

第4号



長崎県対馬いづはら病院

〈発行日〉
平成27年
2月15日

広報

いしやね

地域版



目次

院長挨拶	2
健康講話・病院受診について	3
長崎県対馬病院(仮称)について	4・5
小児科外来より	6
特別診療予定表	7

ふれあいフェスタ フォト集	8・9
健康広場 第2回 足の健康について	10・11
奨学金のご案内	12



院長挨拶



長崎県対馬いづはら病院は、中対馬病院と再編統合し、平成27年5月17日(予定)に新病院に移転することになります。

新病院では、長崎県の離島で初めてとなる放射線治療装置が導入され、「がん」の放射線治療・疼痛緩和治療が行えるようになります。全国のほとんどの離島で困難であった放射線治療が、新病院に導入されることは大きな進歩です。

日本人の死因の第1位である「がん」の予防・早期発見(検診)・早期治療などのさらなる充実は重要であり、今後も継続していきます。特に以前から行っている早期胃がん・早期大腸がんの内視鏡手術(ESDなど)や、胃がん・大腸がんの腹腔鏡下手術は、本土に引けを取らないレベルで施行できていると考えております。引き続き、外来・入院での抗癌剤治療も対応していきます。新病院では腫瘍診療を専門とする科を新設し、「がん」治療の充実を目指して行きます。

「がん」患者様のみならず、多くの疾患を抱える患者様の緩和医療・在宅医療の充実も重点目標と考えております。

入院機能に関しましては、急性期疾患のみならず、慢性期やリハビリの患者様や在宅療養の準備段階の患者様、在宅療養中に状態が悪化された患者様などへの対応も引き続き行います。そのため、新病院では地域包括ケア病棟の設置を予定しています。

少子高齢化さらに過疎化・限界集落の増加が予測される対馬で、地域医療を通じて、対馬の皆様が「泣きながら生まれ、健やかに育ち、朗らかに働き、穏やかに老いて、安らかに人生を終えること」ができるよう職員一同、日々努力いたします。

皆様の健康増進を目的とした健康講話(下記参照)も継続的に開催いたします(その際に新病院の紹介等もさせていただきます。出前講話も受け付けております。)ので、多くの皆様に御参加いただき、ご意見も伺いたいと存じます。

当院は、皆様のご意見も頂きながら、もっともっと地域に密着した病院をめざしていきます。

対馬いづはら病院 院長 川上 眞寿弘

平成26年度 健康講話

対馬市交流センターにおいて、健康講話を行っています。

諸事情により日程を変更する可能性がありますので、病院内・交流センターに掲示予定のポスターをご参照ください。参加費は無料となっております。

皆様のご参加、お待ちしております。

第8回『認知症講演会』

日時 平成27年3月12日(木) 18:30~

場所 対馬市交流センター 3階大会議室

講師 いづはら病院 院長 川上 眞寿弘



： 病院受診についてのお願い ：

● 一般外来／各科：（平日） 8:30～11:00

● 午後 総合／小児：（平日）14:00～17:15

※各科診療受付時間は11時までとなっております。

※14時から小児科医による救急外来を行っております。

※14時からの一般診療は、**診察科・医師は指定できません**
（午後診療担当の医師になります）ので、ご了承ください。

※14時からの診療では、できない検査等もありますので**検査等を希望**される場合は、**11時までの受診**をお願いします。

※また**14時から受診**を希望される場合は、**受診前に一度お電話**ください。

※14時からの外来でも、急患他諸事情により待ち時間が長くなる場合がありますので、ご了承の上で受診ください。
受診方法について、ご不明な点がある場合は、病院までお問合せください。

お問い合わせ先 病院代表電話 ☎0920-52-1910



： 第9回 こころのふれあい祭り ：

対馬で生活している精神障がい者の日頃の活動を市民の皆様にご覧いただき、理解を深めてもらうことで、お互いに助け合い、安心して安全に地域で暮らせるネットワークを創ることを目的としています。

主催は、任意団体、対馬精神障がい者当事者会「三つ葉のクローバー」です。
手作りの企画で、皆様をお待ちしております。

日時 平成27年3月14日(土) 10:30～15:00

場所 判井桃水館(なからい とうすいかん)

