

る

ごかせ

町立病院通信

《2021年冬号 No. 61》



《基本理念》

地域の人を愛し、地域から信頼され、愛される病院を目指します

基本方針

- 1 患者さまから信頼される病院を目指します。
- 2 患者さまのご意見を尊重します。
- 3 患者さまに可能な限りの情報を提供します。
- 4 患者さまの自己決定権を尊重します。
- 5 患者さまにとって快適な病院を目指します。

新型コロナウイルス感染症対策について

当院の新型コロナウイルス感染症対策についてお知らせします。

※情報は2月上旬現在の状況です。変更がある場合は防災無線でお知らせします。

電話診療による処方箋の発行を行っています

●受付時間（月～金）9：00～11：30 ※土曜、日曜、祝祭日は行いません。

●受付電話番号 0982-73-5500

●処方箋の発行の流れ

①まずはお電話で「電話診療による処方箋の発行希望」とお申し出ください。

②受付後、当院より折り返しお電話いたします（折り返しのご連絡にはお時間をいただく場合があります。）。※処方箋を発行できるのは、当院かかりつけの患者さまで原則として定期薬の処方のみとなります。またかかりつけの患者さまでも病状やお薬の内容によっては診察が必要となる場合があります。

③電話診療の結果、処方箋発行となりましたら、当院よりご希望の院外薬局へ処方箋をファックスしますので、直接、薬局へ薬を受け取りに行ってください。

●電話診療費のお支払いについて

診療費については、次回の診察日またはお振込にてお支払いください。

発熱時に受診する際のお願い

前日や当日にお熱がある場合や息苦しいなど呼吸器症状がある場合は、受診される前に必ず当院までお電話ください。

病棟への立ち入りができません

現在、すべての方の病棟への立ち入りをご遠慮いただいております。

手指消毒と体温測定、マスクの着用

来院されるすべての方をお願いしています。マスクを忘れた方には1枚30円で販売しております。



コロナ自粛中の運動不足にご注意！

全世界的にコロナが猛威をふるい続けています。日本における第3波は年明けにピークを迎え、緊急事態宣言の発出もあり減少傾向に転じていますが、まだまだ感染者数が多いのが現状です。

病院においては入院患者さまの面会制限が続いておりご心配をおかけしておりますが、県内でも病院や施設のクラスターが発生しており、十分な対策を続けるとともに万が一感染者が発生した場合には、早期に発見し、素早い対応がとれるように警戒を続けております。

さて、感染対策に外出を控えられている方も多いようです。

緊急事態宣言下で「原則、外出は控えてください」と言われていますが、散歩やジョギングなどを含め日常生活範囲内の外出までは制限されていません。



コロナ自粛をきっかけに運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態、すなわち「ロコモティブシンドローム」＝ロコモに陥らないよう、自粛中でもなるべく積極的に体を動かすようにしてください。

屋内であれば、「片足立ち」や「スクワット」からはじめてみてはいかがでしょうか？

「片足立ち」は、左右とも1分間で1セット、1日3セット

「スクワット」は5～6回で1セット、1日3セット

動作中は息を止めないように、支えが必要な方は壁や机に手をつけて行ってください。

また、楽にできる人は回数やセット数を増やしてもいいと思います。

テレビを見ながらでも、トイレに立った時でも、何度かコタツを抜け出してトライしてみてください！

（院長 崔 林承）





皆様、こんにちは。私は2019年1月から五ヶ瀬町国民健康保険病院の薬局に勤務する薬剤師の土谷研一（ツチヤケンイチ）と申します。

病院で調剤業務を行うほか夏期、冬期に町内小中学校5校を訪問し、学校内の環境衛生を調べる学校薬剤師としても業務を行っています。

当院では2020年12月1日から電子カルテの導入に伴い、薬剤部門でもこれに連携するシステムの調剤支援システムが稼働開始しました。このことで、調剤が機能的になり、監査機能も増し、より安全・安心なお薬をお届けできるようになりました。

さて、『ジェネリック医薬品』という言葉はもう広く行き渡り、ご存知の方も多いかもしれません。私が初めて社会人となった頃、昭和50年代にはジェネリック医薬品(後発品)は、先発薬のあとからゾロゾロと出てくる、雨後のタケノコのように、『ゾロ品』と呼ばれ、少し軽く見られ、品質は劣るようなイメージがありました。

