



# はしもと 市民病院だより

vol.69

## 令和2年度新規採用看護師



## 病院長新任のご挨拶

橋本市民病院病院長 駿田直俊



皆様はじめまして、令和2年7月1日付けで病院長を拝命、橋本市民病院に着任いたしました駿田直俊(するただたとし)と申します。

私は昭和60年に和歌山県立医科大学を卒業後、平成4年に前任施設である国立病院機構和歌山病院に着任するまで約6年間和歌山県立医科大学附属病院紀北分院内科で研修・診療を行い、医療人としての土台を橋本・かつらぎ地域で作りに上げていただきました。その後30年近く経過し、医療環境が大きく変化している中で、新たに橋本市民としての生活、そして市民病院での勤務を始めることとなり身が引き締まる思いです。

これまで呼吸器内科を中心に診療を行ってきました。呼吸器の病気は、特に高齢の方の生活の質に関わるとても大切な領域です。市民病院スタッフのこれまでの活動に加えて、地域全体での診療がさらに広がるように力を注いでいきます。

また、前施設では、副院長業務としての病院運営・院内管理関係に加えて、地域における病病・病診・病福連携などの地域連携も多く経験してきました。しかし病院の役割、地域事情は大きく異なると思います。これまでの皆様のご努力・ご協力の下、着実に進んできている成果を守りつつ、病院スタッフ、地域の病院・診療所・福祉関係・行政の方々、そして住民の方々からいろいろな教えていただきながら、進めていきたいと思えます。

最後になりましたが、橋本市民病院の基本理念の通り、地域の中核病院として、こころの通う医療を介して地域の発展に尽くすべく職務を全うしてまいります。皆様よろしくお願ひ申し上げます。

### CONTENTS — もくじ —

新型コロナウイルス感染症について.....	2	自宅でできる簡単な運動.....	5
「物忘れ外来、やっています。」.....	3	病院からのお知らせ.....	6
看護部 新人研修について.....	4	橋本市民病院職員の募集/外来診療担当医案内.....	7・8

