

春



やっと面会可能な春が来ました。
桜の下で。
ケアモートル芦花

topics

新任医師の紹介

お薬のお話 **始まります!**

理 念

地域に望まれる理想の医療を目指して

基本方針

1. 私たちは患者さんの立場にたち、安心して満足できる医療を提供します。
1. 私たちは患者さんに心から信頼される医療人を育成します。
1. 私たちは地域に密着した病院としての機能向上を図ります。

小粒でも大きな支え、続く安心

新任医師

ご紹介

4月から常勤1名、非常勤4名の
新任医師が診療に加わりました。
よろしく申し上げます。

内科・脳神経内科 常勤医師



きたむらじゅり
北村樹里 医師

趣味： 読書、
おいしいものを食べる
好きな食物： 納豆
苦手なもの： 怖い話
好きな言葉： 雲の上はいつも晴れ

脳神経内科の北村と申します。患者さま、ご家族のお気持ちに寄り添えるような診療を行っていきたいと思っております。よろしくお願いたします。

内科・脳神経内科 毎週金曜日



たけばやしよしこ
竹林佳子 医師

趣味： 旅行
好きな食物： 青魚
苦手なもの： 高いところ
好きな言葉： 何も咲かない寒い日は、
下へ下へと根を伸ばせ。

脳神経内科の竹林佳子と申します。一年ぶりに帰って来ました。地域の皆様のお役に立てるよう努めます。気になることがあればお気軽にご相談ください。よろしくお願いたします。

内科・消化器内科 毎週土曜日



みやもとさやか
宮本明香 医師

趣味： クラリネット演奏
好きな食物： チーズ
苦手なもの： たけのこ、なす
好きな言葉： 努力

広島大学病院 消化器内科の宮本と申します。1年ぶりに縁あって再び小島病院での診療に携わることになりました。

内科・消化器内科 毎週火曜日



なかむらかずき
中村一樹 医師

趣味： 筋トレ
好きな食物： お肉
苦手なもの： 野菜
好きな言葉： 継続は力なり

広島大学病院 消化器内科の中村一樹と申します。今年度、内視鏡・エコー検査を担当します。丁寧な検査を心がけたいと思います。よろしくお願いたします。

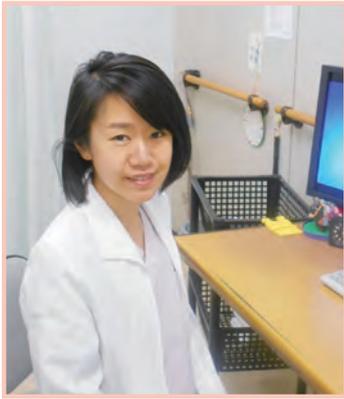
内科・糖尿病内科 毎週金曜日



すぎさきとしとも
杉崎俊友 医師

趣味： パズル
好きな食物： 肉全般
苦手なもの： グリーンピース
好きな言葉： 平和

糖尿病内科の杉崎俊友と申します。患者さまの権利と意思を尊重し、健康の向上のため、患者さまにとって最善の医療を目指します。どうぞよろしくお願申し上げます。



糖尿病内科の診療体制について

糖尿病内科 土井綾乃

2020年4月に小島病院に赴任し、4年目となりました。

今までは、週4回3名の医師による糖尿病専門外来を開設して
おりましたが、2023年4月より新たに木曜日午前中にも外来枠
を設け**月曜日から金曜日まで毎日診療が行え**

る体制となりました。通院される患者さん、地域の先生にはより一層小島病院を
身近に感じていただけるのではないかと思います。

引き続き外来での注射製剤開始や、入院での血糖マネジメントなど、
糖尿病のある方一人ひとりに合わせた治療支援を行ってまいります。

また、これまではコロナ禍の影響で糖尿病教室などが開催できてお
りませんでした。今後は教室の開催ができたかと考えております。

なお、糖尿病に関する情報を得る手段として、糖尿病協会が発行し
ている情報誌「さかえ」を受付本棚に設置しておりますので、お気軽
に手に取っていただけますと幸いです。

