

竜んおとし子

t a t s u n o t o s h i g o



「世界文化遺産 平戸の聖地と集落（春日集落と安満岳）」

CONTENTS

目次

- 02 | 平成30年度 平戸市病院事業報告
- 04 | 持続可能な病院経営
- 05 | 毎日できる健康チェック
- 06 | 第14回 Summer Camp 2019 in Hirado
- 07 | 地域医療を学ぶ
- 08 | 市民病院スタッフの「耳よりなハナシ」
- 09 | 生月病院スタッフの「ちょっと聞いておくれ」
- 10 | 掲示板
- 11 | 栄養管理室だより「いったんきまーす」
- 12 | 外来診療カレンダー

平戸市民病院、生月病院は
救急医療機関です

平戸市民病院・生月病院は、365日、24時間、夜間又は休日において入院治療を必要とする重症患者に対して救急医療を提供する医療機関です。

2019

No. 62

2019.10.15

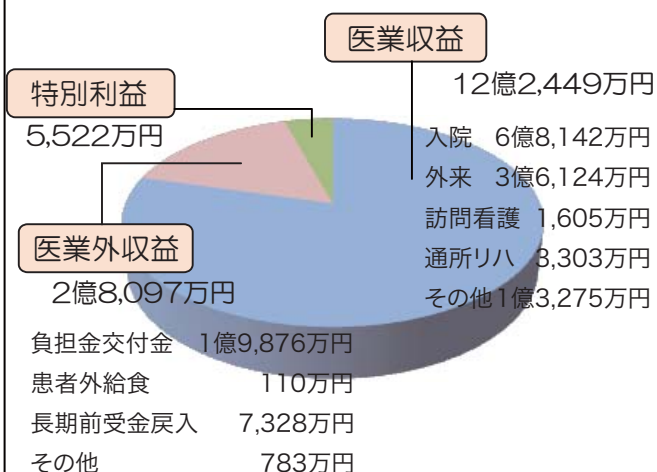
平成30年度 平戸市病院事業報告

平戸市民病院と生月病院は、平戸市病院事業として、地方公営企業法の全部適用を受けており、独立採算制による入院・外来など診療費を主な収入として経営しています。地域になくてはならない病院として、持続的に安定的な経営を行っていただけるよう職員一同、日々努力しております。

