

さかいで

2022年4月号 No.109

市立病院だより



主な内容

検診のすすめ—眼科・婦人科—……………2P
令和4年度診療報酬改定について……………3P
認定看護師だより……………5P

訪問診療

坂出市立病院の役割

副院長 田岡輝久

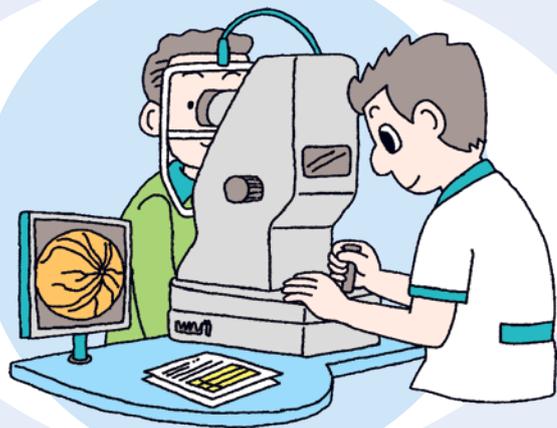


坂出市立病院の訪問診療部は、平成9年9月に発足した「すこやかライフ支援室」の1部門として立ち上がりました。「すこやかライフ支援室」は病院だけに留まらず、地域での健康教室、通院できない患者さんの訪問診療、医療・介護についての相談窓口など、地域と病院を結ぶ、いわば「懸け橋」となるために発足しました。坂出市立病院は中讃地区における急性期の基幹病院ですが、地域に根差した病院、坂出市行政の一環を担う病院として、市立病院の基本理念「市民が安心して暮らせ、心の支えとなる病院に」の達成のため、「すこやかライフ支援室」が必要でした。当院に入院した患者さんを切れ目なく在宅で診ることができれば、患者さんもお家族さんも安心して療養できます。患者さん・ご家族さんとは24時間、365日、常に訪問診療部の看護師と連絡が取れ、すぐ対応できる体制を取っています。当院の訪問診療は、在宅終末期医療や人工呼吸器を装着した患者さんなど、濃厚な医療が必要な患者さんが多くを占めています。そうした患者さん・ご家族さんの不安は大きく、訪問時はもちろん時間外の対応でも患者さんと共にご家族さんに対する気配りは非常に大事と考えています。そうした手のかかる患者さんを診ることこそ、急性期病院の市立病院が担う役割であるとも考えています。

この2年間、新型コロナの感染流行により大変な状況が続いています。しかし、家族の感染対策の徹底、訪問時の患者さん・ご家族さんのマスク着用の徹底、私たちはマスク、フェイスシールドと手袋、必要に応じてガウンやN-95マスクの着用を徹底すれば、過度に怖がる必要はありません。早くワクチンや特効薬の問題が解決して、通常の医療ができる日が来ることを切に祈っております。

目の検診

眼科部長 大垣修一



両目の失明（^{もう}盲）は身体障害の1級にあたり、「死」に次ぐ高度な障害です。そして、目の障害を早期に発見するために、法律や各医学会の取り決めで検診が義務付けられています。

生まれて最初に受ける治療が目薬です。お産で母親の産道を通る時、赤ちゃんの目にバイ菌が入るため、目薬をするように義務付けられています。帝王切開なら必要はありません。生後3～4か月の乳児検診では、動く物を目で追いかけるかを調べます。三歳児検診で視力検査を行い、その後も就学前検診、学校検診と続き、進学、就職……とほぼ一生涯にわたり眼科の検診が義務付けられています。

現在、失明原因の第一位は緑内障りよくないしょうです。緑内障は目の神経が遺伝的に弱く、徐々に視野が狭くなる病気です。ふつう40歳以降に発症し、初めのうちは視

力低下などの自覚症状が全くありません。見えにくさを自覚するのは末期になってからです。しかし、ごく初期の緑内障でも、眼底や視野の精密な検査をすれば診断がつき、眼圧を下げる治療で悪化や失明を防げます。したがって、中年期の間人ドックなどで行われる眼科検診の目的は、緑内障の早期発見です。検査結果には「視神経乳頭陥凹拡大」や「視神経の異常」と記載されます。親や兄弟など血族に緑内障の方がいれば、眼科検診を受けたほうがいいでしょう。視力検査だけの眼科検診はあまり意味がありません。