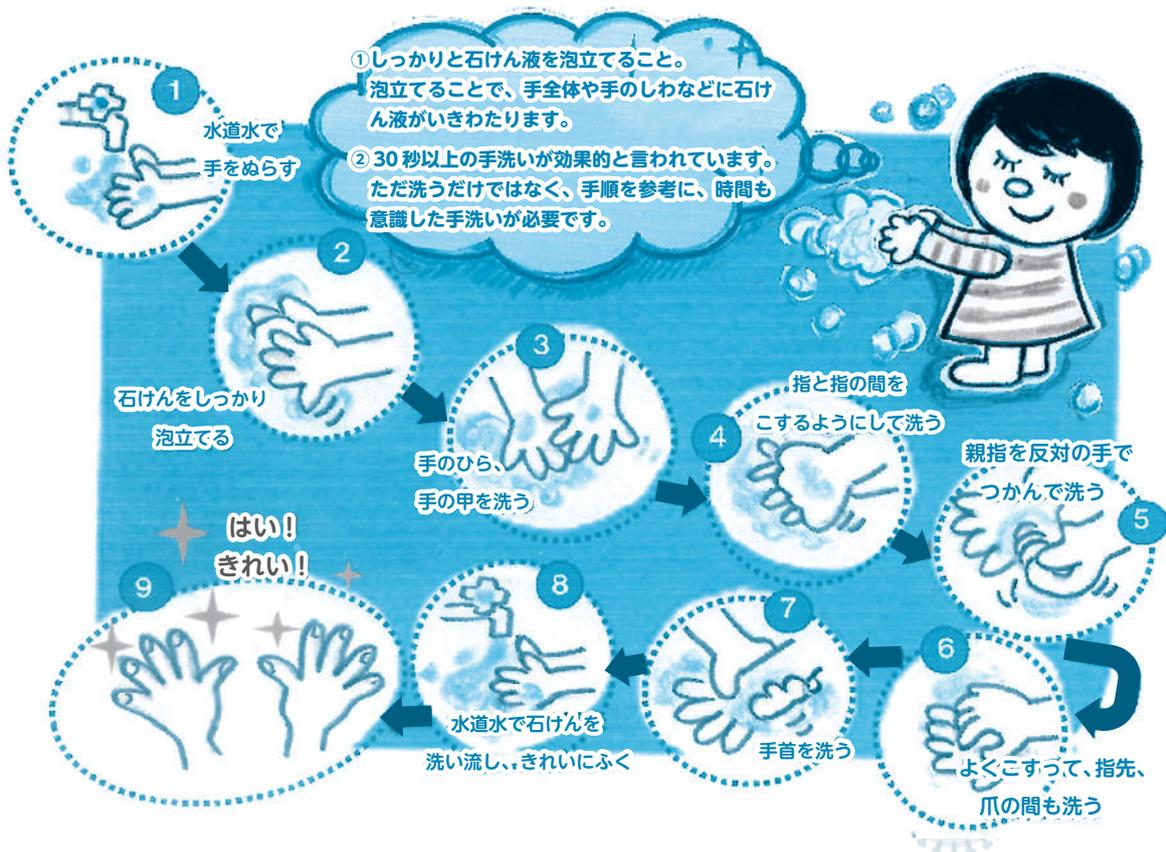
# 新型コロナウイルス感染症について

中国・武漢市に端を発した新型コロナウイルスは、令和2年1月16日に日本発となる感染者の発表が厚生労働省からあり、約半年が経過しようとしています。新型コロナウイルスは、日本全国に感染拡大し、まず4月7日に7都府県で緊急事態宣言が発令されたのち、同月16日には全都道府県に緊急事態宣言の発令が出され、日本全国で外出自粛を呼びかけ、一日も早い終息を全国民が願い、感染対策が取られてきました。この原稿をしたためていたときには、首都圏と北海道を除き、緊急事態宣言が解除され、少しずつ日常生活に活気が戻り、テレビの画面越しに人々にも笑顔が戻ってきた様子が鮮明な記憶としてあります。

さて、新型コロナウイルスに限らず、感染症対策は、日ごろからの手指衛生やうがい、マスクの着用など標準予防を通して、我々、医療関係者も感染予防の徹底を図っています。基本的なことではありますが、今回改めて、手指衛生やマスクの着用などの重要性を市民の皆様にも共有していただきたく、解説図を通して再確認をしていただきたいと思います。

また、個人様、法人様からマスクなど、たくさんの医療資材を寄贈いただきましたこと、心より深く感謝並びに御礼申し上げます。寄贈いただきましたものにつきましては、感染予防として使用させていただき、市民の皆様々に安心と安全の医療が提供できるよう、職員一同、引き続き感染対策に努めるとともに、新型コロナウイルスの一日も早い終息を心より願います。

橋本市病院事業管理者 嶋田 浩介



## 正しいマスクの着用



## マスクを着用していないときは

### 口と鼻を覆う

周囲にかからないよう顔をそらせ、ティッシュなどで口と鼻を覆う。



### 周囲の人からなるべく離れる

くしゃみや咳の飛沫は、1～2m飛ぶと言われています。



### すぐに捨てる

口と鼻を覆ったティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。



## 「物忘れ外来、やっています。」

物忘れ外来では、物忘れを主症状とする疾患、特に認知症の診断、治療をおこなっています。認知症とは、記憶力や判断力が徐々に低下し、日常生活を送ることが困難となってくる病気です。専門外来での診断・治療により進行を遅らせ日常生活を支障なく送れるようにするためのサポートをおこないます。認知症が生じる病気の中には、脳手術で治療可能なもの（正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、脳腫瘍）もあります。認知機能検査や画像検査（脳のCTスキャンやMRI検査、脳血流SPECT検査など）を行い、診断していきます。

アルツハイマー型認知症であっても、進行を遅らせる薬があり、以前は1種類しかありませんでしたが、2011年からはさらに3種類の新しい薬が出ています（飲み薬と貼り薬があります）。その他、脳梗塞などからくる脳血管性認知症や、幻視やパーキンソン症候群を特徴とするレビー小体型認知症なども含めさまざまな認知症の診断・治療も行っております。認知症の薬が4種類となり、治療の選択肢が増えたことにより患者さんにあった薬が選べるようになりました。4種類の薬は、それぞれ効果の出方や、副作用の出方が違っており、また、個人差も大きいので、副作用に注意しながら、患者さんにあったものを選択していくというのが、物忘れ外来での大きな役割になります。認知症は、早期発見・早期治療が大切ですので、軽い症状でもお気軽にご相談下さい。



