

竜んおとし子

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



日本の水浴場88選 根獅子の浜

CONTENTS

目次

- 02 | 令和元年度平戸市病院事業決算報告
- 04 | Summer Camp 2020 in HIRADO
- 06 | 生月病院スタッフの「ちょっと聞いておくれ」
- 08 | 市民病院スタッフの「耳よりなハナシ」
- 09 | 市民病院を通過する運行ダイヤの変更
- 10 | 風物はくすり⑩
- 11 | 栄養管理室だより「いただきますーす」
- 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。

2020
No. 67
2020.10.15

令和元年度

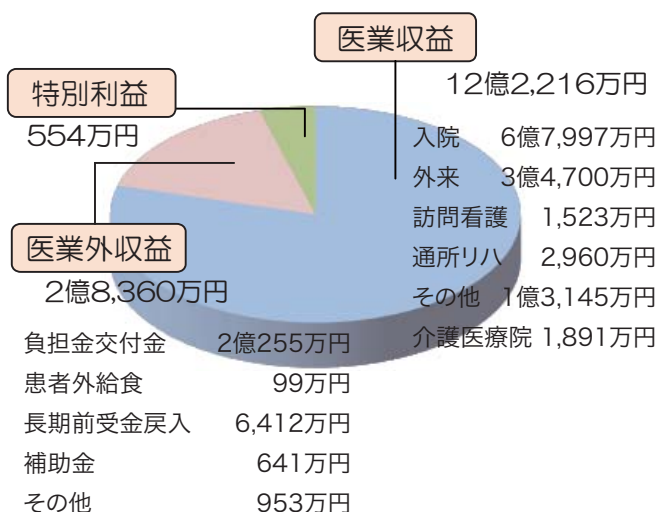
平戸市病院事業決算報告

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、原則、独立採算制をとっており、入院・外来など診療費を主な収入として経営しています。地域に不可欠な病院が持続的に、安定的な経営を行っていただけるよう職員一同、鋭意努力しているところです。

