

市立病院だより

もくじ

- 新病棟が完成しました・・・P.2
- 新任医師の紹介、小児科からのお知らせ・・・P.3
- 外来診察は院外処方せんになりました・・・P.4
- 噛む力、飲み込む力を鍛える！・・・P.5
- 外来担当表・・・P.6

見附市立病院 基本理念

信頼され、愛され、地域とともに
歩む病院をめざします



新しい病棟が完成しました！

発行 見附市立病院

ご意見・お問合せ先

見附市学校町2丁目13番50号 TEL: 0258-62-2800 Fax: 0258-61-1700

ホームページは「見附市立病院」で検索してください。

見附市立病院

検索



新病棟が5月1日にオープンします

昨年の5月から工事を進めてきた新しい病棟が完成しました。

現在の病棟よりも病室や廊下など全体が広くなり、個室の数も増えました。木質で明るくやさしい雰囲気、入院される患者さんにとっても、また働く職員にとってもより快適な環境となりました。いよいよ5月1日（土）に、現在の病棟から新しい病棟に引っ越しをして運用をはじめます。新しい病棟の様子をいくつか紹介します。



【病室（準個室）】

一部の4床室では、間仕切り家具を設置しプライベート空間を確保しています



【温冷配膳車】

作り立ての温かさを保ち、食事を提供します



【スタッフステーション】

オープンカウンターで視界が広くなりました



【病棟】

廊下は広くなり木質であたたかさを感じる空間になりました



【救急室】

救急室は広くなり、救急出入口から直結します



～こちらをご紹介～

正面玄関脇に、色とりどりの花が咲いています。これは「園芸福祉みつけ」の皆さんが管理されていて、寒い冬を越えて咲いたチューリップなどが、気持ちを癒してくれます。



【救急出入口】

救急出入口・夜間出入口は北側です

新任医師を紹介します

【内科常勤医師】

すがの ともゆき
菅野 智之 医師

外来診察日：月曜日午後

火・水曜日午前・午後

【整形外科非常勤医師】

てい よしあき
鄭 賢皓 医師

外来診察日：第1・2・4・5木曜日午後



小児科よりお知らせ

予防接種忘れていませんか??



予防接種は、大切なお子さんを病気から守る方法のひとつです。

きちんと抗体をつけるためには、接種できる時期になったらできるだけベストなタイミングで忘れずに予防接種を受けることが重要です。

現在、小児で定期接種が必要とされているワクチンは10種類あります。そのうち初回接種は生後2か月からB型肝炎ワクチン、ヒブワクチン、ロタウイルスワクチン、肺炎球菌ワクチンが始まります。

最終接種は、スケジュール通りに行っていれば9～12歳の日本脳炎、11～12歳の二種混合で終了となります。

接種忘れや、どのワクチンをいつ接種したらいいかわからないときは、小児科にご相談ください。また、その他健診も受け付けています。電話でお問い合わせください。

外来診察についてのお知らせ

新潟大学のご協力で4月から小児科外来の診察が増えました。小児科外来の診察は、月～金曜日の毎日午前と、月・金曜日の午後に変わりました。

詳しくは6ページの外来担当表をご覧ください。



小児科医師予定表					
	月	火	水	木	金
午前	新大 潟学	新大 潟学	新大 潟学	新大 潟学	新大 潟学
午後	新大 潟学	—	—	—	新大 潟学

外来診察の全ての処方せんが院外処方となりました

昨年の夏から、段階的に院外処方への移行をすすめてきましたが、4月から、外来を受診される全ての方に院外処方せんが発行されます（疾病などにより一部の薬は院内で処方するものがあります）。そこで、皆さんに院外処方についてご紹介をします。

◇「院外処方」とは？



処方される薬を、市立病院外の保険薬局やドラッグストアで受け取っていただくことです。これまでと同じく市立病院の医師が処方せんを発行しますので、処方せんをご自宅の近くや、普段ご利用の保険薬局にお持ちになって、薬を受け取ってください。

これによって、診察と会計を終えた後の病院での薬の待ち時間がなくなります。

◇「院外処方せん」で、次の日に薬の受け取りはできるの？



- ①処方せんは有効期限（処方せん発行日を含め4日間）があります。
- ②4日以内に保険薬局で薬を受け取ってください。（※土日祝日など休業日も含みます。）
- ③処方せんを紛失した場合は、再発行が必要です（所定の料金がかかります）。
- ④期間をすぎた場合、処方せんは無効となり、改めて診察が必要になります。

◇外来を受診された場合の薬の受け取り方



長岡市薬剤会の協力で、院外処方せんを保険薬局に送信する専用FAXコーナーを設けました。



【FAX利用のながれ】

- ①会計でお支払いが終わった後、職員が院外処方せんをお渡しします。
- ②院外処方せんをFAXコーナー担当職員に渡してください（保険薬局への送信カードをお持ちの方はご用意ください）。※院外処方せんを直接保険薬局に持参することも可能です。



- ③患者様ご希望の保険薬局へ院外処方せんをFAXします（無料です）。



- ④院外処方せんを持って、FAXを送った先の保険薬局で薬を受け取ってください。

◇FAXの利用で便利なこと！

- ・薬を受け取りに行ったときの、保険薬局での待ち時間が短くなります。
- ・当日を含め4日以内であれば、後日でも薬を受け取ることができます。
- ・登録されている県内、県外の保険薬局にも送信ができ、薬の受け取りができます。

噛む力、飲み込む力を鍛える！

不規則な生活や運動不足は、食事中的「むせ」を引き起こす可能性があります。心身の衰えを防ぎ、元気に自立した生活を送るためのヒントとして、今回は、「噛む力」や「飲み込む力」を鍛える方法をご紹介します。