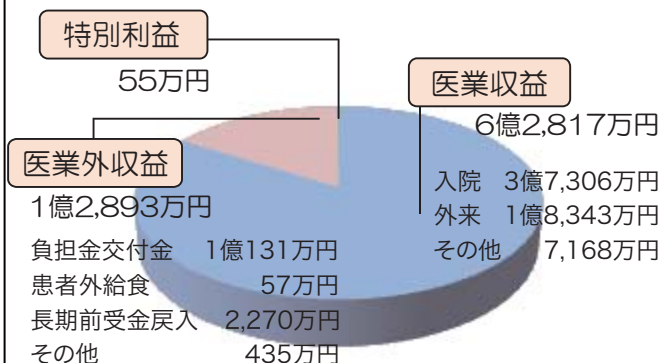
今回は、平成30年度の決算と事業概要がまとまりましたのでお知らせします。

収益的収入 23億1,833万円

平戸市民病院 15億6,068万円

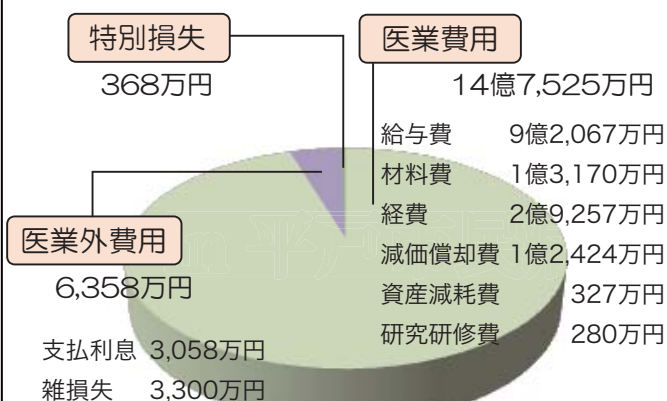


生月病院 7億5,765万円

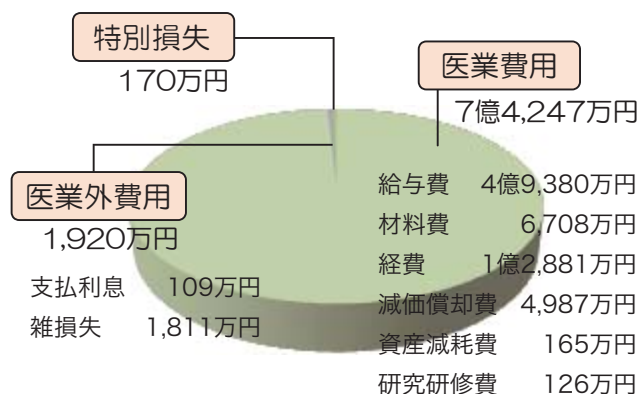


収益的支出 23億588万円

平戸市民病院 15億4,251万円



生月病院 7億6,337万円



◆平成30年度主要指標

	医業利益	経常利益	純利益	企業債残高
平戸市民病院	△2億5,076万円	△3,336万円	1,817万円	9億820万円
生月病院	△1億1,430万円	△456万円	△572万円	9,471万円

決算概要

平戸市病院事業の経営状況は、収益的収支において、収入総額23億1,833万円に対し、支出総額23億588万円と差引1,245万円の純利益となっています。

両病院は、ここ数年患者数が減少傾向にありますが平戸市民病院では1,817万円の純利益を、生月病院では医業収益の減少などにより572万円の純損失を計上しました。

両病院ともに、収入の多くを国の制度による繰入金に依存しているため、医業収支は、市民病院が△2億5,076万円、生月病院が△1億1,430万円となりました。人口の減少に比例して患者数も減る傾向にあり、予断を許さない状況です。

今後は、平成28年度に策定した「平戸市立病院新改革プラン」における具体的な取り組みを確実に実施していくことで、安定した経営を図っていく必要があります。

一方で、慢性的な医師不足は解消できずにおり、喫緊の課題として、関係機関と連携しながら取り組みを行っています。

地域の皆さんが安心して治療・療養できる環境づくりに努めてまいります。

◆患者動向

区 分		入院患者（人）		外来患者（人）		患者延数 （人）	病 床 数			病床利用率 （%）
		延数	1日平均	延数	1日平均		（床）	一般	療養	
市民病院	本年度	30,165	82.6	43,956	180.1	74,121	100	58	42	82.6
	前年度	31,617	86.6	47,176	193.3	78,793	100	58	42	86.6
	比 較	△1,452	△4.0	△3,220	△13.2	△4,672	0	0	0	△4.0
生月病院	本年度	16,748	45.9	27,171	111.4	43,919	60	60	—	76.5
	前年度	17,062	46.7	28,469	116.7	45,531	60	60	—	77.9
	比 較	△314	△0.8	△1,298	△5.3	△1,612	0	0	—	△1.4

◆正規職員数（単位：人）

区 分	事 務	医 師	薬 剤 師	栄 養 士	放 射 線 技 師	臨 床 検 査 技 師	理 学 療 法 士	作 業 療 法 士	言 語 聴 覚 士	臨 床 工 学 技 士	看 護 師	准 看 護 師	計
市民病院	4	6	2	2	3	4	6	2	0	1	58	0	88
生月病院	4	4	1	1	1	2	3	1	0	0	28	2	47

◆固定資産明細（単位：万円）

区 分		土地	建物	構築物	器械備品	車両	リース資産	合計
市民病院	今年度増加額	0	0	0	3,504	0	0	3,504
	今年度減少額	0	0	0	4,655	350	0	5,005
	年度末残高	18,717	202,509	102,885	107,398	2,203	0	433,714
生月病院	今年度増加額	0	0	0	4,745	0	0	4,745
	今年度減少額	0	0	0	2,863	0	0	2,863
	年度末残高	741	96,459	672	47,355	206	720	146,152

