

Mitoyo  
General  
Hospital

発行/三豊総合病院  
発行人/安東正晴

三豊総合病院だより



ご自由にお持ちください



[特集]

## イルミネーション点灯式・音楽会を開催!

- ・日本医療機能評価機構による病院機能評価の認定を受けました
- ・お支払いにクレジットカードがご利用いただけます
- ・健康管理センターの超音波診断装置が更新されました

ヘモグロビンA1cってなあに?

[私にご相談ください] 膵臓がん

[エキスパートスタッフ] 医師事務作業補助者

[季節の旬レシピ] ヨーグルト蒸しパン

今号の表紙

「バラが咲いた」を  
全員で合唱 (P2)

12月2日(月)に

# イルミネーション点灯式・音楽会を開催しました!



12月2日、17時～18時 南棟ホールにて、イルミネーション点灯式・音楽会を開催しました。安東企業長、ロータリークラブ会長の挨拶の後、約40人の職員にて「病院歌」を合唱しました。病院歌は開院した当初に作られたもので、平成22年の点灯式以後、毎年歌われています。

続いて、わたっ子保育園の1歳児、2・4歳児による合唱とダンスの披露がありました。今年流行のパプリカなどを披露してくれました。大きな声で一息懸命歌い、踊っている姿はとても可愛らしく、来場した方々には笑顔があふれていました。

続きまして、「ハッピーウエズデー」の皆様による合唱の披露がありました。チーム名の由来は幸せな水曜日。水曜日の夜に集まって、練習されているそうです。「雪の降る町を」に始まり、親しみのある曲を7曲披露してくださいました。来場された方々は素晴らしい歌声に耳を傾けていました。

いよいよイルミネーション点灯となり、真っ暗となった会場で6つのスイッチが順番に押されると、イルミネーションが次々と点灯し、会場からは拍手が起こりました。

最後は、病院職員、「ハッピーウエズデー」の皆様、ご来場の皆様と一緒に「バラが咲いた」を合唱しました。

今年もたくさんの方々にご参加いただき、盛大に点灯式を開催することができました。

この場所が患者さんや病院を訪れる方々の安らぎの場所となることを願ってイルミネーションは1月31日まで点灯しています。お立ち寄りの際にご覧ください。



イルミネーションは  
来年1月迄点灯しています

場 所：南棟ホール前中庭  
レストラン横ウッドデッキテラス  
点灯時間：17時30分～21時  
期 間：令和2年1月31日

## 日本医療機能評価機構による病院機能評価の認定を受けました

当院では安全・安心、信頼と納得の得られる質の高い医療サービスを効率的に提供するため、第三者の評価を受けながら、さまざまな改善を進めています。



平成31年2月、公益財団法人 日本医療機能評価機構の病院機能評価を受審いたしました。診療管理、看護管理、事務管理の専門知識と経験を有するサーベイヤー（調査員）が実際に病院を訪問し、調査が行われ、その場で指摘を受けたことは病院内で改善に取り組み、現在も継続しています。

その後、本部での審査を経て、令和元年8月「二次医療圏等の比較的広い地域において急性期医療を中心に地域医療を支える基幹病院（一般病院2）」として正式に認定を受け、認定証を授与されました。

当院は、過去3回の評価認定を受けており、今回が4回目の評価認定です。継続した改善の証として、認定回数が星の数で表されています。

（認定証により病院のランク付けを行うものではありません。）

当院では今後も、質の高い医療を提供するため、継続的な改善に取り組んでまいります。

## お支払いにクレジットカードがご利用いただけます

当院での各種料金のお支払方法として、新たにクレジットカードに対応いたします。医療費・人間ドックなどに利用いただけます。現金の持ちあわせがない場合などの不安を解消することができます。

○ご利用開始時期 令和2年1月20日（月）8時15分より

○対応可能な窓口 会計窓口（総合受付）・医療費自動精算機・救急受付・健康管理センター

○下記のマークのあるクレジットカードがご利用可能です



○ご注意 カード会社により、選択できるお支払い方法が異なります。医療費自動精算機は一括払いのみとなります。

精算機の操作など、お困りの場合は窓口にてお尋ねください。

## まずは**医師事務作業補助者**ってどんな仕事？

医師の指示のもと、医療行為以外の外来補助、診断書の下書き、症例登録作業などをサポートしています。当院では16名の「医師事務作業補助者」が外来などで活躍しています。

### ○ 医師事務作業補助者とは

これまで医師は診察や手術・処置などの医療行為以外に、診断書作成や指示入力など、多くの事務的作業が集中しており負担となっていました。その負担が軽減されれば、医師は診察や手術に時間を充てる事ができ、患者さんに提供する医療の質を向上させることができます。そこで事務的な面から診療のサポートを行う「医師事務作業補助者」が設けられました。