今後ともどうぞよろしく願いいたします。



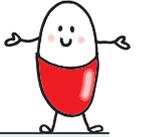
マスク着用**継続**のお願い

厚生労働省より、2023年3月13日からマスク着用は個人
の判断に委ねるとの方針が示されましたが、併せて医療機関
を受診する際は、マスクを着用することが推奨されました。

当院では、高齢者や重症化リスクの高い患者さんへの感染
を防ぐため、3月13日以降もご来院のみなさまに院内でのマ
スク着用を継続するようお願いしております。

院内感染を防ぎ、皆さまが安心して当院をご利用いただく
ため、ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。





薬は健康管理に欠かせない身近なものになっています。だからこそ上手に付き合っていきたいものです。今回はそのために必要となる薬の飲み方についてお話をしたいと思います。薬の正しい飲み方とは、「正しいタイミング」で「正しい方法」「正しい量」を「正しい期間」飲むことです。

① 正しいタイミング

薬をもらうと、薬の袋に、食後・食前・食間など薬を飲むタイミングが書かれていると思います。これは薬の特徴に合わせ、効果的で安全に使用するために決められています。では、これらは具体的にどのようなタイミングでしょうか？

● 食後(食後30分以内)

食後に飲むと胃への刺激が少なくなります。そして食事のたびに飲むと決めておくと、飲み忘れが比較的少ないこともメリットです。薬を飲むタイミングとして一番多いです。

● 食前(食事の約30分前)

● 食間(食事と食事の間の空腹時で、目安は食後の約2時間後)

空腹時に飲む方が、吸収されやすい薬は食前や食間に飲みます。漢方薬は、空腹時に飲むと成分が吸収されやすいので、食前か食間に飲むとされていることが多いようです。そのほかにも、食欲を出す薬、吐き気止めは食前に飲むのが効果的です。

● 就寝前(寝る約30分前)

寝る前に飲む薬には、便秘や睡眠に関する薬があります。

● 頓服(症状があるとき)

痛み止めや解熱剤のように、症状があるときだけに飲む薬です。1日に飲める回数や、次に飲むまでの間隔が決められている薬もあるので注意してください。

② 正しい方法

錠剤やカプセル剤、粉薬などは
コップ1杯の水か、ぬるま湯で飲みましょう。



水なしで飲むと薬がのどや食道に引っかかり、食道炎や潰瘍を起こすこともあります。特にカプセルはくっつきやすいので注意が必要です。水の量が少ない

と薬が水に溶けきれず、薬の吸収がされにくくなったり遅くなったりして、効き目が悪くなることもあります。水以外で飲むと、薬と飲みものに含まれる成分との相互作用で、薬の効果が変わることや、副作用を起こす場合もあります。

お茶	薬にあまり影響ないといわれています。ただし、基本的には、水かぬるま湯で飲むようにしましょう。
牛乳	牛乳に含まれるカルシウムのため、吸収が遅くなり効果が弱まる薬があります。
ジュース	ジュースに含まれる酸のため、薬の吸収が遅くなり効果が弱まることがあります。またグレープフルーツジュースでは、高血圧の薬(カルシウム拮抗薬という種類)などの効果を強くしすぎることが知られています。
アルコール	薬の吸収や効き目に影響し、副作用が起こる恐れもあります。

③ 正しい量

自己判断で飲む量を増やしたり減らしたりするのは避けましょう。どんなに効果的な薬でも、医師や薬剤師の指導や決められた用法用量どおりに飲まないで自己判断で飲むと効果が適切に発揮されなかったり、逆に強い作用が出てしまうことがあります。

④ 正しい期間

治ってきたから大丈夫と自己判断で飲むのを中止するのはやめましょう。指示があった期間は服用を続けるのが基本です。特に高血圧や糖尿病、脂質代謝異常などの薬は根本的に病気を治しているわけではなく、薬を飲むことによって病気をコントロールできているので、薬の服用を止めるとまた悪化してしまいます。また、感染症ではたとえ症状がよくなっても、体内には原因となった細菌が残っている可能性があります。抗生物質の服用をやめてしまうと、再び細菌が増殖し、症状がぶり返してしまう恐れがあります。

