



特集「風疹・鳥インフルエンザに注意しましょう！」…………… 2P

「夏に気をつけたい脱水症の基礎知識」…………… 3P

「尿路結石の予防と対策について」…………… 4P

## 坂出市立病院事業管理者として

坂出市立病院開設者

坂出市長 綾 宏

このたびの坂出市長選挙におきまして、多くの市民の皆様のご支持を賜り、凶らずも無投票再選となり、2期目の坂出市政を担わせていただくこととなりました。

大変光栄であると同時に身の引き締まる思いであり、市民の皆様からいただいた、信頼と期待をしっかりと受け止め、今後ともその負託に応え、坂出市発展のため、精一杯、職務に専念して参ります。

坂出市立病院は、昭和21年の開設以来、幾多の困難を乗り越えながら、「市民が安心して暮らせ、心の支えとなる病院に」を理念に掲げ、市民の皆様のご理解とご協力のもと、公立病院としての医療を提供して参りました。

私が市長就任1期目の公約として掲げました、市立病院の新築につきまして、旧中央小学校跡地に新築移転することとし、本年2月着工の運びとなりました。平成26年秋の完成に向け、工事も順調に進んでおり、現在開院に向け、さらなる良質な医療の提供を行うべく、職員一同、一丸となってその準備に取り組んでおります。

さて、私が開設者となりました、平成21年以降、市立病院は全国自治体病院屈指の経営状況を維持し、平成22

年には経営優良病院として総務大臣表彰を受賞し、全国的にも高く評価されました。

このような、病院経営の安定を心がけながら、市民の皆様への期待に応える質の高い医療を提供し、安心して市民生活を送ることのできる頼れる市民の病院であり続けることが真の目的であります。

新病院では、新たにICU（集中治療室）、HCU（ハイケアユニット）の稼働に加え、脳神経外科、麻酔科、腎臓内科、透析部門を設けます。療養環境を整えた外来化学療法室、感染症病床など、用途に応じた個室も整備いたします。

また、出産をはじめ産婦人科医療の提供ができる施設を整備することとしておりますが、全国的に産婦人科医師の確保が非常に困難な状況が続いております。引き続き開院に向けて、産婦人科医師の確保に最善の努力をまいります。

市立病院が、市民の皆様への期待に応えられる「頼れる市民の病院」としてその使命を十分に果たして参りたいと存じますので、今後とも市民の皆様により一層のご理解とご協力をお願い申し上げます、ご挨拶といたします。

## 平成26年秋 新病院開院予定 看護師を募集しています。

詳細はお問い合わせ下さい 070-5516-8726 (担当 高橋)



# 今後の最新情報にも十分注意しましょう！

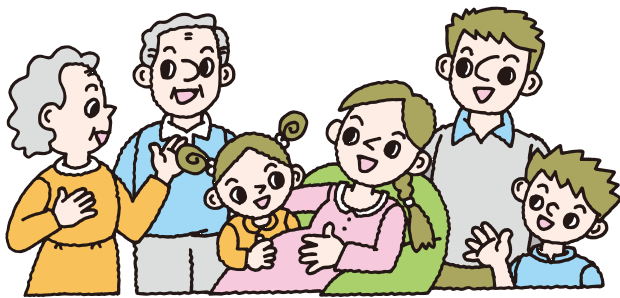
感染管理認定看護師 遠山三友紀

## 風疹

### について

昨年2,353例の報告があり、過去5年間(平成20年～平成24年)では最も多い報告数となりました。香川県内において、風疹患者が今年に入り15名報告されており、昨年の4名を早くも上回りました。全国同様、20-40歳代の男性が多く発症しています。

風疹は、風疹ウイルスによっておこる急性の発疹性感染症です。インフルエンザと同じように咳やくしゃみで感染が広がりますので、手洗い・マスクの着用で感染予防に努めましょう。