厳原町中村584番地

主催 対馬精神障がい者当事者会 三つ葉のクローバー



※当日は当館の駐車場が使用できませんので、近隣の天道茂または八幡神社の駐車場（有料）をご利用ください。市役所駐車場は無料です。（徒歩7分）

長崎県対馬病院（仮称）について

平成27年5月17日（予定）に長崎県対馬病院（仮称）が開院します。

開院にあたり、通常診療等の制限をさせていただくこととなり、市民の皆様にはご不便をおかけいたしますが、なにとぞご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

また、併せて、新病院の機能・設備について簡単ではありますがご紹介させていただきます。



長崎県対馬病院（仮称）

住所：美津島町雞知乙1168-7 ☎0920-54-7111（代表）



●開院日・診療開始日について

新病院での診療開始

1. 開院日（予定）
平成27年5月17日（日）
2. 外来開始日（予定）
平成27年5月18日（月）
3. 人工透析開始日（予定）
平成27年5月18日（月）

新病院の開院日（予定）は、平成27年5月17日曜日となります。

一般外来の診療・人工透析が開始されるのは（予定）、翌18日月曜日からです。

急患対応については、5月17日から新病院にて行います。開院日以降混雑が予想されますので、時間外受診希望の場合は来院前にお電話いただき、案内に添ってご受診ください。

新病院の詳しい受診方法については、後日ご案内予定です。

☎0920-54-7111

●開院にかかる診療制限について

新病院開院にあたり、入院患者様の移送・医療機器・設備移動のため、下記の期間、いづはら病院・中対馬病院ともに診療体制に制限をさせていただきます。（予定）

ご不便をおかけいたしますが、ご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

ご不明な点は、いづはら病院（☎52-1910）、中対馬病院（☎54-2024）までお問合せ下さい。

対馬いづはら病院の診療体制

	平成27年 5月15日(金) (予定)	平成27年 5月16日(土) (予定)	平成27年 5月17日(日) (予定)
外来	午後より休診	休 診	新病院
入院	制限あり(予定)	制限あり(予定)	
手術	制限あり(予定)	制限あり(予定)	
救急	産婦・精神対応	産婦・精神対応	

中対馬病院の診療体制

外来	平成27年5月17日（予定） は、患者搬送を予定しているため、休診となる見込みです。 尚、急患の対応は新病院で行います。
入院	
手術	
救急	

●新設備・機能について

放射線治療装置（リニアック）

導入効果について

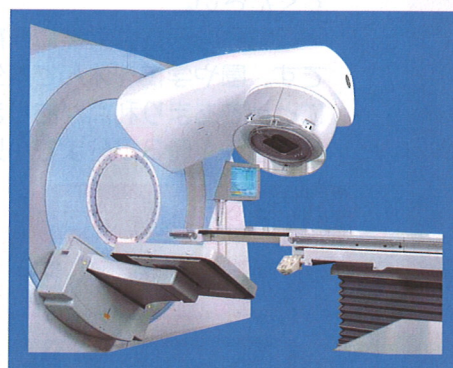
対馬地域新病院では、離島病院初の放射線治療装置（リニアック）導入を予定しております。

この装置が地域に導入される事によって、海を渡り九州本土まで出て行くのがつらいような症状を抱えた方でも、地元で治療を受けて不快な症状をやわらげ、最後まで安心して住みなれた土地で過ごせるお手伝いができるものと期待されます。

治療内容について

癌の局所病変の根治を目指す上で、外科的切除と並ぶ有力な治療法です。癌の種類や病期によっては、化学療法との組み合わせで治療効果が高まる事も知られています。

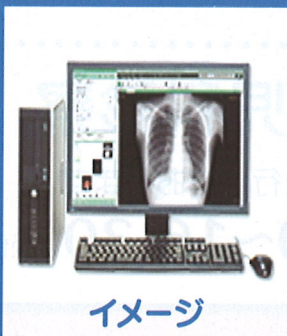
局所治癒が難しい進行病変の場合でも、放射線を当てて病変の増大を止めたり、一時的に縮小させたりすれば、癌の局所病変に由来する不快な症状（痛み・マヒ・嚥下障害など）をやわらげる事が可能です。進行癌の方の症状を緩和する上では、非常に有効な治療です。