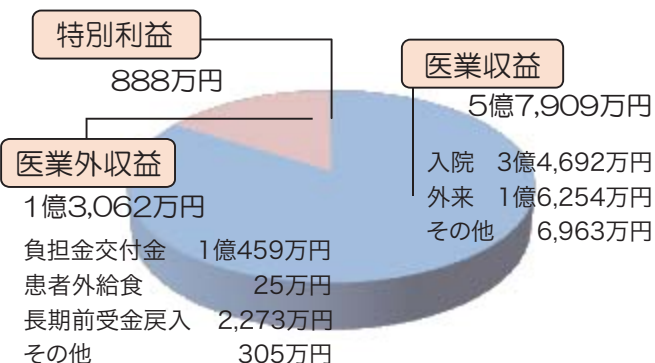
今回は、令和元年度の決算と事業概要がまとまりましたのでお知らせします。

収益的収入 22億2,989万円

平戸市民病院 15億1,130万円

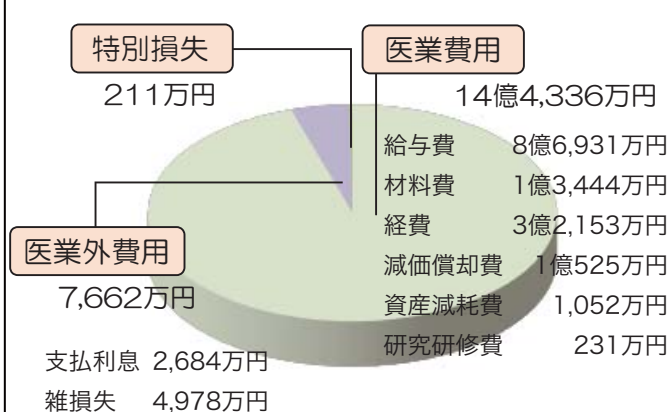


生月病院 7億1,859万円

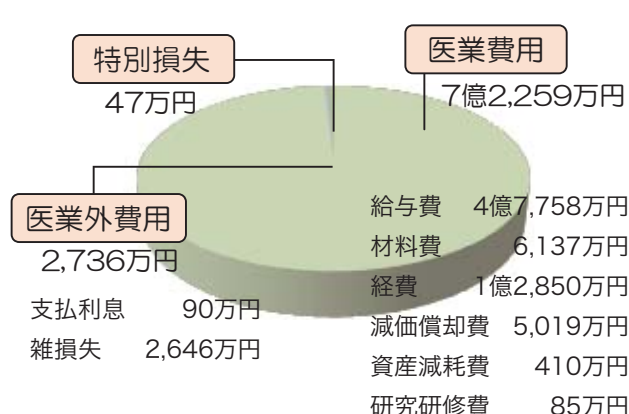


収益的支出 22億7,251万円

平戸市民病院 15億2,209万円



生月病院 7億5,042万円



◆令和元年度主要指標

	医業利益	経常利益	純利益	企業債残高
平戸市民病院	△2億2,120万円	△1,422万円	△1,079万円	8億1,744万円
生月病院	△1億4,350万円	△4,024万円	△3,183万円	1億1,120万円

決算概要

平戸市病院事業の経営状況は、収入的支出において収入総額22億2,989万円に対し、支出総額22億7,251万円と差引4,262万円の純損失となっています。

病院別で見ると、平戸市民病院は外来患者数が減少したことにより、1,079万円の純損失となりました。生月病院は、前年度より入院・外来患者数が減少し、入院単価も減少したことから、3,183万円の純損失となりました。

この他、国の公立病院の再編・統合に係る対応について、平戸市民病院では、介護療養病床から介護医療院へ13床を転換、さらに一般病床のうち10床を地域包括ケア病床へ転換しております。今年度以降、生月病院について病床転換等を検討してまいります。

また平成28年度に策定した「平戸市立病院新改革プラン」の実現に向けて、点検評価委員会を開催しました。委員会では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述べられました。今後も毎年、点検と評価を行い公表してまいります。

◆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	30,511	83.4	42,350	176.5	72,861	87	58	29	86.1
	前年度	30,165	82.6	43,956	180.1	74,121	100	58	42	82.6
	比 較	346	0.8	△1,606	△3.6	△1,260	△13	0	△13	3.5
生月病院	本年度	16,010	43.7	24,451	101.9	40,461	60	60	－	72.9
	前年度	16,748	45.9	27,171	111.4	43,919	60	60	－	76.5
	比 較	△738	△2.2	△2,720	△9.5	△3,458	0	0	－	△3.6

◆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	臨床 工 学 技 士	看 護 師	准 看 護 師	計
市民病院	4	6	2	2	3	2	6	2	1	58	0	86
生月病院	4	4	1	1	1	2	3	1	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	13,145	418	0	13,563
	今年度減少額	0	0	0	14,238	60	0	14,298
	年度末残高	18,717	202,509	102,885	106,305	2,561	0	432,979
生月病院	今年度増加額	0	0	0	11,207	114	0	11,321
	今年度減少額	0	0	0	7,143	3	0	7,146
	年度末残高	741	96,459	672	51,419	317	720	150,328

◆年度別純利益（損失）の推移

	H26 年度※	H27 年度	H28 年度	H29 年度	H30 年度	令和元年度
市民病院	△5 億 6,388 万円	1 億 151 万円	6,788 万円	2,505 万円	1,817 万円	△1,079 万円
生月病院	△2 億 5,084 万円	135 万円	1,369 万円	1,578 万円	△572 万円	△3,183 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。



報告

Report

Summer Camp 2020 in HIRADO

テーマ:「国境を越えた地域医療」を平戸で考える

8月29日(土)、平戸市民病院において夏合宿を開催いたしました。夏合宿は、長崎大学病院 へき地病院再生支援・教育機構と平戸市民病院・生月病院が主催で、全国から医療従事者、医学生、地域包括支援学科生などを集めて毎年行っています。

