



阿知須共立病院 病院だより

2022
秋号
vol. 8

ホームページをリニューアル

安全で専門的・総合的な医療と、
地域に密着したやさしい医療環境。

阿知須共立病院は、内科・外科・整形外科等の外来をはじめ、
各種健診、福祉など山口県内での地域連携医療に積極的に取り組む病院です。



病院案内



診療案内



部門・施設案内



入院案内



人間ドック



職員募集



INFORMATION



医療法人協愛会理念

1. “地域の安心支援拠点” 安心と信頼を提供します
2. “皆さまの健康長寿” その人らしい生活をささえます
3. “四者満足” 希望と満足を実感できる法人でありつづけます

基本方針

1. “思い” を大切にした医療・予防・ケアに取り組みます
2. 安全・納得の技術を提供します
3. 切れ目のない地域連携で皆さまを支えます
4. 24時間、365日、まごころサービスで皆さまを支えます
5. 安心と信頼を提供できる人材を育成します。

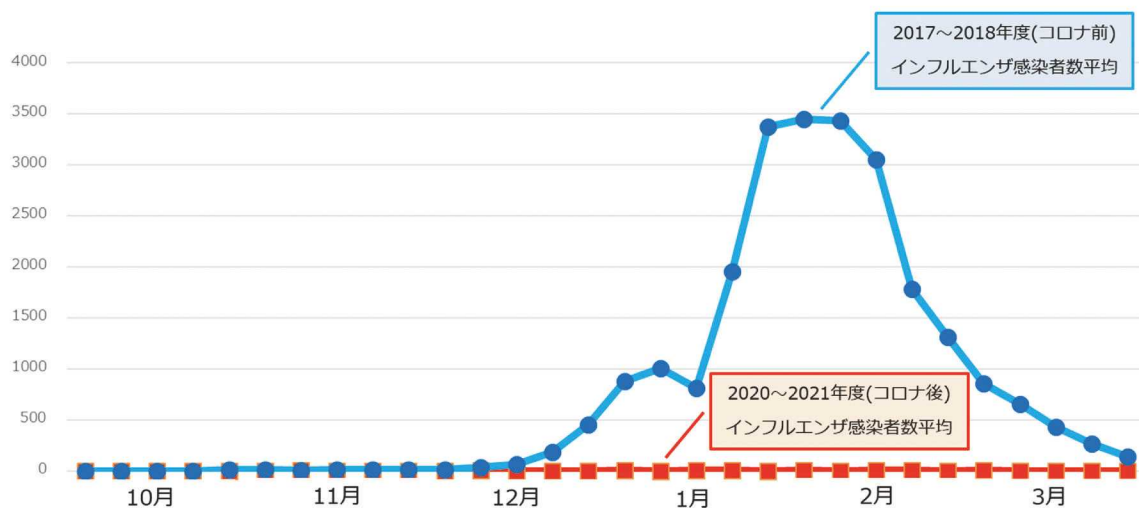
2022年度 インフルエンザウイルス感染症情報

Q. 今年度のインフルエンザ感染症予想は？

2020～2021年度は新型コロナウイルスの影響で下図（赤線）のように流行が見られませんでした。しかし、今年度は次の二つの理由からインフルエンザ流行が懸念されます。一つは、ここ2年間流行がなかったため皆さんのインフルエンザへの免疫力が低下していること。もう一つは、南半球でのインフルエンザ流行に加えて日本への観光客が増加していることです。

ただ、私達一人一人が行動することは大切だと思います。例えば、外出時はマスク着用し帰宅後は手洗い・うがいの基本的な感染対策を行う、十分な休息をとり免疫力を上昇させる、体調不良があれば早めの受診をする。もちろん、予めのワクチン接種も大切です。

山口県 新型コロナウイルス前後のインフルエンザ流行状況



Q. 予防接種をどうして受けるの？

予防接種を受けることで本感染症に全く罹らなくなるわけではありません。しかし、ある程度の予防効果（発症予防）と、罹っても症状が重くならない効果（重症化予防）が期待できます。また、集団生活においては施設内流行を抑える効果（流行予防）もあります。特に、高齢者の方々には、この3つの効果が大きく期待できます。