脳神経外科 部長 大饗 義仁

## 看護部 新人研修について

当院看護部の教育理念は、「患者の満足と安心・安全を基本とし、急性期病院の医療に対する専門的な看護を提供できる」と掲げています。教育理念を基に日本看護協会の看護師のクリニカルラダー教育にも沿った、当院独自のクリニカルラダーを作成し教育を行っています。新人看護師は、クリニカルラダーレベルⅠの研修を受け、院内研修も座学だけでなく「考える」を取り入れた研修にしています。またクリニカルラダー研修では、院外の施設にもご協力いただき、写経や生け花、他施設研修も取り入れ幅広い視野で研修を受けることができます。

また、「ひとり」を大切にし、みんなで育てることをモットーとしています。

クリニカルラダーレベルⅠを1年経てクリアすると、看護師長が集まる朝礼で修了証を貰い、肩に付いている新人看護師の目印でもある「ひよこの名札」を外し先輩看護師となります。

看護部長 西 未知子



ひよこの名札





# 自宅でできる簡単な運動



活動量の低下による心身機能の低下を予防するため、自宅でできる簡単な運動を一部ご紹介します。

— 痛みがある場合は速やかに中止し、医師や理学療法士にご相談下さい —

リハビリテーション科 技師長 梶木 重裕

## ◎ストレッチ編



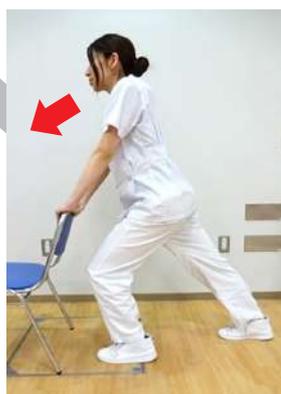
タオルをピンツと張った状態で肘の曲げ伸ばしを10回繰り返す。

タオルをピンツと張り、腕を伸ばした状態で体を左右に10回ずつ傾ける。



ももの裏のストレッチ  
膝を伸ばした状態で体を前屈する。つま先を挙げた状態で15秒間持続/3回行う。

アキレス腱のストレッチ  
イスの背やテーブルを把持し上体を前へ傾ける。15秒間持続/3回行う。



## ◎下肢筋力トレーニング編



できるだけ膝をピンと伸ばして10秒間保持し、下して5秒間休む。片脚ずつ左右10回ずつ行う。

テーブルに手を着いた状態で行う。立ち座りを10回繰り返す。



イスの背やテーブルに軽く手を置く。つま先立ちを10～20回繰り返す。

左右交互にもも上げを行う。もも上げのリズムに合わせて大きく腕を振る(30秒間実施/2～3回行う)。



## 病院からのお知らせ

当面の間、新型コロナウイルス感染拡大防止のため



# 全病棟 面会禁止



とさせていただきます。

※当院からの呼出や許可を得ている方は、対象外とさせていただきます。

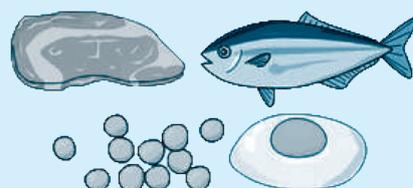
### ～夏本番前に・夏バテ予防の食事～

暑さをしのぐ為に冷たいものばかり（例えば冷たい麺類やアイスクリーム、清涼飲料水など）を食べたり、飲んだりしていると炭水化物に偏った食事になりやすく、その上、体が冷え、胃腸の負担となり、自律神経の乱れからも胃腸の不調を招きます。これによって食欲不振が引き起こされると、栄養不足が生じて、免疫力が低下し、夏バテや感染症を引き起こす原因となってしまいます。特に不足しがちなたんぱく質やビタミン、ミネラルをとるように心がけましょう。たんぱく質は丈夫な身体づくり、疲労回復、持久力アップに必要です。また身体の調子を整えるビタミン、ミネラルは汗とともに体外へ排出されますのでしっかり補給する必要があります。旬の夏野菜はビタミン、ミネラルが豊富なので積極的に取り入れましょう。