子宮がん検診

女性の皆さま、子宮がん検診を

最後に受診されたのはいつでしょうか。

産婦人科部長
戸田 千



子宮がんには、大きく分けて子宮頸がんと子宮体がんがあります。そのうち子宮がん検診では、子宮頸がんをできるだけ早期に見つけることを目指しています。わが国では、厚生労働省の「がん予防重点健康教育およびがん検診実施のための指針」により、20歳以上を対象とした2年に1度のがん検診が市町村などの資金援助のもとで行われています。コロナウイルス感染症の流行以前より、日本の受診率は残念なことに諸外国に比べると低いです。子宮頸がんの発生は、高い検診受診率がありワクチンの普及した国では激減しています。

子宮頸がん検診は、膣の奥にある子宮の口付近の細胞を細いブラシでこすって取り、それを顕微鏡で調べるため体にかかる負担は軽く、結果は後日に出ます。診察のとき、スカートと靴下ははいたままで大丈夫です。異常がなく、その後不正性器出血がなければ1～2年ごとに検診します。

もし結果が要再検や要精検の結果だった場合は、できるだけ早くに婦人科を受診してください。要精検でもすべて「がん」を疑うわけではなく、まずどのような細胞異常があるのかを調べることから始めます。自覚症状がまだないうちに検診で見つかる細胞異常の多くは、経過観察をするうちに消失するものがほとんどです。月経以外の性器出血があるときは次の検診まで待たずに、血が出ている間にも受診するほうが望ましいです。



令和4年度診療報酬改定について

【改定に当たっての基本認識について】

1. 新興感染症等にも対応できる医療提供体制の構築など医療を取り巻く課題への対応
2. 健康長寿の延伸、人生100年次代に向けた「全世代型社会保障」の実現
3. 患者・国民に身近にあって、安心・安全で質の高い医療の実現
4. 社会保障制度の安定性・持続可能性の確保、経済・財政との調和

社会保障の機能強化と持続可能性の確保を通じて、安心な暮らしを実現し、成長と分配の好循環の創出に貢献するという視点も重要です。

【改定の基本的視点について】

1. 新型コロナウイルス感染症等にも対応できる効率的・効果的で質の高い医療提供体制の構築《重点課題》
2. 安心・安全で質の高い医療の実現のための医師等の働き方改革等の推進《重点課題》
3. 患者・国民にとって身近にあって、安心・安全で質の高い医療の実現
4. 効率的・適正化を通じた制度の安定性・持続可能性の向上

