

# 太陽だまり

夏  
2013 69号



笑顔と思いやりの心を忘れずに、皆さまから信頼される看護師を目指します。  
(平成25年度新人看護師臨床研修生)

撮影：入江賢行（臨床工学技士）

## 当院の基本理念と基本方針

### 基本理念

最新最高の医療を、安全に提供する公的医療機関として能登全域の住民の健康を守ります。

### 基本方針

- 1 患者の皆さまの立場を第一に考えた医療を目指します。
- 2 たゆまぬ研鑽をとおして医療水準の向上を目指します。
- 3 最良でより高度な急性期医療を目指します。
- 4 医療機関との連携を密にして地域医療の推進を目指します。
- 5 公的病院を堅持しつつ健全な病院経営を目指します。
- 6 チーム医療に徹し、全職員が誇りを持って働ける病院を目指します。

# 「マタニティ・ヨーガ」初めてみませんか？

出産に対する不安や妊娠中の悩みなどを一人で抱えていませんか？

当院では、妊婦さんにとって、「心身ともにリラックスできる場」「相談し合えるママ友を増やす場」の一つとして、マタニティ・ヨーガ教室を開催しています。教室は、当院通院中の妊婦さんを対象に、日本マタニティ・ヨーガ協会認定インストラクターの平野信子助産師が行っています。

当院と一緒にマタニティ・ヨーガを始めて、貴重なマタニティライフを楽しみませんか？

## マタニティ・ヨーガってなあに？

マタニティ・ヨーガは「体操・呼吸・リラックネス・瞑想」から成り立っていて全体がひとつの世界を形作っています。

妊婦さん向けにアレンジされているので、無理は全くありません。



照明を少し落としゆったりとした音楽が流れる中、落ち着いてマタニティ・ヨーガを行うことができます。

## マタニティ・ヨーガの効果

### ★妊娠中のマイナートラブルの緩和★

マタニティ・ヨーガは、血液の循環を促進し、自律神経を整えます。そのため、肩こり・腰痛・足のつり・むくみ・便秘と言った妊娠中に生じやすいマイナートラブルを予防します。

### ★気持ち落ち着く★

マタニティ・ヨーガは、ストレッチと深い呼吸を用いるため、リラックス効果があり、妊娠中の不安やイライラが解消できます。

### ★安産に向けて準備ができる★

マタニティ・ヨーガは、お産に必要な筋肉をコントロールする力がつき、安産ボディがつくれます。子宮の緊張をほぐして、お産の時に赤ちゃんが出やすい状態をつくるポーズや、陣痛の間に役に立つ呼吸法で、生む力を高めるポーズがいっぱいあります。

### ★胎教に（母と子の結びつきが高まる）★

マタニティ・ヨーガを行う時間は、自分の心や体、そして赤ちゃんと対話するための大切なひととき。ヨーガのポーズや呼吸法・瞑想を通して、体の声やお腹の赤ちゃんの声に耳をすます余裕が生まれ、お母さんと赤ちゃんとの絆が強まります。

お産後、多くの方から「ヨーガをしていて良かった。」「妊娠中は教室へ通うのが楽しかった。」とお声をいただきました。当院通院中の妊婦さんであれば、無料でマタニティ・ヨーガ教室に参加できます。妊婦さん！ぜひあなたも参加しませんか？また、親御さん！里帰りの娘さんにも勧めてみませんか？



日本マタニティ・ヨーガ協会  
認定インストラクター  
平野信子助産師

日時：毎月第1・3水曜日

14時00分～15時15分

場所：公立能登総合病院 第3会議室

予約：不要 参加費：無料

対象者：妊娠16週から出産まで

(申し訳ありませんが対象者は当院通院の妊婦さんに限らせていただいております。)

詳細は当院Dブロックまで

お問い合わせ下さい。

Tel (0767) 52-8705



今年も  
やります!!