現在、市販されている全ての医薬品は、先発薬もジェネリック医薬品も国の厳しい審査をク

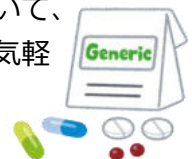
リアしたものだけが承認されています。

また、医薬品は、世界基準であるGMPという『製造管理及び品質管理の基準』（以下「GMP基準」という。）によって、製造されています。ジェネリック医薬品は、先発薬と同一の有効成分と同一量を含み、効き目が同等な医薬品で、先発薬もジェネリック医薬品も同じGMP基準で製造されていますので、両者の品質に全く差異はなく、同等の効き目があります。

国は医療費削減のため、ジェネリック医薬品の使用を促進しており、当院でも可能な限りジェネリック医薬品を採用することで、医療費が安価となり、個人負担ができるだけ軽くなるよう努めてまいります。町民の皆様方にはなお一層、ジェネリック医薬品に対するご理解をよろしくお願いします。

最後になりますが、当院は院外処方せんを発行しているため、調剤薬局の薬剤師の方々よりも、身近な薬剤師ではないかもしれませんが、当院で交付するお薬について、ご不明な点がございましたら、気軽

にご相談ください。



3月以降の「へき地診療」の日程についてお知らせします

3年 3月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			鞍岡			
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
			鞍岡	坂本	土生	
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			
			鞍岡			

3年 4月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
			鞍岡	坂本	土生	
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

3年 5月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
			鞍岡	坂本	土生	
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

《へき地診療についてのお願い》

診察および薬を希望される患者様は、必ず前日までに町立病院へご連絡をお願いいたします。
TEL 73-5500





*高齢期の低栄養予防のために

高齢の方は噛む力や飲み込む力の衰えることにより、食事をあまり食べられなくなると、エネルギーやたんぱく質などが不足して、「低栄養」を引き起こしてしまうおそれがあります。

病院でも患者様の噛む力・飲み込む力の状態に合わせた食形態でお食事を提供しています。

<やわらかく、飲み込みやすい食事づくり>

1. むせや誤嚥を起こしやすい食品を控える

- こんにゃく、タコ、繊維のかたい野菜などの弾力が強く、かたいもの
- パン、ふかし芋、ゆで卵などのパサつくもの
- わかめ、のり、もち、ウエハースなどの口の中などに貼りつきやすいもの

2. 舌でつぶせるやわらかさに

3. つなぎやとろみをつかってまとまりよく

【つなぎやとろみづけになる食品】

マヨネーズ、ソース、豆腐、卵、牛乳、片栗粉

※とろみ調整食品の活用

水分や液体などでむせやすい場合は、とろみ調整食品を活用すると便利です。とろみがつき過ぎるとかえって飲み込みにくくなるため、適量を守ることが大切です。

*鶏肉やわらか！病院のメニュー紹介

【鶏唐揚げおろし煮】 <材料（4人分）>

- 鶏もも肉…4切（1切70g）
- 片栗粉 16g
- 揚げ油 適量

- A
- 酒 8g
 - 砂糖 2g
 - おろし生姜 2g
 - 濃口醤油 8g

- B
- だし汁 80g
 - 酒 12g
 - 砂糖 12g
 - みりん 4g
 - 濃口醤油 16g
 - 薄口醤油 4g



- えのき、椎茸などのきのこ 80g
- 大根(おろす) 240g
- 小ねぎ(小口切り) 12g

<作り方>

- ① 鶏肉はAで下味を付けて片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げる。
- ② 鍋にBときのか、大根おろしを入れて、火が通るまで煮る。
- ③ ②に①の唐揚げを入れて煮からめ、器に盛り小ねぎをちらして、できあがり！
(エネルギー253kcal、塩分1.2g)

外来診療表

受付 午前11時30分まで		月	火	水	木	金	
午前	外科	崔林承	崔林承 熊大消化器外科 派遣医師	崔林承	崔林承	崔林承	
	内科	岡崎智樹	岡崎智樹	岡崎智樹 熊大循環器内科 派遣医師	岡崎智樹	岡崎智樹	
	耳鼻咽喉科 第2・第4木曜日	—	—	—	高千穂町立病院 耳鼻咽喉科医師 甲斐智朗	—	
午後	診察開始 午後2時から	外科 内科 整形外科	高千穂町立病院 内科医師	熊大消化器外科 派遣医師	熊大循環器内科 派遣医師	休診	休診
			—	—	高千穂町立病院 整形外科医師	—	—

★学会、研修等で不在となる場合は、防災無線等でお知らせします。