

なが
がと

夏号
2018年7月

夏号

CONTENTS

- ながトピ
- 中継棟完成→工事がすべて終了しました
- 新任医師の紹介 ● 私の看護エピソード

特集
1

特定健診・がん検診のご案内

特集
2

胃内視鏡体験日記



表紙/「全ての工事を終えた長門記念病院の全景」/ 3月に完成した中継棟

STOP!ナタボ 特定健診・受けよう! がん検診のご案内

早く見つけて治す時代^{とき}

～年に一度は健康チェックをしましょう～

“生活習慣病”や“がん”は目に見えないところで進行します。
自覚症状がなくても定期的に検査をすることで、身体の状態を知り(健診)
病気を早期発見し(検診)対応する事ができます。

今年度より

- 特定健診は佐伯市外の方も受ける事ができます。
(津久見市・大分市など)
 - 佐伯市のがん検診を病院で受ける事ができます。
*佐伯市に住民票のある方のみ
- 検査項目も増え、自己負担金が無い検査もあります。

【当院で受けられる検査】

*各検査には予約が必要です!!

健(検)診項目	対象年齢	自己負担金	健(検)診内容	注意事項など
特定健康診査	40歳以上	加入する保険により異なります	身体計測・問診・ 血圧血液検査・ 検尿	受診には、 特定健康診査受診券と 保険証が必要です
若年者健康診査	30～39歳	無料		
肺がん検診	40歳以上	無料	胸部レントゲン	喫煙歴の長い方や 本数の多い方が対象です
		500円	喀痰検査	
大腸がん検診	40歳以上	無料	便検査	便容器をお渡しし、 後日提出していただきます
胃がん検診	40歳以上	3500円	胃カメラ	電話予約も可能です
		1000円	ピロリ菌検査(血液)	問診記入後、対象の方のみ 受ける事ができます
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円	腫瘍マーカー(PSA)	血液検査をします
肝炎検査	40歳になる方	500円	「B型肝炎ウイルス」 「C型肝炎ウイルス」 の 血液検査	今までに肝炎検査を 受けたことが無い方が 対象です。
	受診歴のない 41～69歳	500円		
	受診歴のない 70歳以上	無料		

*がん検診は佐伯市に住民票のある方で、年度内(4月～翌年3月末まで)1人につき各1回のみです。
同じ検査を2回以上受診すると、2回目以降は全額自己負担となりますのでご注意ください。

体験して
みました!

胃内視鏡検査(胃カメラ)体験日記!

僕(41才・男)自身、特にどこが悪いというわけではないのですが、40歳を超えたという事で、節目検診として胃内視鏡検査(胃カメラ)を経験してきました。

初めての体験、そして体に異物を入れるという違和感を恐れつつ、前日の夕食は普通にとり、21時以降は水しか口にしていけないとの指示を受けました。もちろん当日の朝は食事をとらず、少量の水だけを飲んで、8時半からいよいよ胃内視鏡検査が始まりました!(緊張・・・)

1 胃の中をきれいに
する薬を飲みます。



とくに美味しくないわけじゃないですが、緊張して味どころではありません笑。

2 のどの麻酔薬を口に
含んで5分間休みます。



口の中に入れてばなしにしなきゃいけないのが大変でした。

3 のどに麻酔薬を
スプレーします。



(おえ〜〜)

