



公立学校共済組合
四国中央病院

日本医療機能評価機構認定病院

しこく

ホームページアドレス <http://www.shikoku.ne.jp/ctr-hsp/>

第 37 号

2009 年 2 月

住所: 愛媛県四国中央市川之江町2233番地 TEL(0896)58-3515 FAX(0896)58-3464



今月の内容

◇新年のご挨拶	病院長	田代征記	2
◇脂質異常症予防のための食生活について	栄養士	石村明美	4
◇医療安全管理室について	医療安全管理室副室長	石川和俊	5
◇健康食品ワンポイントアドバイス	健康食品管理士	阿部俊夫	6
◇新任紹介			6
◇診察券変更のお知らせ			7
◇外来診療表			8

病院理念

『真心・信頼・連携・思いやり』

基本方針

- 1 患者様に信頼される心のもった病院を目指します。
- 2 安全で質の高い医療を目指します。
- 3 地域と職域に連携した安心できる医療を目指します。
- 4 職員各自が協調して、経営の健全化を目指します。
- 5 こころのバリアフリーを目指します。

新年のご挨拶



病院長 田代 征記

新年あけましておめでとうございます。昨年中は四国中央病院に対し格別なご厚情を賜り、ありがとうございました。今年もよろしく願いいたします。

昨年はアメリカのサブプライムローン問題から発しました経済不況がリーマンブラザーズ証券会社の倒産を呼び、これを始めとし全世界に広がり、1929年以来の大不況が続いていますが、日本でも同様に、円高、企業の非正式派遣社員の打ち切りや新入社員の内定取り消し等が起こって、社会不安や閉塞感が広がっています。しかし、今年こそは何とか上向きになってほしいものと念じております。

医療の世界でも厳しい状況が続いており、2004年から始まった臨床研修医制度以来地方病院の医師不足が顕著になったことと、診療報酬の年々の度重なるマイナス改定で、病院経営は非常に困難で、規模を縮小せざるを得なくなった病院や倒産する病院が全国的に増している状況が続いています。しかし、ピンチはチャンスという言葉があるように、こうゆう時だからこそ前向きに考えて目標を決めて、工夫してしっかりとやっぴかねばならないと思っております。

昨年3月には北6階のドック棟を改装し、名称を健康管理センターに変更し、内視鏡、X線検査、婦人科健診以外の検査、診察、総評のすべてを6階で出来るようにしました。事務室も移転し、更衣室、シャワー室も完備し、公共の組合員の健診がスムーズに行えるようにしました。また、4月には内視鏡室も改装し、従来のもより2.5倍に拡大して、内視鏡ベッドを5台に増床、回復室、下剤服用室、トイレ5室を完備し、快適な検査が出来るようにし、名称も内視鏡センターに変更しました。

今年1月から年間4000例の心臓カテーテルを行っている湘南鎌倉総合病院循環器科で訓練を受けた竹谷善雄先生（徳島大学平成7年卒）が徳島大学循環器科（佐田政隆教授）に帰って入局され、当院に週1回（月）に来てくれることになり、1年ばかり中断して

いました心臓カテーテルや PTCA が出来るようになりました。

昨年来、開放型病床を運用すべく努力してきましたが、登録医を 29 名集めることができたので、来る 2 月 10 日（火）に当院で登録医総会を行い、今後の運用について話し合いを行うことにしております。

2008 年度中の 3 月までに PACS（Picture Archive and Communication System、画像管理システム）が導入され、フィルムレスとなり、画像が診察室やカンファレンス室に直接送付出来るになり、早くしかも詳細に読影出来るようになります。また、64 列マルチスライス CT の導入も予定しております。この機械だと撮影速度が速く、短時間で広範囲の高精細な撮影が可能で、息止めも短くなり楽に検査ができます。最新の心臓（冠動脈）CT は画像が非常に鮮明となり、冠動脈病変の診断が可能で、スクリーニング検査としてできるようになっています。

当四国中央病院にとっても 2009 年度は変換期の年であります。5 月 16 日（土）には四国中央病院 50 周年式典が行なわれることになっております。そこでまず、やらねばならないことは 50 周年記念誌をそれまでに仕上げなければなりません。原稿締め切り期日を守って提出していただきますようよろしくお願いいたします。

4 月からは 2 年間の準備期間を経て、いよいよ DPC（診断群包括評価）病院となりますので、クリニカルパスをうまく使って能率的に診断、治療をする必要があります。

