

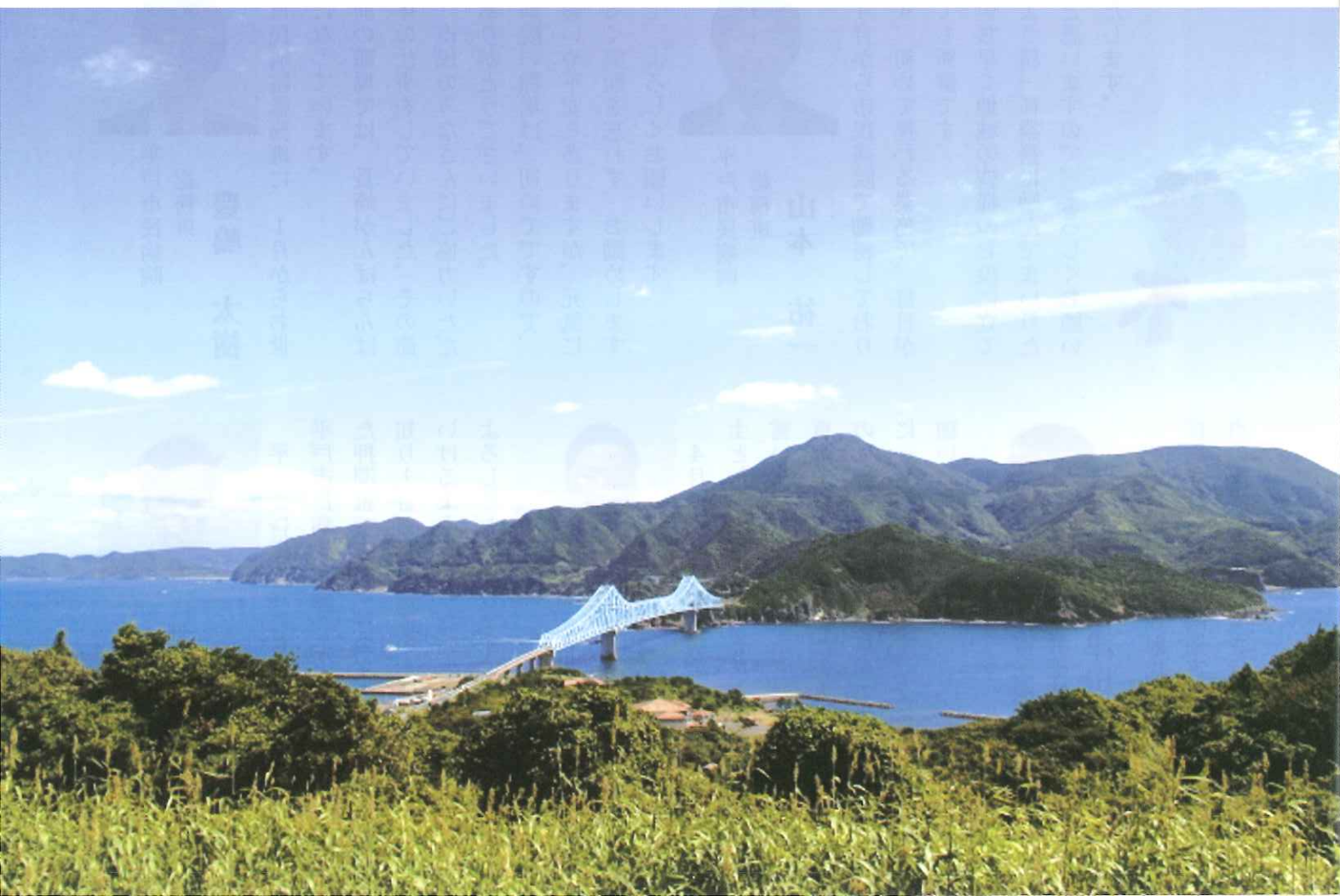
庵んおとし子

第44号

平成27年5月15日発行

目次

新人紹介	(2・3)
高齢者・認知症の薬物療法・副作用について	(4・5)
院内研究発表・講演会案内	(6)
風物はくすり③	(7)
地域医療を学ぶ	(8・9)
週間診療担当表	(10・11)
栄養管理室だより	(12)



はじめまして、よろしくお願いたします

人事異動により、病院事業に新たに着任した職員の紹介をします。

◆平戸市民病院



平戸市民病院
医師
鮫島 士郎

何十年も救急専従医です。世界水準の救急医療を実践し、地域医療の需要に応え、自己完結できる地域救急医療を実践していきましよう。



平戸市民病院
整形外科医師
鮫島 直美

整形外科を担当します。主に日常生活の中で困っている痛みを診ていきます。患者さんお一人ずつ、背負っている背景も取り巻く環境も異なるので、それぞれの方に合ったゴールを目指して、一番いい治療を一緒に考えていきたいと思っています。



