

2020年7月発行

発行者/広島共立病院

きょうりつ だより



きらり
★共立びと

地域看護支援室

久保田 浩子・竹岡 麻衣子・郷堀 妙子

ご近所ドクター訪問

気になる医療用語

診療案内(2020年7月版)

VOL.

34

きらり共立びと

広島共立病院では、様々な医療スタッフが専門とする分野で活躍しています。「病院を訪れる方々へ少しでもお役に立てるように。」そんな思いで仕事に励む『共立びと』を各号でご紹介していきます。

No.02 今回の共立びと

地域看護支援室 看護師長 認知症看護認定看護師 くぼた ひろこ 久保田 浩子

「地域看護支援室」とはどういった部署ですか？

今年の4月から新しく出来た職場で「保健・看護・介護」の連携を図るため、認定看護師や保健師、看護師が活動しています。また院内にとどまらず、ふれあいセンター協同の「にじいろ保健室」で健康相談などを開催し、地域にも活動の幅を広げています。

久保田さんの仕事について教えてください

「最近なんかもの忘れが増えてきたんだけど・・・自分は(家族は)大丈夫だろうか」と心配されている方も増えてきました。そんな不安を少しでも解消できるよう、電話や直接お会いして相談にのっています。また「認知症にはなりたくない!」と誰もが思うもの。認知症予防についての学習会などに声をかけてもらうことも多くなってきました。

「新しい生活様式へ」

今の時期だからこそ

認知症予防 ワンポイントアドバイス

久保田
師長から

- ① 一日30分程度、身体を動かす運動や体操をしましょう …… 例えば3密にならない場所での散歩など
- ② 好きなことや楽しいことを日課にしましょう …… 例えば、絵を描く、マスクを作るなど
- ③ ご家族や友人との会話を楽しみましょう …… ソーシャルディスタンスをとったり、電話など

3密はダメでも、人と人との心のつながり(密)は保ち続けたいですね♪

地域看護支援室 副主任 皮膚・排泄ケア認定看護師 たけた まいこ 竹田 麻衣子

竹田さんはどういった仕事をしているのですか？

じよくそ 褥瘡・ストーマ(人工肛門)・排泄に関わるケアやアドバイスを行っています。当院の患者さんだけでなく、地域で悩みを抱えていらっしゃる方からの相談もいただきます。

ストーマの相談ではどのようなことをしていますか？

ストーマを造設することは患者さんにとって大きな転機になります。新しい生活習慣に少しでも早く慣れていただき、自分らしく生活できるように、医療的なケアだけでなく、精神的なケアを提供していきたいと思っています。ストーマを保有されている方だけでなく、ケアをされるご家族や施設の方もどうぞご相談ください。



地域看護支援室 看護師 ごうほり たえこ 郷堀 妙子

郷堀さんはどういった仕事をしているのですか？

通所リハビリテーションでは体調チェック、生活アドバイスを行っています。訪問診療にも同行し、診療の補助、病気があるながらも安心して生活が送れるよう、他部門との連絡、連携をとっています。

アロマケアとはどういったことをするのですか？

新しい試みで、痛みや緊張の緩和、精神的な安息を目的としてハンドマッサージなどを行います。患者さんと直接ふれあい、会話を交わすことによって、よりリラックスできる時間を作りたいと考えています。



ご近所ドクター訪問

広島共立病院が連携している地域のドクターをご紹介します。

日高内科医院

ひだか さとし

院長 日高 聡 先生



日高内科医院

〒731-0154

広島市安佐南区上安2-32-21

TEL:082-872-3232

- 診療科 消化器内科、内科
- 診療時間 午前／9:00～13:00、
午後／15:00～18:00
※木曜・土曜午後は休診



医院の特徴を教えてください。

当院は1981年に父親が開院し、以来40年近く地域の医療に貢献してきました。2016年からは現院長の私に加わって医師2人体制となり、設備もリニューアルして胃カメラや大腸カメラ検査もできるようになりました。私は内科学会、消化器病学会、消化器内視鏡学会、肝臓学会認定専門医であり、消化器疾患を中心に内科全般を診療しています。また、特定健診、胃がん検診(胃カメラ)、大腸がん検診、肺がん検診を当院で受けていただけます。