◆年度別純利益（損失）の推移

	H25 年度	H26 年度※	H27 年度	H28 年度	H29 年度	H30 年度
市民病院	2,513 万円	△5 億 6,388 万円	1 億 151 万円	6,788 万円	2,505 万円	1,817 万円
生月病院	1,419 万円	△2 億 5,084 万円	135 万円	1,369 万円	1,578 万円	△572 万円

※平成 26 年度は、公営企業会計の制度移行に伴い、特別損失を計上したため、大きな赤字となっています。

持続可能な病院経営

～平戸市立病院改革プラン点検評価委員会～

平戸市立病院では、平成29年3月に平戸市立病院新改革プラン（平成28年度から令和2年度までの計画）を策定しました。

国のガイドラインでは、その進捗状況に関して毎年点検、評価、公表が義務付けられています。

その点検・評価を行う8名の委員による平戸市立病院新改革プラン点検評価委員会は、去る7月26日、3回目の委員会を開催しました。

今回の委員会では、数値目標として見込んでいた平成30年度の医療機能や経営指標の数値実績に対して評価をいただきました。

市民病院では、常勤の整形外科医を確保できていないため手術件数・入院患者数及びリハビリ件数を減少させたこと、生月病院ではリハビリ対象患者の重点を外来から入院に移したことなど現状が説明されました。また、経営状況については、慢性的な医師不足の状況にありながらも、純利益1,245万円を確保することができたこと

とに評価・理解をいただきました。

平成30年度の取組み項目として、市民病院では、医師不足を解消するために総合診療医の専攻医1名の受入、薬剤師1名の採用を行いました。全体としての意見では、新改革プランでも掲げている、両病院の医師不足の現状に対する不安や診療科目の偏在に対する対応など、医師確保に関する意見が多く出されました。

点検評価委員会の実績に対する総括として、「厳しい医師不足の状況下で、スタッフ一丸となつてよくやられている」と一定の評価を得たところです。

また、本年度において、外部コンサルタントに委託し、両病院における現状を「外部環境・財務・組織・診療機能等」の多角的な視点から分析し、短期的な収益改善策と中長期的な経営方針を策定することを予定しており、今年度中に再度委員会を開催し、報告させていただきますことを確認しました。

主な点検指標

1. 医療機能等指標に係る数値目標

①市民病院

項 目	26年度 実 績	27年度 実 績	28年度 実 績	29年度 実 績	30年度			元年度 計 画	2年度 計 画
					計画	実績	比較		
救急患者数	3,752	3,471	3,253	3,461	3,500	2,450	△ 1,050	3,510	3,500
臨床研修医の受入件数	34	31	38	37	33	38	5	33	33
訪問診療・看護件数	1,982	1,981	1,498	1,944	2,020	2,101	81	2,060	2,100
リハビリ件数	24,946	30,657	29,536	27,255	32,000	27,079	△ 4,921	32,000	32,000
手術件数	82	184	191	64	200	70	△ 130	200	200

②生月病院

項 目	26年度 実 績	27年度 実 績	28年度 実 績	29年度 実 績	30年度			元年度 計 画	2年度 計 画
					計画	実績	比較		
救急患者数	1,748	1,720	1,700	1,642	1,716	1,643	△ 73	1,720	1,716
臨床研修医の受入件数	14	20	22	19	24	15	△ 9	24	24
訪問診療・看護件数	1,063	1,192	1,126	1,321	1,123	1,027	△ 96	1,145	1,166
リハビリ件数	7,591	7,417	5,949	5,230	7,560	4,651	△ 2,909	7,560	7,560

2. 経営指標に係る数値目標

(1) 収支改善

項 目		26年度 実 績	27年度 実 績	28年度 実 績	29年度 実 績	30年度			元年度 計 画	2年度 計 画
						計画	実績	比較		
市民	経常収支比率	96.1	101.1	99.8	99.2	100.8	97.8	△ 3.0	100.5	100.4
	医業収支比率	82.4	86.6	86.8	84.9	88.7	83.5	△ 5.2	89.8	87.7
生月	経常収支比率	100.8	100.5	101.8	102.0	102.4	99.4	△ 3.0	102.7	103.3
	医業収支比率	85.0	83.9	87.8	87.8	89.1	84.6	△ 4.5	90.1	89.4