平戸市民病院
内科医師
佐藤 晋平

4月から平戸市民病院で勤務することになりました医師の佐藤晋平と申します。

長崎に来て5年目、病院も5つめとなります。半年間という短い期間ではありますが、様々なことを勉強させていただきました。よろしくお願いたします。



平戸市民病院
事務長
村田 範保

この度の異動で、平戸市民病院に配属となりました。

初めての病院勤務ではありますが、市民病院の役割をしっかりと認識し、先生方を支えていけるよう精一杯努力したいと思っています。市民の皆さんよろしくお願いたします。



平戸市民病院
総務班
豊嶋 太樹

市民病院総務班に、1月からお世話になっていきます。

前の職場では、長崎がんばらんば国体の仕事をしていました。その節は、市民のみなさんにご協力いただきありがとうございました。

病院の職場は、初めてですので、戸惑いや不安もありますが、元気に明るく笑顔を忘れず、お勤めしますので、よろしくお願いたします。



平戸市民病院
総務班
山本 祐一

4月から市民病院で勤務しております。初めて携わる業務で、毎日がとても新鮮です。

いち早く地域の皆様のお役に立てるよう精一杯業務に励んでまいりたいと思いますので、よろしくお願いたします。



平戸市民病院
理学療法士
押淵 雅

平戸の皆様こんにちは。4月から平戸市民病院で働くことになりました押淵雅です。平戸の文化、生活を知り1日も早く皆様の生活に入っていけるよう頑張りたいと思います。よろしくお願いたします。



平戸市民病院
作業療法士
大浦 淳平

4月より平戸市民病院に作業療法士として採用されました大浦淳平と申します。地元の人たちに少しでも貢献できるよう、また一人でも多くの人を笑顔にさせる事ができるように一生懸命頑張ります。よろしくお願いたします。



平戸市民病院
放射線技師
津田 拓実

このたび、診療放射線技師として採用されました津田拓実です。平戸市の医療をより充実させる為に全職

員と連携して頑張つていこうと思つています。至らない点が色々あると思いますが、どうぞよろしくお願ひします。



平戸市民病院
一般病棟看護師
橋村 恵美

今年度から平戸市民病院で働いています。

久しぶりに地元に戻ってきたので環境や仕事に1日でも早く慣れ、地域医療に貢献できるように頑張りますのでよろしくお願ひします。



平戸市民病院
一般病棟看護助手
山浦 朝美

このたび平戸市民病院でお世話になります。分からない事ばかりでご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、一生懸命頑張りますのでよろしくお願ひします。



平戸市民病院
療養病棟看護助手
永田 富子

初めまして。私は今市民病院で熱

く燃えています。

患者様に安心して安らぎ頂けますよう頑張つて参ります。よろしくお願ひします。



平戸市民病院
総務班
宝亀 良一

4月1日から配属になりました。総務班の宝亀良一です。

何事も初めての事ですので、いろいろお世話になると思いますが、よろしくお願ひします。



平戸市民病院
医療事務受付
宮川 あゆみ

はじめまして。1月から受付でお世話になっております宮川です。

わからないことも多く、ご迷惑をおかけしていると思いますが一つでも多く、少しでも早く仕事を覚えられるように頑張りますのでよろしくお願ひします。



平戸市民病院
医療事務受付
黒瀬 麻未

1月から受付でお世話になっております。黒瀬麻未です。

医療事務の仕事は初めてで先輩方や患者様に色々ご迷惑おかけすると思いますが、一所懸命頑張りますのでよろしくお願ひいたします。

◆生月病院

生月病院 事務長

池田 修二

4月から生月病院にお世話になっております。

病院経営を支える一人としてお役に立てるよう頑張ります。

まだ不慣れでご迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

生月病院 総務班

大浦 和夫

今回、4月の人事異動で企画財政課から生月病院へ異動になりました大浦と申します。

初めての病院勤務でまだまだ分か

らないことだらけですが、地域の皆さんや生月病院で働いているスタッフの皆さんからさまざまなことを学びがんだりしたいと思います。よろしくお願ひします。

生月病院 管理栄養士

田中 直子

4月より管理栄養士として生月病院に勤務させていただきます。

8年ぶりの病院勤務で慣れないことも多くご迷惑をおかけしておりますが、患者さんや地域のみなさんの健康のために、栄養面から貢献できればと思っておりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