第15回目の本年は、今年4月に開設した長崎大学病院へき地病院再生支援・教育機構 国際医療人育成室のスタッフも加わり、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、長崎大学と共同によりオンラインで開催。日本国内はもとより、アメリカ、フィリピンなど世界各地から102人が参加しました。オンライン化したことで、遠い地から参加することができ、より多くの人に平戸の魅力を感じていただきました。参加者からは、「平戸を訪れたいという気持ちを強くした」「生き生きとお話しされる池田先生を見て、私もこんなふうになりたいと思いました」といった感想が寄せられました。

地域から新しいスタイルで情報発信し、各地に先生方の熱いマインドをお伝えできました。

オリエンテーション 10:00~11:00



平戸会場 (平戸市民病院 サン・ケア平戸)



長崎会場 (長崎大学 会議室)



3密を避けるため、スタッフも一同に集まらず2箇所から配信を行いました。

「平戸の紹介」

平戸オランダ商館員/平戸ボランティアガイド フロライク・レムコー さん

平戸の歴史から現状まで、美しい画像をまじえながら紹介しました。最後に、平戸は綺麗なところなので、13年経った今でも住んでいます。是非、皆さんも平戸に来て医療の勉強をしながら楽しんでほしいですとメッセージを送りました。



「平戸の地域医療レクチャー」

長崎大学病院 へき地病院再生支援・教育機構 中桶了太 准教授
国民健康保険 平戸市民病院 医師

在宅医療や外来診療を、動画を用いて説明を行いオンラインで平戸の在宅のライブ感をお伝えしました。



地域医療講演会 I 11:00~12:30

「島から未来の地域医療へ! 『島〜街〜afterコロナ』」

今立内科クリニック 今立俊輔 医師

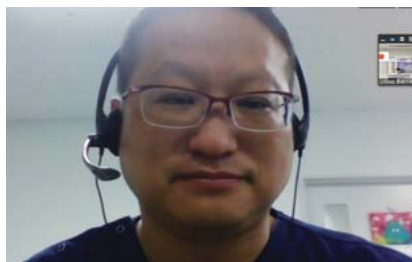
離島医療の経験がこのコロナ禍での診療に活かしています。『島に行く』というキャリアを選択した時から今日までの経験を振り返ると、『地域』と向き合う姿勢は『島』でも『街』でも変わりません。地域に住む人に当事者として協力してもらうことが大事。Afterコロナに向けて『島』の経験はますます活かされていくだろうと思います。

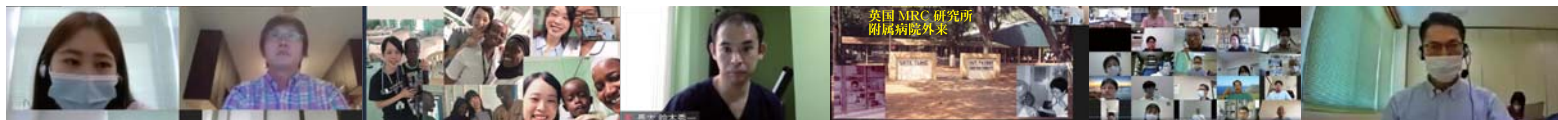


「島で産声を守るために」

隠岐広域連合立隠岐病院 加藤一朗 診療部長

島に産婦人科医がいなくなったことをきっかけに、内科医から産婦人科医に転向。現在産婦人科も出来る総合診療医として、この島が、この島の人が大好きだから、島で生まれる赤ちゃんから亡くなる老人を看取るまで幅広く関わっていきたいという思いでやっています。





ランチタイムセミナー 12:40~13:30

「コロナから地域医療を守る!」をテーマに、長崎県対馬病院、長崎県上五島病院、平戸市民病院で行われている新型コロナウイルス感染症対策の報告と、これからの見通しについて議論しました。