## 病院フェスタ2013in能登病院

- 日時 平成25年10月6日(日)
- 会場 公立能登総合病院

当院では平成21年度から、「地域の皆さまにもっと当院のことを知ってもらいたい」「地域に信頼され愛される病院になりたい」という思いから、「病院フェスタ」を毎年開催しています。

今年も、地域の皆さまに楽しみながら当院のことをもっと知っていただきたく、たくさんのイベントを企画し「病院フェスタ2013in能登病院」を開催します。

※ただいま職員全員で、より地域の皆さまに楽しんでもらえるよう、イベント内容を考え中です。  
詳細につきましては、もうしばらくお待ちください。



### 日曜日に乳がん検診を 「乳がんはまだ私には関係ない」と思っていないませんか?

当院ではピンクリボン運動賛同医療機関として、今年も下記のとおり乳がん検診を実施します。

乳がんの早期発見のために、仕事などで平日なかなか受診できないという方は、ぜひこの機会に「マンモグラフィー検査」を受けてみませんか。

受診する際には、事前に予約が必要となります。健診部までお申し込みください。(平日9時～16時)

- <検査日時> 平成25年10月6日(日) 午前8時30分～正午
- <検査費用> 2方向撮影+視触診 5,376円  
1方向撮影+視触診 3,450円
- <申込先> 公立能登総合病院 健診部 Tel (0767)52-8716
- <その他> 女性のレントゲン技師が撮影します。  
自治体が発行している無料クーポンの使用もできます。  
時間予約での検診となります。  
当日は病院フェスタも開催されます。検診後お楽しみ下さい。



## 看護の日イベント

5月12日の「看護の日」にちなんで、その日を含む1週間を「看護週間」とし、全国各地で様々なイベントが開催されています。

当院では、5月15日(水)に「ふれあい看護体験」と「生活習慣病予防の健康相談」等のイベントを開催しました。

「ふれあい看護体験」では日本航空高校石川と穴水高校から2人の生徒が参加しました。川口事業管理者から「1日看護師」の辞令を受けた後、救急外来処置室の見学、赤ちゃん人形の抱っこ体験、栄養相談体験などを看護師に教わりながら、一生懸命取り組んでいました。



フットケアの様子



赤ちゃん人形の抱っこ体験

また、外来2階フロアでは「生活習慣病を予防しよう!足からまもる、あなたの健康」と題し、糖尿病療養指導士による健康相談や栄養相談、看護師によるフットケアなどのイベントを行いました。診療までの待ち時間を利用し、糖尿病療養指導士の説明を熱心に聞かれる方もいらっしゃるなど、訪れた皆さまに満足していただけるイベントとなりました。

たくさんのご参加、ありがとうございました。

## 七夕コンサートを開催 患者さまと楽しいひとときを

平成25年7月6日（土）に、2階外来待合ホールで当院さわやか委員会主催による「七夕コンサート」を開催しました。今年は、田鶴浜高校軽音楽部の生徒によるバンド演奏が行われました。

入院患者さまや付添いの方など80名近くの方々が集まる中、「ハナミズキ」や「シークレットベース」などが演奏されました。さらに、演奏だけではなく観に来られた方々も含め、全員で「たなばたさま」の合唱を行うなど楽しい催しとなりました。

また、正面玄関とDブロック受付横に七夕飾りを設置し、患者さまに短冊を書いてもらうなど、病院全体で七夕の雰囲気盛り上げました。

当院では今後も、患者さまと一緒に楽しい時間が過ごせるようなイベントを企画していきたいと思えます。



田鶴浜高校軽音楽部によるバンド演奏



たくさん願いを書いていただきました。



皆さまの願いがかないますように！

## 外来患者アンケート集計結果 住民に信頼される病院づくりを目指して

当院では、利用者の皆さまの率直な声をお聞きし、ひとりでも多くの方々により満足いただける病院になるため、外来患者さま及び付添いの方を対象としたアンケートを毎年行っています。