「うつ病」の サインに、気付いて あげてください。



健康 毎日できる ★チェック

□ 眠れない、食欲がない、一日中気分が落ち込んでいる、何をしても楽しめないといったことが続いている場合、うつ病の可能性あります。うつ病は、精神的ストレスや身体的ストレスが重なることなど、様々な理由から脳の機能障害が起きている状態です。

家庭におけるうつ病のサイン

- 元気がない
- ぼんやりしている
- 食欲がない
- 以前からの趣味に興味を示さない



職場におけるうつ病のサイン

- 作業の能率が下がる
- ミスが増える
- 集中力が低下している
- イライラしている



うつ病は、自分で気づかないことがあります。

なるべく早い段階で、周囲がこれらのサインをキャッチし、うつ病に気づいてあげることが重要です

◇うつ病は“こころの症状”だけでなく“からだの症状”があらわれることもあります。

うつ病の「こころ」と「からだ」の症状

こころの症状

- 不安、あせり
- 遠くに行きたい、消えてしまいたい
- 自分を責める
- 興味・喜びの喪失
- 意欲の低下、億劫感
- 会話の内容が頭に入っていない



からだの症状

- 睡眠障害
- 食欲減退
- 疲労感、倦怠感
- 動悸、息苦しさ、口が渇く
- からだの重さや痛み



あなたの大切な人に、あてはまる症状があったら、医師や専門家からアドバイスをもらいながら、一緒に考えていくことが大切です。

第14回 Summer Camp 2019 in Hirado

平戸市民病院では、全国の医師や医学生、福祉学生など地域包括ケアを担う方々を対象にした夏合宿を毎年開催しています。講演会やワークショップなどを通して地域包括ケアの理解を深め、将来、平戸で仲間として働いてもらうことを目的としています。今年は、8月30日から3日間、長崎大学、長崎純心大学、久留米大学、長崎南山高等学校から26名の学生と、医療・福祉関係者30名が参加しました。講師は全国から18名をお招きし、スタッフ10名を加えた総計84名となりました。地域実習や国内外のプライマリ・ケアのお話など、地域包括ケアの醍醐味を味わっていただきました。



01 1日目(8月30日)

プログラム

オリエンテーション

地域医療実習

- ・柿添病院
- ・青洲会病院
- ・平戸市民病院
- ・平戸市立生月病院

シンポジウムⅠ

テーマ：地域でささえる
地域がささえる



「訪問診療を体験して」

患者さんと従事者の距離が近かったということも印象に残ったことの一つです。

患者さんとの距離感や雰囲気も、診療という固いものではなく適度に砕けており、患者さんがご自身の思いや心配を打ち明けやすい環境であるように感じました。また、何気ない接触や会話の中

でも医師の方が様々なところに目を光らせ異常を確認しようとしていたと後から聞き、知識や技術がやはり必要になってくるのだと思いました。この体験を活かし、これからも勉強に邁進しようと思います。

長崎大学医学部一年



02 2日目(8月31日)

プログラム

地域体験

シンポジウムⅡ

テーマ：日本と世界のへき地医療

ワールドカフェ

テーマ：地域と健康について話してみよう

地域医療講演会

講師：白石吉彦

(隠岐広域連合立隠岐島前病院 院長)

懇親会 (BBQ)



「講演会・シンポジウムを通して」

実際に過疎地域や海外で働かれている先生方が、どのような考えで、その時々

にどのような選択をしてこられたのかを知ることができたことは、非常に有意義な経験だったと思います。将来医師として働く中で、私たちは様々な選択をすることになります。勿論、自分自身の意

志で選ぶべきですが、先輩の方々がどのような材料が自分の経験だけではなくなる

のです。実際に経験を積まれた方のお話を聞けたことは将来必ず私の助けになってくれると確信しています。

長崎大学医学部一年



03 3日目(9月1日)