Q. 予防接種を受ける時期はいつが効果的ですか？

個人差はありますが、接種後約2週間から効果が現れ、その効果は5か月間持続するといわれています。通年（新型コロナウイルス感染前）であれば上図（青線）のような流行がみられますが、基礎疾患を持ち受診されている方々は10～11月中に接種することが効果的です。また、新型コロナワクチンとの接種間隔は必要なくなりましたが体調を十分に整える必要はあります。

Q. 昨年も予防接種しましたが今年も受けたほうがよいのですか？

今年度の本ワクチンも昨年と同じく4種類（A型2種類、B型2種類）の混合ワクチンです。しかし、専門家による協議の結果で決定されたもので、昨年度のそれとは成分が異なります。よって、新型コロナウイルス感染症の第8波と同時流行（ツインデミック）に備えて今年も接種することをお勧めします。

オミクロン株対応コロナワクチン (2価ワクチン)の接種について

市報等で皆様もご存知かと思いますが、10月からオミクロン株対応コロナワクチン(以下2価ワクチンと言います)の接種が可能となりました。多い方で既に4回のコロナワクチン接種を受け、もう良いのではとお考えの方もおられると思いますが、年末にかけ第8波が来ることも予想されています。

今回のワクチンは現在流行のオミクロン株対応ワクチンであり、発症予防や重症化予防がこれまでのワクチン以上に期待されます。また前述の通り、今年はインフルエンザとの同時流行(ツインデミック)も懸念されます。つきましては、2価ワクチンの接種を以下の通り皆様にご案内致しますので、特に高齢の方、基礎疾患をお持ちの方、これまでのワクチン接種が1・2回目だけの方は、積極的に接種をされますようお願い致します。

- **対象者**：2回目接種を完了し、前回接種から5ヵ月以上経過した12歳以上の方(1・2回目接種を希望される方は従来型ワクチンの対象となります。)
- **接種券**：前回接種日に応じて、9月下旬以降順次接種券が発送されます。なお接種間隔は前回接種から5ヵ月以上空けることになっています。

当院での受付・接種対応について

◆ **予約受付**：10月3日(月)から受付を開始します。受付要領は以下の通りです。

★ **当院掛かり付け患者さん及び当院で前回接種を受けられた方を優先させていただきますのでご理解願います。また、当院では勝手ながら16歳以上の方を対象とさせていただきますのでご理解願います。**

★ **お手元に接種券のある方が対象です。**

★ **予約受付は「定期受診時の受付」及び「窓口又は電話での受付」になります。接種券は必ずご準備下さい。**

受付時間：平日(月～金曜日)の9：30から12：00まで

専用電話：0836-65-2511

★ **ワクチン種類**：10月はファイザー2価ワクチンを使用します。11月以降は未定です。

★ **接種日**：毎週金曜日14：00～16：00及び毎月1回の休日接種を予定しています。

目の病気の早期発見のためには 眼底検査が大切です。



目の変化は全く自覚のないまま、ゆっくり進むこともあれば、突然起きることもあります。



そういえば・・・
定期健診でメタボチェックはするけど、目は視力検査しか受けたことがないな

目に病気がないかを調べる
「眼底検査」は
とても大切です



眼底は、目の奥の部分で、病気の早期発見につながる大事な情報がたくさん詰まっています。

眼底カメラが新しくなりました。

阿知須共立病院 総合健診センターでは、9月に「眼底カメラ」を更新しました。より精度の高い写真を撮影できるようになっています。

こんな方におすすめ

- ⦿ 高血圧、糖尿病、脂質異常がある
- ⦿ タバコを吸っている
- ⦿ 動脈硬化が気になる
- ⦿ 目の症状が気になる
- ⦿ 40歳以上である
- ⦿ 頭痛持ちである
- ⦿ 強度の近視である

年に一度は眼底検査を！！



寒い冬にピッタリ★あったかオススメ料理

毎日寒い日が続いていますね。この季節になるとシチューやグラタンなどのCMをテレビで見る機会が増え、『今年も寒い冬がやってきたなあ〜』なんて感じる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

今回はシチューやグラタンにも使われるホワイトソースを使った冬にピッタリの料理をご紹介します☆



鮭のきのこのソースかけ

【材料 2人分】		●しいたけ	2枚
● 鮭(生)	2切れ	● 玉ねぎ	1/8個
● 塩	0.5g	● ピーマン	1/4個
● 小麦粉	適量	● サラダ油	小さじ2杯
● サラダ油	大さじ2杯	● 牛乳	40ml
● しめじ	30g	● ホワイトソース	60g
● えのき	20g	● 顆粒コンソメ	小さじ1/2杯