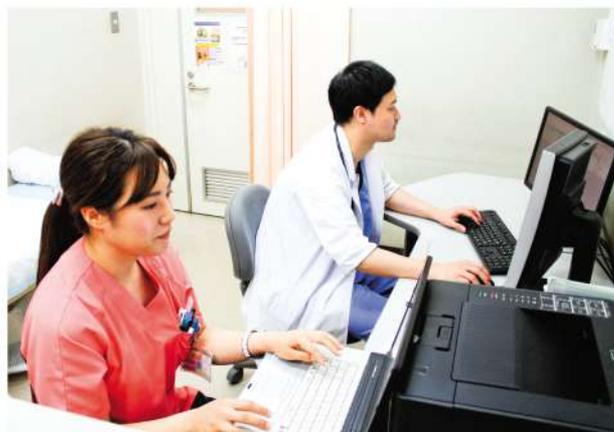
### サポート内容

大きく分けて3つの業務を担当しています。

まず、もっとも基本的な業務として、診断書や診療情報提供書(紹介状)などの「医療文書の作成代行」があります。

次に患者さんの次回の診察予約や、検査予約を電子カルテに入力する「診療記録への代行入力」があり、これは医師の外来診察に同席して行っています。

最後に、全国規模の医療の質の向上に資する取り組みとして当院が参加している、NCD(外科・内科手術の症例登録事業)の入力作業も行っており、多岐にわたる事務サポートで医師の負担軽減を行っています。



### 医師事務作業補助者としての今後

業務負担が減った医師は、より多くの時間を診療に割くことができ、その時間は患者さんへの医療の質の向上として還元されます。

私たちは、医師だけでなく、患者さんや他職種からも信頼され、三豊総合病院のチーム医療に貢献できる医師事務作業補助者を目指し、これからも日々努力を重ねていきます。

背中が痛い、体重が減る、糖尿病が悪化する…そんな症状ありませんか？

もしかして **膵臓がん** かも？



### ● それってどんな病気？

消化器がんの中でも悪性度が非常に高く、予後不良ながら、早期発見が難しいがんです。早期には自覚症状がなく、別の病気のCT検査などで偶然発見されることがほとんどです。自覚症状が現れた時にはすでに進行しており、手術ができないこともあります。

進行するとお腹、背中痛み、食欲低下、体重減少、黄疸の症状が出現したり、糖尿病が急激に悪化したりすることもあります。

早期であれば外科手術の適応となりますが、進行している場合は抗がん剤治療を行います。

### ● 膵臓がんになりやすい方

家族が膵臓がんになった方、喫煙、飲酒歴のある方、糖尿病、慢性膵炎、IPMN(膵臓にできる嚢胞性病変)などの病気がある方がなりやすいといわれています。

### 地域のみなさんへ

前述の症状のある方、また無症状でも危険因子に当てはまる方で心配な方は、CT/MRIなどでの検査を受けることをおすすめします。また当院では、早期の膵臓がん発見に取り組んでおり、人間ドックのオプションとして腫瘍マーカー検査と、MRIでの膵がんドックも行っております。気になる方はお気軽にご相談ください。

### 医療関係者の方へ

膵臓がんに限らず、どのがんにおいてもやはり早期診断が大切です。日常診療の中で膵臓がんの症状に当てはまる、または急激に糖尿病が増悪するような場合は、膵臓がんを疑い、当院消化器内科にご紹介ください。

09

私にご相談ください！

## Profile

香川県出身

1999年 自治医科大学卒業

2000年 香川県立中央病院勤務

2002年 土庄中央病院勤務

2006年 塩江病院勤務

2008年 土庄中央病院勤務

2011年より当院に勤務現在に至る



消化器科 じんのひでき  
神野 秀基

専門分野 > 消化器一般、化学療法

外来担当 > 初診：水曜午前  
予約専門：火曜午前、木曜午後

※個別化治療とは…

患者さんごとの、病気や病態を決定づけている遺伝子などを詳細に調べ、そのタイプにあわせて最適な方法を選択していく治療です。

### 先生からひとこと

近年消化器がん領域において、強力な化学療法、分子標的薬や免疫チェックポイント阻害薬などの出現によって、良好な治療効果が得られるようになってきています。また、疾患によっては遺伝子検査に応じた個別化治療(※)も可能となってきており、今後さらに化学療法が複雑化していくことが予想されます。知識を常にアップデートし、最新の化学療法を患者さんに提供できればと考えております。

# ヘモグロビンA1cってなあに？

危険な食後の高血糖 ～食後高血糖を防ごう～

HbA1c

## ヘモグロビンA1cとは？

過去1～2か月の血糖値の状態（血糖の平均値）がわかる採血検査です。正常値は4.6～6.2%で、この値が高ければ、血液の中にブドウ糖が多い「高血糖」だということが判ります。



## 隠れ糖尿病とは？

定期的な健診だけでは判断できないため、隠れ糖尿病と呼ばれています。隠れ糖尿病の人は、空腹時の血糖値正常でも、食後に上昇しています。食後2時間の血糖値は140g/dl以下が正常ですが、140～200g/dl以上の人は要注意です。