## 〈風疹の患者増加中〉

香川県内でも昨年の4名を早くも上回り、15名報告！！  
特に妊婦さんとそのご家族はご注意を！（6月6日現在）

### 【特に注意が必要な人】

- これまで風疹にかかっていない方
- 予防接種を受けていない方
- 妊娠適齢期の方

妊娠初期に風疹に感染すると出生児に白内障、心疾患、難聴などの障害が起こる先天性風疹症候群が発症することがあります。

### 【妊婦さんを守るために】

妊婦さんは予防接種が受けられません。そのため、下記の方は予防接種を推奨します。

- ・妊婦の夫、子ども及びその他の同居家族
- ・10代後半から40代の女性（特に、妊娠希望者又は妊娠する可能性の高い方）
- ・産褥早期の女性

## 鳥インフルエンザ

### について

今回問題となっている鳥インフルエンザA(H7N9)は、鳥には低病原性のため症状があまり出ませんが、人に感染すると高病原性で死に至ることがあるのが特徴です。

高病原性鳥インフルエンザに罹患すると多くの鳥が死亡するため、周囲の鳥を処分して人への感染拡大防止ができますが、今回はそれができないため密かに広がっているようです。

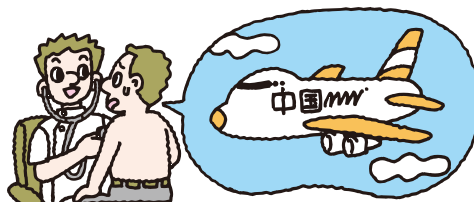
### 1. 鳥インフルエンザA(H7N9)とは

今回見つかった鳥インフルエンザA(H7N9)は、今までヒトに感染することが知られていなかったウイルスの感染症です。4月1日にWHOが中国でヒトへの感染があったことを初めて公表しました。感染源はまだわかっていませんが、中国政府の調査では、ヒトからヒトへの持続的な感染は確認されていません。

### 2. 感染対策・予防について

中国の発生地域から帰国後10日以内に肺炎症状などが疑われる方は、必ず医療機関を受診してください。鳥インフルエンザA(H7N9)を疑われた場合は保健所へ連絡することが義務付けられています。

また、中国の発生地域に渡航される場合は、不用意な動物との接触を避け、手洗い・うがい・マスクの着用など基本的な感染対策が必要です。

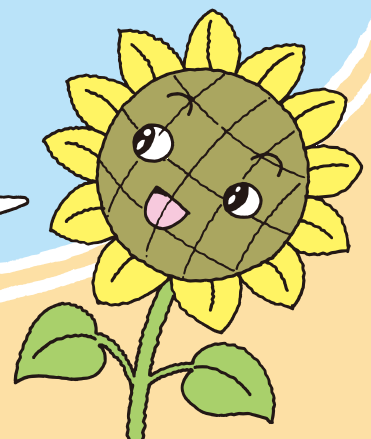


# 夏場に気をつけたい 脱水症の基礎知識

内科医員 池神智絵

体にとって不可欠な体液が不足した状態を「脱水症」と言います。よく誤解されるのですが、脱水症とは単なる水の不足ではありません。脱水症は体液が失われた状態ですから「体から水分が失われるだけではなく、電解質も同時に失われた状態」のことです。脱水症は、汗などで体液が失われた場合、そして体液の供給が不足した場合に生じます。体液に含まれる水分と電解質は、生命の維持に不可欠な働きをしています。その体液が脱水症で失われると皆さんの体に様々なトラブルが生じますが、脱水症の症状は、水分が減ることによるものと電解質が減ることによるものの2つが複合したものとなります。具体的な症状としては軽いものから挙げると、喉が渇いたり尿量が少なくなったりします。その後倦怠感、頭痛、嘔吐、めまいなどが起こり、痰を出すのが困難になったり、血圧や臓器の血流低下といった症状が出てきたりします。さらに重篤なものでは意識消失、ショック状態などの症状を示します。上記のような症状が出現した際は、適切な水分と塩分の補給が必要となります。最初にも書いた通り脱水症は単なる水分の喪失ではないため、ただ単純に水を飲めばよいのではなく、スポーツ飲料や最近は薬局などでも販売している水に塩分などの電解質と糖とがバランスよく配合された経口補水液を摂取することが勧められます。もちろん重篤になった場合には、経口摂取はできなくなっているはずなので、医療機関への受診、点滴などの処置が必要になります。注意が必要なのは、日頃心臓や腎臓の機能が低下していると言われている患者さんです。このような患者さんの中には、水分・塩分摂取量を制限されている方がいらっしゃいます。適切な水分・塩分量は季節や体調、運動量によって変化してくるものなので、主治医とよく相談し夏場でも脱水症を起さないような生活を心がけましょう。