#### 食材と栄養とはたらき

- ① **ビタミンB1**…アリシンととることで疲労回復に役立ちます。

食材：豚肉・まぐろ・かつお・うなぎ・大豆・玄米など  
アリシン…にんにく・玉葱・ねぎなど



- ② **ビタミンA**…皮膚や粘膜を健やかに保ち、抵抗力を養います。

食材：レバー・うなぎ・人参・南瓜・ニラなど

- ③ **ビタミンC**…皮膚や粘膜、骨の強化、抗ストレス作用があります。

食材：果物・野菜・じゃが芋など

- ④ **たんぱく質**…体の細胞構成成分・免疫能にはたらき、持久力を高めます。

食材：魚・肉・卵・大豆製品・乳製品など

- ⑤ **カリウム**…体内の余分な塩分を体外へ排出します。

食材：海藻、野菜全般・芋類など

- ⑥ **クエン酸**…疲労物質の乳酸を減らし疲労回復に役立ちます。

食材：レモン・梅干し・酢など



★上記以外の様々な栄養素も関与し健康的な身体づくりをしています。3食バランスよく食べることが基本です。

栄養管理科 副技師長 藤本 佐和子

# 医師入職・退職のご案内

## 4/1 付入職

総合内科 / 救急科 山田 万里央  
 総合内科 松山 依子  
 総合内科 千田 修平  
 総合内科 野田 幸治  
 消化器内科 田村 崇祥  
 代謝内科 中尾 友美  
 外科 中井 博章  
 外科 加藤 智也  
 泌尿器科 朴 聖一

救急科 小川 敦裕  
 歯科口腔外科 家田 晋輔  
 放射線科 大西 佐江子

## 7/1 付入職

病院長 / 呼吸器内科 駿田 直俊  
 総合内科 岡部 友香  
 整形外科 出口 剛士

## 6/30 付退職

整形外科 山川 量平  
 眼科 廣瀬 順一  
 (順不同)



# 橋本市病院職員の募集

※院内託児所完備  
24時間保育実施

## 看護師【正職員】2交代3交代の選択可能 助産師【正職員】

- **職種・採用予定人数**  
【看護師】【助産師】(新卒採用者・有資格者)
- **応募資格** 上記資格免許を有する人または免許取得見込みの人で、昭和55年4月2日以降に生まれた人
- **採用日** (新卒採用者)令和3年4月1日  
(有資格者)①令和2年10月1日、又は、  
②令和3年4月1日  
※入職日の相談に応じます。
- **応募時の提出書類**  
(1) 採用試験申込書1通(申込書は、当院総務課及び当院ホームページからもダウンロードできます。  
(2) 資格免許証(写)、  
(3) 新卒採用者は成績証明書・卒業見込証明書 1通
- **試験方法** 専門試験(択一式)、面接試験、適性検査
- **試験日・応募期間・場所**  
【場所】橋本市市民病院  
【試験日】

	試験実施予定日	応募期間
第3回	令和2年7月18日(土)	～令和2年7月10日(金)まで(必着)
第4回	令和2年8月22日(土)	～令和2年8月14日(金)まで(必着)

- **その他** ※給与などは橋本市病院企業職員の給与の種類及び基準に関する条例の規定によります。  
非常勤職員も募集中  
● 放射線科看護師  
● 病棟・外来看護師、准看護師

## ケアワーカー【会計年度任用職員】 ※介護福祉士は加算あり

- **職種** ケアワーカー(変則勤務対応者)
- **試験日/採用日** 相談に応じます。
- **応募時の提出書類** 履歴書(市販の用紙)1通
- **勤務時間** 日勤:8時30分～17時00分  
夜勤:16時30分～翌9時00分  
※早出・遅出等も有。シフトによる勤務体制。
- **給与** 月給164,800円
- **待遇** 交通費有、賞与年2回支給、昇給有、各種保険有、有給休暇有、車通勤可、制服貸与有