私的なこととなりますが、私は 5 年間病院長として勤務しましたが、本年 3 月 31 日で退職します。後任には徳島大学名誉教授で、NPO マンモグラフィ健診制度管理中央委員会理事長の森本忠興先生が就任することになっております。2009 年度（平成 21 年度）の 4 月からは医師の多少の入れ替えがみられますが、森本新院長のもと新たな気持ちで、新しい発想を持って職員が一致協力して乗り切っていくことを願っております。



脂質異常症予防のための食生活について

栄養士 石村 明 美

現在、食生活の変化（食べ過ぎ・偏食・アルコールの飲み過ぎ・夜遅い食事など）による摂取エネルギーの増加と運動不足による消費エネルギーの減少により内臓脂肪の蓄積が問題となっています。結果、糖尿病、高血圧、脂質異常症などを招く危険性が高くなります。今回はその中の一つである脂質異常症予防のための食生活について紹介させていただきます。脂質異常症とは血液中のLDL コレステロールや中性脂肪が高い状態もしくは HDL コレステロールが低い状態をいいます。その主な原因として過食、高脂肪食、運動不足の他にも過労、ストレス、喫煙などといった悪い生活習慣やそれによる肥満があげられます。

食生活のポイント

- ・ 適正なエネルギーを摂りましょう。
適正エネルギー摂取量(kcal / 日) = 標準体重 (kg) [[身長(m)²] × 22] × 25~30kcal
- ・ 規則正しい食習慣を身につけましょう。
毎日3食、できるだけ決まった時間に食べましょう。
- ・ 偏らず、栄養バランスのよい食事を心がけましょう。
毎食、主食・主菜・副菜を摂り入れましょう。
- ・ 脂肪の質と量に注意しましょう。
動物性脂肪（肉の脂身・バターなど）は控え、植物性脂肪（植物油・魚介類など）を積極的に摂りましょう。また、市販食品や加工食品は動物性脂肪を使っているものが多いので注意しましょう。
- ・ コレステロールを多く含む食品を控えましょう。
(コレステロールが高めの方は1日 300mg 以下を目標にしましょう。)

食品名	目安量	グラム	コレステロール(mg)	食品名	目安量	グラム	コレステロール(mg)
卵	1個	50	210	するめ	1人分	20	196
牛タン	6枚	100	100	たらこ	1/2腹	50	175
鶏肉レバー	3串	370	370	クリームパン	1個	100	130
うなぎの蒲焼き	1切	184	184	カステラ	1切	50	80
ししゃも	中3尾	138	138	シュークリーム	1個	80	200

- ・ 抗酸化食品を積極的に摂り入れましょう。(緑黄色野菜・果物・イモ類・大豆製品など)
- ・ 食物繊維の多い食品は十分に摂りましょう。
(緑黄色野菜・根菜類・海藻類・きのこ類・豆類・こんにゃくなど)
- ・ 飲酒は適量を守りましょう。
アルコールは意外と高エネルギーです。

日本酒	おちょうし1本弱	チューハイ	グラス2杯
ビール	小ジョッキ1杯	ウイスキー	ダブル1杯
ワイン	ワイングラス2杯弱	ブランデー	ダブル1杯

(1日の適量飲酒の目安) : ご飯 100g (小さい茶碗軽く1杯 (160kcal) に相当します。)

医療安全管理室について

医療安全管理室 副室長 石川和俊

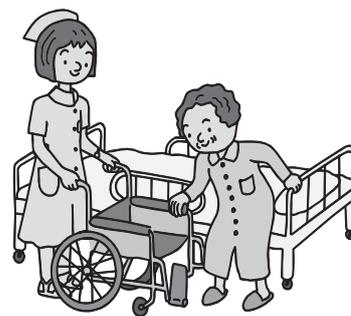
医療安全対策を実行・改善・推進するため、2005年1月に『医療安全管理室』が設置され、4年目を迎える部署です。

医療安全管理室は、室長（医務局長）、副室長、医療安全管理者（看護師長）、感染管理認定看護師（ICN）が配置されています。

毎日報告されるインシデント報告事例等は、改善策・統計的資料を作成し、運営会議（月1回）、医療安全管理委員会（月2回）、医療安全推進委員会（月1回）において報告し、再発防止に努めています。