脱水症は単に  
水分の不足ではありません。



# 尿路結石の予防と対策について

泌尿器科医員 山崎真理



今年も暑い季節になりました。夏には尿路結石患者が増加します。約7,000年前のミイラに膀胱結石が発見されているように尿路結石の歴史は古いのですが、結石で苦しむ人がいるのは医学が進歩した現代も変わりません。むしろ、結石患者は第二次世界大戦時に比べ増加しています。戦後、食生活の欧米化で日本人も動物性タンパク質の摂取が増えました。それにともなって増加する尿路結石は、「生活習慣病」といっても過言ではありません。

尿路結石は、その成分によって成因は異なります。最も多い成分にシュウ酸カルシウムがあります。シュウ酸といえばホウレンソウや紅茶に多く含まれます。食事で摂取したシュウ酸は、腸の中でカルシウムと結合することで、腸管から吸収されず便として排泄されます。しかし、カルシウムの摂取が不足したり、脂肪分を過剰摂取すると、カルシウムがその脂肪と結合してしまい、シュウ酸と結合すべ

きカルシウムが不足しシュウ酸の吸収がすすんでしまいます。たとえば、ホウレンソウを調理する際には、おひたしに鰹節をかけてみたり、紅茶はストレートでのむのではなくミルクをいれてみるのもいいでしょう。また、ジュースや砂糖入りのコーヒーは、尿中のカルシウム濃度を上げ、結石形成に一役買ってしまいます。ですから、結石予防に水分をとるつもりでジュースをがぶがぶ飲んでいるようでは逆効果です。脱水は尿を濃縮させてしまうため結石ができやすいといわれています。これからの暑い季節はビールがおいしくなりますが、ビールを飲むと脱水を助長することになりますし、シュウ酸や尿酸のもとになるプリン体も多く含まれています。「結石は夜作られる」というように、夜飲むビールはほどほどが大切です。

これからの季節、体格にもよりますが毎日1.5~2L程度のお茶もしくは水の摂取をこころがけましょう。

毎日**1.5~2リットル**の  
お茶か水を取りましょう。



食中毒の原因には、細菌やウイルスなどの微生物や自然毒・化学物質などがあります。その中でも患者数の90%以上を占める微生物が原因となる食中毒は、梅雨の時期から10月にかけて多く発生していますが、ノロウイルスなど冬場に多く発生するものもあり一年を通じて見られます。

食中毒予防ポイントとして、WHO（世界保健機関）が発表している「食品をより安全にするための5つの鍵」と言われるものがあります。

## 1. 清潔に保つ

正しい手洗い、まな板・包丁などの調理器具の洗浄・消毒、防虫で細菌やウイルスなど微生物を食品につけない。

## 2. 生の食品と加熱済み食品とを分ける

異なる食材を分けて取り扱う。  
まな板・包丁は用途別の利用を心がける。

## 3. よく加熱する

生物など加熱が必要な食品はよく加熱する。  
また、加熱済み食品についても再加熱を心がける。

## 4. 安全な温度に保つ

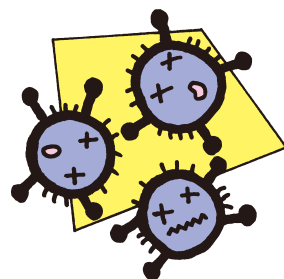
調理済みの食品を室温に2時間以上放置しない  
温かいものは温かい状態で、冷たいものは冷たい状態（冷却）で。

## 5. 安全な水と原材料を使用する

野菜や果物など生で食べる食材をよく洗いましょう。  
消費期限をすぎたものは食べないようにしましょう。

- まな板・包丁…用途によって変えるのが理想ですが、少なくとも肉や魚に使った後は、その都度洗剤で汚れを落とし熱湯消毒をしましょう。まな板は週に1回程度漂白剤を利用して清潔を保ちましょう。
- スポンジ…何個か常備し洗剤で十分に洗った後、乾燥させましょう。魚や肉を扱った機具に使ったら熱湯をかけてから乾燥するとよいでしょう。
- ふきん…毎日洗剤洗浄と水洗いの後、まとめて煮沸消毒して乾燥させましょう。
- 腸管出血性大腸菌やサルモネラ、腸炎ビブリオなどによる細菌性食中毒の予防には、75℃、1分以上、ノロウイルスによる食中毒の予防には、85℃、1分以上の加熱をしましょう。