4 左側を下にして横に
なり、マウスピースを
口にくわえます。



だんだん緊張感が高まってきます。

5 検査中にきつくな
らないように、鎮静剤の
注射をします。



ここまで来たらもうドキドキがありません。

6 ついに検査開始です!
マウスピースから内視鏡を
入れ、モニターを見ながら
観察していきます。



あれ!?おもったより楽かも。スツと入っていった。

7 無事終了



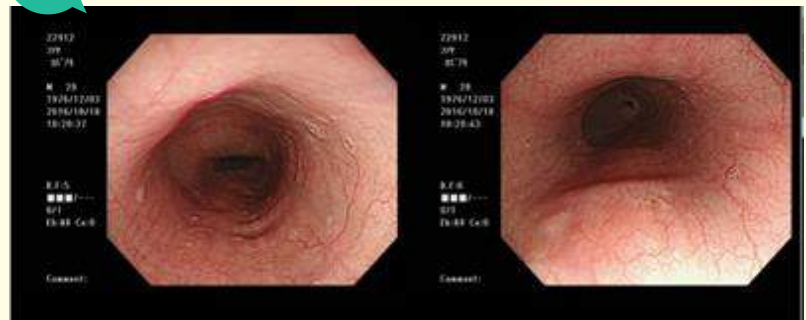
ふう・・・、終わったあ〜。

8 検査終了後は回復室で
1時間程度休んで
いただきます。



楽に終わることができ、1時間ぐっすり眠りました。

9 検査後に診察があります。



ご覧のように僕の胃の中は幸い何の異常もなくきれいな胃という診断でした!

このように半日あれば胃内視鏡検査をする事ができます。心配な方も、そうでない方も胃内視鏡検査をしてみませんか?

nagato topics ながトピ

1/31水 TOPICS 誤嚥性肺炎予防教室を開催しました

1月31日(水)、ケアタウンながと1Fラウンジにおいて、井上言語聴覚士による、『誤嚥性肺炎予防教室』がありました。

誤嚥性肺炎とは、食べ物を飲み込む筋力が弱くなり、気管に食物や細菌が入り込むことで引き起こされます。現在の死亡原因の第3位となっており、要介護高齢者では死因のトップとなっています。

講座は全3回で行われ、各回ともラウンジがいっぱいになるほど多くの方にご参加いただきました。



3/25日 TOPICS ケアタウンながとにて「第4回 ながと春まつり」が開催されました

この日は天気良く、気温もあたたかく、まつり日和となりました。

今回は、佐伯豊南高校の生徒さんもボランティアで参加してくれました。3Fではワークショップが行われ、ごまだしうどん作りやヨガなどを楽しんでくれたようです。そして毎回好評の健康チェックは、まつり開始とともに多くの人でにぎわっていました。入江医師による「糖尿病講話」にも多くの方が来てくれて、大変好評でした。そして「鶴岡神子太鼓」で祭りはフィナーレとなりました。ご来場いただきましたみなさま、また、近隣住民の方々、ありがとうございました。

今回ははじめての試みが多く、いたらない点も多かったかと思えます。

また来年も今回の反省を活かし、よりよい祭りをしていきますので今後ともよろしくお祈りします。



4/2日 TOPICS 入社式がありました

今年は13名の新しい職員が入りました。病院歌を斉唱し理事長祝辞、辞令交付があり、新入職員のそれぞれの挨拶もありました。

また新入職員を代表して、看護師の吉田駿介さんが代表挨拶をのべました。

最初は緊張気味だった新入職員も、長門記念病院の雰囲気が伝わってか、少しずつリラックスできたようで、それぞれの挨拶もとても立派にこなしていました。

各部署に分かれても、同期入社仲間として切磋琢磨し早く一人前の社会人へと成長してください。



4/9月~13日 TOPICS 5日間にわたり、看護部新人研修が行われました

1日目は司農看護部長による講話があり、その後は病院内各部署をまわり、それぞれの部署の特色を説明していただきました。2日目は佐藤科長より「看護者の倫理綱領」の説明を受け、3~4日目は各委員会からの様々な講義を受けていました。

最終日は、プリセプター（先輩看護師）との合同研修ということで、採血や吸引など技術演習を行いました。

初めて肌に針を刺す瞬間は本当に緊張しましたが、みんなうまくできたようです。

この5日間の研修を通して学んだことをこれから活かし、立派な一人前の看護師になれるようがんばってください。今年は3人と少ないのですが、少数精鋭、力を合わせて頑張りたいと思います！



