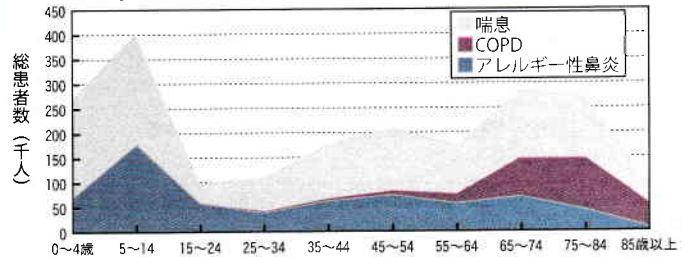
今後の見通しとして、COPDの死亡順位は上がると予想されています。

40歳以上の喫煙者に多く見られる疾患で(図2)、現状で治療を受けている患者さんは26.1万人ですが推定患者数は500万人以上いるという疫学調査も出ております(図3)。

最近では有名な落語家さんが死去されましたが、原因はCOPD(慢性閉塞性肺疾患)でした。

主な呼吸器疾患の年齢別総患者数(平成26年)

図2



傷病小分類	総数	0~4歳	5~14	15~24	25~34	35~44	45~54	55~64	65~74	75~84	85歳以上	不詳
喘息	1,177	207	228	41	70	116	126	101	142	124	42	5
COPD	261	0	0	0	2	3	8	19	77	103	49	0
アレルギー性鼻炎	663	68	179	60	42	64	76	58	71	45	8	2
計	2,101	275	407	101	114	183	210	178	290	272	99	7

COPDで治療を受けている患者数 26.1万人

(厚生労働省統計2016年)

COPDの推定患者数 500万人以上 [NICEスタディ(2001)*]

*NICE (Nippon COPD Epidemiology) スタディ: 2001年に報告された40歳以上の男女2,666名のデータによるCOPDの大規模疫学調査

図3

予防・対策は？：タバコを吸っている方はまず禁煙

自分でがんばる

禁煙補助薬は使わず、
独力で禁煙チャレンジ！
禁断症状が軽めの
喫煙本数が
少ない人向き。



薬局で禁煙補助薬を購入

ニコチンパッチやニコチン
ガムを購入して、禁煙後
の禁断症状を軽減する！
喫煙本数の少ない人にお
すすめ！



禁煙外来を受診

医師の指導のもと、
ニコチンパッチや
チャンピックス(内服薬)を
使って禁煙チャレンジ！



くしもと町立病院でも
禁煙外来を始めました。

禁煙したい人を
応援します。

禁煙に手遅れは
ありません。

文責：内科 秋山 裕由

公開講座のお知らせ

参加費 無料

下記のとおり公開講座を開催しますので、ご近所お誘い合わせのうえご参加ください。

演題 「運動器症候群」～ロコモティブシンドローム～

講師 整形外科リハビリテーション科 副院長 山本憲廣

日時 平成30年9月5日(水) 午後7時00分

場所 串本町保健センター2階多目的ホール

演題 「急ぐ症状・急がない症状」

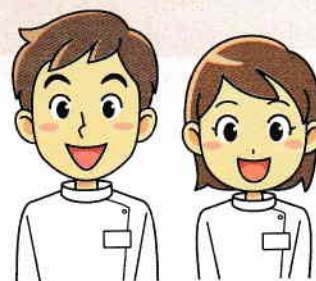
講師 小児科 医員 草野信義

日時 平成30年11月6日(火) 午後2時00分

場所 くしもとこども園 つばき園舎



看護部だより



看護部理念

1. 患者さまの人権を尊重し、信頼される看護を提供します。
2. 自治体病院の看護部として、地域住民の健康ニーズに対応します。

看護部の取り組み

- 患者様が退院される際には看護師の態度や言葉遣い等に関するアンケート用紙を手渡し実施して頂いています。患者様さまからのご意見を真摯に受け止め、接遇の向上に努めています。患者さまに質の高い看護を提供できるように、認定看護師の資格取得を目指します。
- 入院時からケアマネージャーさんとの情報交換を密に行い、退院後も必要な支援が継続できるように努めています。

高校生が体験学習に来てくれました



くしもと町立病院では毎年、高校生の体験学習を受け入れています。

7月31日に、6名の高校生が来てくれました。6名の皆さんには、看護師の白衣を着て、食事介助やベッドメイキング、赤ちゃんの授乳などを体験していただきました。体験とともに看護師としての心構えや倫理観についても伝えさせていただきました。

参加された皆さんは、最初は少し緊張された様子でしたが、だんだんと笑顔も見られていました。当院での体験がこれから高校生の皆さんが進路を決めるうえで少しでも参考になれば嬉しいです。そして、本格的に看護師を目指すきっかけになることを期待しています。

今後も多くの方に体験学習に参加していただきたいです。

文責：看護部 辻本 有希

入院患者様にとって食事は治療の一部と同時に楽しみでもあると思います。患者様個人のニーズに出来る限り対応し、喜んでいただける食事の提供を目指し、管理栄養士1名、委託栄養士2名、調理師・調理員8名で栄養管理、給食管理を行っております。

栄養部の食事の種類についてご紹介します。

一般食は流動食、おまじり食（ごくわずかな飯粒の混じった重湯）、3分粥食、5分粥食、7分粥食、全粥食、軟菜食、ブレンダー食、常食、産食、幼児食等を提供しております。

治療食の種類は潰瘍食、高血圧食、心臓病食、糖尿病食、透析食、肝臓病食、腎臓病食、低残渣食、クローン病食、潰瘍性大腸炎食、膵臓病食、経腸栄養・高栄養流動食等を用意して各個人の患者様に対応した（カロリー、たんぱく質、脂質、食塩等）給食の提供をしております。