食中毒予防の三原則は食中毒菌を「つけない・増やさない・やっつける」です。この三原則を守って、食中毒から自分自身や家族を守りましょう。



## ボランティア だより No.22

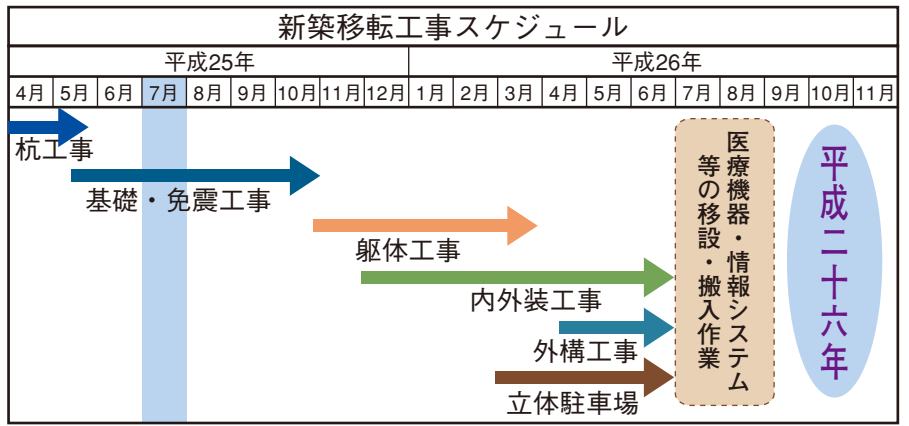
7月4日午後5:00から正面玄関前におきまして、恒例となっております「七夕のしらべ」を開催する予定です。大正琴ささゆり会(代表 古市理恵様)、ボランティアの方々の御協力のもとで演奏や簡単なリハビリ体操を行います。また、7月1日より正面玄関をはじめ各病棟などで七夕かざりを行います。皆様の願い事が叶いますように、この機会に短冊を書いてみませんか？患者さんに喜んで頂けるよう、職員一同で計画をしておりますので皆様お誘いのうえご参加下さい。



# ◆ 新病院だより No.5

新病院建設に向けた工事がいよいよ本格化しております。3月下旬～5月中旬までに杭打ち作業を終了し、その後は7月末から実施を予定しております免震装置の組立・設置に向けて、地下免震層の掘削及び基礎工事を進めております。

建設工事の進捗状況や現場からのお知らせなどに関しては、H24年5月より市立病院HPにて「新病院通信」を作成し、毎月公開しております。新病院に関する情報につきましては、今後は病院だよりはもちろん、HP等も活用しながらより広く地域の皆様への広報を行って参ります。



(全体写真 H25.5.31)

## 情報BOX

### 新任研修医 よろしくお願ひします



#### 川田 明伸 (かわだ あきのぶ)



生年月日 1987年4月27日  
 出身地 香川県高松市  
 経歴 香川県立高松高等学校 卒業  
 香川大学医学部 卒業  
 専門分野 研修医  
 趣味・特技 スポーツ(フットサル、バレーボールなど)

5月中旬より坂出市立病院で研修させていただくことになりました川田です。短い期間ですが出来るだけ多くのことを身につけて有意義な研修にしたいと思います。不慣れな点も多いですが、よろしくお願ひします。

#### 石橋 直子 (いしばし なおこ)



生年月日 1987年5月20日  
 出身地 香川県高松市  
 経歴 香川県立高松高等学校 卒業  
 香川大学医学部 卒業  
 専門分野 研修医  
 趣味・特技 バレーボール

5月から坂出市立病院で内科研修をさせて頂くこととなりました。坂出は初めてですが、皆様に坂出の魅力を教えて頂きながら、毎日明るく業務に取り組みたいと思います。親しみやすく信頼される医師を目指して、一生懸命頑張りますので、どうぞ宜しくお願ひ致します。

### 資格取得者



#### 日本糖尿病療養指導士



尾崎 絵里

糖尿病を持つ患者さんにとって、食事療法はとても大切です。

日々の食事に悩みや疑問があれば、些細な事でもかまいませんので何でもご相談ください。

# 特殊外来・専門外来予定表

平成25年7月1日現在

診療時間

午前 8:30～11:30

午後 13:30～16:30



※ 詳細は、各科外来窓口にお問い合わせください。(診療時間内をお願いします。)