電子カルテ・医療費自動精算機の導入

電子カルテでの診療のご案内

- 医療情報は電子カルテとして集約管理されます。
- 検査や処置など、あらゆるオーダーがリアルタイムかつ正確に関係部署に伝達されると同時に記録されます。
- 診察室では、様々なデータが画面上に表示され、より、わかりやすい説明が可能となります。



医療費精算機のご案内

- 医療費精算機を2台設置します。
- 医療費のお支払いは、現金及びクレジットカードで精算できるようになります。



小児科外来より



冬に流行する病気について

①嘔吐下痢（感染性胃腸炎）

ノロウイルス、ロタウイルスが代表的な原因ですが、症状や対処法に違いはありません。突然の嘔吐に続いて下痢が生じ、熱も出ます。嘔吐が続く間（4～6時間ほど）は水分・食事の摂取は極力控えてください。嘔吐が落ち着き、空腹感が出てきたら、少しずつ水分を摂らせ、消化の良い食べ物を食べさせてみてください。油もの、柑橘類、炭酸飲料は避けたほうがよいでしょう。嘔吐が12時間以上続く場合や、下痢の回数・量が多いわりに水分摂取が進まずぐったりするような場合には、点滴治療が必要となることがありますので受診をしてください。多少の下痢が残っていても、食欲が普段通りに回復すれば、登園・登校は可能です。手に付着したウイルスが口から体内に入ることですつりますので、家族みなで食事前の手洗いをしっかりとしていただくようお願いします。

②風邪（急性上気道炎）

咳・鼻水・目やに・発熱・頭痛・のどの痛みなどが症状ですが、薬を使わなくてもほとんどが自然に治ります。症状がつらく、食事・水分摂取や睡眠の妨げになるような場合、熱が3日以上続く場合、咳・鼻水が2週間以上続く場合には受診をしてください。

③インフルエンザ

上気道炎に含まれますが、突然の高熱で発症します。この病気も自然に治癒するものです。ほぼ全例に抗ウイルス薬を処方するのは日本だけです。検査の正確性、抗ウイルス薬の効果という2点の理由から、熱が上がりはじめてから12時間以上48時間以内での受診がすすめられますが、意識障害がある場合にはインフルエンザ脳症の可能性がありますので、すみやかに受診をしてください。

これらの病気は突然に発症し、家族としてはご心配でしょうが、緊急性が低いものがほとんどです。園や学校を休んで養生することが一番大事です。早退の途中や、夜間の病院受診はこどもにとってあまり利点がありません。いづらはら病院では、平日は19時まで、土日祝日は9時30分から11時30分まで小児科医による診察を行っていますので、上手にご利用ください。

小児科診療時間

新患・予約外来	月～金	8:30～11:00
時間外診療	平日	14:00～19:00
	土日祝日	9:30～11:30



救命を要するような緊急事態を除いて、休日・夜間外来の安易な受診は、体制上十分な検査などできませんので、お控えください。

豊玉診療所・小児科診察

豊玉診療所にて小児科医診療を行っております。

毎週水曜日 13:30～16:30（受付時間）

日程については、
変更になる恐れがあります
ので、受診前に確認をお願い
します。

特診予定表

●日程は変更となる恐れがありますので、
ご受診を希望される場合は、事前に病院
の方へご確認ください。

(受付時間)	月	火	水	木	金	土
皮膚科 (8:30~11:00)			第4			
脳外科 (8:30~15:00)					第2	
神経内科 8:30~11:00)			第1・3			
リウマチ (予約のみ)				第4 または 第4		
思春期外来 (予約のみ)						第3 または 第4
泌尿器科 (8:30~11:00)			第4	第3	第1・3	第4 (予約のみ)
循環器外来 (8:30~11:00)	第4	毎週 (総合外来)	毎週 (総合外来)	毎週 (総合外来)		
肝炎外来 (予約)★	第3					
糖尿病外来 (予約)★			第2			
血液内科 (予約)★	第3 または 第4					

※リウマチ・思春期外来は予約の方のみとなっております。お電話での新規予約受付は行っておりません。受診を希望される方は、リウマチ→整形外科、思春期外来→小児科を受診いただき医師へ相談ください。