プログラム

ワークショップ

テーマ：地域で健康に長くくらすためには？

ショートレクチャー



根獅子集落機能再編協議会事務局長 川上茂次



研修会の一環に初めて地域住民連携型「地域生活体験学習in根獅子」を開講した。医療の目的は人の命と身体と人権を守る行為というが、まちづくりの原点も人が健康に育つ地域社会をつくり続けることだと思ふ。故に、今村MOA自然農法指導員に土と食と命の関りを、小生は過疎集落の持続性と住み繋ぐ健康な町づくり都市や海外との交流連携の実例を紹介した。短い時間だが医療介護福祉に奉仕する若者の真摯な姿勢に感動した。願わくば僻地医療の担い手として頑張っていたきたい。これからは医療現場と住民が連携し地域医療を推進する時代だと思ふ。更に関係機関と連携を密に図っていききたい。

「お世話になった皆さんへ」

大勢で押し掛けた私たちをあんなにも歓迎していただいて、本当にありがとうございました。皆さんの歓迎のおかげで改めて地域と地域医療の魅力について知ることができました。郷土料理体験と一緒に作らせていただいた押し寿司やお刺身、とても美味しかったです。あんなに大きい魚を捌く機会なんて中々ないので、凄く貴重な体験ができました。訪問診療への同行は、この表現が適切かは分かりませんが、本当に楽しい経験でした。まだまだ右も左も分からない私たち医学生が同行するのは、患者さんにとっても先生方にとっても正直ご負担だと思います。それでも温かく受け入れてくださったことにとっても感謝しています。皆さんのご指導、ご協力のおかげで、この3日間の合宿を楽しむ実りあるものとして終えることができました。今後もこの貴重な機会を学生や様々な人に与えていただけたらいいなと思います。本当にありがとうございました。

長崎大学医学部二年

地域医療を学ぶ 研修医の奮闘日記

平戸市民病院や生月病院には、毎月、数名の研修医が訪れており、実際に診療を行いながら、地域医療の実情を学んでいます。今回は、8月に生月病院で研修を受けた小林医師を紹介します。

なお、研修医のみな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に掲載しています。

地域医療研修を終えて

小林 拓哉

(神戸市立西神戸医療センター)

私は8月後半の2週間、平戸市立生月病院で地域医療研修をさせていただきました。

外来見学、往診、老人ホームの回診、東南アジア出身の方への健診の結果説明など、普段の研修では経験しないことをさせていただきました。最初は初めてのことに戸惑いましたが、2週目には少し余裕を持つて地域での医療をみられるようになりました。

一番驚いたことは、来院される患者さんの年齢層の高さです。地域では高齢者の方が多いという漠然としたイメージがありました。生月の高齢化率は私の予想を超えていました。ご高齢であるがゆえに様々な併

存疾患があり、また年齢

ました。

を考慮すると根治的な治療が困難である患者さんが多い印象を受けました。そのような中で、現状で行える最大限のレベルまで回復をサポートし、患者さんやご家族の希望に沿う医療を提供する姿勢は、普段の研修ではみられないものでした。私の研修病院では急性期の患者さんを見る機会が多く、慢性期の患者さんをじっくりと見ることは多くはないので、とても勉強になりました。

外来での患者さんと、医療スタッフの間の信頼関係も印象的でした。スタッフ側は患者さんの顔をみるだけで患者背景がすぐにわかり、患者さんも医者や看護師の方と話すことで安心して帰っていかれる姿をみて、そのような関係性は地域に根ざした病院ならではの光景なのかなと思います。

雨が多かったですが、仕事外でも長崎の美味しいものを食べたり、海沿いをドライブしたりと充実した研修となりました。これから高齢者の方を診察する機会が多くなると思いますが、ここ生月で学んだことを忘れない、研鑽を積んでいきたいと思っています。