噛むことは口の周りの筋肉をたくさん使います。耳の下、あごの下、舌の下にある唾液腺が刺激され、唾液の分泌量が増え、食べ物を食べやすくすることにもつながります。口周辺を鍛える体操を食事の前や入浴後など、毎日決まった時間にできるようになるとよいですね。

今日からはじめるオーラルフレイル対策

しっかり噛んで美味しく食べられるお口作り

お口の機能を守る！トレーニング

下記の質問に ☒ の方は、次のトレーニングがおすすめ
毎日続けることでお口の筋肉が鍛えられ、機能が維持で

です。気になる症状がなくても
きます。早速取り組んでみましょう！



☐ 1日2回以上歯をみがく

ぶくぶく・がらがらうがい

頬をしっかり膨らませ、ぶくぶくして吐き出す



のどの奥でがらがらして吐き出す

ぶくぶく・がらがらうがいは、皆さんが毎日行っている所作ですが、実はお口の機能をフル活用させて行っている動作です。いつもより時間や回数を増やすことでトレーニング効果も期待できます。普段のケアにプラスして行いましょう。

☐ 口の渇きが気になる

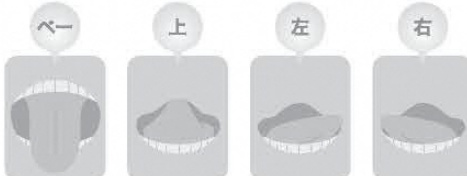
唾液線マッサージ



指の腹で唾液線に触れ、そのままくるくる円を描くようにやさしく指を動かし刺激します。唾液が出ることで食べ物をまとめやすくなり、飲み込みやすくなります。

☐ 固いものが食べにくくなった

舌のストレッチ



「べー」と舌を出し、舌尖で上唇を触り、左右の口角を舌尖で触れます。舌を鍛え動きが良くなることで、食べたり飲み込みがスムーズになります。

☐ むせることがある…

飲み込みのトレーニング



はっきり大きな声で「バ」「タ」「カ」「ラ」それぞれ10回繰り返します。お口周りの筋力と飲み込む力を鍛えます。

参考：公益社団法人 日本歯科衛生士会作成

「お口のケアとトレーニングで取り組むオーラルフレイル体操」より

外 来 担 当 表 ●変更になる場合もあります。事前に電話にてお問い合わせください。

内 科・神経内科

曜 日		月	火	水	木	金
診察室①	午 前	五 十 嵐	高橋(壮)	五 十 嵐	飯 利	高橋(壮)
	午 後	五 十 嵐	高橋(壮)※1	五 十 嵐	飯 利	高橋(壮)
診察室②	午 前	飯 利	今野(神内)※2	中 本	中 本	中 本
	午 後	菅 野	今野(神内)※2	中 本		中 本
診察室③	午 前		浅 輪	菅 野	浅 輪	飯 利
	午 後	浅 輪	浅 輪	菅 野	浅 輪	飯 利
整形診察室②	午 前		菅 野			岩 島※3
	午 後		菅 野			
〔専門外来〕	午 後		新潟大学医師※1 (糖尿病・代謝・内分泌)			
〔専門外来〕	午 後					新潟大学 (脳ドック)

【受付時間】午前8時30分～11時30分／午後1時～3時 【診察時間】午前9時～12時／午後1時30分～4時

※1 第2・4・5火曜の午後は高橋(壮)医師、第1・3火曜の午後は日向医師(新大)の「糖尿病・代謝・内分泌専門外来」。

※2 【神経内科】午前受付は8時30分～11時(新患受付は予約のみ)・午後は予約のみ。

※3 金曜の岩島医師は第1・3金曜午前中のみ診察。

外 科・形成外科・小児科

曜 日		月	火	水	木	金
外 科	午 前	新 保	新 保	新 保※4	新 保	新 保
形成外科	午 前			野 澤		
	午 後			野 澤		
小 児 科	午 前	新潟大学	新潟大学	新潟大学	新潟大学	新潟大学
	午 後	新潟大学				新潟大学

【受付時間】午前8時30分～11時30分／午後1時30分～4時(形成外科は午後1時～2時30分)

【診察時間】午前9時～12時／午後2時～4時30分(形成外科は午後1時30分～3時)

※4 【外科】水曜は、予約のみ。

※新潟大学の協力により、小児科は月～金まで毎日診察を行います。4月から、午前中は毎日、午後は月、金曜日です。

整形外科

曜 日		月	火	水	木	金
診察室①	午 前	村 山	内 山	村 山	村 山	村 山
	午 後		慶應大学※5	村 山	新潟大学※6	村 山
診察室②	午 後				新潟大学※6	

【受付時間】午前8時30分～11時30分／午後1時～3時

【診察時間】午前9時～12時／午後2時30分～4時

※5 火曜午後は眞壽田医師 ※6 木曜午後、第1・2・4・5は近藤医師、鄭医師(予約のみ)、第3は休診。

編集後記

桜の花や暖かな日差しに春の訪れを感じます。新年度を迎えて、いろいろな忙しい日々を過ごされる方も多いと思います。季節の変わり目は、体調変化も起こりやすいため手洗い・うがい・感染対策をしっかり行いましょう。

また、新病棟が無事に完成しました。工事にご理解・ご協力いただきありがとうございました。

これからも皆様に『信頼され、愛され、地域とともに歩む病院』をめざして努めていきます。

広報委員

理学療法士 内藤正志
外 来 志田智美
3 階 病 棟 高橋裕美
4 階 病 棟 森本有紀子
地域医療連携室 清水優里
事務部 橋 和紀
大澤彩佳