職員に情報の共有、周知徹底を図るため、報告されたインシデント報告事例等について、インシデントを領域別にまとめ、月2回医療安全推進委員に配布しています。また、1ヶ月分をまとめ、冊子としても配布していますが、早急な周知が必要な事例については、医療安全管理室・通信（毎月1回以上）を発行（現在No.59）、全部署に配布しています。

患者さんの転倒・転落防止安全対策として、医療安全管理者が中心になり、『転倒・転落防止』の職員出演のビデオを作成し、患者さんに見てもらっています。又、転倒・転落安全防止パトロールは医療安全推進委員が中心になって、転倒・転落防止安全度チェックシートに基づき、毎月1回実施しています。各病棟2名の患者さんのところへ行き、看護師から患者さんに入院時に安全な履物などについて説明がありましたか？ ナースコールを押すと直ぐに来てくれますか？ など直接訊ねています。



感染対策については、感染認定看護師が中心となって、手洗いの励行など感染予防対策を率先して指導しています。また、感染症、感染症疑いの報告があれば、関係部署と緊急連絡を取り、情報収集を行い、迅速な対応をとっています。

2008年からは医療安全の標語を募集し、標語の入った病院独自のカレンダーを作成し、各部署に掲示、使用しています。今年は、感染対策委員会、5S委員会と合同のコラボカレンダーの作成をしています。

今後は、インシデント事例報告などの改善策について、計画的な評価の実施を行い、患者さんが安全で安心し、納得していただける病院環境を目指していきたいと思っております。

健康食品ワンポイントアドバイス

健康食品管理士 阿部俊夫

今回は、健康食品として、アロエをご紹介します。アロエは、アフリカまたはアラビア原産で砂漠に生息する多肉多汁植物で、一般にはキダチアロエ、アロエ・ベラ、ケープ・アロエがよく知られています。

日本でよく見られる品種は“ギダチアロエ *Aloe arborescens*”といわれ、江戸時代に日本に渡来し別名“医者いらず”と呼ばれています。

また、ヨーグルトなどに入っているアロエの葉肉を使用した寒天状のゲルは“アロエ・ベラ *Aloe barbadensis*”といわれ、食用アロエとしてきわめて有名です。

医薬品との相互作用ですが、経口血糖降下薬と経口型アロエの緩下作用によって血糖降下作用が増強されることが報告されているので、十分注意が必要です。また、ステロイドやループ利尿薬、サイアザイド系利尿薬の長期併用はカリウム欠乏を招き、低カリウム血症を悪化させる可能性があります。さらに、アロエは、長期連用では、脱水や電解質平衡異常が考えられるため注意が必要で、特に医薬品の場合では、長期連用すると効果が低減して習慣性になるといわれています。また、尿が茶色～赤色に変色しますが、PHに依存するもので害はありません。

医薬品としてのアロエは、大腸刺激性下剤に分類され、急性腹部疾患（虫垂炎、腸出血など）や痙攣性便秘の場合は蠕動運動亢進で悪化するので禁忌になっています。また、アロエは、妊娠中の投与により胎児が脱糞して子宮内を汚染するので禁忌で子宮の収縮や流産をおこす危険性もあり、授乳中では乳児が下痢するなどの影響があり、月経時もまた注意が必要です。

このように、アロエを健康食品としての注意点を書かせていただきましたが、何よりも自分の体を大切にして必要であれば、医師または薬剤師にご相談ください。

<診察券変更のお知らせ>

診察券が新しくなりました



(原寸大)

＝ ご注意 ください ＝

→ 3月から再来受付機等が変わりますが、それに伴い上記以外の診察券は使用できなくなります。新しい診察券をお持ちでない方は、病院受付窓口にてお申し出ください。お手持ちの診察券と交換させていただきます（初回のみ無料交換）。