長崎県対馬病院 八坂貴宏 院長



長崎県上五島病院 増田真吾 医師



長崎大学病院 へき地病院再生支援・教育機構 中桶了太 准教授
国民健康保険 平戸市民病院 医師

地域医療講演会Ⅱ 13:40~15:10



「世界の医療格差はなくせるか? 地域医療に国境はない」

さくら診療所 吉田 修 所長 /TICO 代表理事

20 世紀まで、いわゆる途上国、特にアフリカとの医療格差は途方もなかったが、ミレニウム開発目標もかなり達成され、日本人が思っているよりも改善されています。世界のどこに行っても、命を守ろうと努力している人がいて、その思いは人類共通です。人種、宗教などの違いを乗り越え地球人としての共通点を重視し国境を気にせず協力し合える時代が来ています。



「熱帯医学・グローバルヘルスは、国境を越えた地域医療」

長崎大学病院 へき地病院再生支援・教育機構 国際医療人育成室 有吉紅也 室長
ジンバブエ大学で研修医として働いた経験から、医学研究の重要性に目覚めました。西アフリカでマラリアなどの患者を減らしてきた素晴らしい研究者たちに出会い、国境を越え、異なる専門家たちがつながりイノベーションを創出することの意義や、病気だけでなく地域社会を深く理解し、そこへ介入することの重要性を学びました。これらの手法は、日本の医療過疎の課題解決にも役立つに違いないと思っています。



「国際医療は国境を越えた地域医療」

長崎大学病院 へき地病院再生支援・教育機構 国際医療人育成室 池田恵理子 助手
国民健康保険 平戸市民病院 医師

一見両極端のように思える国際医療と地域医療ですが、共通点がたくさんあります。どちらも現地に暮らす人々の健康を維持するという点において私たちが成すべきことは、そう大きく変わりはありません。

池田先生インタビュー

Q1 医師になろうと思ったきっかけは

私は幼い頃に感じた、世界中で治る病気で亡くなっている子供たちに会いに行き助けたい、という思いから、国境なき医師団に出会い、医師という職業を選びました。

Q2 海外に行く前の赴任先として平戸市民病院を選んだ理由は

平戸市民病院は典型的な「地域の病院」であり、目の前の患者さんだけでなく、地域の特性を理解して地域全体を診療していくという姿勢が自然に身に付く環境であると感じます。もちろん疾患も多岐にわたり、専門の枠にとらわれない対応が常に求められます。私も海外での診療を経て、自分に足りない総合診療的能力と地域医療の勉強が必要だと痛感し、平戸市民病院を希望しました。

Q3 市民の皆さんへメッセージ

平戸での経験は海外でも十分に活かされますし、海外での経験も平戸で十分に役に立っています。私を通して海外を身近に感じてもらえたら嬉しいです。平戸が海外への窓口になることを市民の皆さんに誇りに思ってもらえるよう、活動していきたいです。

講演はYouTubeからご視聴いただけます。機構HP [へき地病院再生](#) [Q](#) [へアクセスください。](#)

生活行為で新しい 生活様式を考える

ちょっと
聞いておくれ★
生月病院スタッフの

私たちの日常は「様々な行動」＝「生活行為」から成り立っています。今回は生活行為をご紹介し、最近社会で進められている新型コロナウイルスを想定した、新しい生活様式について考えるきっかけになればと思います。

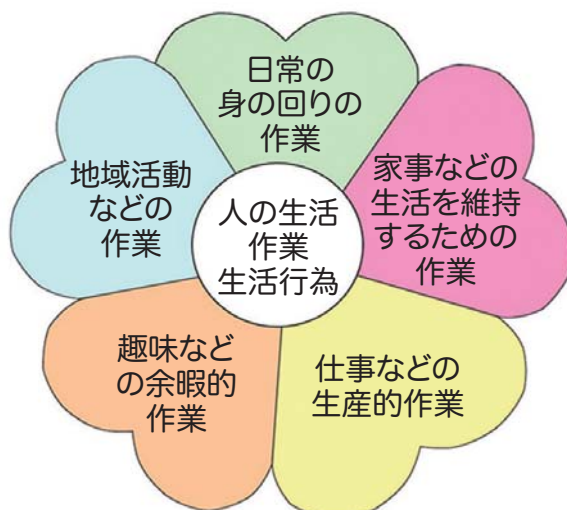
・生活行為とは

人が生きていく上で営まれる365日24時間連続する生活全般の行為を言い、日常の身の回りの生活行為、家事などの生活を維持するための生活行為、仕事や趣味・社会参加などの行為すべてが含まれます。