改定率は以下のとおりです。

1. 診療報酬

① 医科	+0.26%
② 歯科	+0.29%
③ 調剤	+0.08%

2. 薬価等

① 薬価	▲1.35%
② 材料価格	▲0.02%

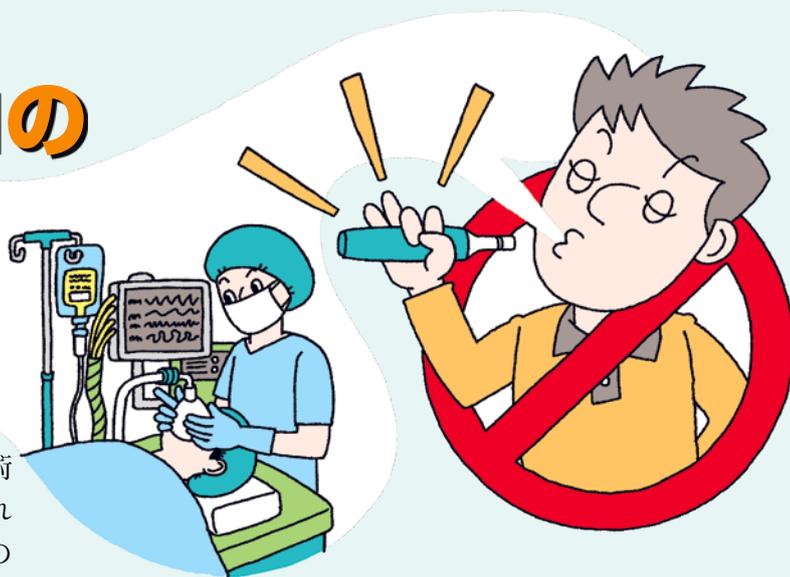
（なお、この改定により窓口での支払額が変わりますのでご了承ください。）

新型加熱式タバコの禁煙について

麻酔科医員 山田圭祐

麻酔科外来では、全身麻酔を行う患者さんに手術前の禁煙を必ずお願いしています。タバコに含まれるニコチンやタールは、痰の量を増やしたり、肺の気管支を収縮したりするうえに、心臓にも悪影響を及ぼします。さらに、喫煙によって手術後の肺炎や傷口の感染症、脳卒中などの発生率が高くなり、手術1年後の死亡率が上昇するとされています。

さて、近年新型の加熱式タバコ（iQOS、glo、ploom TECHなど）が普及し、従来のタバコから加熱式タバコに切り替えられた方もいらっしゃると思います。「従来のタバコに比べて有害物質が少ないし、加熱式タバコにしたから大丈夫」と喫煙を継続される方がいらっしゃるかもしれません。しかし、加熱式タバコにもニコチンが含まれており、麻酔科学会から



も、加熱式タバコのほうが、従来のタバコよりも健康に与える影響が少ないという科学的根拠はなく、従来のタバコ同様に禁煙が必要とされています。ですので、新型の加熱式タバコに切り替えられた方も、全身麻酔を受ける際は必ず禁煙するようお願いいたします。

また、受動喫煙（周囲の人の吸っているタバコの煙を吸うこと）も喫煙と同じくリスクになります。同居されているご家族の方が手術を受けられる場合にも必ず禁煙をお願いいたします。

参照：日本麻酔科学会周術期禁煙ガイドライン

ゴールデンウィークの外来予定表

4/29 (金)	30 (土)	5/1 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)
休診	※午前一部診療	休診	通常診療	休診	休診	休診
※内科 小児科 外科 整形外科						

	受付時間
平日	8:30~11:30(初診)/8:00~11:30(再来)/13:00~16:30
土曜	8:30~11:30(初診)/8:00~11:30(再来)