患者さんの対応で気をつけていることは？

患者さんは心身ともに不安をお持ちですから、その方の立場に立って考えることが第一です。今は新型コロナウイルスの影響で受診を敬遠される方もいらっしゃるかもしれませんが、当院を「医療の窓口」として、どんな症状であっても遠慮せずに相談していただきたいと思います。また胃カメラは鎮静剤を使ったり、経鼻内視鏡で検査するなど、できるだけ楽に受けていただけるように気を配っています。

広島共立病院との連携について教えてください。

当院から一番近い総合病院であり、CTをはじめ精密検査が必要な患者さんや入院加療が必要な患者さんを受け入れていただいています。逆に広島共立病院を退院される患者さんの地域でのフォローを当院が担うなど、スムーズな相互連携をはかっていますので、安心して頼っていただきたいと思います。

気になる医療用語

TOPIC 01 「フレイル」って知っていますか？

人は誰でも歳をとります。歳をとるにつれて心身の機能も弱まってきます。健康で自立した状態と、日常生活で支援が必要な介護状態の中間の状態が「フレイル」です。高齢者の多くは、フレイルを経て要介護状態に進みます。そのためフレイルを見逃し放っておくと、要介護状態へ進むスピードが加速していきます。フレイルは、栄養や運動など適切に介入することで再び健康な状態に戻る可能性もあります。フレイルの徴候に早く気づき、予防に努めましょう。またフレイルは認知症の危険因子です。認知症予防に関心のある皆さん、ぜひ右記の質問をチェックしてみてください。



1. 現在の健康状態はどうか？ 良い 悪い
2. 毎日の生活に満足していますか？ はい いいえ
3. 1日三食きちんと食べていますか？ はい いいえ
4. 固い物が食べにくくなりましたか？ はい いいえ
5. お茶や汁物でむせることがありますか？ はい いいえ
6. 半年で3kg以上の体重減少がありましたか？ はい いいえ
7. 歩く速度が遅くなってきたと思いますか？ はい いいえ
8. 周りの人からもの忘れを指摘されることがありますか？ はい いいえ
9. 週に1回以上は外出していますか？ はい いいえ
10. 体調が悪いとき、身近に相談できる人はいますか？ はい いいえ

最近の研究では、社会とのつながりを失うことがフレイルの最初の入り口と言われています。普段から色々な活動に参加するよう習慣づけをするといいですね。気になる項目があった方は、できることから取り組みましょう。



スマホで簡単なストレッチ体操などご覧になれます！

▼YouTube



診療案内(2020年7月版)