生活行為の種類

日常生活活動(ADL)	食事、入浴、更衣、歯磨き、整容、睡眠など
手段的日常生活活動(IADL)	掃除、料理、買い物、家や庭の手入れ、洗濯、自転車・自動車運転、公共交通機関利用、子供の世話、動物の世話など
生産的な生活行為	賃金を伴う仕事、畑など
余暇行為	趣味、読書、俳句、書道、絵を描く、パソコン、写真、観劇、演奏会、お茶、お花、歌、囲碁、散歩、スポーツ、競馬、手工芸、旅行など
社会参加	町内会、趣味クラブ、お参り、ボランティアなど

人の生活はその人にとって**意味のある生活行為の連続**から成り立っています。その結果から満足感や充実感を得て、健康であると実感しています。仕事一筋という方もいれば、趣味のために仕事を頑張る方もいます。その人の興味や環境によって意味のある生活は成り立っていきます。



人の営みは作業・生活行為の連続で成り立っていきます



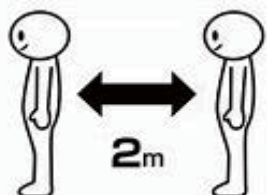
・生活行為の障害

病気や老化による心身機能の低下、生活習慣の乱れ、人間関係、価値観の違い、環境の変化などが原因によって生活行為が上手く出来なくなり、生活の満足感や充実感が低下、場合によっては介護が必要な状態に陥ってしまうこともあります。



最近、新型コロナウイルス感染拡大により、それぞれの生活行為が上手く行えないことが多々あると思います。生活行為の障害を起こさないようにする視点が必要です。

新しい生活様式



人との間隔は2m



マスクの着用



対面会話を避ける



通販の活用



帰省や旅行は
控えめに
オンラインの活用



遊びに行くなら
屋内より屋外



お持ち帰りや
デリバリーの活用



会議は
オンライン

3密（密集、密接、密室）を避けて、3良（よく動き、よく食べ、よい生活リズム）を心がけ、新しい生活様式を参考に自分や大事な人の生活行為について考えてみてはどうでしょうか。

リニューアルのお知らせ

MRI（磁気共鳴画像撮影）装置



当院では、平成19年にMRI（磁気共鳴画像撮影装置）を導入していましたが、導入から12年以上が経過しました。このたび、MRI装置の更新を実施するため、下記の期間まで検査を休止させていただきます。みなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