緊急時にはこの限りではありません。お電話いただくか、時間外受付にお申し出ください。

自分でつくる新しい運動習慣

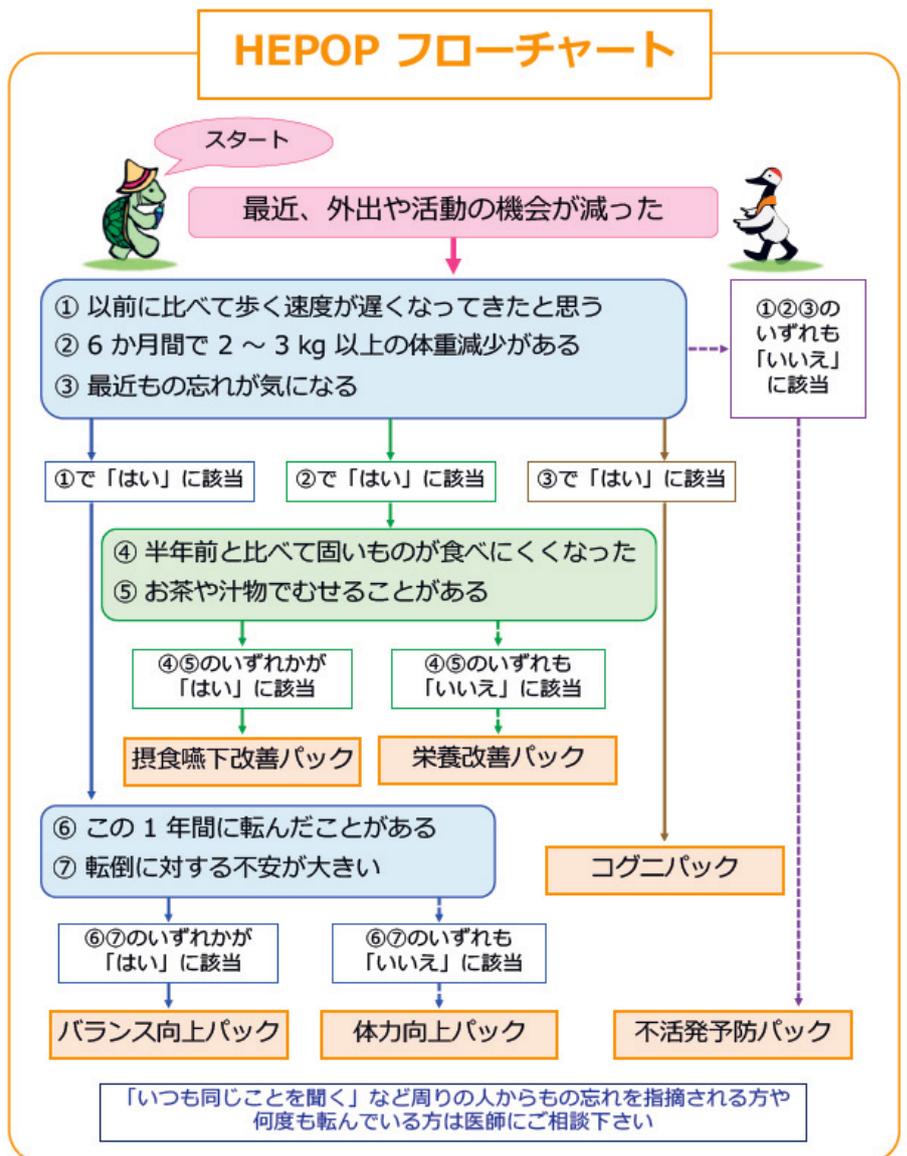
理学療法士 多田新太

コロナ禍で、ウイルスから身を守りながら日常生活を送るといふ「新しい生活様式」の実践が求められています。しかし、高齢者では感染症対策のため外出を控えることにより生活不活発となり、筋力・持久力の低下、認知症の進行などの懸念が報告されています。

そこで、国立長寿医療健康センターでは、簡単に自分に適した運動・活動が選択できるように在宅活動ガイド2020 (NCGG Home Exercise Program for Older People ; HEPOP) を発刊しました。ここでは、HEPOPフローチャートに従って7つの簡単な質問に答えると、

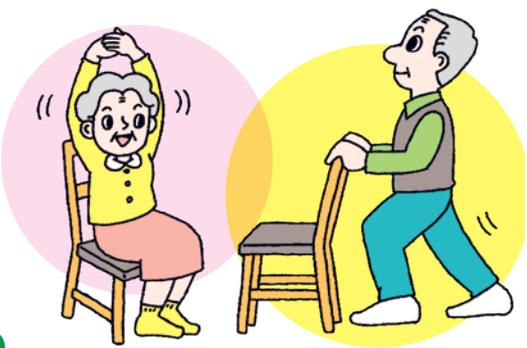
自分に適した運動パックを選択していただけるようになっております。運動パックは、「バランス向上パック」「体力向上パック」「不活発予防パック」「コグニパック」「摂食嚥下改善パック」「栄養改善パック」の6種類に分かれています。さらに、運動の強さをその日の体調に合わせて行えるよう、ストレッチ・松(きつい運動)・竹(中程度の運動)・梅(軽い運動)に分類され、各々で選択することができます。

「運動は大事だとわかっているが、何をすれば良いかわからない。」という悩みを抱えている方は多いかと思えます。そういった方にはぜひおすすめですので、興味がある方は一度「HEPOPフローチャート」で検索してみてください。コロナに負けず、丈夫で健康な体を維持していきましょう。



質問項目は以下から一部引用改変
 簡易フレイルインデックス(山田実, 荒井秀典; J Am Med Dir Assoc. 2015 Nov 1; 16(11): 1002.e7-11; 主幹: 荒井秀典編集: 長寿医療研究開発費事業 (27-33) 『フレイル診療ガイド2018年版』, ライフ・サイエンス, 2018, p8),後期高齢者の質問票/基本チェックリスト (厚生労働省)

©2020 国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター



看護師特定行為研修を受講して

救急看護認定看護師 射場光一

春の便りが各地から届く今日この頃、飯野山は柔らかな桜と初々しい新緑のコントラストがとても綺麗で、見ている私たちの心を癒やしてくれます。私は昨年のおよそこの時期に、看護師特定行為研修を終え資格を取得しました。