2週間と短い期間でしたが、このような研修環境を与えていただき、また生月での研修をサポートしていただいた生月病院の先生方、スタッフの皆様、ありがとうございました。



杖の種類、 合わせ方について

普段の生活で杖を使用している方を目にしたたり、実際に杖を使用しているという方もいらっしゃると思います。

そこで今回は杖の種類や杖の選び方について紹介したいと思います。

① T字型杖

今、もつとも普及しているタイプの杖です。全体の形からT字型杖と呼ばれます。

② 松葉杖

通常は2本1組で使います。松葉型をした2本の支柱の上部より脇当てが、途中に握りがあります。

③ ロフトランドクラッチ

前腕固定型杖といい、杖の上部が握りの上まで伸びて、そこに前腕カフがついていて、腕を通して固定できます。

④ 多脚型杖

一本杖よりも一層の安定を求めてつくられたもの。握り手は一つですが、脚が4本（部に3本）

に分れています。平地での使用に向いています。

杖選びの基本は・・・

・握り

杖の中で一番大事なものは握りです。

握ったときに、親指と人差し指が第一関節あたりで重なるものが力を入れやすく握りやすい太さです。

・柄

柄はまっすぐなもので適当な重さがある方がつくときにも安定します。柄の長さの調整ができるものや、折りたためるタイプのものもあります。

・ゴム先

特に滑りにくいことが大切です。摩擦すると滑りやすくなるので滑り止めの溝がなくなったり片方が磨り減ったら早めに交換して下さい。

最近では、いろいろな杖先ゴムがありますよ。

杖の長さの決め方

次の2つのような方法があります。※どちらの方法でも構いません。

●正しく立った姿勢で、腕を下ろして、杖を垂直に立てて、手首の骨が出ているところで握りの位置・高さを調整するようにしましょう。

●脇の腰骨の一番出っ張ったところから、足元まで垂直におろした状態の長さの杖を選びましょう。歩いている時には、ひじが少し曲がる程度が良いですよ。

最後に、今ではカラフルでお

しゃれな杖もありますので、ご自分が気に入った杖を選んでみましょう。

今回は杖について紹介しました。

「転ばぬ先の杖」

杖などを利用することで、バランスがとりやすくなり、生活が楽になったり、散歩が楽しくなる方もおられました。

杖や歩行車などの使い方や必要性などのご相談があれば平戸市民病院リハビリテーション班まで気軽にご相談ください。



左から、T字型杖、松葉杖、ロフトランドクラッチ、多脚型杖（4点杖）

院外処方せんへの 検査値の表示について

ちょっと
聞いておくれ★
生月病院スタッフの

令和元年11月1日より開始いたします

生月病院では外来患者さんについては原則「院外処方せん」とし保険薬局でお薬を受け取っていただいています。この度、外来患者さんにより安全で安心な医療を提供することを目的に患者さんの検査値の一部を院外処方せんに表示させて頂くことに致しましたので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

処方せん見本

99997700-2 (この処方箋は、どの保険薬局でも有効です。)

処方箋番号: 15270036 保険番号: 39271036
 又は処方せん番号: 11111111 保険証番号: 123456789・9
 患者氏名: テスト 14D 性別: 女 生年月日: 昭和15年6月25日生 79歳1ヶ月
 住所: 〒111-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
 診療科目: 内科 処方せん発行日: 令和元年8月20日 処方せん有効期限: 4日間
 処方せん内容: 01 頓服 1錠 10分
 処方せん交付者: 平戸市立生月病院 医師: 山田 太郎
 処方せん交付場所: 平戸市立生月病院 処方せん交付者: SSI管理室

検査結果 (直近90日間の検査値です)

検査項目	検査結果	単位	検査日
AST-GOT	8 ~ 38	U/L	2019/08/19
ALT-GPT	4 ~ 44	U/L	2019/08/19
T-Bil	0.2 ~ 1.2	mg/dl	2019/08/19
CRP	0.6 ~ 14.4	mg/dl	2019/08/19
Cr	0.5 ~ 1.2	mg/dl	2019/08/19
BUN	13.7 ~ 14.7	mg/dl	2019/08/19
K	3.4 ~ 5.0	mEq/L	2019/08/19
Ca	8.7 ~ 11.0	mg/dl	2019/08/19
P	3.5 ~ 16.5	mg/dl	2019/08/19
WBC	0 ~ 0.3	mg/dl	2019/08/19
Hgb	12.2 ~ 17.2	g/dl	2019/08/19
PLT	14.8 ~ 35.9	万/μl	2019/08/19
PT-INR	1.0 ~ 2.0		2019/08/19
身長	155	cm	2019/08/19
体重	58	kg	2019/08/19