4/22日 TOPICS 第29回佐伯番匠健康マラソン大会に参加してきました

4月22日(日)、4月とは思えない炎天下の下、長門記念病院より総勢17名で参加してきました！ウォークの部、10kmの部、そしてハーフマラソン(21.0975km)の部に分かれ、それぞれ自分の目標に向かって頑張りました。

25℃を越すと練習を重ねたメンバーでもバテバテ。なんとか無事に全員完走することが出来ました。オリジナルTシャツも好評で沿道からは「長門記念病院がんばって〜!」と声を掛けて頂き元気をもらいました。次の目標は11月のくにさきとみくじマラソンか!?福岡マラソンか!?これからも健康づくりのためランニングを続けていきたいです。



4/1①
TOPICS

長門記念病院看護部の ユニフォームが4/1より 一新しました!

スクラブ白衣のタイプが3色と、丸襟タイプの計4種類です。男女とも新しいユニフォームに身を包むと、爽やかさがUPしますよね。すでに患者さんにも好評です。

長門記念病院へお越しの際は、ぜひ看護師のユニフォームにも注目してみてください!



TOPICS

絵画が 寄贈されました

当院A館の1Fロビーに、当院顧問弁護士の高庄先生より絵画が寄贈されました。

題名はフランス語で「照らす」を意味する「イルミナシオン」です。作者の画家・伊藤裕美子さんは「来院される方が温かい気持ちを持ってもらえれば」との思いを込めています。

当院受付すぐそばにあります。是非ご覧になってみてください。



5/11金
TOPICS

「看護の日」の 「ふれあい看護体験」を 開催しました

毎年5月12日はフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ日本では看護の日と呼ばれています。その前日の11日(金)に「看護の心をみんなの心に」をテーマに気軽に看護にふれていただける「ふれあい看護体験」が行われました。看護職に興味のある高校生、佐伯鶴城高校から6名、佐伯豊南高校から2名、日本文理大学附属高校から5名の計13名が体験しました。

まず初めに後藤院長から看護の日についてのお話と今日一日の委嘱状を授与されました。その後、司農看護部長より看護職の大切さ、楽しさのお話があり、たすきを掛けナースキャップを被って、各病棟に分かれ看護体験が始まりました。

バイタル測定や足浴、洗髪、リハビリの介助など、ほとんどの生徒がこういった体験が初めてだったようで、最初は緊張気味でしたが、徐々に担当ナースや患者さんともコミュニケーションが取れていたようです。

体験終了後の感想発表では、「看護師を目指しているのでもっと貴重な経験になった」「進路に迷っていたけど、看護師が選択肢の一つになった」「初めての体験で戸惑うこともあったが楽しかった」など聞いて、普段現場で働いている担当した看護師も自分たちが看護師を目指し始めたころを思い出し、とても良い刺激になりました。今回経験した13名が、これを機会に立派な医療人を目指してくれればと思いました。

頑張れ!地元高校生!!!



TOPICS

中継棟完成!

→工事がすべて終了しました

平成27年(2015)3月より始まった長門記念病院増改築工事が、平成30年(2018)6月、いよいよ竣工を迎えることができました。

この工事は新A館の建設に始まり、旧A館の解体工事、そして中継棟の新築、最後は周辺駐車場の整備と3年以上にわたり行ってきました。その間、当院を利用された患者さんやその家族の方々、また近隣住民の方々には大変ご迷惑をおかけしましたが、ご理解ご協力ありがとうございました。A館玄関のそばに70台以上の駐車場も完成し、身障者用駐車場も充実させ、また中継棟の1FにありますヤマザキYショップも広くなり、とても利用しやすくなっております。日当たりの良い大きなガラス張りのラウンジはイートインスペースとしてご利用いただけます。