診療科名	外来名等	担当医師名	曜日・診療時間	特徴など
内科	呼吸器	日本呼吸器学会指導医 中村 洋之	午前：月～木曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・気管支喘息、肺炎、結核症および非結核性抗酸菌症、慢性閉塞性肺疾患、呼吸不全、びまん性肺疾患、肺癌、緩和医療など幅広く呼吸器疾患全般の診療を行います。</li> <li>・急性呼吸不全に対しては、非侵襲的および侵襲的人工呼吸療法を中心とした全身管理。慢性期には包括的呼吸リハビリテーションを施行します。</li> <li>・睡眠時無呼吸症候群の診療も扱います。</li> </ul>
			午後：水曜日（予約制）	
	禁煙	禁煙科学学会認定禁煙支援専門医 吉原 夕美子	要予約（ご相談）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙補助剤（パッチ、飲み薬）を使用しながらニコチン依存症の治療を行います。条件によっては、保険適用可能です。</li> </ul>
	循環器	日本循環器病学会認定循環器専門医 吉川 圭	午前：水・金曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・虚血性心疾患、心不全、不整脈など循環器救急への24時間対応を含め、広く循環器一般を扱います。</li> </ul>
			午後：月曜日（予約制）	
		日本循環器病学会認定循環器専門医 藤田 憲弘	午前：火曜日	
		日本循環器病学会認定循環器専門医 吉原 夕美子	午後：水・木曜日（予約制）	
	消化器	日本内科学会 池神 智絵	午前：火曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・胃腸、肝胆膵領域を中心に消化器疾患全般を扱います。特に腹部超音波、内視鏡検査によりの確に診断し、消化器癌の早期発見・治療に努めています。</li> </ul>
		日本内科学会 室田 将之	午後：木曜日（予約制）	
		日本内科学会 桂 明子	午前：火曜日（予約制）	
	糖尿病	日本内科学会 山名 佳美	午前：水・金曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・経口薬でコントロール不良となっている糖尿病のコントロールを改善します。</li> <li>・糖尿病療養指導士の資格を持ったスタッフと共に、患者さんの生活習慣改善に努めます。</li> </ul>
		日本糖尿病学会研修指導医 大工原 裕之	午前：月～金曜日 午前：第2土曜日	
	血液/漢方	日本血液学会指導医 田岡 輝久	午前：月・水曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・貧血から白血病、悪性リンパ腫まで幅広く血液疾患を診察します。</li> <li>・西洋医学の不得意な慢性病に非常に効果がある漢方診療もしております。</li> </ul>
		日本血液学会専門医 松岡 亮仁	午後：金曜日（予約制）	
	腎臓	日本透析医学会専門医 西岡 聡	午後：火・金曜日（予約制）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・貧血から白血病、悪性リンパ腫まで幅広く血液疾患を診察します。</li> <li>・糖尿病性腎症・高血圧性腎症を中心とした腎疾患の専門的治療を行います。</li> </ul>
内分泌	日本糖尿病学会専門医 吉田 和矢	午前：月曜日（隔週）		
小児科	アレルギー	日本小児科学会専門医 谷本 清隆	午前：第2・3・4土曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アレルギーの患者を対象とした専門外来。</li> </ul>
			午後：第3火曜日（14:00～16:00）	
外科	下肢静脈瘤	日本外科学会指導医 近藤 昭宏	午後：第3火曜日（14:00～16:00）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・下肢静脈瘤だけでなく類似疾患、静脈疾患も対象とした専門外来です。</li> </ul>
	ストーマケア	日本外科学会専門医 諸口 明人	午前：火曜日（10:30～）	
	脳外科	香川大医師	午前：水曜日	
整形外科	リウマチ	田村 知雄	午後：水曜日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・初診時は、一般外来の受診が必要です。</li> </ul>
	脊椎	香川大医師	午後：第1・第3金曜日 午前：土曜（月2回予約制）	