＜検査値表示内容＞

AST-GOT,ALT-GPT,T-Bil：肝機能検査

CPK：心臓・筋肉検査

Cr：腎機能検査

Na,K,Ca,Fe,Mg：電解質

CRP：炎症反応

WBC：白血球

Hgb：ヘモグロビン

PLT：血小板

PT-INR：血液凝固検査

身長・体重

どんなメリットがあるの？



お薬による副作用の早期発見や、お薬の量が患者さんに合っているか保険薬局の薬剤師さんが確認しやすくなります。

検査結果を薬局へ伝えたくない場合は？

院外処方せん中央の点線部分で切り離し、左側の「処方せん」のみを保険薬局へお渡しください。



お薬による治療を安全に行うために検査結果を保険薬局へお渡しされることをお勧めします。

平戸市立生月病院

実施 防火避難訓練の実施について



8 / 23
(WED)

市民病院では防火避難訓練を実施しました。この避難訓練は、年2回の実施が義務付けされており、夏と冬に実施しております。

訓練は、火災報知機の発報、院内放送を受け、毛布で作った担架を使い、患者役の職員の避難、その後初期消火の実施や消火器、消火栓を使った消火訓練などを行いました。

参加 平戸市総合防災訓練に参加



6 / 30
(SUN)

6月30日、生月漁港において、防災関係30機関・団体の参加のもと、平戸市総合防災訓練が行われました。

生月病院からも医師1名、看護師3名が参加し、多数の負傷者が発生したとの想定で応急処置訓練を実施しました。

実際に、今回の訓練に参加して、多職種間の連携を実際に感じることができ、また、いつ起こるかかわからない災害に対し、平時からの備えの重要性を改めて学ぶことができました。

開催 院内研究会の開催について



9 / 7
(SAT)

市民病院及び生月病院の両院は平戸市立病院「院内研究会」を平戸市ふれあいセンターで開催しました。

今回で23回目の開催となる院内研究会は、13題の研究報告がされ、討議や質疑を通して質の高い発表ができました。

また今回の発表内容は、10月4、5日に長崎市で開催された第59回全国国保地域医療学会においても報告されました。

実施 道路アダプトの実施について



7 / 30
(THU)

市民病院では道路環境の美化活動として今年度2回目の道路アダプトを実施しました。

当日は勤務終了後に、約50人の職員が作業服に着替え、慣れない手つきで汗だくになり、市民病院周辺の国道沿いの草刈り、空き缶拾いなど清掃活動に取り組みました。

今後も地域に貢献できる事業所として活動が続けてまいります。

快適な生活環境のお手伝い

 有限会社 **鶴丸設備**

営業種目

給排水設備工事	浄化槽設備工事
浄化槽維持管理	浄化槽清掃

どんな小さな事でもお気軽にご相談ください。

TEL.0950-23-3629 FAX.0950-23-3921

平戸市大久保町1732番地4

あなたの街の介護相談窓口

介護をご希望の方、ご相談など、お気軽にお問い合わせ下さい。

 居宅介護支援事業所 **あんじん**

☎(0950)23-8812

平戸市戸石川町 491-6 担当:山本

良質な「たんぱく質」 疲労回復「ビタミンB1」

いただきます
栄養管理室だより

豚肉と茄子の スタミナ丼



今回は疲労回復についてのお話です。エネルギー代謝を活性化させるビタミンB群をしっかり摂取しましょう。食事の活力源になるものは糖質であり丈夫な体をつくるためにはタンパク質がとても重要です。

体内で効率よく利用するためにはビタミンB1の多い豚肉とにんにく、ネギ、ニラ、タマネギなどの硫化アリルと結合すると脂溶性の物質に変化します。体内で吸収されやすくなるため長い時間エネルギーを蓄えておくことができ代謝が持続しやすくなります。

