

てとて

Nakatsu Daiichi Hospital Communication Paper

vol.
01

TAKE FREE

中津第一病院
広報誌てとて



創刊号

TOPICS :
「地域包括ケア病棟」スタート

てとて

中津第一病院 広報誌てとて (2018年2月発行)

発行



法人 医療 中津第一病院

〒871-0012 大分県中津市大字宮夫252-2 www.nakatsu-daiichi.jp
TEL. 0979-23-1123 (代装) ・ FAX. 0979-22-0039



外来担当医一覧表

泌尿器科外来							
午前	診察室	月	火	水	木	金	土
	第一診察室	牟田口	牟田口	永松	永松	牟田口	永松
	第二診察室	上田	永松	牟田口	福岡	稗田	広島大学 医師

内科外来							
午前	診察室	月	火	水	木	金	土
	第一診察室	中村	中村	千葉	中村	手嶋	中村
	第二診察室	山口	山田	山田	谷川	福長	山田
	第三診察室	山中	山中	緒方	花田	山中	緒方 福長 (第二土曜日のみ)
	第四診察室	久下・谷口	丸尾		緒方	久下	久下
午後		山田・谷口	中村	緒方	中村・花田 ・谷川	手嶋・福長	



ACCESS | 中津第一病院へのアクセス

【お車でご来院の方】

- JR日豊本線中津駅より約5分 駐車場有

【電車でご来院の方】

- JR日豊本線中津駅下車
- タクシーで約5分
- 大分交通(宇佐・別府方面行)バス約10分
一ツ松バス停下車 徒歩約3分



コラムリレー

— #1 —

院長 久下 亨 Toru Hisaka



中津第一病院
ロゴマーク

私は消化器外科医で「肝臓、胆道、脾臓（すいぞう）」を専門としております。当院内科でよくみられる生活習慣病である「糖尿病」と私の専門である「脾臓がん」のかかわりについて書いてみたいと思います。

糖尿病はインスリンの分泌が少なくなったり、働きが悪くなるためにおこる病気です。そのインスリンを生成するのが、「脾臓」です。初期症状としては、**のどの渇き、水分の多量摂取、多尿、体重減少、体力低下、疲労感**などがあげられます。このような症状を感じた場合は、**すぐに検査を受けてください**。放置して重症化すると、動脈硬化や痛みなどの神経障害、腎不全、視力障害など、日常生活に支障が出てくる可能性があります。

糖尿病の原因は様々ですが、その一つに脾臓腫瘍（悪性の場合は脾臓がん）があります。脾臓に腫瘍が出来ることは、肺、大腸、胃などに比べると低頻度で珍しいのですが、それでも悪性の「脾臓がん」となった場合は、非常に見通しが悪く、注意が必要です。では、なぜ「脾臓腫瘍」が糖尿病の一つの原因になるのでしょうか？



脾臓がん患者の方がすべて糖尿病を併発するわけではありませんが、上記のように脾臓腫瘍ができ、脾臓の動きを邪魔した結果、急激に糖尿病が悪化するという症状がよくみられます。これまで**全く健康であった**に

きであり、もう一つは、血糖を一定の値に保つ働きです。この「血糖を一定の値に保つ」という働きを邪魔するのが、脾臓腫瘍なのです。腫瘍により、脾臓が閉塞すると継続的に脾臓が起り、血糖をコントロールできなくなります。また脾臓腫瘍が増大すれば、既存の脾臓も破壊され、これにより血糖コントロールが出来なくなる原因ともなります。皆様にお気をつけ頂きたいのは、脾臓腫瘍の悪性である「脾臓がん」は自覚症状に乏しく、発見時には著しく進行して手術すらできない場合が多いがんであるということです。

今回は、
内科・中村先生の
コラムです！



もかわらず糖尿病のような症状を自覚した場合、急激に血糖が上昇したというような場合は、画像による検査（レントゲンやCTなど）を受けられる医療機関への受診をお勧めします。

脾臓がんの治療として、唯一根治が認められるのは「外科手術による切除」です。近年、抗がん剤の治療効果は確実に進歩していますが、それでも「外科手術」に比べればまだまだ効果は不良であり、切除できない脾臓がんであるかどうかがとても大切なポイントとなります。

糖尿病を専門とするドクターは、そのことを熟知していますので、的確に検査を進めることが出来ます。当院には、内科（消化器内科、糖尿病内科）、消化器外科、画像検査のできる放射線科、病理検査部がそろっています。迅速な検査で、的確な診断を行うことが出来ると思います。不安なことがある場合は、是非ご相談ください。