病院間異動のお知らせ

山西 由美

新) 平戸市民病院一般病棟看護班

旧) 生月病院一般病棟

岳下 京子

新) 生月病院外来看護班師長

旧) 平戸市民病院一般病棟看護班師長

中山 瑠里

新) 生月病院一般病棟看護班

旧) 平戸市民病院一般病棟看護班



【高齢者・認知症の薬物療法・副作用について】



内科医師 飯野 俊之

高齢者は複数の病気を抱え、いろいろな薬を飲み続けている人が多く、加齢に伴って、薬を分解代謝する肝臓や腎臓の機能が低下し、副作用が出やすい状況にあります。

認知症の高齢者は日本で500万人と推定されており、記憶障害や判断力の低下に加えて、強い不安を訴えたり、街を徘徊したりする症状がある方も多く、認知症に対する適切な薬物治療が喫緊の課題となっています。医療現場ではこうした不安などの症状を和らげるため、鎮静作用のある向精神薬が広く処方されています。ところが、向精神薬は精神を安定させる効果がありますが、向精神薬の処方で、かえって症状が悪化し感情を抑えられなくなる高齢者がいることが分かってきました。認知症の高齢者は、脳の機能が低下しているため、向精神薬に過剰反応する傾向にあるのが原因と言われています。抗精神病薬、ベンゾジアゼピン系睡眠薬・抗不安薬などにより不穏、徘徊、転倒・骨折、便秘、尿失禁の副作用が出やすくなります。アルツハイマー病の予防薬、**塩酸ドジペネル**は記憶に関連する神経伝達物質のアセチルコリンを脳内で増やし記憶力の回復を期待する薬剤ですが、吐き気、下痢、食欲不振などのアセチルコリンによる消化器系の副作用が見られることも多いです。漢方薬「抑肝散」は神経の高ぶりを抑える薬として古来より子供の夜泣きや不眠症などで使用されていましたが、アルツハイマー認知症の興奮などを改善させる効果が高いことが分かり近年頻用されるようになりました。一方で抑肝散など漢方薬にも副作用があります。実は漢方薬の70%には**甘草**という成分が含まれており、成分のグリチルリチンは体液を増加させ、偽アルドステロン症という副作用を引き起こし浮腫、高血圧、低カリウム症、筋力低下などを生じることがあり高齢者では注意が必要です。

腎機能の低下した高齢者では薬物の排泄代謝が低下すると副作用が出やすくなります。帯状疱疹に用いる**アシクロビン**という抗ウイルス剤では腎機能が悪いと痙攣や意識障害などの副作用が出現します。血液透析をされておられる方は免疫機能が一般に低下していることが多く、帯状疱疹を発症しやすいため投与量には注意が必要です。またコレステロールの合成を抑制する**スタチン**という薬は、筋肉痛、筋力低下が生じることがあり、腎機能が低下している場合には横紋筋融解症という重篤な副作用を生じることが稀にあります。強心剤の**ジゴキシン**も腎機能低下により中毒が起きやすくなるため注意が必要です。

心機能の低下した高齢者でも副作用が出やすく、高血圧、不整脈、心不全などで使用される**βブロッカー**剤は高齢者では弁膜症がある場合などではむしろ心不全の悪化を来す場合があります。

パーキンソン病治療で使われるドパミン作動性**麦角アルカロイド**剤（カルベゴリン・ペリゴリド）では容量依存性に心臓弁膜症・心不全悪化が生じることから、投薬中の心エコー検査が義務づけられています。

高齢女性では心臓の拡張機能障害が心不全の原因となっていることが多く、超音波組織ドプラー法とBNPという心臓で産生されるホルモンを用いて拡張機能を評価しています。

不整脈の薬も副作用が出やすいことで知られています。心房細動でよく使われる**ピルシカイニド**（サンリズム）という抗不整脈薬では容量依存性に房室ブロックや心不全が出やすく、**アミオダロン**という致死性心室性不整脈を予防する薬では、ヨードの成分が甲状腺異常を来すことがあります。

糖尿病治療に関しては**SGLT 2 阻害薬**という腎臓から過剰な糖분을排泄する新薬ですが脱水症を来しやすい高齢者では、脳梗塞の副作用が報告されています。ピオグリタゾンは体液貯留作用から足のむくみや心不全の悪化を来す場合があります。また、高齢者では、高血糖よりも**SU剤**、**インスリン**などによる低血糖のほうが生命に重篤な危険を及ぼす場合があります注意が必要です。