看護師特定行為研修は、1年間で約300時間のeラーニングや集合教育を働きながら受講した後、実際の現場で医師の指導を受けながら実習を行います。私の場合は、指定教育機関である高知県の近森病院で座学と試験などを受け、11月～2月まで4か月間当院にて実習を行いました。実習では患者さんに自分の行う行為の一つ一つを説明し、行った後もしっかり結果を確認して評価することを繰り返し実施しました。この1年間、研修修了以前は医師の指示なしにはできなかった医療行為（特定行為）を、手順書に基づいて自分の判断で行って来ました。その中で得た一番の成果は、医師が患者さんをどういう視点で診ているかを理解したうえで、看護師として患者さんに関われるようになったことです。医師と看護師、両方の視点から患者さんを捉えられるようになったことで、私の看護の世界観がより広がったと実感しています。まだまだ学ぶべきことはたくさんありますが、今後も四季を通して私たちの心を癒してくれる飯野山のように、患者さんに寄り添いながら自己研鑽に努めていきます。そして、病院で働く多職種の方が最大限発揮できる病院にすべく、その架け橋となる看護師を目指します。

よりよい睡眠のために食事のできること

管理栄養士 田村有紀

新生活が始まったり、環境が変わったりして生活リズムが崩れがちな時期となり、睡眠が充分にとれていない方もいるのではないのでしょうか。実際に、令和元年に行われた厚生労働省の国民健康・栄養調査では「睡眠全体の質に満足できなかった」と回答した方が、20～60歳代の男女で19%以上となっています。睡眠時間が足りない、日中に眠気を感じる、夜間に目が覚めるなど理由はさまざまですが、睡眠に不満を抱える方は多くいます。

不眠の原因として挙げられるのは、睡眠環境の問題やストレスもありますが、何気なく行っている食生活が原因となっているかもしれません。

よりよい睡眠のために食事のできることで、次のようなことが挙げられます。

●3食規則正しく食べる

規則正しい食生活をすることで、体内時計を整えて、眠りにつきやすくなります。特に、朝食は体内時計を正常化させる作用が強いため、朝食抜きの習慣は改善しましょう。



●安眠を促す成分を含む食品を食事に取り入れる

必須アミノ酸の1種であるトリプトファンは、催眠効果のある神経伝達物質（セロトニン）の材料で、不眠に効果的だといわれています。この成分を摂りやすい食品には牛乳があります。

●寝る直前のカフェインやアルコールの多量摂取は避ける

食事は床に入る2時間前には済ませ、量は腹八分目程度にしておきましょう。

生活リズムが崩れがちなこの時期こそ、生活習慣を見直して充実した毎日を送れるようにしていきましょう。

参考文献：からだに 맛있는 キッチン栄養学

（発行所：高橋書店 発行：高橋秀雄 監修：宗像伸子）

情報BOX

新任医師

よろしく申し上げます



内科
わたなべ たいちろう
渡邊太一郎



内科
いとう ゆい
伊藤優衣



内科
かわなか ゆい
川中結以



内科
さかきばら なつこ
榎原奈津子



呼吸器外科
さとう かよこ
佐藤佳代子



耳鼻咽喉科
ひぐち まさひろ
樋口雅大



麻酔科
ふじもと はるか
藤本 悠

退任医師

お世話になりました



内科
よしおか ゆうき
吉岡佑紀



内科
さとう ゆうだい
佐藤雄大



内科
ちば ゆうた
千葉雄太



呼吸器外科
おおくほ ともひと
大久保友人



耳鼻咽喉科
とみおか ふみゆき
富岡史行



麻酔科
やまだ けいすけ
山田圭祐

薬剤師・看護師を募集します



申込期間 4月4日(月)～4月18日(月)

※郵送のみ受付(4月18日の消印有効)

試験日 5月15日(日)

申込書・募集要項

ハローワーク坂出、市役所および市立病院にて配布しています。
また、市ホームページからもダウンロードできます。なお、受験資格などの詳細については、募集要項をご覧ください。