これまでのMRI装置は撮影検査の際に、大きな機械音（騒音）がしていましたが、静音機能により音が格段に小さくなりやさしい静かさになります。

画質においても、撮影時に起こる画像の歪みや位置ズレを大幅に軽減することができるようになります。

頭部、首、腰などの精密検査の撮影時間を大幅に削減する機能を搭載しています。

静

静音撮影技術により騒音を低減することが可能となります。

患者様の心理的負担を軽減するとともに、音による体動のリスクや検査中止のリスクの低減にも有効です。

美

画像の歪みや位置ズレを大幅に軽減することで、診断が難しかった「梗塞」や「腫瘍」などが見えやすくなります。

また、体内にある金属（ボルトなど）周辺の撮影画像の描出が可能となります。

早

通常、撮影検査の画像が鮮明になるにしたがって、撮影時間が増加しますが、データ収集時間を大幅に削減する機能が搭載されており、撮影時間の増加を抑えられます。

現在

MRI 撮影検査 休止中

撮影開始（予定）

2020年11月25日（水）～

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

CAR SHOP

Tanaka Motors

田中モータース

新車・中古車販売
車検 点検 钣金 保険

田中モータース

〒859-5152 長崎県平戸市鏡川町1146-1 TEL 0950-22-2674

10月1日から市民病院を通過する

西肥バス、平戸市ふれあいバス、生月バスの

運行ダイヤが変更になります。

※平日のみ掲載

西肥バス

【宮の浦 → 平戸高校前 → 平戸口駅】

平戸市民病院発

6:04 6:51 7:45 8:25 9:15 11:05 12:05 14:45 16:25 17:35 18:35

【平戸口駅 → 平戸高校前 → 宮の浦】

平戸市民病院発

7:24 8:04 10:24 11:44 12:44 15:54 16:54 17:44 18:24 19:34 20:24

平戸市ふれあいバス

【宮の浦 → 志々伎 → 紐差】

平戸市民病院発

8:04 9:09 14:39 16:19 19:22

【紐差 → 志々伎 → 宮の浦】

平戸市民病院発

7:38 11:53 12:53 17:53 18:33 19:38

【前津吉棧橋 → 敷佐 → 市民病院(月・水・金便)】

平戸市民病院着

8:28

【市民病院 → 敷佐 → 前津吉棧橋(月・水・金便)】

平戸市民病院発

11:20

【船木 → 津吉・早福 → 市民病院(火・木便)】

平戸市民病院着

8:36

【市民病院 → 津吉・早福 → 船木(火・木便)】

平戸市民病院発

11:20

【市民病院・紐差 ⇄ 木ヶ津・大川原】

平戸市民病院着

8:05

【市民病院・紐差 ⇄ 木ヶ津・大川原】

平戸市民病院発

11:30

デマンド運行 1便 13:30~14:30 2便 15:30~16:30 3便 17:00~18:00

【飯良・根獅子 → 市民病院・紐差】

平戸市民病院発

7:22 8:22 13:37 16:35

【市民病院・紐差 → 飯良・根獅子】

平戸市民病院発

10:34 12:49 15:52 17:44 18:54

平戸市民病院着

11:22

【深川入口 → 市民病院】

平戸市民病院着

8:38

【市民病院 → 深川入口】

平戸市民病院発

11:25

デマンド運行 1便 13:30~14:30 2便 15:30~16:30 3便 17:00~18:00

【神鳥 → 市民病院】

平戸市民病院着

7:25

【市民病院 → 宝亀浦】

平戸市民病院発

10:40

デマンド運行 1便 13:30~14:30 2便 15:30~16:30 3便 17:00~18:00

【デマンド運行とは】

事前に平戸市に利用登録した市民が発着場所を電話予約にて行うことにより運行する方式です。

予約先は「津吉地区まちづくり運営協議会」(南部地区) TEL: 27-0611

「有限会社 ケイライン」(中部地区) TEL: 22-3336

生月バス

(※学休日運休)

【加勢川入口(生月) → 平戸高校前】

平戸市民病院発

7:50 11:50 16:10 18:10

【平戸高校前 → 加勢川入口(生月)】

平戸市民病院発

8:04 12:04 16:29 18:24

【加勢川入口(生月) → 平戸高校前】

生月病院発

7:18 11:18 15:38 17:38

【平戸高校前 → 加勢川入口(生月)】

生月病院発

8:36 12:36 17:01 18:56

風物はくすり⑩



平戸市民病院薬剤班 近 藤 司

「月は満ちる為に有り、^{かげ}翳るが故に美しい」

高校3年生が書きなぐったメモには小生意気な台詞が記されていた。屈折した虚勢のようにも感じるが、当時はその月の^{かげ}翳りさえも愛おしく感じた。

中秋の名月は旧暦8月15日の月を呼んだもので、新暦では9月から10月にかけての季節にあたる。夏の終わりを告げる幾分寂し気な風の清澄さが、よりその光を凜と際立たせる。あの頃は、よく近所の橋の上から月を見上げた。川面に揺れる月影は金や銀を散りばめ、闇から闇へと伝うせせらぎと共に、消えては浮かびまた輝いては沈む。意識が遠くなりそうな繰り返される光と闇に^{ちんぷ}陳腐だが宇宙を思った。