心房細動という加齢に伴い増加する不整脈では左心房内に血栓が形成されやすく、血栓が重篤な脳塞栓症を起こすことがあります。**ワーファリン**や血液凝固因子阻害剤といった血栓予防薬を服用します。**ワーファリン**は、納豆やクロレラ、青汁で効きが悪くなることは良く知られていますが、抗がん剤や鎮痛剤などと併用すると効きすぎて鼻出血、胃潰瘍からの異常出血例もあり注意が必要です。投薬前に胃カメラをしておくことが望まれます。パセドー病や肝硬変の方でも**ワーファリン**が効きすぎる場合があります注意が必要です。

重篤な薬疹が免疫力の低下した高齢者で生じることがあります。アレピアチンなどの抗癌薬の服用者に起こりやすいことで知られる、薬剤性過敏症候群（DIHS）という全身に広がる難治性の薬疹です。ヒト6型ヘルペスウイルス（HHV-6）の再活性化が原因ですが、なぜ特定の薬剤でDIHSを生じるかははっきりしていません。

リウマチなどの自己免疫疾患で免疫を抑制する薬も注意が必要です。**プレドニン**は糖尿病の悪化や肺真菌症や肺結核を来すことがあります。

またB型肝炎の潜在感染者が免疫抑制剤、抗ガン化学療法剤でウイルスの再活性化によるデノボ肝炎といわれる致死性の劇症肝炎を引き起こすことがあり、投与前にはB型肝炎ウイルスの検査が必須です。

帯状疱疹後神経痛、糖尿病性神経障害、三叉神経痛難治性疼痛などの末梢性神経障害性疼痛は一般的な解熱鎮痛薬が効きにくいタイプの痛みで**プレガバリン**（リリカ）を使用しますが、ふらつき、食欲不振などの副作用がけっこう多いです。

慢性便秘薬では**ルビプロストン**（アミティーザ）という新薬があり小腸のクロライドチャンネルを刺激し腸液の分泌を上げ、便を柔軟化する作用があります。同薬は薬価が高いためカマグが効かない場合に用いています。投与量によって下痢、腹痛の副作用がでます。

高齢者の薬物療法については、少量投与からの開始を基本とし腎機能、肝機能、心機能、副作用に注意しながら適量投与を心がけています。

お薬に対する質問、疑問、要望「何の薬を飲んでいるか？」「薬が合わないのでは？」「薬を整理したい」など、担当医に遠慮なくご相談下さい。

当院では全人的包括的診療により、「病気を治す」だけではなく「病人をよくする」ことを目標とし、疾患の治癒のみならず生活の質の維持・向上に努めて参ります。

3月18日(水) 院内看護研究発表会が開催されました

看護研究とは、日頃の業務での疑問点、自らの看護行為の振り返りなど、日頃の業務で明らかにしたいという興味や関心から始まり、学術的なレベルまで掘り下げること、研究テーマを絞りこんでいき、限られた期間で結果を導き出すように進めていきます。

当院の院内研究発表会は看護研究未経験者が先輩看護師、主任、師長、院内教育委員の指導のもと、看護研究の取り組み方やプレゼンテーションの方法を取得することを目的に平成13年度から開催され今回で13回目となります。発表内容は、地域連携室は、在宅看取り患者さんへの関わ



りについて、透析班は、透析に使用する血管の選択方法の統一化について、外来看護班は、院内トリアージについて発表がありました。3名の発表ともそれぞれの部署の特性が生かされた発表で、他部署間の情報の共有になり大変有意義な時間となりました。発表後、院長より総評をいただき、今後の課題が見つかりました。

また、総評の中で2025年問題にふれられましたが、日本の急速な高齢化が問題となる中で、この年は団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となり、それ以降は、4人に1人が75歳以上という超高齢化社会が到来します。これまで国を支えてきた団塊の世代が給付を受ける側に回るため、医療・介護・福祉サービスへの需要が高まり、社会保障財政のバランスが崩れるとも指摘されています。今後の取り組みとして、多職種間の連携を密にし、地域の方々の支援体制の構築を図り、地域包括ケアシステムを充実させる必要があるとの事でした。

今後も多職種医療連携を密にして安心、安全な医療が提供できるようにスタッフ一同努めてまいります。なお、今回発表した内容は生月病院との合同研究発表会へと継続します。再評価、修正を行いさらなる研究成果が達成できるよう努力していきます。



地域医療講演会のお知らせ

認知症予防と高齢者を支えるまちづくりをテーマに講演会を開催します。

認知症にならないように今からできること、また認知症高齢者を支える優しいまちづくりについて、認知症を支える市民、行政、そしてリハビリの3つの立場からそれぞれお話いただきます。