## 診療クラーク【会計年度任用職員】

- **職種** 診療クラーク(外来アシスタント)
- **試験日/採用日** 相談に応じます
- **応募時の提出書類** 履歴書(市販の用紙)1通
- **勤務時間** 8時30分～17時00分
- **休日** 土、日、祝、年末年始、その他
- **給与** 月給164,800円

## 採血室担当看護師・准看護師 【会計年度任用職員】 ※産休育休代替職員

- **職種** 看護師または准看護師(採血室勤務)
- **試験日** 相談に応じます
- **採用日** 令和2年9月1日
- **応募時の提出書類** 履歴書(市販の用紙)1通
- **勤務時間** 8時30分～14時30分  
※午前中のみ可
- **休日** 土、日、祝、年末年始、その他
- **給与** 看護師 時給1,400円～1,520円  
准看護師 時給1,210円～1,350円

## 提出先・問い合わせ先

当院総務課

(☎ 0736-34-6123)

詳細は当院ホームページまたはお問い合わせください。

# 橋本市民病院 外来診療担当医案内

令和2年7月 現在

		月	火	水	木	金	備考	
Aブロック	整形外科	1診	予 林	初 交代制	初 林	初 交代制	—	
		2診	初 木岡	—	予 木岡	—	※ 木岡	
		3診	予 峰	—	予 峰	—	初 峰	
		処置室1	初 山下	—	予 山下	—	※ 交代制 山下/出口	
		処置室2	予 出口	—	初 出口	—	—	
	手外科外来	1診	午後 予 林	—	—	—	予 林	
小児科	1診	午前 向山	大石	立花	向山	大石	予約制 診察 13:00~15:00	
		午後 向山	大石	立花	向山	大石	受付 13:30~16:00 診察 14:00~	
心臓外来	2診	午前 —	—	予 末永	—	—		
ワクチン外来	2診	午後 —	立花	—	大石	向山	受付 13:30~16:00 診察 14:00~	
耳鼻いんこう科	1診	午前 応援医師	—	応援医師	応援医師	—		
Bブロック	総合内科	1診	午前 初 奥	初 平山	初 堀谷	初 橋本	初 青木達	
		2診	午前 交代制	交代制	交代制	交代制	交代制	
	消化器内科	1診	午前 予 枝川	予 吉田	予 阪中啓	予 田村	予 吉田	予約制
	代謝内科	1診	午前 宮田	予 岸谷	宮田	予 廣峰	予 庭野	—
		2診	—	予 中尾	—	予 中尾	—	—
	療養支援・フットケア	1診	午後 —	予 担当医	—	—	—	完全予約制 看護専門外来
	呼吸器内科	1診	午前 予 河原	予 河原	予 藤田	予 藤田	予 吉川	—
		2診	予 駿田	—	—	—	—	—
	循環器内科	1診	初 榊野	初 小林	初 星屋	初 匹本	初 寒川	—
		2診	星屋	匹本	寒川	星屋	榊野	—
		3診	山本	—	小林	—	—	—
	ペースメーカー外来	1診	午後 —	—	—	—	予 交代制 第1,3週	完全予約制
	腫瘍内科	1診	午前 —	—	上田	—	—	—
外科	1診	午前 嶋田	中井	交代制	坂田	前田	—	
	2診	—	嶋田	—	加藤	佐藤	—	
排便外来	1診	午後 予 嶋田	—	—	—	—	診察 13:00~15:00 完全予約制	
Cブロック	脳神経外科	1診	午前 初 大饗	初 垣下	初 担当医	初 垣下	初 吉村	予約患者優先 初診診察 10:00以降開始
		2診	予 垣下	予 吉村	—	予 大饗	—	完全予約制
	もの忘れ外来	1診	午後 —	—	予 大饗	—	—	完全予約制
	脳血管治療外来	1診	午前 —	予 吉村	—	—	—	完全予約制
	脳ドック	1診	午後 —	予 垣下	予 担当医	—	—	完全予約制
	腫瘍内科	1診	午前 —	—	—	—	予 磯本	予約制
	泌尿器科	1診	午前 予 稲垣	予 平林	予 朴	予 平林	予 稲垣	—
		2診	初 朴	初 稲垣	初 平林	初 稲垣	初 平林	—
	女性泌尿器	1診	午後 —	—	予 平林	—	—	診察 13:30~16:30 完全予約制
	男性更年期	1診	午後 —	—	—	予 平林	—	診察 13:30~16:30 完全予約制
	リウマチ・膠原病科	1診	午前 —	—	佐伯	—	—	—
	放射線科	1診	午前 角井	—	—	角井	—	—
			午後 角井	—	—	角井	—	—
心臓血管外科	1診	午前 —	—	國本	—	—	診察 10:30~	
乳 腺・呼吸器外科	1診	午前 —	(乳)清井	—	—	(呼)平井	乳腺担当：清井 10:00~12:00 呼吸器担当：平井	
		午後 —	—	—	—	予 (呼)平井	—	
緩和ケア外来	1診	午前 —	—	—	—	予 担当医	—	
歯科口腔外科	1診	午前 初 田中	—	初 家田	初 田中	初 家田	予約制	
	2診	午前 予 家田	—	予 田中	予 家田	予 田中	—	
Dブロック	産婦人科	1診	午前 初 堀内	初 堀内	初 芝田	初 古川	初 古川	—
			午後 —	予 堀内	予 芝田	予 古川	予 古川	—
	2診	午前 —	予 古川	予 堀内	予 芝田	予 芝田	予 芝田	—
		午後 —	予 古川	予 堀内	予 芝田	予 芝田	予 芝田	—
子宮がん検診	2診	午前 —	—	—	—	予 芝田	—	
眼科	1診	午前 —	※ 金	—	※ 金	※ 応援医師	診察 9:30~ 初診は紹介状のみ 第2・第4週のみ 完全予約制	
コンタクト外来	1診	午後 —	—	—	予 金 (第2・第4)	—	水曜日のみ受付 10:30まで	
皮膚科	1診	午前 —	服部	応援医師	服部	—	受付 13:00~15:00 診察 13:30~	
禁煙外来	1診	午後 —	—	予 瀧谷/隔週	—	—	診察 13:00~14:30 完全予約制	
健診センター			瀧谷/青木	瀧谷/青木	瀧谷	瀧谷/青木	瀧谷	