## 食後高血糖を防ぐには？

血糖値の改善にはもちろん食べすぎない（カロリーをとりすぎない）ことが大切です。糖質をとりすぎていないか食事を見直してみましょう。

### ● 食べ方の工夫

1口ごと、しっかりと噛んで、ゆっくり食べることを意識的に心がけましょう。ゆっくり食べることは、血糖値の急激な上昇を防ぐ効果があります。



### ● ベジタブルファーストがおすすめ

血糖値が上がりにくい食材は、野菜・きのこ・海藻などです。メニューにこれらを多くとり入れ、さらにそうした食べ物から食べはじめることで、血糖値の急激な上昇を防ぐことができます。



### ● 3食規則正しく食べることが大切

食事を抜くと、次の食事で血糖値が上がりやすくなるので、3食を規則正しく食べることが大切です。

### ● 食後の運動を習慣化

適度な運動は、血糖値そのものを下げることに効果があります。血糖値が上がりやすい食後30分～1時間のタイミングで運動をはじめると効果的です。散歩やウォーキングに出かける、あるいは家の中で体操や家事をするなど、15分程度でもいいので食後の運動を習慣づけましょう。



## みとよサプリとは？

当院では毎月第3水曜日13時30分～南棟ホールにて「みとよサプリ」を開催しています。薬じゃないけどちょっと体にいい話として、住民の皆さんにとって役立つことを病院の職員がお話しています。



## 健康管理センターの超音波診断装置が更新されました!

健康管理センターは2019年9月に、超音波診断装置を更新しました。(日立製作所製ARIETTA850 SE)。従来に比べ、体の中の臓器の位置関係や形などが鮮明に確認でき、今まで以上に短時間で詳細に、より精度の高い健診を提供できるようになりました。

超音波診断装置は内視鏡やレントゲン検査と比べても体に小さな負担で、リアルタイムに臓器を観察できます。その画像と、血液検査・尿検査の結果を総合的に評価し、より詳細に健康状態を判断することが可能です。

当院の健診では、主に腹部臓器や乳腺の画像検査に用いています。

今後もスタッフ全員で超音波検査の精度向上に取り組んでまいります。



手軽においしく 栄養管理科がお届け!  
季節の旬レシピ



### ヨーグルト蒸しパン

#### 材料(8個分)

ホットケーキミックス …100g	キウイ ……………1個
卵 ……………1個	りんご ……………1個
ヨーグルト(無糖) ………80g	紙カップ ……………8枚
サラダ油 ……………大さじ1	

#### 作り方

- 1 ボウルに卵、ヨーグルト、サラダ油を入れて、なめらかになるまで混ぜる。
- 2 1にホットケーキミックスを加えて、ダマにならないように混ぜる。
- 3 2をレンジ対応のカップに8等分して入れ、ふんわりラップをかけて、電子レンジ(500W)で5分加熱する。
- 4 キウイ、りんごは皮を剥いて、食べやすい大きさに切っておく。
- 5 蒸しパンに、キウイ、りんごを添えて出来上がりです。

調理時間 約 15分

エネルギー 約 94 kcal

塩分 約 0.2g

※エネルギー、塩分は1人分です



**ポイント** 蒸しパンにヨーグルトを入れて、手軽にカルシウムが摂れます。季節の果物を添えてビタミンCを摂れば、子どものおやつにも最適です。

# 三豊総合病院 講座・イベント予定表

場所・内容  
健康管理センター 院内  
講座 調理実習 講座・イベント

## 1月

15日(水) 13時30分~14時	みとよサプリ	
「冬に気を付けたい心臓の病気」		
16日(木) 15時30分~16時30分	腎臓病教室	
20日(月) 14時~	eRika慰問コンサート ※南棟ホール・入場無料	
23日(木) 14時~15時	肝臓病教室	

## 2月

5日(水) 10時~12時30分	男性の調理実習	
13日(木) 18時~19時30分	夜間糖尿病教室	
14日(金) 14時~15時	食べて治してハッピーライフ	
19日(水) 13時30分~14時	みとよサプリ 「転倒防止について」	
20日(木) 15時30分~16時30分	腎臓病教室	

参加ご希望の方は、お気軽に病院までお問い合わせください

※ 都合により変更する場合があります

## 外来休診のお知らせ

# 12月30日(月) ~ 1月3日(金) は 休診とさせていただきます。

※ 一般外来の受付はございません。

なお、救急車など緊急の受診については、地域救命救急センターにて24時間受け付けております。

気温の低い日が続いております。

うがい・手洗い・マスクの着用をしてインフルエンザや風邪にご注意ください。

三豊総合病院だより



## バックナンバーのご紹介



こころ紹介サイト  
QRコード

当院ウェブサイトにて三豊総合病院だより「こころ」のバックナンバーを公開しています。

これまでに発行した「こころ」の記事を気軽にご覧いただけるようQRコードをご用意いたしましたので、スマートフォンなどの携帯端末で読み取っていただき、ご覧ください。