○日時 6月6日(土)

午後3時〜午後5時

○会場 平戸市たびら活性化施設多目的ホール

市民

○演題 「認知症の人と家族を支えるための活動」

○講師 認知症の人と家族の会
長崎県支部佐世保地区代表
松尾文子氏

行政

○演題 「認知症高齢者を見守り支える地域づくり」

○講師 島原市地域包括支援センター所長 辻敏子氏

リハビリ

○演題 「認知症予防と生きがいづくり」

○講師 西九州大学 リハビリテーション学部准教授 田平隆行氏

○入場料 無料

○お問い合わせ 長崎大学病院へ
き地病院再生支援・教育機構(平戸市民病院内) TEL203006

**認知症の予防と
認知症に優しいまちづくり**

6/6 (土) 14:30~15:00

平戸市たびら活性化施設
〒850-0001 長崎県平戸市たびら1-1-1

【認知症の人と家族を支えるための活動】
松尾文子氏

【認知症高齢者を見守り支える地域づくり】
辻敏子氏

【認知症予防と生きがいづくり】
田平隆行氏

入場無料

お問い合わせ: 長崎大学病院 認知症対策推進課 TEL: 0950-20-3006
http://www.nichi-nichi.com

風物はくすり③



まばゆいばかりの新緑の香りが、桜を惜しむ物憂げな心へと目を覚まさんばかりにさっそうと吹き渡る。平戸はいよいよ本格的な芽吹きの子節を迎えた。燃え立つような鮮やかな萌黄色に街全体が彩られ、全ての命が燦々と輝きをはなっているかのようだ。

立春から数えて、およそ八十八日にあたるこの時期は1年で最も芳醇で味わい深く秀逸と謳われる「新茶」の子節でもある。新茶は、口にすると1年を無病息災に過ごせるといわれており、古くから長寿のための縁起物とされてきた。また、この時期に催される「茶市」は、まさに「新茶」をメインとした物流のつぼである。新茶を求め多くの人々が行き交う様は近づきつつある夏の足音のように賑やかで華やかな平戸の風物そのものである。

「茶は養生の仙薬なり」の書き出しで始まる『喫茶養生記』は鎌倉時代を代表する医学書の1つであり、宋(中国)より茶の苗木を持ち帰った栄西禅師によって記された初の茶の専門書でもある。これによると、茶は「渴きを止め、疫病を除き、覚醒させ、利尿を良くし、目を明らかにする」等の効能を述べている。

実際に茶には様々な機能性を有する成分が含まれており、茶の「渋味」の主体である「茶カテキン」は昨今、厚生労働省が認可した特定保健用食品として「体脂肪が気になる方」、「コレステロールが高めの方」などに有効とされ、ひときわ市場を賑わせている。特に茶カテキンの1つであるEpigallocatechin gallateは高い機能性を擁し、抗酸化作用をはじめとして抗炎症効果など多くの科学的知見を得ている。またカフェインには覚醒や利尿効果、含有されるアミノ酸にはリラックス効果などが示唆されている。これらが古来より茶が「仙薬」として、またひと時の休息の1杯として日本人に久しく愛されてきた所以であろう。

栄西禅師は日本における臨済宗の開祖である。1191年(建久2年)宋より帰朝する際、禅師は平戸の古江湾に入り庵を結び法筵を開き庵脇に持参した茶の苗木を植えた。そのため平戸市木引町は日本における禅宗発祥の地として高名であり、また「日本最初の茶畑」としても広く知られている。ここより見渡す景色が宋の富春江を偲ばせる見事さであったため庵を「富春庵」、茶園を「富春園」と名付けたとされる。また、栄西が同じく宋から持ち帰った梅を植えた場所が「梅崎」であり、その香が馥郁と風に乗って広がり微かに漂った場所が「薄香」であるという。この真偽はともかく、実に趣のある地名由来の伝承である。

午後のひと時、若葉より差し込む木漏れ日の中、香り立つ新茶を頂きながら眼下に広がる古江湾の美しい景色に暫し身を置かれてみてはいかがだろう。



←「日本最初の茶畑」入り口にある栄西禅師遺跡の碑。



<アクセス>

生月バス平戸線「千光寺前」バス停にて下車、徒歩1分。

平戸市民病院薬剤師 近藤 司



地域医療を学ぶ

平戸市民病院と生月病院には、年間を通じ多くの研修医の皆さんが地域医療を学びに来て
います。慣れない土地や言葉に囲まれて、研修生活を送られるみなさんの声をご紹介します。
なお、研修医の皆さんのレポートは長崎大学病院 へき地病院再生支援・
教育機構のホームページ (<http://hekichi-byoinsaisei.net>) に掲載していま
す。