皆様はどのように日々の健康に気をつけていらっしゃいますか。近年、平均寿命よりも、元気で健康に過ごすことができる年齢「健康寿命」が注目されています。年齢を重ねても若々しく過ごしたい！そのためにも病気になる前に疾患リスクを発見して予防することが大切です。健康寿命延伸のため、病気になる前の早期発見・早期治療に結び付ける強い味方が人間ドックです！！

当院の人間ドックは2種類あります

●日帰りコース

(火・木・金・土) 36,300円(税込)

●1泊2日コース

(月～火・水～木・金～土) 60,500円(税込)

- 身体を全体的にチェックしたい方には人間ドックをおすすめします。
- がんや心臓の疾患など特定の病気をチェックしたい方に、より専門的なオプションもご用意しております。
- このほか、特定健康診査・後期高齢者健診・市がん検診も行っております。

ご相談・ご予約は電話または病院受付にてお受けいたします。お気軽にお問合せください。

当院では、内科・泌尿器科・眼科各分野の専門医が在籍しており、検診後の精密検査にも対応しております。

オンライン資格確認について (マイナンバーカードを使った保険証確認システム)

当院では12月よりオンライン資格確認ができる機械を設置しております。当初、利用者は一週間に2、3名でしたが日に日に利用者が増えています。オンライン資格確認のメリットは様々ですが、今回は一部をご紹介します。

当院設置のオンライン資格確認機械



マイナンバーカード



マイナンバーカードのデータはいつも最新！

国民健康保険の方や75歳以上の方は毎年保険証が変わり、どれが最新のものかと管理に悩まされていませんか？せっかく持ってきた保険証が、有効期限が切れているなんてことも。『マイナンバーカード』ではそのようなことはなく、いつも最新の保険証になります。また、本年5月(予定)以降、窓口での負担金が利用しない場合と比較して最大10円お安くなりますので、是非ご利用ください。





第6回 法人研究発表会を行いました

表彰式日時:2023年3月30日(木)

教育委員会 足立千恵

今年こそはと会場開催を予定しておりましたが、コロナウイルスの影響は根強く、残念ながら、今年も動画開催となりました。これまでの講評会や各先輩達の適切なアドバイスにより、年々レベルが上がってきている印象です。



優秀発表者を表彰しました

最優秀賞	返書作成から考える医師事務作業補助者(MA)の役割～地域医療を支えるために～	診療支援室
優秀賞	福山市内DPC病院と当院のMDC分類比較から見てきたこと	診療情報管理室
優秀賞	在宅管理が難しそうなALS患者の在宅移行支援を経験して	地域連携室
	心電図モニターに対するスタッフへの意識改革	第一病棟
	面会制限における家族ケア～患者・家族の繋がりを深める取り組みを行って～	第二病棟
	新型コロナウイルス感染症トリアージを振り返って	外来
	CPRチーム発足からの活動報告～職員の急変時対応能力向上にむけた取り組み～	CPRチーム
	リズム音楽を「聞き流す」ことが通所リハビリ中のパーキンソン病患者の歩行に及ぼす影響	リハビリテーション科
	進行期パーキンソン病患者の反応性低下に対するシチコリンの効果	薬剤科
	推定一日塩分摂取量算出の基礎的検討	検査科
	重症度、医療・看護必要度ⅠからⅡへの移行検討	事務部
	認知症があってもその人らしく生きる“手助け” ～認知症介護実践者研修に参加して、通い事業所で取り組んだ1事例～	小規模多機能ホーム芦花
	当院における日本紅斑熱についての検討	診療部

ケアモール芦花にて10周年記念祭を行いました

日時:2023年3月29日(水)

ケアモール芦花が開設から10周年を迎え、3月29日(水)記念祭を行いました。

同施設は2013年3月、15室のサービス付き高齢者向け住宅と小規模多機能ホーム、居宅介護支援事業所の併設施設として立ち上げ。開設当初から順調に満室状態が続いたことから3年後には増築し、ヘルパーステーションも加え、さらに質の高い介護サービスが提供できる施設を目指して取り組んでまいりました。