今年も、7月9日（火）と10日（水）にアンケートを行い、499名の方から回答をいただきました。その集計結果の一部を報告します。

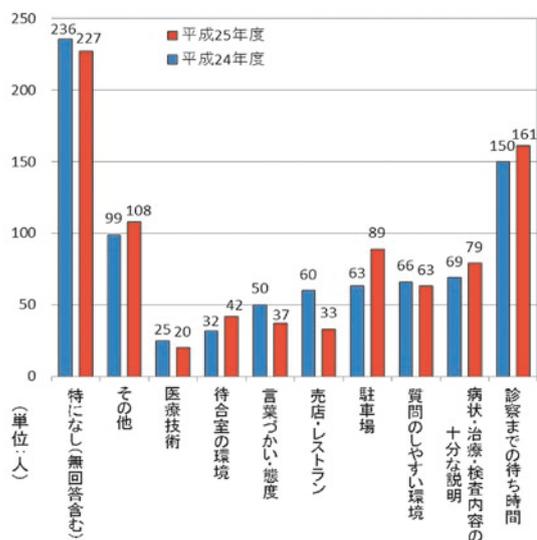
おおまかな特徴としては、「言葉づかい・態度」「売店・レストラン」に対する改善を求める数値が前年度より改善されました。「言葉づかい・態度」に関しましては、自由記載の欄にも「職員の笑顔が多くなった」等お褒めの声をいただきました。また、「売店・レストラン」に関しては、病院敷地内にコンビニエンスストアができたことなどが改善に効果があったと思われます。

一方で、「駐車場」等に関して改善を望む声が前年より多くなりました。自由記載の欄にも「駐車場が分かりづらい」等のお声をいただき、今後は駐車場の案内図を配置するなど、改善に取り組んでまいります。

自由記載のご意見は、125件から116件になり、9件減りました。職員の接遇や病院施設に関してのご意見だけではなく、励ましや感謝の言葉も数多くいただきました。

皆さまからの貴重なご意見を真摯に受け止め、更なるサービスの向上を目指し、職員一丸となって改善に向け取り組んでまいります。ご協力いただきありがとうございます。

当院について「特に改善が必要である」と思われる項目（複数回答可）



※その他には、身だしなみ、診断・治療機器、案内表示板のわかりやすさ、院内の清潔さ、看護ケア等が含まれます。

## 精神センター及び採血室等 工事のご案内

当院では、平成26年3月の完成を目指し、平成25年7月から病院敷地南側において、鉄骨造地上2階建ての増築棟を含めた精神センター増改築工事を行っています。増築棟の1階にはデイケア室、2階が作業療法室となり、移転に伴い、既存の外来部分の改修を行います。

また、平成25年10月の完成を目指し、同じく7月から、採血室及び医局改修工事も併せて行っております。

各室とも大幅に拡張され、質の高いサービスをお届けできるものと考えております。

なお、工事期間中においては、各種の作業における騒音・振動等の発生でご迷惑をお掛けしますこととお詫び申し上げます。また、工事車両等が通行することで、外来患者さまをはじめ、当院をご利用される方々にご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。



## 出前講座を受け付けています！

当院では、地域の皆さまの健康づくりのお手伝いをさせていただきたく、医療の専門知識をもった職員が地域に出向き、病気の予防や健康をテーマに「出前講座」を開催しています。

ご希望の団体等がございましたら、下記によりお申込みください。

- ・講師は当院医師、看護師、リハビリ技師が務めます。
- ・費用は無料です。
- ・詳細は <http://www.noto-hospital.nanao.ishikawa.jp/?p=180> でもご覧になれます。

### <申込要項>

10名以上で①希望日、②場所・時間、③参加人数等をお知らせください。

※対象者は七尾市・中能登町の住民に限ります。  
※医療機関及び介護保険施設等で開催されるものに関しては、出前講座ではなく講師派遣で対応しております。詳細は下記申込先までお問い合わせください。

### <申込先>

経営企画課（担当：吉田、水口）  
Tel (0767) 52-8774

## 災害トリアージ訓練実施 もしものとき、一人でも多くの人を救うために



7月20日（土）に13回目となる災害トリアージ訓練を行いました。今年の4月から「能登有料道路」が「のと里山海道」として無料化され、平成27年には新幹線が開通されるなど、今後は能登に多くの方が訪れ、交通量が増えることが予想されます。一昨年に起こった関越自動車道での高速バスの事故のように、一度にたくさんの方が巻き込まれる事故がいつ起こるかわかりません。

そのため、今年の災害トリアージ訓練は、マイクロバスを含む多重交通事故を想定しました。

当院のトリアージ訓練は、事故現場を再現したり、田鶴浜高校や国際医療福祉専門学校の生徒にケガのメイクを施し患者役になってもらうなど、より実際の災害に近づけて行います。

訓練には、当院職員、学生、消防を含め約230人が参加し、緊迫した雰囲気の中、真剣な表情で各々の役割に取り組みました。また、終了後は参加者で講評を行い、反省点と改善点を確認しました。