「てとて」について

広報誌「てとて」の名前は、当院のロゴマークからつけた名前です。このロゴマークは、真ん中に「中津第一病院」の「N」を「手のシルエット」として表し、「技術」と「思いやり」を持って医療を行う、「てとて」で皆様とつながっていく、そんな思いを込めてデザインしました。この広報誌「てとて」を介して皆様と中津第一病院がつながり、輪を広めていけることを願っています。

はじまり
ました！

地域包括ケア病棟

3階病棟（52床）

在宅患者の急性増悪時の受入やリハビリ目的で入院し、60日以内に在宅復帰を目指す病棟です。

平成26年4月に厚労省より新しく認可された病棟です。医療や介護が必要になっても地域で暮らし続けたいという方への支援を行うことを目的とした病棟です。

急性期治療後のリハビリ・在宅復帰支援をおこなうほか、クリニックの外来や在宅患者さん・施設療養患者さんの増悪時の対応やリハビリを行い安定した療養生活を支援する役割もはたします。



このような方を対象としています

1 自宅や施設で療養中に肺炎や発熱、脱水、骨折などが、重症度の観点から急性期病棟よりもリハビリを重視した入院加療が望ましい方

2 自宅、施設等で療養中の方で誤嚥予防や日常生活動作（ADL）向上のためのリハビリテーションが必要な方

3 急性期病院での治療後、退院を目指したりリハビリが必要な方

（注）地域包括ケア病棟での入院期間は、患者さんの状態に応じて調整いたしますが、60日を限度としております。入院日数が60日を超えることが予想される場合には、他院、他施設での医療や療養に移行することがあります。



そのジュース、 ちょっと待った！

はじめまして。中津
第一病院の薬剤師・
森雅人です。今回はお薬の説
明の際、患者さんからよく頂
く質問を、詳しく説明します。

患者さん
森
換診で引っかけたて、
血圧の薬を初めて飲
みます。「この薬はグレープフ
ルーツジュースでは飲まない
でください」とのことですが、
飲んだらどうなるのですか？

森
グレープフルー
ジュースに含まれる
成分が、薬物を代謝する酵素
を阻害することにより、結果
として血圧の薬の効果が強く
出る恐れがあります。

患者さん
怖いですね。グレー
プフルーツジュース
だけでなく他の柑橘類もダメ
なんですか？ みかんが大
好きなんです。

森
ジュースだけでなく、
「グレープフルー
果実」や「さぼん」「ハチ」
ウィーティー」にも同じ成分
が含まれているので注意が必
要です。でも、「みかん・かぼ
す・レモンはOK！」ですよ。

患者さん
大好きなみかんが大
丈夫で良かった！
だからといって、食べ過ぎな
いようにしないといいません
ね。(〇〇〇)

WHY!?

今回は「漢方薬」
についての話題を
予定しています。

薬局長
森雅人



尿漏れ対策に、 簡単お部屋トレ！

準備編

今回はお部屋で簡単
にできるトレーニング
をご紹介します。ユニ
チャームが40代女性に
骨盤底筋トレーニング
について調査したデー
タによると、2ヶ月間
毎日骨盤底筋トレーニ
ングを行った人のうち
66・6%の人が「尿
もれが少なくなった」
と回答しています。

まずは【準備編】です。
【基礎編】【応用編】と
続きますので、ぜひト
ライしてみてください！
(病気が原因の場合もあ
ります。気になる症状
のある方は当院の泌尿
器科にご相談ください)

1 仰向けになり膝を曲げ、お
へそに乗せたビー玉を顔の
方へ転がすイメージで骨盤
を前傾させ肛門を締める。



2 おへそに乗せたビー玉
をお尻の方へ転がすイ
メージで骨盤を後傾さ
せ、肛門を締める。



職場 紹介

Vol. 1
[清掃部総課]

「日頃、どのような仕
事をしているのですか？」

松田 「8時30分のミー
ティングから1日が始ま
ります。まずは外回りの
清掃から入り、その後、
病棟内清掃(主に廊下な
ど)をします。昼食をとり、
午後からは窓の清掃、ワッ
クスがけなどを行い、17時
15分頃に退社します。その日
の状況によって多少は変わ
りますが、概ね、このような内
容です。」