【作り方】

- ① 鮭に塩を振り下味をつけておく。
- ② しめじは小房に分けておき、えのきは3cmの長さに切っておく。
- ③ しいたけと玉ねぎは薄切り、ピーマンは線切りにしておく。
- ④ ①に小麦粉をまぶし、サラダ油を敷いたフライパンで焼く。
- ⑤ サラダ油を敷いた鍋に玉ねぎときこの類を炒める。
- ⑥ 炒めた⑤に牛乳、ホワイトソースを入れ加熱し、コンソメで味を整える。
- ⑦ フライパンでピーマンを炒める。
- ⑧ 皿に鮭を盛り付け、きのこのソースをかけピーマンを飾って完成。

鮭の代わりに白身魚や鶏肉でもおいしくできます。冬のおもてなし料理の一品としてもピッタリです。きのこのソースはパスタと和えてクリームパスタにもアレンジできます。ぜひお試しください!!



寒い冬を元気に乗り切る!!きのこのキキメ



かぜ・インフルエンザの予防

「体温が1℃上昇すると免疫力が30%上昇する」と言われています。風邪の予防には免疫力アップが必要です。それにはきのこのに豊富に含まれる食物繊維の一種、『βグルカゴン』の摂取が効果的。βグルカゴンには腸内の免疫細胞を活性化させる働きがあるので、高い免疫力アップ効果が期待できます。

またきのこには抗インフルエンザ感染作用があるとされているので、インフルエンザが流行るこの時期は、きのこを使った料理がオススメです。

冷えの改善

冷えが気になる方にはツライ季節となりましたね。冷えの主な原因である血行不良を改善するには、きのこに含まれる『葉酸』の摂取がオススメです。葉酸は『造血ビタミン』の異名を持っており、葉酸を摂取することで血行が改善され冷えを防ぐ効果が期待できます。同じようにきのこに豊富に含まれる『ナイアシン』にも血流をよくする働きがあるので、体を暖めてくれる効果が期待できます。冷えが気になる方は毎日の食卓にぜひきのこを取り入れてみてください。

短時間 通所リハビリテーション

リハビリに特化しており、リハビリ専門職による健康維持の支援をいたします。

もっと元気になりたい方々へ向けて、短時間で集中してリハビリを行う介護保険サービスです。

こんな方へ おすすめ

- 外来リハビリが終了になった
- 運動意欲がある
- 何か始めたいけど、踏み切れない
- 生活習慣を見直したい 等



- 日時 月～金曜日 9:00～10:30
14:30～16:00 (腕や手のリハは午後のみ)
- 送迎範囲 (要相談) 阿知須・佐山・東岐波
嘉川・秋穂の一部

老人保健施設ニューライフあじす 通所リハビリテーション

TEL 0836-65-2178



職員募集のお知らせ

当法人は近年珍しい、ケアミックス型病院ということが大きな特徴です。発症（外来・救急等）から急性期治療～回復期～維持期（慢性期）を経て、退院後は老人保健施設やデイ・ケア等、在宅生活まで途切れなく患者さんの健康を支えることが可能。また、健診センターも有し、病気の予防にも努めています。



新型コロナウイルスが世界中を震撼させていますが、いち早く発熱外来（コンテナハウス等）を設置し、玄関前トリアージ（検温・簡易問診）を実施するなど、ワンチームで感染防止に努めてきました。

そんな私たちと一緒に働いてくれるスタッフを募集しています。

病院や施設で働くのが初めての方も、まずは見学からでもOK。
お気軽にご相談下さい！

募集職種

- 看護師
- 介護職（介護福祉士・無資格可）
- 介護職（パートタイム・無資格可）
- 調理スタッフ（栄養士・調理師・無資格可）

⇒ 詳しくはホームページ【職員募集案内】欄をご覧ください。

お問合せ 三原（人材開発グループ）

TEL 0836-65-1630



法人が運営する託児所「すくすくランド」（原則1才～託児可）
「老人保健施設ニューライフあじす」すぐそば。

*育児中の方も安心して働け、男女ともに活躍・キャリアアップできる環境作りを目指しています



介護の仕事に興味のある方へ

介護未経験者プログラムあり

- 1日目 座学・見学
- 2日目 認知症対応
- 3日目 介護の基本動作（実技体験）



- 3日間を通して応募の意思が固まれば、採用への手続きに進みます
- 不況に強い医療・介護業界です。他業界からの転職で介護未経験・無資格の方も、当法人ではこれまで多く採用し、育成・定着を達成しています。
- やがては看護の道に進みたいと希望の方は、当院で働きながら看護師養成学校に通学することも可能です（応相談）