今後も、当院では災害医療に関する活動を続け、住民の皆さまが安心して生活できる地域づくりに貢献していきたいと思っております。



※トリアージとは、災害医療において、同時に多数の負傷者が発生した際に最善の救命効果を得るため、重症度や緊急度等によって負傷者を分別し、治療の優先順位を決めることです。

災害発生時や交通事故発生時のほか、当院では時間外の救急外来の診察時においてもトリアージを実施しております。

# 風しんについて



●先生●  
小児科部長  
**和田 英男**先生

## ○風しんの流行

現在わが国では風しんが流行しています(図1、2)。報告されている風しん患者の約70%は男性で、特に10代後半〜50代前半の男性と10代後半〜30代前半の女性に多く発病しています(図3)。

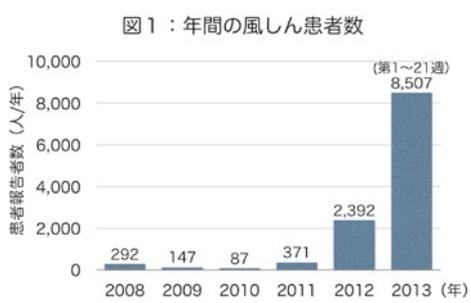


図3：年齢別男女別風しん患者数 2013年第11週〜21週

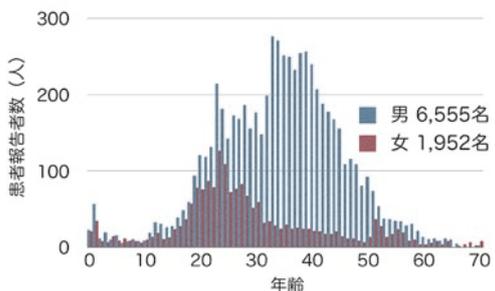
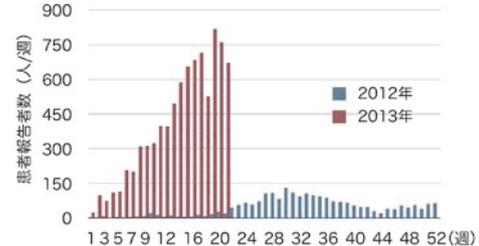


図2：週毎の風しん患者数



参考(図1、2、3)：感染症発生動向調査(2013年第21週) 国立感染症研究所ホームページ内風疹 (<http://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ha/rubella.html>)

## ○風しんとは

風しんはウイルスが飛まつ(唾液のしぶき)などによって他の人とうつる感染症です。主な症状は、発疹、発熱、リンパ節腫脹で、通常は自然に治りますが、まれに脳炎や血小板減少性紫斑病などの重い合併症を認めることがあります。

## ○先天性風しん症候群

妊娠初期の女性が風しんにかかると、難聴、白内障、先天性心疾患、精神や身体の発達の遅れなどの障がいを持った先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれる可能性があります。昨年の流行の影響で2012年10月から2013年3月末までに8人の先天性風しん症候群が報告されました。

## ○風しんワクチン

妊娠中は予防接種が受けられませんので、女性は妊娠する前に風しんワクチンの接種を検討してください。ワクチン接種後は2か月間避妊が必要です。妊婦の家族で、風しんにかかったことがない方やワクチンを受けていない方、どちらも不明の方はワクチン接種を検討してください。1歳児と小学校入学

前1年間の幼児は麻疹風しん混合ワクチン(MRワクチン)の定期接種を受けます。

昨年から風しんの流行に伴い、わが国では任意接種を行う人が増加して、ワクチン不足が懸念されるようになりました。厚生労働省では現在ワクチンの枯渇を防ぐために風しん抗体がない人への優先接種を呼びかけています。接種希望の方は、接種できる曜日、時間、予約の有無、料金、ワクチンの在庫状況等を各医療機関へお問い合わせください。

### 公立能登総合病院 MRワクチン接種

年齢	担当	予約	接種の種類	料金
小児 (1歳から 小学校入学前1年)	小児科外来	不要 (平日午前、 木曜午後)	定期接種	無料
成人	健診部	要予約	任意接種	8,260円