これからも当院を利用される方が、より快適にご利用できるよう努めていきますので、よろしく申し上げます。





顧問

もり ひろむ
森 宣 先生

出身大学	長崎大学
卒業年次	昭和 52 年
専門分野	放射線医学
加入学会	日本放射線学会放射線科専門医 日本消化器病学会専門医 日本血管造影・ インパシヨナルラジオロジー学会指導医 日本超音波学会専門医・指導医
専門医・認定医等	日本医学放射線学会 日本超音波学会 日本消化器病学会 日本腹部救急医学会 日本腹部放射線学会 日本血管造影 IVR 学会 北米放射線学会 ヨーロッパ腹部放射線学会 アジア腹部放射線学会 等

ひとこと

顧問および放射線科医師として就任いたしました。よろしくお願いいたします。



内科産業医

かわの せいいち
河野 誠一 先生

出身大学	産業医科大学
卒業年次	平成 5 年
専門分野	産業医学、内科
加入学会	日本産業学会

ひとこと

5月に着任しました。健診を中心に行ってまいります。よろしくお願いいたします。



神経内科医

ふじおか ひでやす
藤岡 秀康 先生

出身大学	大分大学
卒業年次	平成 23 年
専門分野	神経内科
加入学会	日本内科学会、日本神経学会
専門医・認定医等	日本内科学会認定医

ひとこと

まだまだ未熟な身ですが、お役にたてるよう努力していきます。よろしくお願いいたします。

新任医師の紹介



和の風 施設長

わたなべ のりたけ
渡邊 徳武 先生

出身大学	山口大学
卒業年次	昭和 48 年
専門分野	耳鼻咽喉科気管食道科 アレルギー科 頭頸部外科 頭蓋底外科
加入学会	日本耳鼻咽喉科学会 日本アレルギー学会 日本気管食道科学会 日本鼻科学会 日本耳科学会 日本咽頭科学会 日本耳鼻咽喉科免疫アレルギー学会
専門医・認定医等	日本耳鼻咽喉科学会専門医 日本アレルギー学会専門医 日本気管食道科学会専門医

ひとこと

この度、4月より『和の風』に勤務することになりました。過去5年間、動く重症心身障害者(児)施設にて医療・介護に関わってきた経験を生かし、入所者の方々の安全で安心できる生活を送れるように尽力したいと考えております。施設のスタッフ一同がひとつのチームとして努力してまいります。



放射線科医

たくま まさひさ
詫摩 真久 先生

出身大学	大分大学医学部
卒業年次	平成 7 年
専門分野	放射線医学 (画像診断、IVR)
加入学会	日本医学放射線学会 日本核医学会 日本超音波医学会 日本 IVR 学会 日本放射線腫瘍学会
専門医・認定医等	放射線画像診断専門医 核医学専門医・PET 核医学専門医 超音波指導医

ひとこと

正確、迅速な画像診断と適切な非侵襲的処置を通し、病院の診療能力の向上に寄与できればと考えています。当院がこれまで以上に、県南住民の皆さまや、開業医の先生方の手助けとなれますよう仕事させていただきます。

Vol. 8

～「ありがとう」という言葉の大きさ～

私の看護エピソード

看護師として働き始め今年で3年目になります。看護師になったきっかけは、初めはただ、周りに医療関係の仕事をしている人が多く、自分でも目指してみようという軽い気持ちからでした。就職し病棟で多くの患者さまと関わっていく中で、自分は本当に看護ができるのか、自分は看護師という仕事に向いているのか不安になることも多かったです。

しかし今では患者さまと関わり話す楽しさ、看護を提供し患者さまから「ありがとう!」と言われる嬉しさを感じることで、看護師という仕事を選んで良かったと心から思っています。

命を預かる仕事なのでもちろん責任は重く、ミスをしたり、患者さまに言われるひとことで落ち込んだりすることもあります。しかし毎日のように顔を合わせ話すことで信頼関係ができたときは、また違った嬉しさもあります。

ひとことで人の気持ちは大きく動き、大きく変わります。患者さまを支えていける声かけをこれからも行っていき、1人でも多くの方から「ありがとう」と言ってもらえるような看護を提供していきたいと思ひます。