この橋が架かる川沿いには、かつて「月見松」という見事な松が生えていたそうであるが、今はその面影を知る術はない。また、この一帯は銀細工職人らが集住したため、古くは「白銀町」と称され正徳年間（1711年-1716年）には既に「細工町」とも俗称された。この銀細工とその技法は平戸藩から遠く秋田藩へも伝わったとされており、その精巧な銀線細工の土台を今でも秋田では「平戸」と呼びならわしている。

この旧白銀町を含む平戸市職人町に鎮座する琴平神社は、かつて「月曙山」という山号で知られる寺院内にあり、境内には「金泉庵」、「銀泉庵」と呼ばれる湧水を湛えている。この水はその優れた水質から、平戸松浦家伝来の茶道鎮信流の「茶の水」として珍重され、現在も湧ることなく湧き続けている。この「琴平」は「金刀比羅」などとも書かれ元来、サンスクリット語の「Kumbhira」を語源とし、ガンジス川の^{わに}鰐を神格化したもので、日本では蛇、龍などの形で水や航海の守り神として信仰されている。

平戸市築地町鎮座の金刀比羅神社は、まさにこの龍を具現化し秋の訪れを告げる風物として完成させた。

「トントトスットンギャーン」

このけたたましい太鼓と銅鑼、爆竹の音は誰の耳にも、龍がもたらす白銀の閃光と雷鳴を思わせるに十分である。毎年10月25日、平戸市岩の上町鎮座の亀岡神社御神幸祭において、五穀豊穡などを祈念し築地町「龍踊り」が奉納される。龍がその血走った眼を輝かせ、火を吐きながら黄金に輝く満月を目指し、雷雲を具しつつ襲い掛かろうとする様はまさに圧巻である。この太鼓や銅鑼を奏でるのは子供たちであるが、その練習はひと月前から始まる。中秋の名月の中、北風に乗って囃子の音が平戸の町に響くと、秋の訪れを自然と伺い知ることができるのである。

この奉納踊りの頃には、亀岡の護国神社の銀杏（イチョウ）が黄金色に輝きを増し、さらに祭典へ彩を与える。銀杏はその種子である「ギンナン」の色から「銀」の字が充てられた。^と殊に、金と銀は艶やかに秋を織り成す。また、日本で初めてキリスト教を宣教した聖フランシスコ・ザビエルの平戸における逗留地は、一説に平戸市大久保町「遠見」にある大きな銀杏の傍の屋敷であったとされる。この偉大な聖人も銀を帯びたこの実を口にされたのであろうか。実際、聖人が平戸に滞在された季節は8月から10月下旬、まさに「ギンナン」は旬であったことだろう。

キリスト教宣教師の派遣国であったポルトガルは漢字で「葡萄牙」と充てられるが、この「葡萄」も秋には欠かせない実りの一つだ。紺碧深いその青は、瑠璃の如く魅惑的であり、その味は甘美以外の何ものでもない。この至高な味わいは葡萄表面が「ブルーム」という^{いん}燻銀のような蠟成分によって覆われていることで担保され、果実は乾かず露を弾いて瑞々しさに包まれている。果皮の渋みは月の^{かげ}翳りのよう。これが無ければ、どんな光も、甘さもそれとして感じる事など出来ない。銀を身に帯びたこの円い果実は、またひとつの月を見ているかのようで蠱惑的だ。

宣教師が持ち込み「珍陀」と日本名で呼ばれた「赤ワイン」はこの果実を原料として作られた。当時、教会のミサで奉げられ、また薬としても珍重された。現在も、赤ワインは『日本薬局方』に「ブドウ酒」として記載があり、医薬品としても用いられている。効能・効果として「食欲増進、強壮、興奮、下痢、不眠症、無塩食事療法に伴う食欲不振」が挙げられる。月の輝きを帯びた果実は、我々に恍惚とした陶酔と薬効の妙を与えてくれるのである。

月を身に帯びた集落がある。平戸市大志々伎町である。田地の周縁を集落が囲み、まるで月型の船のようであるため当地は「月の輪船」とも呼ばれている。

月は満ちる為に有る。月の船が満ちる時、それは黄金色の稲穂が一面に実る時。人々の^{かんなんしんく}艱難辛苦が報われ、慰めを得て笑顔が垣間見れるその時に他ならぬ、それは唯々美しい。