お問い合わせ  
小児科外来(Dブロック)  
TEL (0767) 52-8705  
健診部  
TEL (0767) 52-8716

# CLOSE UP かかりつけ医



医療法人社団 **木山歯科医院**  
理事長 **木山 一彦 先生**

私のかかりつけ医のコーナーです。今回は七尾市中島町で開業されている木山先生をお訪ねいたしました。先生は昭和57年5月に当地にて開業されました。開業当時は近隣に歯科医院が少なく、学校歯科医として、能登島町・田鶴浜町・中島町の小学校や中学校の検診に駆け回っていました。ちょっとしたことです。

Q先生の趣味や座右の銘などがありましたら教えてください。

主に海釣りや書道をしております。

海に近い土地柄、穏やかな日は竿を持って自分で操船し楽しんでおります。釣れて良し、また釣れなくても海の空気を吸い自然の中にいるだけで、心が癒されます。

書道は特に中国の漢字に興味があり、漢字の成り立ちやそこから生まれた書体や歴史などを調べ、実際に書いてみると時間の経つのも忘れてしまいます。

「受けた恩は石に刻め、与えた恩は水に流せ」（出典「禅語」）を座右の銘としております。

Q貴院における病気の特徴や治療内容について教えてください。

むし歯の方が減少しつつある中、歯周疾患が若年化しています。食生活や生活習慣の変化が影響していると思われまます。

また、当院では一般診療に加え、訪問診療も行っております。能登地区は全国的にみても人口の高齢化が著しく、交通手段がない方や通院困難な方など、高齢者の対応が重要となっております。

お食事を口から摂取できるということは、QOLの向上、また生きがいに関わってきます。たとえスプーン一さじでも口から飲める喜びは、

何にも代えがたいものです。口腔内環境の改善によって、誤嚥性肺炎のリスクを減らし、可能な限り経口摂取でき、充実した人生を送っていただきたいと思えます。微力ではありますが歯科医師として、その一端に関わっていききたいと思っております。

Q能登病院が担うべき機能や役割について、先生のご意見をお聞かせください。

超高齢化社会を迎えつつある現状、摂食・嚥下機能の回復を通じて、それに対応した高齢者医療サービスなどのようにするか、能登病院にリード・サポートしていただきたいと思っております。



住所：七尾市中島町浜田ソ部68番地1



字「龍跳天門」  
明治洋画家・書家  
中村不折（なかむらふせつ）

治療室に足を踏み入れた瞬間、正面からは想像がつかないほど、窓一面に壮大な日本庭園のパノラマが飛び込んできます。患者さんの痛みや不安が和らぎそうです。今回は特別にこの門の奥にあるお茶室なども案内していただきました。

木山先生、お忙しい中ありがとうございました。

# 外来診療予定表

(2013.8.1)