外来診療案内

阿知須共立病院

TEL 0836-65-2200
FAX 0836-65-4436

2022/11/1

		月	火	水	木	金	土	専門分野
内科	午前	三好正規	岸 堯之	武山純一郎	武山純一郎	三好正規	鈴木千衣子 (第1・4週) 三好正敬 (第2・4週) 糖尿病医師 (第1・3週) 佐島秀一 (第2・3週) 呼吸器医師	三好正規 内科一般・内分泌内科・呼吸器内科 【相談】福祉・産業医学・学校保健 鈴木 内科一般・消化器内科・内視鏡内科・肝臓内科 三好正敬 内科一般・循環器内科・腎臓内科 岸 内科一般・放射線科 山岡 内科一般・腎臓内科 松原 内科一般・糖尿病内科 武山 内科一般 沖田 内科一般・肝臓内科・消化器内科 佐島 内科一般 小室 内科一般・循環器内科 末富 内科一般・循環器内科 佐々木 内科一般・糖尿病内科 呼吸器 内科一般・呼吸器内科 糖尿病 内科一般・糖尿病内科
		小室あゆみ	松原弘子	末富 建	松原弘子	佐々木貴宏		
		松原弘子	三好正敬	鈴木千衣子	鈴木千衣子	三好正敬		
				沖田 極				
	午後	岸 堯之						
		小室あゆみ	松原弘子	末富 建		佐々木貴宏		
			山岡孝之	山岡孝之	山岡孝之	山岡孝之		
脳神経外科	午前	石光 宏	石光 宏			伊妻 浩 (第1・3・5週)	石光 宏 (第1・3週)	石光 脳神経外科一般 伊妻 脳神経外科一般 桂 脳神経外科一般
	午後					桂 建輔 (第2・4週)		
外科	午前	千々松日香里	原田俊夫	兼定 弦 (手術)	千々松日香里	原田俊夫	千々松日香里 (第1・3週) 原田俊夫 (第2・4週)	原田 外科一般・消化器外科・乳腺外科・血管外科・呼吸器外科 千々松 外科一般・消化器外科・乳腺外科 兼定 外科一般
	午後		(手術)	(手術)				
整形外科	午前					岡崎朋也	三好智之 または 村松慶一	三好智之 整形一般 村松 整形一般・手の外科・骨軟部腫瘍 岡崎 整形一般・股関節
	午後	三好智之	三好智之	三好智之	三好智之	三好智之		

診療時間

平日 9:00~12:30 (受付時間 8:00~12:00)
14:00~17:30 (受付時間 13:00~16:30)
土曜 9:00~12:30 (受付時間 8:00~12:00)

休診案内

第5土曜日、日曜、祝日及び8月15日・16日、12月30日~1月3日は休診
上記時間外・深夜・休日は、当直医がおりますので、急患は受付させていただきます。

専門外来に関しましては**完全予約制**ですので、事前にお問い合わせください。

		月	火	水	木	金	土	担当医師
専門外来	午前							石光 認知症外来 三好正敬 睡眠時無呼吸外来 藤井 禁煙外来 原田 ストーマ外来 ※第1・3のみ
	午後		認知症 14:00~16:00	睡眠時無呼吸 14:00~16:00	禁煙 13:30~16:00	ストーマ※ 14:00~15:00		
健診	午前	フォローアップ	フォローアップ	フォローアップ		フォローアップ	フォローアップ	藤井 フォローアップ外来 石光 脳ドック 岸 脳ドック
	午後		フォローアップ	フォローアップ		フォローアップ	脳ドック	
訪問診療	午前							三好正規 内科一般・内分泌内科・呼吸器内科 【相談】福祉・産業医学・学校保健 武山 内科一般
	午後	担当医師		担当医師	担当医師	担当医師		

*訪問診療・看護・リハビリ、介護老人保健施設・福祉施設、短期入所、通所リハビリ等の介護保険のご相談にも応じます。