【予約制】は事前予約が必要です。
 【予約可】は予約なしでも受診可能です。

※第2・第4土曜日は休診です。

	診察開始～受付終了	専門外来等	月	火	水	木	金	土
健診	市・被爆者・協会けんぽ等 各種健診、人間ドック他 ☉乳がん健診	午前 【予約制】	桑原 中増	桑原 ☉川口	廣川・中増 ☉木村(ま)	桑原・廣川 ☉川口	桑原 中増	1・3・5週 古江 ☉1週 木村(ま) 中増
		午後 【予約制】	中増	☉川口	古江・中増	桑原 ☉川口	中増	
禁煙支援外来	9:00～11:30	【予約制】		木山				
	17:00～18:30	【予約制】				2・4週 木山		
内科 (当院に初めて 受診される方は 予約制では ありません)	9:00～11:30	総合診療内科 【予約可】	山田・廣川 高橋	吉國・橋本 山田	山田・山科 中村(晴)・田上	鷹屋・久保田 吉國・舟木(洋)	山田・山科 橋本・立本	1・3・5週 廣川・鷹屋・山田・吉國
		循環器内科 【予約制】	鷹屋・伊藤		鷹屋・村田		村田	
		呼吸器内科 【予約制】		濱田				
		消化器内科 【予約制】		加太・西原		西原	ウオン	1・3・5週 ウオン 中村(晴)・久保田
		糖尿病内科 【予約制】	森下		森下		森下	1・3・5週 森下
	14:00～16:30	【予約制】		大谷・木山 大谷				
		リウマチ科 【予約制】			舟木(将)	秦		
		循環器内科 【予約制】				鷹屋		
		呼吸器内科 【予約制】				2・4週 木山		
		消化器内科 【予約制】				西原		
17:00～18:30 (定期通院されている 予約の方のみ)	糖尿病内科 【予約制】				森下			
緩和ケア内科	9:00～11:30	【予約制】	本家	舟木(洋)	本家	本家	加太	
	13:00～16:00					田上	田上	
脳神経内科	9:00～11:30/14:00～16:30	【予約制】	祢津					
精神科	9:00～11:30	【予約制】				山本		
リハビリテーション科	9:00～11:30	○理学・作業・言語・ 物理の各療法 【予約制】	○	○	○	井口 ○	○	1・3・5週 ○
	13:30～16:30		○	○	○	○	○	
外科	9:00～11:30	【予約可】	大田垣 郷田	長嶺 中島	郷田	大田垣 中島	長嶺 郷田	1週 長嶺・郷田 3週 大田垣・中島 5週 交替
	15:00～16:30							
乳腺外科	14:00～16:30	【予約可】					舛本	
心臓血管外科	14:00～16:30	【予約可】				片山/高崎 交替		
脳外科	14:00～16:30	【予約制】					岡崎	
整形外科	9:00～11:30	【予約可】	市川・土井 濱西	田中 森	森 國崎	市川・田中 濱西	田中 土井	1週 土井・濱西(市川) 3週 田中・森 5週 市川・濱西
	16:00～18:30				1・3・5週 市川 2・4週 濱西 土井	森 古田		
小児科	9:00～11:30	☐ 小児一般 ☑ 予防接種 【予約制】 ☉ 乳児健診 【予約制】	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 1・3・5週 森下
	14:00～15:00		14:00～14:30 ☉ 森下		☐ 友田	☐ 友田	☐ 1・3・5週 森下 2・4週 友田	☐ 1・3・5週 森下 2・4週 友田
	15:00～16:30		15:00～16:30 ☐ 森下					
	17:00～18:00							
	12:30～17:00	カウンセリング 【予約制】	太田・芳西			太田・芳西	太田・芳西	
眼科	9:00～11:30	【予約可】	高本	三苫		小松		
泌尿器科	9:00～11:30	月・木は10:00～ 【予約可】	広島大学		山崎	広島大学	山崎	1・3・5週 広島大学
	14:00～16:30		広島大学		山崎	広島大学		↑午前休診の場合あり
耳鼻いんこう科	9:00～11:30	【予約可】	大橋	大橋	大橋	大橋	大橋	1・3・5週 大橋
	15:00～16:30		大橋		大橋	大橋	大橋	↑午前休診の場合あり
皮膚科	9:00～11:30	【予約可】	松尾		水野		渡邊/森岡 交替	
	14:00～15:00							
婦人科	9:00～11:30	初診(再診) 子宮がん検診 【予約可】	三田尾	三田尾	三田尾	三田尾	三田尾	1・3・5週 三田尾
	14:00～16:00		三田尾	三田尾		三田尾		↑午前休診の場合あり



アクセス

アストラムライン・JR可部線 大町駅より 徒歩約5分
 中須バス停より 徒歩約3分
 アストラムライン古市駅より 徒歩約5分

アストラムライン上安駅・大町駅
 フジグラン緑井店前より

無料
送迎バス
を運行

ISO9001認証取得
 病院機能評価認定
 厚生労働省指定基幹型臨床研修病院

広島医療生活協同組合
広島共立病院
 HIROSHIMA KYORITSU HOSPITAL

http://www.hiroshimairyu.or.jp
 〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目20-20
 TEL 082-879-1111(代)
 FAX 082-879-6964
 E-mail kyoritsu@hiroshimairyu.or.jp