受付	診察室	月		火		水		木		金				
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後			
受付A 1 TEL52-8702	外科1	守友	当番医 (紹介のみ)	平沼	当番医 (紹介のみ)	牛島	当番医 (紹介のみ)	徳楽	当番医 (紹介のみ)	古川	当番医 (紹介のみ)			
	外科2	古川		守友		徳楽		大学医 呼吸器外科(不定期)						
	外科3			大学医 臨床腫瘍外来				牛島		大学医 心血管外科				
	歯科口腔外科	長谷	手術	長谷	手術	長谷	手術	長谷	手術	長谷	手術			
	歯科口腔外科	小山		小山		小山		小山						
	歯科口腔外科	宮澤		宮澤		宮澤		宮澤						
受付A 2 TEL52-8702	整形外科1	岡山	手術	伊井	手術 装具外来 14:00~15:00	岡山	手術	伊井	手術	外館	手術 13:30~15:00			
	整形外科2	外館		中村(孝)		中村(孝)		岡山		伊井				
	整形外科3	中村(孝)						外館						
	リハビリ科											八幡(第4) 13:30~14:30		
受付B 1 TEL52-8703	内科胃腸科1	安田	形成外科当 面の問診 受付 10:00まで 予約診察 11:30まで	中村(勇)	手術・検査	中村(勇)	手術 13:30~17:00	安田	手術 15:00~16:30	柿木	手術・検査			
	内科胃腸科2			柿木		柿木				中村(勇)				
	皮膚科1	非常勤医 9:00~		非常勤医 14:00~15:30		越後		越後		越後 15:00~16:30		越後	越後 15:00~16:30	越後
	皮膚科2	荒井		手術・検査		荒井		荒井		荒井		荒井	非常勤医 9:00~	
	形成外科1 (初診)	山城		山城 14:00~17:00		山城		山城		山城 15:30~16:30 小学生~高校生		山城 (初診・再診)	→初診受付 10:30まで 手術 13:30~17:00	山城
	形成外科2					井岡		井岡				竹村/森本		山城 (第1・3金曜)
美容外科		山城 14:00~17:00						山城 14:00~17:00						
受付B 2 TEL52-8703	内科1(初診)	泉谷	当番医 (紹介のみ)	吉村(光)	当番医 (紹介のみ)	酒井	当番医 (紹介のみ)	藤岡	当番医 (紹介のみ)	中島	当番医 (紹介のみ)			
	内科2	藤岡				藤岡		遠山 (腎・膠原病)		泉谷				
	内科3	吉村(光)		酒井		大畑 (血液内科)		橋本(琢)						
	内科4	横山		村本		横山		中島		村本				
	循環器科1	村田		村田		村田		村田		村田				
	循環器科2	山下		中島 (内科)		山下		吉村(大)		山下				
受付C 1 TEL52-8704	神経内科1	室石 予約のみ	室石 予約・検査	室石 予約のみ	室石 予約・検査	室石 予約のみ	室石 予約・検査	室石 往診	室石 予約・検査	室石 予約のみ	室石 予約・検査			
	神経内科2							高橋 予約のみ						
	耳鼻咽喉科1	坂本	坂本 14:30~16:30	坂本	坂本	坂本 14:30~16:30	坂本	坂本	坂本	坂本	坂本			
	耳鼻咽喉科2	稲垣	稲垣 14:30~16:30	稲垣	稲垣	稲垣 14:30~16:30	稲垣	稲垣	稲垣	稲垣	稲垣			
受付C 2 TEL52-8704	脳神経外科1		手術	渡辺	手術	南部	手術	渡辺	手術	渡辺	手術			
	脳神経外科2	橋本(正)				橋本(正)				南部		検査		
	眼科1			佐伯		佐伯		佐伯		佐伯				
	眼科2	山田		検査		山田		山田		山田		山田	検査	
受付D 1 TEL52-8705	泌尿器科1	南	手術	上木	往診 検査処置 入院検査 他科回診	上木	手術	上木	検査処置 入院検査 他科回診	上木	手術			
	泌尿器科2	大学医 (初診)	入院検査	坂本 (初診)		坂本 (初診)	入院検査	南 (初診)		坂本 (初診)	入院検査			
	小児科1	池野	1ヵ月検診	福田	1ヵ月検診	池野	斉藤 (心臓)	福田	当番医	池野	当番医			
	小児科2	岡本		和田		和田		岡本		和田				
受付D 2 TEL52-8705	産婦人科1	大学医 (山口)	1ヵ月検診	富澤	1ヵ月検診	大学医 (柴田)	1ヵ月検診	富澤/植木	1ヵ月検診	大学医 (高木)	1ヵ月検診			
	産婦人科2	富澤		大学医 (藤田)		富澤		大学医 (早稲田)		富澤				
精神 センター TEL52-6619	精神科1	西村	1ヵ月検診		1ヵ月検診	西村	アルコール薬物依存外来 西村	西村	1ヵ月検診		1ヵ月検診			
	精神科2	平松		平松		平松		平松		平松				
	精神科3	小坂		小坂		小坂		小坂		小坂				
	精神科4			林		林		林		林				
外来化学療法点滴室		平沼	牛島	徳楽	牛島	守友	牛島	古川	牛島	牛島	牛島			
救命救急センター		院内医師	後藤	後藤	後藤	院内医師	院内医師	院内医師	院内医師	院内医師	院内医師			
健診部		内科医師		内科医師		内科医師		内科医師		内科医師				
放射線科		中村(月~金)・茅橋(月~金)												
		萱野(核医学)			南(血管内治療)			滝(核医学)			高仲(放射線治療)・松井(血管内治療)			

TELは外線番号 作業療法:1か月に1回 生田

●外来診療受付(平日の時間内)  
一般診療受付 午前8時30分~午前11時30分  
ただし、診療科によって 午前11時の科もありますので、ご注意ください。