記念祭には、利用者や役職員ら約40人が出席。開会に当たり、小島敬太郎理事長が「10周年を迎えられたのも、ひとえに利用者さまやご家族さまを初め地域の方々、関係者のみなさまのおかげです」と挨拶しました。

アトラクションで、職員が傘廻しやバルーンアートなどの大道芸を披露し、その見事な技に会場は大盛り上がり。続いてこの10年を記録した思い出ビデオを鑑賞し、それぞれが想いを馳せ、楽しいひと時を過ごしました。また利用者だけでなく職員も、特に開設年から在籍する12人は、互いを労い10周年の喜びを分かち合っていました。最後に、利用者を代表して100歳女性が「これまでで一番嬉しいです」と感謝を述べました。

ケアモール芦花では、この10周年を節目に、より一層地域から親しまれる施設を目指して取り組んでまいります。今後もご支援賜りますようお願い申し上げます。



10周年の挨拶をする小島敬太郎理事長



2023 | 6月のメニューから

栄養科だより



マリネした魚に夏野菜を添え初夏のさわやかな気候をイメージしたメニューです。彩り豊かな野菜からも、草花や山の緑が鮮やかな季節を感じていただければと思います。

(6月28日の昼食)

今月のイッピン

トマトの
しそポン酢
かけ



トマトにかけるポン酢にひと工夫！刻んだ青じそとごま油をプラスする事で酸味が和らぎ、減塩にもつながる一品です。

(6月27日の夕食)



食中毒予防に
役立つ
手洗いのすすめ

気温や湿度が高くなるこれからの季節(梅雨ごろから夏場)は、細菌が原因の食中毒が増加してきます。食中毒の原因菌が食べ物に付着し、それを食べることによって発生する食中毒には、『手洗い』による予防が大切です。

洗い方のポイント

手洗いの時は石鹸を使用し、

- ①手のひらや甲
- ②指先
- ③爪や指の間
- ④手首



の順に洗い、十分に水で流し清潔なタオル等で水気をふき取りましょう。



食べる前はもちろん、調理の際にも『手洗い』を行うよう心がけましょう。

編集 後記

例年より早く桜が満開を迎え、今年の新入生さんたちはマスクを外し笑い合うことができる1年になりそうですね。病院や介護施設では引き続きマスクが手放せない状況ですがお互いに顔が分かる環境が早く来ることを願っています。

ばたこ

●診察時間

	午前	午後
診療時間	9:00 ~ 12:00	16:30 ~ 18:00 <small>(眼科のみ)</small> ●火曜日～金曜日 15:00 ~ 18:00 ●土曜日 13:00 ~ 15:00
受付時間	8:15 ~ 11:30	～ 17:30 <small>(眼科のみ)</small> ●火曜日～金曜日 ～ 17:30 ●土曜日 13:00 ~ 15:00

※予約の方は予約時間に従い、受付をお願いします。
※泌尿器科は手術の都合で外来診療受付時間に変更になることがあります。

●診療科目

内科・脳神経内科・循環器内科・消化器内科・呼吸器内科・糖尿病内科
泌尿器科・眼科・リハビリテーション科

●外来診療担当表

2023年5月1日現在

科目	曜日	月		火		水		木		金		土	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	1診	理事長	北村	北村	北村	土井(糖)	北村	土井(糖)	船石(呼)	竹林	竹林	理事長	宮本明(消)
	2診	土井(糖)		原	原	西原(循)	西原(循)※2 院長	原	松原(消)	杉崎※1(糖)	松原(消)	原	原
	3診	院長	院長	伊藤※1(糖)		院長	船石※3(呼)	船石(呼)		院長		吉田/院長/北村	※4
	別診							北村					
内視鏡診察室(予約)		原		中村				松原		松原		宮本明	
泌尿器科	1診	大口	大口	大口		大口		大口		山中	山中	大口	
	2診	宮本		宮本		宮本	宮本	後藤	後藤	宮本		宮本	
眼科				瀧川	瀧川	瀧川	瀧川	瀧川	瀧川	瀧川	瀧川	瀧川	瀧川