平戸市民病院

	<p>金子 翔平 10月27日～11月28日 長崎大学病院</p>	<p>病院内では外来、病棟、当直などの日常業務の他に、毎日の大切な健診エコー修行をこなし、予防の重要性を学んだ。病院外では訪問診療、訪問看護等を通じ、住民の生活環境や実情を肌で感じることができた。それには看護師や介護師、ケアマネ、家族等、様々な立場からサポートによって成り立っていることを知った。出前講座では地域の方々と近い距離で予防、啓蒙活動に参加することができた。</p>
	<p>柴崎 智子 11月4日～11月28日 横浜労災病院</p>	<p>また、その地域と時代の変化に合わせて、新たに必要なことを探求し、チャレンジし続ける大切さを市民病院の歴史を通して学んだ。</p>
	<p>玉那覇 瑛太 11月4日～11月28日 北里大学病院</p>	<p>最後に、たくさんの貴重な体験と、全ての方々との貴重な出会いに感謝申し上げます。</p>
	<p>高梨 敏史 12月1日～12月26日 横浜労災病院</p>	<p>寒さもめっぽう強くなり、志々伎のイノシシも冬眠して路上に出てこなくなった12月初旬。今月は3名の研修医がお世話になりました。</p>
	<p>藤野 庄太郎 12月1日～12月26日 北里大学病院</p>	<p>毎日多数の健診をこなし、予防医学の必要性を改めて学びました。外来や訪問診療では、日々経験する症例や年齢の幅広さに圧倒されながら幅広い経験と知識の重要性を認識しました。</p>
	<p>菅野 恵也 12月1日～12月26日 長崎大学病院</p>	<p>離島での実習では、実際に携わることで人と人との信頼関係を基盤とした医療を学ぶことができました。</p>
	<p>小野 正人 1月5日～1月30日 横浜労災病院</p>	<p>1ヵ月の地域医療研修を終え、自然に囲まれた環境のなか平戸市民病院の多くの方々にお世話になりました。今回学んだことを今後の糧とし、それぞれの研修先でも鍛錬していきたいと思ひます。</p>
	<p>若佐 直紀 1月5日～1月30日 広島鉄道病院</p>	<p>快適な宿舎から徒歩通勤30秒で、健診・外来・訪問診療・離島研修などなど、様々なことに参加させていただきました。</p>
	<p>山口 博行 1月5日～2月27日 横浜市立大学附属市民総合医療センター</p>	<p>通年所属する病院では体験できない、地域医療ならではの患者さんとのふれあいの大切さを勉強させていただきました。平戸では何を食べてもおいしく、鯨の竜田揚げなど地元のおいしい食事も堪能することができ、医療のみならず、生活も共有することで地域の人々に近づくことができました。気温0度付近まで冷え込みインフルエンザが蔓延する中、皆様の温かさゆえに誰一人体調を崩すことなく研修生活を送ることができました。この経験を糧に今後の医療に役立てていきたいと思ひます。</p>

	<p>加曾利 江穂 2月2日～2月27日 横浜市立市民病院</p>	<p>あふれるような自然、驚くほどおいしい魚介類など平戸の素晴らしさを感じるとともに制限された交通の便や医療資源についても身をもって感じる事ができました。そのような環境の中で平戸では超高齢化社会を意識した医療を実施しており、予防医療・総合診療の面では最先端なのではないか感じる程でした。訪問診療や訪問看護、出前講座など地域医療の実態を実戦形式で学習をできたことは研修医生活の中で本当に記憶に残るものとなりました。ここで学んだ多くのことを私たちに今後の医療に還元できればいいなと思っています。このような貴重な経験をさせていただき本当にありがとうございました。</p>
	<p>田島 和昌 2月2日～2月27日 長崎大学病院</p>	