←「月の輪船」と呼ばれる大志々伎集落

<アクセス>



西肥バス「志々伎」にて下車、徒歩 20 分。

免疫力アップで 感染症を予防しよう



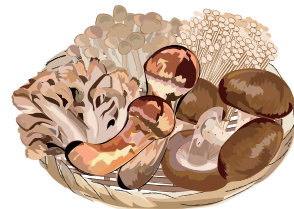
キノコ入り餃子



新型コロナやインフルエンザなどの感染症を予防するためには、身体の防御システムである免疫力を高めることが大切です。

免疫力を高める生活習慣のコツ

- ① 適度な運動をする
- ② 質の高い睡眠をとる
- ③ ストレスをためない
- ④ 栄養バランスのとれた食事をとる
- ⑤ ストレスをためずによく笑う



上記を心がけるとともに3密を避けマスク着用し、手洗い・消毒を行い、感染症を予防しましょう。

 * オキノコ入り餃子 *
 * 秋の味覚のひとつ、キノコには体の免疫力の働きを向上さ *
 * せるビタミンDをはじめ、疲労回復に役立つビタミンB1や *
 * オルニチンも含まれています。 *

作り方

- ①もやしをみじん切りにし、塩を混ぜ5分おき、しんなりしたら水気をしぼる。
- ②えのきたけとしいたけは、石づきを除きみじん切りにする。
- ③ボウルにひき肉とAを混ぜ、粘りが出るまで練り、①と②を加え混ぜる。
- ④餃子の皮に③を大さじ1ほどのせ、皮のフチに水をつけて包む。
- ⑤フライパンにサラダ油をひき、餃子を並べ中火にかける。焼き色がついたら水80mlを注ぎ、フタをして蒸し焼きにする。
- ⑥水気がなくなったらフタを取り、ゴマ油を回し入れ、カリッと焼き上げ、千切りキャベツを添えて出来上がり。

【材料2人分】

豚ひき肉	100g
もやし	100g
塩	小さじ1/4
えのきたけ	1/4パック
しいたけ	2枚
餃子の皮	16枚
サラダ油	大さじ1
ゴマ油	小さじ1
A	醤油 大さじ1
	酒 大さじ1
	しょうが(おろし) 大さじ1
	にんにく(しょうが) 小さじ1/2
(付け合せ)	
キャベツ	80g

【栄養価1人あたり】

熱量	356kcal
たんぱく質	18.0g
脂質	15.9g
炭水化物	31.5g
食塩相当量	1.6g

もやしを、キャベツや白菜、にらに変えてもいいですね。



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
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	○		○		○		○		○	
中桶 了太	内科	○※		○※		○※				○※	△
池田恵理子	内科	○			○	○		△		△	○
小笹宗一郎	内科			○			○	○	○		
池田 柊一	内科			○※	△	○※	△	○※	△		
九州大学 派遣医師	眼科	10月：5・6日、19・20日 11月：9・10日、16・17日 12月：7・8日、21・22日 1月：4・5日、18・19日									

要予約

※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

（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。）
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
池田 徹	呼吸器内科	長崎労災病院	毎月第1・第3金曜日 午前中
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	○		○		○		○		○	
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	整形外科		11月16日（月）～20日（金）午前中
			12月14日（月）～18日（金）午前中
			1月18日（月）～22日（金）午前中
池田 柊一	血液内科	平戸市民病院	毎月第2火曜日
松永 和雄	循環器科	伊万里有田共立病院	毎月第4金曜日
原 真一郎	整形外科	長崎労災病院	毎月第1金曜日（休日及び祝日の場合は、生月病院へお問い合わせください。）
前田 邦彦	眼科	まえた眼科	3カ月に1回（詳しい予定は、生月病院へお問い合わせください。）

【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
ホームページ <http://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
ホームページ <http://ikitsuki-hospital.com/>

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。