# 外来診療予定表

平成25年7月1日現在

		初めての方	再来の方
受付時間	午前	8:30~11:30	7:30~11:30
	午後	12:00~16:30	

診療時間	午前	8:30~11:30
	午後	13:30~16:30

診療科		月	火	水	木	金	土	
内科	初診・総合	吉原 夕美子	田岡 輝久 (2・4週) 大島 都美江 (1・3・5週)	谷本 千佳子	中原 麻衣	藤田 憲弘	交代診療 下記の専門外来も行います。  大工原 裕之 ①糖尿病(第2週)  吉田 和矢 ①内分泌(第2・3・4週)	
	呼吸器	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	紹介患者		
	循環器	池神 智絵 (隔週)	藤田 憲弘 吉原 夕美子	吉川 圭	池神 智絵	吉川 圭		
	消化器	紹介患者	室田 将之	山名 佳美	紹介患者	山名 佳美		
	糖尿病	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之 大島 都美江	大工原 裕之		
	血液・漢方	田岡 輝久	紹介患者	田岡 輝久	紹介患者	紹介患者		
	腎臓	西岡 聡 (隔週)						
	総合内科					津島 友之		
	禁煙	「禁煙外来」を予約制で行っておりますので、ご相談ください。						
	午後	吉川 圭 (循環器) 津島 友之 (総合内科)	桂 明子 (消化器) 大島 都美江 (総合内科) 松岡 亮仁 (血液)	藤田 憲弘 (循環器) 吉川 圭 (ペースメーカー) 津島 友之 (総合内科)	室田 将之 (消化器) 藤田 憲弘 (循環器)	田岡 輝久 (血液・漢方) 松岡 亮仁 (血液・総合内科)		は 休診です
小児科	午前	砂川 正彦 和唐 彰子	谷本 清隆 砂川 正彦 ②予防接種 乳幼児健診 ③アレルギー外来(第3週)	砂川 正彦 和唐 彰子	谷本 清隆 砂川 正彦	砂川/岡大医師	交代診療	
	午後	谷本 清隆	谷本 清隆	砂川 正彦	砂川 正彦	谷本/岡大医師 ②予防接種 乳幼児健診		
耳鼻咽喉科	午前	武田 純治 香川大医師	武田 純治	武田 純治 香川大医師	武田 純治	武田 純治 香川大医師	火曜・木曜は 初診の方のみに なります。	
	午後	武田 純治 香川大医師		武田 純治 香川大医師		武田 純治 香川大医師		
外科	一診	近藤 昭宏	岡田 節雄	近藤 昭宏	岡田 節雄	近藤 昭宏	浅野 栄介	
	二診	橋本 希	諸口 明人	山田 礼二郎	橋本 希	諸口 明人		
	三診 専門外来		④近藤 昭宏 ④下肢静脈瘤	④諸口 明人 ④ストーマケア		竹林 隆介		
整形外科	午後	竹林 隆介	紹介患者	山田 礼二郎 乳がん検診(完全予約制)	紹介患者	紹介患者	※月・水曜日の午後も紹介患者は、診察いたします。	
	午前	一診 松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	交代診療	
	二診	藤原 龍史	北野 洋一	藤原 龍史	北野 洋一	藤原 龍史	⑥脊椎外来 (月2回予約制)	
産婦人科	午後	北野 洋一			藤原 龍史	田村 知雄 ⑤第1・3週リウマチ		
	午前	香川大医師			香川大医師			
泌尿器科	午後							
	午前	山本 謙仁 山崎 真理	山本 謙仁 山崎 真理	山本 謙仁 山崎 真理	山本 謙仁 山崎 真理	山本 謙仁 山崎 真理		
眼科	午後							
	午前	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一		
専門外来	午後	(検査)	(検査)	(検査)	(検査)	(検査)		
	①(内科) 専門外来は上記参照	土曜日 第2は糖尿病(大工原Dr)第2・3・4は内分泌(吉田Dr) 月曜日 (隔週交代で午前に腎臓/循環器)						
	②(小児) 予防接種・乳幼児検診	火・金曜日の午後						
	③(小児) アレルギー外来 (予約制) 第3火曜日(午後14:00~16:00)							
	④(外科) 専門外来・午前	下肢静脈瘤(火曜日) ストーマケア(水曜日)						
	⑤(整形) リウマチ外来 (予約制) リウマチ外来(田村Dr)は第1・3金曜午後							
⑥(整形) 脊椎外来 (予約制) 土曜日(第2回-香川大医師交代診療)								



★担当医は都合により変更及び休診になることがあります。あらかじめご了承下さい。