「仕事のやりがいにつ
いて教えてください。」

松田 「清掃することで爽
快感を得ることができま
す。来院された方から、
『病院内がキレイ』と言わ

れた時は、嬉しかったで
すね。」

「仕事の大変なところを
教えてください。」

松田 「全ての業務におい
て、目配り・気配りが必要
なところです。また、患者
さん、来院者さん、そして
私たち職員の安全面を常に
考えながら作業にあたっ
ています。」

清掃部総課係長 松田英伸



最近、活躍中の『窓拭きロボ』。
窓の外側でも安全に掃除できます！

研修報告



中津第一病院では、職員が積極的に研修に参加しています。参加した研修の一部をご紹介します。

「ひめトレ」 ベーシックセミナー に参加しました。

大分市内のサロンで開催された「ひめトレベーシックセミナー」に参加しました。「ひめトレ」とは、尿漏れ予防に効果的な骨盤底筋エクササイズを、「ストレッチボールひめトレ」を使用して行うもので、骨盤底筋への感覚入力により、インナーユニット（体幹深部）の活性化につながるというエクササイズです。

対象者が安全にボールを

使用し、自身の身体に向き合いながら自宅等でも簡単にエクササイズが継続できるよう、技術・進行方法など実技を通し学びました。

作業療法士 近藤朝子



尿漏れでお悩みの方は
当院「泌尿器科外来」へ。
女性専門職員による対応を行っています。



第14回全国病院 広報実務者会議 堺に参加して。

9月2日・3日に大阪府堺市にある清恵会病院にて行われた全国病院広報実務者会議に参加してきました。2日間で12名の発表を聞き、懇親会では全国各地より参加した方々と有意義な意見交換も出来ました。

今回の会議では患者様目線に立ったホームページのリニューアル方法やWebデザインのノウハウ、LINEやフェイスブックをはじめとするSNSを使用した広報活動など様々な内容の発表がありました。その中で特に感じたことは地域の方々やメディアと積極的に関わっていくことの大切さです。プレスリリース（報道機関に向けた情報提供）や

地域向けの広報誌など、より多くの方々に自院を知ってもらう工夫や努力を行っている病院が増えてきています。

当院でも今ご覧の広報誌、ホームページ等を通じて情報発信を行っています。

今後の中津第一病院をより多くの方に知ってもらい親しみをもってもらえるよう積極的な広報活動を行っていきたいと思います。

総務課主任 中田貴昭



vol. 1

栄養管理室のお勧めレシピをご紹介します。
今回は手軽で美味しい時短レシピです！

てとてレシピ

柚香漬け

栄養価（1人当たり）

エネルギー 33 kcal
タンパク質 0.7 g
脂質 0.1 g
塩分 0.3 g



材料（2人分）

かぶ 2個（160g）
塩 少々（0.2g）
ゆず皮 6g
みつば 2g
ゆず果汁 2g
酢 6g
砂糖 7g
淡口しょうゆ 2g

作り方

- 1 かぶは半月切りにする。ゆずは皮を薄くむき、千切りにして果汁をしぼる。みつばは細かく刻む。
- 2 かぶに塩をふっておき、しんなりしたら、さっと洗ってしぼる。
- 3 調味料を合わせて和える。
- 4 お皿に盛り付けて完成。

「もう一品欲しい」時に最適！
さわやかなゆずの香りをお楽しみください。



中津第一病院
栄養管理室のみなさん

中津第一病院広報誌 「てとて」発刊のご挨拶

当院は昭和50年3月、全国初の老人病院としてスタートしたのち、内科診療に力を注いできました。昭和57年に泌尿器科診療を開始、平成15年より人工透析室を設けるなど常に変化を続けてきました。また、昨年より外科の診療を開始しました。

最近では県内初となる腹腔鏡下仙骨腫瘍切除術の施設基準届出（平成28年9月）、透析患者さん・糖尿病患者さんの健康を足から守るため、形成外科専門医によるフットケア回診を始めるなど、新しい取り組みを次々と行っております。これまでは、このような取り組みをお知らせする手段がなく、複数科を有することにより特色が伝わりにくかった当院ですが、今後はこの広報誌「てとて」を通じて、より一層地域の皆様や医療機関・介護施設の皆様と「てとて」をつなぎ合えるような関係になりたいと考えております。

ぜひ、お読みいただき、ご意見やご要望をお聞かせください。
今後とも、中津第一病院と広報誌「てとて」をよりよく願っています。