おまじり
卵黄うらごし
牛乳・ジュース
みそ
味噌スープ



おまじり食

ある日の一般食の献立をご紹介します。



常食 (716kcal・塩分 2.3g)

材 料

- **きのこのピラフ**
米 120g・しめじ 20g・マッシュルームスライス 10g
しいたけ 20g・ベーコン 20g・バター 3g・グリーンピース 3g
塩 0.1g・白コショウ 0.01g・コンソメ 1g
- **ココット**
キャベツ 50g・人参 10g・鶏卵 50g・塩 0.3g
白コショウ 0.01g・ソース 8g
- **サラダ**
きゅうり 30g・カリフラワー 30g・トマト 25g
- **コンソメスープ**
玉ねぎ 20g・人参 5g・キノコ 3g
- **フルーツポンチ**
みかん缶 20g・キウイ 10g・りんご缶 20g

きのこのピラフの作り方

- ① ベーコンを1口に切りフライパンで炒めます。
- ② しめじ、しいたけはマッシュルームスライスに合わせて切り1に入れて炒めます。
- ③ フライパンにバターを入れ洗ったお米を炒め、2を入れ塩、コショウをしコンソメスープを入れて炊飯器で炊きます。
- ④ 10分蒸らし、出来上がりにグリーンピースを散らします。

ココットの作り方

- ① キャベツ、人参はせん切りにします。
- ② 耐熱皿に入れて、まん中に卵を落とし入れ、塩、コショウをします。
- ③ スチームオーブンで10分程度蒸します。



秋の旬きのこについて

- 低カロリーで食物繊維が豊富で便秘に効果的と言われています。
- ビタミンDを多く含みカルシウムの吸収を助けて骨を丈夫にしてくれます。
- きのこに含まれるβグルカンが免疫力アップや抗腫瘍作用が期待されています。
- きのこに含まれるエリタデニンが血中コレステロールを下げてくれます。
- きのこのピラフは、きのこの栄養をまるごと摂取できる料理です。



文責：栄養部 木下 富喜美

コミュニティバス（病院～串本駅）発着時刻のご案内



串本駅行		
病院発	串本駅着	路線名
6:15	6:20	和深線
6:50	6:55	大島・出雲線
7:20	7:25	潮岬線
7:50	7:55	和深線
8:10	8:15	上田原・佐部線
8:15	8:20	潮岬線
9:00	9:05	大島・出雲線
9:15	9:20	潮岬線
9:25	9:30	和深線
10:00	10:05	上田原・佐部線
10:25	10:30	潮岬線
10:55	11:00	大島・出雲線
11:40	11:45	潮岬線
11:45	11:50	上田原・佐部線
12:30	12:35	潮岬線
12:45	12:50	和深線
13:15	13:20	大島・出雲線
13:25	13:30	上田原・佐部線
13:40	13:45	潮岬線
14:35	14:40	潮岬線
14:35	14:40	上田原・佐部線
14:50	14:55	和深線
15:05	15:10	大島・出雲線
16:35	16:40	潮岬線
16:35	16:40	上田原・佐部線
16:55	17:00	大島・出雲線
17:10	17:15	和深線
18:50	18:55	潮岬線

病院行		
串本駅発	病院着	路線名
7:12	7:17	潮岬線
7:41	7:46	和深線
8:01	8:06	上田原・佐部線
8:04	8:09	潮岬線
8:27	8:32	大島・出雲線
8:59	9:04	潮岬線
9:16	9:21	和深線
9:51	9:56	上田原・佐部線
9:59	10:04	潮岬線
10:44	10:49	大島・出雲線
10:58	11:03	和深線
11:09	11:14	潮岬線
11:37	11:42	上田原・佐部線
12:24	12:29	潮岬線
12:44	12:49	大島・出雲線
13:20	13:25	潮岬線
13:36	13:41	上田原・佐部線
14:11	14:16	和深線
14:24	14:29	潮岬線
14:57	15:02	上田原・佐部線
15:04	15:09	大島・出雲線
15:19	15:24	潮岬線
16:16	16:21	上田原・佐部線
16:18	16:23	和深線
16:44	16:49	大島・出雲線
17:19	17:24	潮岬線
18:22	18:27	上田原・佐部線
18:34	18:39	大島・出雲線
18:38	18:43	和深線
19:34	19:39	潮岬線

医師異動のお知らせ

10月1日から下記のとおり診療体制が替わります。

記

南 知宏 医師	→	ちしな 千品 医師	ひろかず 寛和 医師
吉田 英樹 医師	→	ところ 所 医師	ただお 忠男 医師
村瀬 貴昭 医師	→	しもじ 下治 医師	まさき 正樹 医師

☆前任の医師が主治医となっている患者様に
つきましては、基本的には後任の医師が引
き続き主治医を務めさせていただきます。

10月から

日曜診療

小児科

はじめます！

- 受付時間 9:00～11:30 13:00～15:30
- 診療時間 9:00～12:00 13:00～16:00
- 対象者 0歳～15歳 小児の内科疾患

※ 骨折、やけど等の外科疾患は対象外となります。
※ 日曜日以外の祝祭日は診療を行っておりません。

来院前に **0735-62-7111** へご連絡下さい。



くしもと町立病院 <http://www.hsp.kushimoto.wakayama.jp/>

⑧ 住所：〒649-3510 和歌山県東牟婁郡串本町サンゴ台691-7 電話0735-62-7111 FAX0735-67-7200