3B病棟 看護師 梅田 裕一

一般外来診療予定表

午前 受付時間 8:00～11:30 診療時間 8:30～12:00

午後 受付時間 13:00～16:30 診療時間 13:00～17:00

診療科/曜日	月	火	水	木	金	土	
内科	呼吸器	後藤・平井	後藤・平井・三戸	後藤・平井・三戸	—	平井・三戸	—
	神経内科	—	三宮・藤岡 (予約制)	三宮 (予約制)	藤岡 (予約制)	三宮 (予約制)	—
	消化器	橋本	松本	—	橋本	松本	—
	肝臓疾患	入江	—	入江	入江	—	—
	一般内科	—	安井	安井	—	安井・稲垣	常勤交代制
	総合内科	長門	—	—	長門	—	長門
	循環器	—	—	児玉	児玉	—	永瀬(不定期)
	糖尿病	—	—	—	—	—	田中(月2回) ※1
	脳神経外科	—	—	—	—	田島(予約制)	—
泌尿器科	津江	津江	津江	—	津江	津江	
外科	宇都宮	宇都宮	—	宇都宮	宇都宮	宇都宮	
精神科・心療内科 物忘れ外来	河原 (予約制)	河原 (予約制)	河原 (予約制)	河原・山内 (予約制)	河原・河野 (予約制)	—	
整形外科※2	徳丸・赤木	徳丸・赤木	徳丸・赤木	徳丸・赤木	徳丸・赤木	非常勤	
ペインクリニック (痛み外来)	竹島(予約制)	竹島(予約制)	—	—	竹島(予約制)	—	

診療科/曜日	月	火	水	木	金	土
一般内科	児玉	橋永	松本	呼吸器交代制	稲垣(16時まで) 橋本(16時から)	日直医
専門外来	三宮 (物忘れ) 三戸 (禁煙)	—	尾崎 (循環器) 藤岡 (神経内科)	三戸 (喘息・COPD・禁煙) 後藤 (呼吸器)	入江 (ダイエット) (※第1・3・5週)	—
精神科	河原 (予約制)	河原 (予約制)	—	河野・山内 (予約制)	河原 (予約制)	—
泌尿器科	検査	津江(予約制)	津江(予約制)	津江(予約制)	津江(予約制)	—

※手術等の関係上、整形外科の午後の外来は電話などで確認して下さい。

※1) 都合により変更になる場合があります。受診前にお問い合わせ下さい。
 ※2) 整形外科受付6:30～10:30 午後は手術です。ただし緊急の患者はその限りではございません。

専門外来診療予定表

診療科/曜日	月	火	水	木	金	土
眼科	—	13:30～16:30	—	13:30～16:30	—	9:00～12:00
耳鼻咽喉科	—	9:00～13:00	—	9:00～13:00	—	9:00～13:00
皮膚科	—	—	—	—	—	14:00～ ※月2回

※都合により変更になる場合があります。受診前にお問い合わせ下さい。

編集後記

6月18日の朝に大阪北部で震度6弱のとても大きな地震が発生しました。被害に遭われた方のご冥福をお祈りします。

「天災は忘れた頃にやってくる」という寺田寅彦さんの言葉は有名ですが、もはや我々の住む日本にとって、天災というものは決して忘れてはいけない事として心に刻んでいます。天災は各家庭や地域、職場や学校など、いっどこで遭遇するかわかりません。周りの人と、こういつた時にはどういう行動をするかということ、日ごろから話題にしておくことも大切だと思ひました。