※★の予約外来につきましては、他院からの紹介状をお持ちの方は事前予約が可能です。予約専用電話へお電話ください。紹介状が無い方は、院内紹介となりますので、一度総合外来（平日午前11時まで）をご受診いただき、医師へご相談ください。



予約変更専用電話 ☎0920-52-5595 (対応時間 15:00~17:00)

第2回

対馬いづはら病院 ふれあいフェスタ

今年も、昨年に引き続き『住民の皆様へ、医療を身近なものと感じていただけるように、さらに医療に関心をもっていただけるように』という思いで、対馬市・保健所さんのご協力のもと、去る平成26年9月28日(日)第2回対馬いづはら病院ふれあいフェスタを開催しました。

いづはら病院での開催は今回が最後となり、ボランティア及び職員を含む約170名のスタッフが各ブースで皆様をお迎えし（当日は島内外から400名を超える来場者がありました）、大盛況の中、無事終了することができました。

ほんの一部ですが、ご紹介させていただきます。

管理センター内



(透析針)注射体験



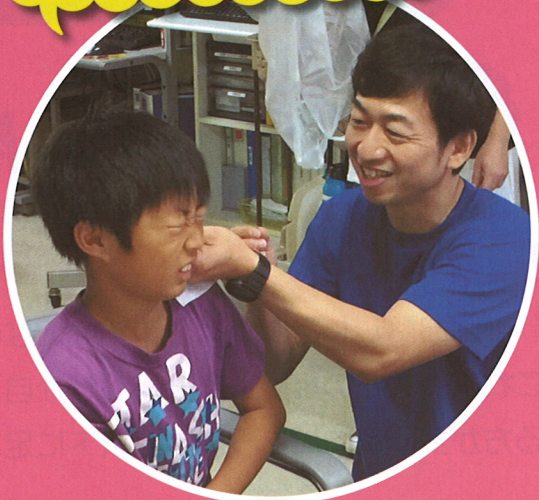
新病院建設現場見学会



手術室見学ツアー



血液型検査コーナー



内視鏡体験ツアー



手術室体験ツアー



スタンプラリー大抽選会



餅まき



2014.9.28

健康広場

第2回 ● 足の健康について



靴を正しく履けていますか？

●足と靴のトラブルとその問題点

前回お話ししたように、まず大切なのは自分の足のサイズに合った靴を履くことです。これまでの私の経験上でも、なぜか自分の足のサイズより、大きいサイズの靴を履いている方が多い傾向にあります。以下に足と靴の問題点について挙げてみました。

◆靴の中で足がズれる…

足と靴が合っていないほとんどの方が、長さはもちろん、幅や甲まわり（「EEE」などの表示）を実際のサイズより大きく履いているケースが多いと言われています。また靴ひもを緩く締めていることも原因のひとつです。靴の中で足が必要以上に動くのは、最も避けたい問題です。

◆靴の問題…

ヒールが高過ぎたり細かったりといった場合（ハイヒール・ピンヒール）や、「脱ぎ履きがラク」という理由で靴底や甲の素材が柔らかすぎる靴、最近ではダイエット効果があるとして、靴底に丸みをつけてあえて足元を不安定にしている靴など、構造的に不安定な靴は、からだのバランスも不安定にしていると言えます。また、子どもの靴でもトラック競技で速く走れるというコンセプトの靴はトラックで速く回るために作られた靴なので、当然普通に歩くときは左右の構造が違っているので真っ直ぐ歩くのにはあまり適していないと言えます。

◆歩き方の問題…

いろいろな要因で左右の歩行バランスが崩れている、いわゆるその方の「歩きグセ」が、特定の部分に負担を掛けてしまい、トラブルが起こりやすくなってしまいます。靴のへり方が左右違うことはありませんか？

◆過去のケガ…

骨折や捻挫など過去に大きなケガをしたことがあると、それをかばうことで歩きグセが大きくなり、トラブルの原因となりやすくなります。特にそれらをきちんと治療せずに放置してきた場合は顕著にあらわれます。痛くも腫れもしないけれど、ちょっとした段差で足首を「グリッ」とくじいたりつま先を引っかけたりする方、心当たりはありませんか？