生月病院

	<p>真野 洋佑 11月4～11月28日 姫路聖マリア病院</p>	<p>外来、健診、訪問診療などをさせて頂きました。外来では、住民ひとりひとりの生活環境にあわせた医療を提供することの大切さ、難しさを実感しました。また、プライマリ・ケアにおいて、病気を予防する重要性を考える良い機会となりました。最後に先生方をはじめ、医療スタッフの方々、地域住民の方々には大変お世話になりました。ありがとうございました。</p>
	<p>中尾 嘉修 12月1日～12月26日 埼玉医科大学病院</p>	<p>先生方、スタッフの方、そして患者さん達、町の人達みなさんが優しく接してもらったおかげで楽しい研修生活を送ることができました。3週目ごろから完全に自分の言葉が方言になっていました。12月ということもあり予防接種を多く行う機会や、訪問診療や訪問リハビリなど大学病院と異なる経験を多くできました。プライマリ・ケアだけでなく、プライマリ・ヘルスケアの重要さも学んだ1ヵ月となりました。埼玉県で大学生生活、研修生活を送ってきましたが、元々隣の佐賀県出身であるため、地元に戻った時は再度遊びに行きたい町になりました。あっという間の生月病院での研修生活になりましたが、院長先生をはじめ多くのスタッフの協力があり素晴らしい研修を行うことができました。ありがとうございました。</p>
	<p>久米 可奈子 1月5日～1月30日 長崎医療センター</p>	<p>生月病院での1ヵ月の研修で、地域医療の最前線とそれを支える病院での様子を間近で学ばせて頂きました。また、医療センターではできない一般外来も行わせていただき大変勉強になりました。先生方や看護師、スタッフの皆様には大変お世話になりました。楽しい1ヵ月でした。本当にありがとうございました。</p>
	<p>木室 里依子 2月2日～2月27日 長崎医療センター</p>	<p>1ヵ月間研修し、一番感じたことは患者さん、家族、近所の方、医療者の間に近いコミュニケーションがあるということでした。家族に限らず、近くに住む住民が患者の体調を気にかけて、〇〇さんは元気そうと自分の受診日に話したり、時には受診を付き添ったりしていました。また、医療側からは患者のADLや生活環境に合わせた医療が提供されていました。また、生月に住む人々の優しさに触れることができ、1年で一番寒い2月でしたが、1年で一番人々の温かさに触れた1ヵ月でした。地域密着型の医療を外来や健診、訪問診療等で学ばせて頂きました。地域研修で学んだ、患者のADLや生活環境まで視野に入れた診療ができる医師を目指し今後も頑張っていきたいと思います。1ヵ月間貴重な経験をさせていただきありがとうございました。</p>

担当表 (平成27年4月より)

【 平戸市民病院 】

(都合により変更する場合があります)

内 科	担当医師		月	火	水	木	金
	池田 柊一	午前 午後	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)	(病棟)	診察 (病棟)
賀来 俊	午前 午後	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察	診察	診察	(病棟)
飯野俊之	午前 午後	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察	病棟/新患	新患 (病棟)	診察 病棟/新患
中桶了太	午前 午後	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)
佐藤晋平	午前 午後	新患 (病棟)	新患 (病棟)	病棟/新患	病棟/新患	病棟/新患	病棟/新患
折出光敏	午前 午後		新患	診察	診察	診察	診察
濱田 勉 (度島診療所長)	午前			内視鏡			
山下雅巳 (生月病院長)	午後				第1・2・3水曜 太陽ファイバー(CF)		

※月曜日午後及び水・金曜日は輪番制です。

外 科	担当医師		月	火	水	木	金
	押淵 徹	午前 午後	診察 (病棟)	診察 (病棟)	(病棟<訪問>)	(病棟<回診>)	(病棟)
堤 竜二	午前 午後	検査 (病棟)	検査 (病棟)	診察 (病棟)	検査 (病棟)	検査 (病棟)	診察 (病棟)
濱田貴幸	午前 午後	検査 (病棟)			診察 (病棟)	診察 (病棟)	

整 形 外 科	担当医師		月	火	水	木	金
	鮫島志郎	午前 午後	急患	急患	急患	急患	急患
鮫島直美	午前 午後	診察 (病棟)	新患 (病棟)	診察 (病棟)	新患 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)
派遣医師	午前		診察(長崎労災病院)				

小 児 科	担当医師		月	火	水	木	金
	濱田貴幸	午前 午後	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)	診察 (病棟)

眼 科	担当医師		月	火	水	木	金
	派遣医師	午前 午後	診察 (病棟)	診察 (病棟)			

【診療対応等】

- 耳鼻咽喉科 第1、第3、第5木曜日の午後 ごとう耳鼻咽喉科 (後藤医師)
 ※午前の受付は午前11時までにはお願いします。(午後の診察は午後2時からです)
 ※午後の空欄は病棟診療となっております。
※急患は、診療時間にかかわらず、24時間対応いたします。