■お問い合わせは、庶務課(0877-46-5131)まで

ご応募お待ちしております！

資格取得者



糖尿病重症化予防
(フットケア)研修修了
こばやし まこ
小林真子

特殊外来・専門外来予定表

令和4年4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	診療時間・曜日	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 午後：水曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・気管支喘息、肺炎、結核症および非結核性抗酸菌症、慢性閉塞性肺炎患、呼吸不全、びまん性肺炎患、肺癌、緩和医療など幅広く呼吸器疾患全般へ対処。 ・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。 ・睡眠時無呼吸症候群の診療も扱います。
		日本内科学会認定内科医 喜多 信之	午前：金曜日 午後：月・水曜日	
	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 午後：月曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・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。
		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 午後：水・木曜日	
		日本循環器病学会認定循環器専門医 吉原 夕美子	午前：火曜日	
		日本内科学会認定内科医 蓮井 雄介	午前：木曜日 午後：月曜日	
	消化器	日本消化器内視鏡学会専門医 室田 将之	午前：火曜日 午後：木曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・胃腸、肝胆脾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、内視鏡検査により的確に診断し、消化器癌の早期発見・治療に努めています。
		伊藤 朋晃	午前：水曜日 午後：木曜日 (隔週)	
		今戸 涼資	午前：金曜日 午後：木曜日 (隔週)	
		渡邊 太一郎	午前：月曜日	
		伊藤 優衣	午前：木曜日	
	糖尿病	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	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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。
		日本糖尿病学会研修指導医 大島 都美江	午前：火曜日	
	血液/漢方	日本血液学会指導医 田岡 輝久	午前：月・水曜日 午後：金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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。
	血液	日本血液学会専門医 松岡 亮仁	午後：火・金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・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。
		芳田 峻典	午後：火曜日	
		川中 結衣	午後：金曜日	
	腎臓	日本腎臓学会専門医 尾崎 太郎	午前：月・木曜日 午後：金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・腎疾患の専門的治療を行います。
	膠原病・リウマチ	日本リウマチ学会専門医 中島 崇作	午後：金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・膠原病・リウマチの専門的治療を行います。
	小児科	アレルギー	日本小児科学会専門医 谷本 清隆	谷本清隆医師診療時
小児科神経外来		日本小児科学会専門医 小西 行彦	午後：第3火曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・小児けいれん症の患者を対象とした専門外来。
外科	ストーマケア	日本外科学会専門医 西村 充孝	午前：水曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・ストーマ(人工肛門)の経過観察、ストーマ処置の指導や治療・相談などを行っています。
	ヘルニア(脱腸)	日本外科学会指導医 佐野 貴範	午前：木曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・腹部のヘルニア(脱腸)の相談にのります。
呼吸器外科	気胸	日本呼吸器外科学会専門医 中島 成泰	午後：木曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・気胸や巨大肺嚢胞の専門的治療を行います。
	手掌多汗症	佐藤 佳代子	午後：木曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・手掌多汗症の外科的治療を対象とした専門外来。
整形外科	リウマチ	日本リウマチ学会専門医 田村 知雄	午後：第1金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・初診時は、一般外来の受診が必要です。
	膝	日本整形外科学会専門医 日本整形外科学会認定スポーツ医 石橋 洋一	午後：第2・第4月曜日	
	脊椎	日本脊椎骨髄病学会認定脊椎骨髄科指導医 小松原 悟史	午前：土曜日 (月2回)	
産婦人科	母乳外来	IBCLC(ラクテーション・コンサルタント) 日本産科婦人科学会専門医 戸田 千	要予約 (ご相談)	<ul style="list-style-type: none"> ・赤ちゃんとの生活でお悩みの方(乳腺炎・ミルクの量など)、ご利用ください。自費料金 初回3,300円 2回目以降1,100円

外来診療予定表

令和4年4月1日現在

		初めての方	再来の方			
受付時間	午前	8:30~11:30	8:00~11:30	診療時間	午前	8:30~11:30
	午後	13:00~16:30 (泌尿器科のみ15:30)			午後	13:30~16:30