意外と過去の何気ないケガが足や体全体に影響を及ぼしていることもあります。特に“ねんざ”は軽度の場合あまり自覚されにくく、放置されていることがほとんどです。

上記の内容にひとつでも心当たりがある方は、もしかしたら足元が不安定になっているかもしれません。不安定な足にぶかぶかで不安定な靴を履いていると、さらに不安定になり歩きグセがもっと悪くなる可能性がありますので、せめて今履いている靴をしっかりと履いてみてはいかがでしょうか？

●靴の正しい履き方とひもの締め方

いつも靴を履くとき足を靴に入れてつま先をトントンしていませんか？つま先に合わせて履くと最初から足が靴の先（靴の細く狭い方）に入り、靴の中で足が動くだけでなく常につま先が靴の先端にあたる状態になってしまいます。靴を履くときはつま先トントンではなく、「かかとトントン」でしっかりと靴にかかとが収まるようにすることがポイントです。



次にかかとをしっかりと床に着けて、つま先は上げたままひもを締めていきます。図の①～⑤は比較的緩めにしてください。全体を強く締めすぎると足の指が使いなくなり痛みの原因になります。大事なのは③～⑤の3カ所です。④を中心にギュッと力いっぱい締めるのではなく、3カ所で足の甲全体を包み込むようにキュッ、キュッと締めます。（靴によってひも通しの穴の数は異なりますので、その場合は足の甲を目安にひもを締めて下さい）



上記のようにひもを締めると足が靴のかかとに収まり、歩くとき足の甲で靴の中で足が前にずれるのを防ぎ、尚且つ足指がしっかり使えるようになるので、足の蹴り出しが強くなり歩行がスムーズになるのを実感できると思います。

次回は靴選びのコツとインソールについてお話ししたいと思います。

また現在足のトラブルにお困りで今すぐ足の悩みを解決されたい方や靴ひもの締め方がわからないという方は、一度、当院整形外科を受診し、リハビリテーション科への紹介をしていただくと、足のサイズ計測や靴の履き方など相談に応じます。

まずは足元から健康に!!

長崎県対馬いづはら病院
リハビリテーション科

理学療法士 波多野 竜太

看護学生修学資金貸与制度のご案内

長崎県病院企業団では、看護師になりたい方の修学を支援する『医療技術修学資金制度』を設けています。

この制度は、国家資格取得後、対馬地域病院で看護師として医療技術修学資金貸与の2倍相当の期間を勤務した場合に、返還が全額免除となる制度です。

●初年度年間貸与額（※入学金・授業料・実習費については上限額、教科書購入費・生活費は定額）

	入学金	授業料	実習費	教科書代	生活費	合 計
大 学 (4年以上)	282,000円 以内	520,800円 以内	80,000円 以内	50,000円 定額	600,000円 (月額50,000円)	1,532,800円 以内
上記以外の 養成施設	169,200円 以内	379,200円 以内	80,000円 以内	50,000円 定額	600,000円 (月額50,000円)	1,278,400円 以内

●次年度以降年間貸与額（※授業料・実習費については上限額、教科書購入費・生活費は定額）

	入学金	授業料	実習費	教科書代	生活費	合 計
大 学 (4年以上)		520,800円 以内	80,000円 以内	50,000円 定額	600,000円 (月額50,000円)	1,250,800円 以内
上記以外の 養成施設		379,200円 以内	80,000円 以内	50,000円 定額	600,000円 (月額50,000円)	1,109,200円 以内

長崎県対馬病院(仮称)



卒業後、新病院で一緒に働きましょう!!

修学資金貸与のお問い合わせ

対馬いづはら病院

TEL: (代表)0920-52-1910

担当: 総務係長 齋藤まで

長崎 Medical ねっと

医師 募集

看護師 募集

長崎県病院企業団の医師・看護師募集総合サイト



長崎県病院企業団 長崎県対馬いづはら病院



〒817-8517 長崎県対馬市厳原町東里303-1

院 長 川 上 眞 寿 弘

TEL: 0920-52-1910(代) FAX: 0920-52-1901

URL: <http://www.izuhara-hospital.com/>

編集委員: 宇山・里津