→ 3月からは再来受付以外でも診察券が必要となりますので、受診時には必ずご持参ください。

（ご持参されない場合や紛失された場合は、再発行に100円がかかります）

新しい診察券について

◇ 3月から再来受付機が変わりますが、新しい診察券は従来の再来受付機でもご利用になれます。

◇ 3月からは会計番号の表示を行います（診察券の裏面に会計番号が印字されます）。

◇ 3月からは、お支払いに自動精算機が導入されます。

◇ 診察券の裏面はリライト（書換）式になっており、次の情報が印字されます。

診察受付：当日の受付情報

計算受付：会計番号

会 計：次回の診察予約日時

※新しい再来受付機や自動精算機の操作方法是、当分の間、係員がご案内いたします。

<お願い>

★診察券の裏面には絶対にメモ等をしないでください。情報の書き換えができなくなります。

午前の診療

外来診療表

診療時間・担当医は都合により変更する場合がございますので、予めご了承ください。

	月	火	水	木	金
消化器科	多田	柴	多田	柴	友兼
内科	循環器	竹谷	若山	若山	
	総合	若山	長谷	長谷	友兼 長谷
	新患外来	洲脇	洲脇		洲脇 福田
神経精神科	久保	花野	花野	花野 久保	久保
小児科	藤井	松下	藤井	松下	藤井
外科	1診	三浦	岸田	松山	尾形
	2診	三浦	岸田	松山	尾形
整形外科	1診	加藤	新居	新居	加藤
	2診	加藤	新居	新居	加藤
	3診	加藤	新居	新居	加藤
形成外科・皮膚科	柏木・石上		五石・飛田		
泌尿器科	新谷	瀧川	瀧川	新谷	瀧川
産婦人科	1診	矢野(予約)	濱田(予約)	田村(予約)	矢野(予約)
	2診	濱田	矢野	濱田	田村
眼科	林	林	林	林	林
耳鼻咽喉科	遠藤	遠藤	遠藤	遠藤	遠藤
放射線科	川井	川井	川井	川井	川井

受付は8:30~11:30、診療は9:00からです。

- ◇外科 セカンドオピニオン相談(予約)(田代院長)
- ◇整形外科 受付時間は、月・水・金曜日(再来)11:00まで、(初診)11:30までです。
受付時間は、午後から手術のため、火・水曜日(再来)10:30まで、(初診)11:00までです。
- ◇産婦人科 受付時間は、火・木曜日11:00までです。
- ◇眼科 受付時間は、月・火曜日11:00までです。 ◇耳鼻咽喉科 受付時間は、木曜日11:00までです。

午後の診療

	月	火	水	木	金
内科 総合	予約	予約		予約	予約
神経精神科	予約	予約	予約	予約	予約
小児科	松下	予防接種/藤井	松下	健診/藤井	松下
外科専門外来 (予約)	三浦 (乳腺)	加藤(リンパ) 化学療法外来 ストーマ外来	田代(肝・胆・膵) 三浦 (乳腺・肛門)	化学療法外来	三浦(乳腺・肛門) 森本(乳腺・第3金曜)
脳神経外科				住吉(第2木曜) 中畠(第4木曜)	
整形外科	関節外来(予約)		松岡(予約)		予約
形成外科・皮膚科					
産婦人科	1診	矢野(予約)			田村(予約)
	2診	濱田	濱田(予約) 田村		矢野
眼科				林	林
耳鼻咽喉科			遠藤		遠藤

受付は13:00~15:00、診療は13:30からです。(小児科は受付16:00まで)

- ◇小児科 月・水・木・金曜日午後の受付時間は、14:00~16:00です。
火曜日午後の受付時間は、15:00~16:00です。
予防接種・健診は予約制となっております。ご希望の方は小児科へご連絡ください。
- ◇外科 脳神経外科の受付は12:30~16:00までです。診療開始時間は13:00からです。
第2・4火曜日午後は、血管・リンパ外来(診療開始14:00~)です。
第1火曜日午後は、ストーマ外来(予約)です。第3金曜日の乳腺外来は12:30から受付です。
- ◇整形外科 月・水・金曜日午後の外来(予約)は14:00~15:30までです。
- ◇産婦人科 診療開始時間は、14:00からです。
- ◇眼科 受付時間は、木曜日16:00、金曜日15:00までです。
- ◇耳鼻咽喉科 診療開始時間は、14:00からです。

編集後記

今年は開院50周年を迎えます。10年一昔と申しますが、さすがに50年ともなるとかなりの年月であり、当時のこの辺りは道路もなく、人よりも狸のほうが多かった?とも聞いております。
本年も広報誌「しこく」をよろしくご依頼申し上げます。

しこく

発行 〒799-0193 愛媛県四国中央市川之江町 2233
公立学校共済組合 四国中央病院
http://www.shikoku.ne.jp/ctr-hsp/
e-mail s-tyuou@shikoku.ne.jp
発行日 平成21年2月5日 第37号
編集人 広報・年報委員会委員長 三浦連人