診療科		月	火	水	木	金	土
内科	初診・総合 呼吸器 循環器 消化器 糖尿病 血液・漢方 腎臓	吉原 夕美子	谷本 千佳子(毎週前半) 今戸・伊藤朋(隔週・交代)(毎週後半)	谷本 千佳子	榊原 奈津子	藤田 憲弘(奇数週) 芳田 峻典(偶数週)	交代診療 下記の専門外来も行います。 大工原 裕之 糖尿病(第2週)
		中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	喜多 信之	
		紹介患者	藤田 憲弘 吉原 夕美子	吉川 圭	蓮井 雄介	吉川 圭	
		渡邊 太一郎	室田 將之	伊藤 朋晃	伊藤 優衣	今戸 涼資	
		大工原 裕之	大工原 裕之 大島 都美江	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之	
		田岡 輝久	紹介患者	田岡 輝久	紹介患者	紹介患者	
		尾崎 太郎			尾崎 太郎		
	禁煙	「禁煙外来」は、薬剤供給の停止により休診しております。					
	午後	吉川 圭(循環器)		藤田 憲弘(循環器)	室田 將之(消化器)	田岡 輝久(血液・漢方)	休診です
		喜多 信之(呼吸器)	松岡 亮仁(血液・総合)	吉川 圭(ペースメーカー)	藤田 憲弘(循環器)	松岡 亮仁(血液・総合)	
蓮井 雄介(循環器)		芳田 峻典(血液・総合内科)	喜多 信之(呼吸器)	今戸/伊藤朋(隔週)(消化器)	尾崎 太郎(腎臓)		
榊原 奈津子(総合内科)				渡邊/伊藤優(隔週)(総合内科)	中島 崇作(膠原病)		
小児科	午前	谷本 清隆 高橋 昌志 和唐 彰子	砂川 正彦 川崎 綾子 高橋 昌志 (第1・第3のみ)	高橋 昌志 谷本 清隆	谷本 清隆 和唐 彰子 川崎 綾子	高橋 昌志 和唐 彰子 川崎 綾子 岡山大医師	交代診療
	午後	高橋 昌志 砂川 正彦 谷本 清隆	高橋 昌志(第2・第4は15時~) 谷本 清隆 川崎 綾子 予防疫種乳幼児健診 小児神経外来(第3週)	谷本 清隆 高橋 昌志 香川大医師	高橋 昌志 砂川 正彦 川崎 綾子	高橋 昌志 川崎 綾子 谷本・岡山大医師	
耳鼻咽喉科	午前	武田 純治 樋口 雅大	武田 純治 樋口 雅大	武田 純治 香川大医師		武田 純治 樋口 雅大	
	午後	武田 純治 樋口 雅大		樋口 雅大 香川大医師		武田 純治 樋口 雅大	
外科	午前	佐野 貴範	岡田 節雄	森 誠治	岡田 節雄	森 誠治	交代診療
	午前専門外来	香西 純	西村 充孝	佐野 貴範	香西 純	西村 充孝	
	午後	乳がん検診(完全予約制) 香川大医師		西村 充孝(専門) ストーマケア	佐野 貴範(専門) ヘルニア(脱腸)		
		可能な限り紹介患者様を受け付けますが午後は手術・検査等がありますので、必ず事前に電話等での確認をお願いします。					
呼吸器外科	午後のみ	中島 成泰 佐藤 佳代子		中島 成泰 佐藤 佳代子	中島 成泰 佐藤 佳代子	中島 成泰 佐藤 佳代子	
脳外科	午後のみ			香川大医師			
整形外科	午前	一診	松下 誠司	松下 誠司		松下 誠司	交代診療
		二診	森重 浩光	山田 佳明	森重 浩光	矢田 俊介	森重 浩光
		初診	山田 佳明	矢田 俊介	山田 佳明 矢田 俊介(第1・3・5週) (第2・4週)	山田 佳明	矢田 俊介
	午後	一診				森重 浩光	
		初診				矢田 俊介(第1・3・5週) 山田 佳明(第2・4週)	
専門外来(予約)	石橋 洋一 膝(第2・4週)				田村 知雄 リウマチ(第1週)		
産婦人科	午前	予約のみ	戸田 千	戸田 千	予約のみ	戸田 千	
	午後	戸田 千	予約のみ		戸田 千		
泌尿器科	午前	林田 有史	林田 有史	林田 有史(第1・2・4・5週)	紹介・新患	林田 有史	
	午後(15:30初診受付終了)	藤原 健悟	藤原 健悟	矢野 敏史(受付9時~)	藤原 健悟	藤原 健悟	
眼科	午後			林田 有史	林田 有史	本田 智子(受付14時~16時)	
	午前	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	