※1 9:00～15:00までの診療となります。 ※2 15:00～17:30までの診療となります。
※3 第1・3土曜日は、吉田医師 第2・5土曜日は、院長 第4土曜日は、北村医師

予約制による内視鏡他の検査外来/月・火・木・金・土

●外来担当医

脳神経内科	小島 敬太郎 (理事長)	消化器内科	原 陸展 (診療部長)	糖尿病内科	土井 綾乃	泌尿器科	大口 泰助 (副院長)
	北村 樹里		松原 由佳		杉崎 俊友		宮本 克利
	竹林 佳子		宮本 明香		伊藤 駿		後藤 景介
循環器内科	小島 廉平 (院長)	呼吸器内科	中村 一樹			眼科	山中 亮憲
	吉田 賢司		船石 邦彦				
	西原 大裕						瀧川 泰 (部長)

学会などへ出席のため、休診または担当医が変更になることがあります。診療予約変更は午後から電話等でご連絡ください。

- 日曜日・祝日 (全科)
- 火・土曜日午後 (泌尿器科)
- 月曜日 (眼科)

●休診日 月～土/13:00～15:00

●面会時間 ※2023年5月8日より面会可能となります。
1グループ10分とさせていただきます。
ご希望の方は都度、受付にお声掛けください。



〒720-1142 広島県福山市駅家町上山守203

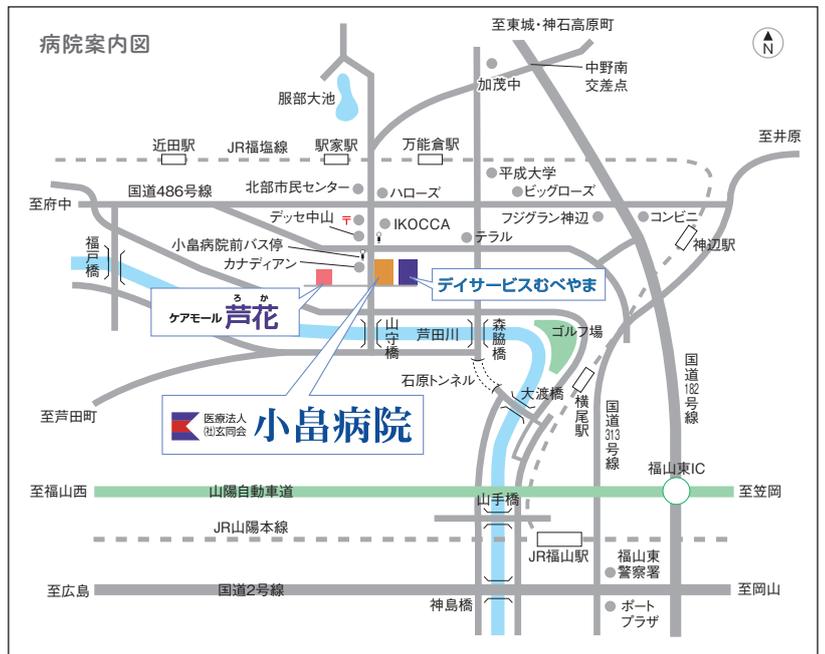
TEL (084) 976-1351(代)

FAX (084) 976-6309

https://kobatake.or.jp



公式ホームページ



内科
神経系の病気(脳神経内科)、循環器系の病気、消化器系の病気を中心に、糖尿病内科、呼吸器内科は専門外来を行っています。

泌尿器科
尿路性器悪性腫瘍、尿失禁や排尿障害、尿路結石

眼科
白内障、緑内障、眼底疾患、コンタクトレンズ

リハビリテーション科
脳血管障害、神経及び筋疾患、骨関節疾患などのリハビリテーション

その他、人間ドック・健診
毎年の誕生日健診をおすすめします
■ 日帰りコース (火・木・金・土)
■ 1泊2日コース (月・火) または (水・木) または (金・土)
など気軽にご相談ください
担当医については電話または受付でお尋ねください。