秋口になると、夏の疲れが出はじめ体力が低下します。スタミナ丼を食べて疲労回復に繋げましょう。

作り方

- ①豚肉に軽く塩こしょうをふり片栗粉をまぶしておく。
- ②茄子は斜め切りにし、水につけアク抜きをしておく。アク抜きをした後に水気をペーパーで拭き取る。
- ③フライパンにサラダ油を入れ、豚肉を焦げ目がつく程度に焼いて一度取り出しておく。
- ④次になすを表面に焦げ目がつく程度に焼いて、豚肉をフライパンに戻しタレを絡める。
- ⑤ご飯の上に豚肉と茄子を盛り付けトッピングに小ネギ、刻みのりを散らして完成。

【材料2人分：4個】

豚肉（焼き肉用またはロース、ももなど）	200g
塩・こしょう	少々
片栗粉	適量
茄子	1/2本
サラダ油	大さじ1

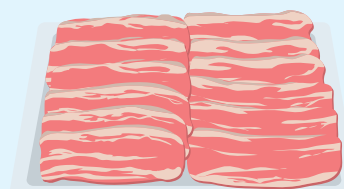
【タレ】

醤油	大さじ1
砂糖	大さじ1
酒	大さじ1
ショウガ（卸し）	1片
にんにく（卸し）	1片
豆板醤	小さじ1/2
甜麺醤	大さじ1/2
水	大さじ1
炒りゴマ	大さじ1

【トッピング】

ご飯	お好みで（小ネギ、刻みのり、紅しょうが等）
----	-----------------------

400g



平戸椎茸

— 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

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



外来診療カレンダー

■平戸市民病院

担当医師	診療科	月		火		水		木		金	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
池田 柊一	内 科	○※	△	○※	△	○※	△	○※	△		
押淵 徹	外 科	○		○							
堤 竜二	外 科					○		○		○	
飯野 俊之	内 科	○※	△	○※	△	○※		○※	△	○※	△
濱田 貴幸	外科/小児科	○		○		○		○		○	
岩田 知真	内 科	○※	△			○※	△	○※	△	○※	△
中桶 了太	内 科	○※	△	○※	△	○※	△			○※	△
九州大学 派遣医師	眼 科	10月：7・8日、28・29日 11月：11・12日、25・26日 12月：9・10日、23・24日 1月：6・7日、20・21日									

※予約患者優先。紹介状持参の方も事前に予約が必要。

◆午後の「△」は、いずれかの先生が輪番で診察します。

◆禁煙外来 毎（火）午後 要予約

◆「小児科」の診察は、以下の時間内となります。その他の時間は、「内科」で診察します。

午前 8:30～11:00 午後 14:00～16:30

要予約

(派遣医師)

担当医師	診療科	所 属	診 療 日
調 漸	神経内科	長崎大学病院	毎月2回（詳しい予定は、市民病院へお問い合わせください。）
井川 敬	内 科	長崎大学病院	毎週火曜日
山下 雅巳	内 科	生月病院	毎月第1水曜日 大腸ファイバー（午後）
徳永 毅	透 析	徳永泌尿器科医院	毎週土曜日
北川 直毅	脳神経外科	長崎労災病院	毎月第2・第4金曜日 午前中 ※予約患者優先
田中奈津美	整形外科	長崎労災病院	毎週火曜日 9:00～11:30 ※予約患者のみ
原 真一郎	整形外科	長崎労災病院	毎月第2、第4金曜日 午前中 ※予約患者のみ
山領 豪	呼吸器内科	長崎労災病院	毎月第2、第4木曜日 午前中 ※予約患者のみ

■生月病院

担当医師	診療科	月		火		水		木		金	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
山下 雅巳	内 科	○		○		○		○		○	
中村 宏	内科/外科	○		○		○	○	○		○	○
小村 哲永	内 科	○		○	○	○		○		○	
石塚由実子	内科/外科	○	○	○		○		○	○	○	

(派遣医師)

担当医師	診療科	所 属	診 療 日
山崎 隆	泌尿器科	青洲会病院	毎月最終水曜日
小林 誠			