私たち長門グループも多くの患者さんや利用者さんをお預かりしている立場として、避難訓練をはじめ、避難時の対応等を今一度確認しなければと思ひました。

これから夏が始まります。今年の夏は平年より暑いと聞いております。水分をしっかり取って、熱中症にならないように気をつけて過ごしましょう。

企画広報室

関連施設一覧

社会医療法人 長門莫記念会

医療機関

A 長門記念病院

〒876-0835 大分県佐伯市鶴岡町1丁目11番59号
TEL.0972-24-3000 FAX.0972-23-6680

直川クリニック

〒879-3102 大分県佐伯市直川大字上直見562-1
TEL.0972-58-3100 FAX.0972-58-2593

因尾診療所

〒876-0213 佐伯市本匠大字堂ノ間295番地1
TEL.0972-57-6556 FAX.0972-57-6741

西野浦診療所

〒876-2302 大分県佐伯市蒲江大字西野浦2-1219-3
TEL.0972-43-3252 FAX.0972-42-1594

名護屋出張診療所

〒876-2405 大分県佐伯市蒲江大字丸市尾601
TEL.0972-44-0212

介護老人保健施設

A 鶴望野

〒876-0835 大分県佐伯市鶴岡町1丁目11番59号
TEL.0972-24-3080 FAX.0972-20-5478

C 和の風

〒876-0025 大分県佐伯市大字池田2260-1
TEL.0972-24-1201 FAX.0972-24-1206

通所リハビリテーション 和の風

〒876-0025 大分県佐伯市大字池田2260-1
TEL.0972-24-1201 FAX.0972-24-1206

その他

佐伯市本匠高齢者生活福祉センター

本匠高齢者生活支援施設 ほのか
〒876-0213 大分県佐伯市本匠大字堂ノ間283番地1
TEL.0972-57-3625 FAX.0972-57-3626

デイサービスセンター ほんじょう

〒876-0213 大分県佐伯市本匠大字堂ノ間283番地1
TEL.0972-57-3625 FAX.0972-57-3626

ケアタウン ながと

〒876-0835 大分県佐伯市鶴岡町1丁目6番3号

B 長門在宅リハビリテーションクリニック

TEL.0972-24-1001

B 長門デイサービスセンター

TEL.0972-22-5120

B サービス付き高齢者向け住宅 つくし

TEL.0972-20-3305

B 定期巡回・随時対応型訪問介護看護ながと

TEL.0972-20-3307

B 訪問看護ステーション 長門

TEL.0972-24-3082 FAX.0972-23-2809

B 介護保険サービスセンター 鶴望野

TEL.0972-20-3900 FAX.0972-23-2809

B ホームヘルパーステーション 鶴望野

TEL.0972-22-9110 FAX.0972-23-2809

相談窓口

A 地域連携室

〒876-0835 大分県佐伯市鶴岡町1丁目11番59号
TEL.0972-22-5833 FAX.0972-24-3067

社会福祉法人 双樹会

入所サービス

D 介護老人福祉施設 花みずき

〒876-0025 大分県佐伯市大字池田1699-7
TEL.0972-23-3000 FAX.0972-23-0330

D グループホーム 花みずき

〒876-0025 大分県佐伯市大字池田1712-27
TEL.0972-24-3003 FAX.0972-24-3021

養護老人ホーム ながと

〒876-0111 大分県佐伯市弥生大字井崎981番地
TEL.0972-25-3555 FAX.0972-25-3666

F 短期入所施設 悠久園

〒876-0844 大分県佐伯市向島1丁目3番8号
TEL.0972-23-3054 FAX.0972-23-3072

通所サービス

D デイサービスセンター 花みずき

〒876-0025 大分県佐伯市大字池田1699-7
TEL.0972-23-3000 FAX.0972-23-0330

E デイサービスセンター やまぼうし

〒876-0025 大分県佐伯市大字池田1689-1
TEL.0972-20-3133

F デイサービスセンター 中川園

〒876-0844 大分県佐伯市向島1丁目3番8号
TEL.0972-23-3064 FAX.0972-23-3072

F デイサービスセンター 水明園

〒876-0844 大分県佐伯市向島1丁目3番8号
TEL.0972-23-3074 FAX.0972-23-3072

ケアマネジャー

D 花みずき 居宅介護支援事業所

〒876-0025 大分県佐伯市大字池田1699-7
TEL.0972-23-3000 FAX.0972-23-0330