医師の異動等の諸事情により、直前に担当曜日や担当医師が変更となることもありますので、詳細については各科にお問い合わせください。

## ご案内

一般受付時間  
8:30~11:00  
診療時間  
9:00~17:00

## 休診日

土曜日・日曜日  
国民の祝日  
年末年始  
(12/29~1/3)

再診は全て予約制です

## 午後的一般診察

- 整形外科手外科外来  
予約制  
診察 13:00~15:00
- 小児科 月~金曜日  
受付 13:30~16:00  
診察 14:00~  
※小児科は、心臓外来を除いては  
予約の必要はありません。
- ペースメーカー外来  
第1,3週金曜日  
午後予約
- 排便外来  
診察 13:00~15:00
- もの忘れ外来  
水曜日 診察 13:30~
- 泌尿器科専門外来  
診察 13:30~16:30  
水・木曜日完全予約制
- 乳腺・呼吸器外科  
午後予約診
- 緩和ケア外来  
完全予約制  
※紹介状が必要です。
- 眼科  
コンタクト外来 第2,第4週  
※眼科のコンタクト外来は  
予約が必要です。
- 皮膚科  
受付 13:00~15:00  
診察 月・金 13:30~
- 禁煙外来  
隔週水曜日(予約制)  
診察 13:00~14:30  
※禁煙外来は予約が必要です。

## 診察時間(一部のみ)

脳神経外科  
初診診察10時以降開始  
心臓血管外科 水曜日  
診察 10:30~  
乳腺呼吸器外科 火曜日  
乳腺担当診察 10:00~  
眼科  
診察 9:30~  
皮膚科 水曜日  
受付 ~10:30まで

## 病院の理念

- 1.医療を介して地域の発展に尽くす。
- 2.こころの通う医療で地域住民の健康の保持・増進に尽くす。
- 3.中核病院としての機能の向上に尽くす。

## 面会時間のお知らせ

平日 14:00~19:00  
土日祝 10:00~19:00  
※HCUは別途  
上記の時間以外では面会できませんのでご了承ください。