婚礼予約 受付中

Seaside Wedding



HIRADO KASUYOH HOTEL

平戸海上ホテル

〒859-5102 長崎県平戸市大久保町2231-3

ご予約・お問い合わせ TEL/0950-22-3800 <http://hiradokaijyohotel.co.jp>

【 生月病院 】

診療科	医師名	午前・午後	月	火	水	木	金
内科	山下	午前	診察・新患	診察	診察	診察	診察
		午後					
	中村	午前	診察	診察・新患	診察	診察・新患	診察
		午後					診察
	小村	午前	診察	診察	診察・新患	診察	診察・新患
		午後		診察			診察
外科	鈴木	午前	診察	診察	診察	診察	診察
		午後	診察		診察	診察	

○泌尿器科 毎月最終水曜日 青洲会病院 理事 山崎医師

○整形外科 小林医師

5月11日（月）～15日（金）午前中まで

6月15日（月）～19日（金）午前中まで

7月13日（月）～17日（金）午前中まで

平戸市民病院 折出医師 小林医師が診察する週以外の火曜日・金曜日（午後のみ）


○血液内科 毎月第2火曜日 平戸市民病院 管理者 池田医師

○循環器科 毎月第2週目の木曜日 平戸市民病院 医療監 賀来医師

偶数月の第4金曜日 伊万里有田共立病院 副院長 松永医師

○眼科 3ヶ月に1回（日曜日） まえだ眼科（福岡） 医師 前田医師






平戸推奨 — ふるさとの味 —

ひらどロマン ひらどロマン

平戸市森林組合 平戸市宝亀町91-1
TEL 0950-28-0300

（有）井元産業 しいたけ生産部 平戸市戸石川町7-1
TEL 0950-22-3104

平戸しいたけ生産組合 平戸市戸石川町7-2
TEL 0950-23-8161



新緑に太陽の光がキラキラ反射して、清々しい季節になってきましたね。

新年度が始まり、新しい環境への期待と緊張で、疲れやストレスが出てくる方もいるかと思います。そんなストレスや体調不良を解消するには旬の食べ物を摂ることも大切です。睡眠と栄養をしっかりとり、病気に負けず、いきいきとした生活を過ごしましょう。

今回は今が旬な『春きゃべつ』の紹介をします。

キャベツは葉の巻きがゆるやかなものを選びましょう。芯の部分に切り込みを入れると成長が止まり、栄養分が抜けなくて済みます。カットするのではなく、外の葉から丁寧にはがして使うと長持ちします。栄養成分は、ビタミンU・

Cを豊富に含みます。どちらも芯の部分により多く含まれます。2~3枚の葉で1日のビタミンCの必要量を摂取できます。他にカルシウム、カリウムなど多くの栄養を含んでいます。ビタミンUは、体内の傷ついた組織を修復する作用があり、胃炎や胃潰瘍の予防に役立ちます。二日酔いや胃もたれにも効果的です。なお、ビタミンUは、キャベツから発見されたので「キャベジン」とも呼ばれています。

ビタミンCも多く、カゼ予防や美肌効果があります。カルシウムも含むので骨や歯を丈夫にし、精神を安定させます。ビタミンCやUは水溶性なので洗う時は手早く、また切ってから水にさらすとビタミン類が流失するので注意しましょう。

キャベツの福袋煮



材料 (2人分)

油揚げ	2枚
鶏ひき肉	100g
キャベツの葉	2枚
しいたけ	1枚
片栗粉	小さじ1
おろし生姜	小さじ1
薄口醤油	小さじ1
卵	1/2個
だし汁	1カップ
醤油	大さじ1
塩	ひとつまみ
みりん	大さじ2
生姜の千切り	適宜

作り方

- ①油揚げは熱湯をかけ水気をきる。油揚げをまな板にのせ、めん棒、またはすりこ木を上下に数回転がし（こうすると袋状に開きやすくなる）、端を切って袋状にする。キャベツ・しいたけはみじん切りにする。
- ②ボールにひき肉、キャベツ調味用の材料を入れ、粘りが出るまでよく混ぜる。4等分にして団子状にまとめ油揚げに詰めて切り口を折りたたむ。
- ③鍋に並べ入れて煮汁の材料を入れ、中火にかける。煮立ったら弱火にし、20分ほど煮込む。
- ④器に盛り針生姜を添える。

【編集・発行】平戸市立病院広報委員会 【印刷】有限会社ケンホクプリント

■国民健康保険平戸市民病院

〒859-5393 長崎県平戸市草積町1125番地12 ☎0950-28-1113 Fax 0950-28-0800

URL:<http://www.hirado-municipal-hospital.com/>

■平戸市立生月病院

〒859-5704 長崎県平戸市生月町山田免2965番地 ☎0950-53-2155 Fax 0950-53-3009

URL:<http://www.ikitsuki-hospital.com/>