



# Gokase Hospital

## ごかせ町立病院 通信

### 《2023年秋号 No. 12》



10/28(土) 宮崎市のシーガイアコンベンションセンターで第34回宮崎県国保地域医療学会が開催され、町立病院も『当院における地域医療連携の現状と今後の課題』というテーマで興梶看護師長を中心に4名の看護師が今年度から設置された連携室の成果と課題について研究発表を行いました。

### 《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

# インフルエンザ予防接種を実施しています

インフルエンザ予防接種を行っています。今後の接種予定についてお知らせします。

今年も、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症との同時流行が懸念されています。ワクチンが無くなり次第終了となりますので、希望される方は、お早目の接種をお願いいたします。

<会場> **町立病院**

【期 間】令和5年12月28日(木)まで ※平日のみの実施

【受付時間】午後2時から午後4時30分まで

【その他】定期受診の診察と合わせて、午前中に接種することも可能です。



<料金> 基本料金(18歳~64歳)・・・4,000円  
6ヶ月以上~13歳未満・・・1回目:2,000円(2,000円町補助)  
2回目:1,300円(2,700円町補助)  
13歳以上~18歳(高校3年生まで)・・・2,000円(2,000円町補助)  
65歳以上の方・・・2,000円(2,000円町補助)  
妊婦の方・・・2,000円(2,000円町補助)  
生活保護世帯の方・・・無料

## 診療体制について

当面の間、**午後は休診**となります(整形外科を除く)。また午前中の受付終了時間は、**午前11時まで**となっておりますので、受診される際にはご注意ください。**※急患の診療は従来通り行います。**

午後は、新型コロナウイルスワクチン接種事業や企業健診、各種予防接種を実施しています。通常の診療と時間帯を分けることで、院内の密を避け、感染予防と感染拡大防止を図っています。町民の皆さまには今しばらくご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、電話診療については令和5年7月31日をもって新型コロナウイルス感染症に伴う特例が終了となったため、現在は行っておりません。ご了承ください。

受付 <b>午前11時まで</b>		月	火	水	木	金
午前	外科	崔	崔 熊大消化器外科	崔	崔	崔
	内科	岡崎	岡崎	岡崎 熊大循環器内科	岡崎	岡崎
	整形外科				菊陽台病院 岡	
	耳鼻咽喉科 <b>第2・第4木曜日</b>				高千穂町立病院 甲斐	
午後	整形外科のみ 午後1時から3時まで	休診	休診	休診	菊陽台病院 岡	休診

★都合により休診となる場合は、防災無線等でお知らせします。

**★整形外科は、予約優先となっています。特に午前中は込み合いますので、予約のない方や新規の方は、午後からの受診にご協力ください。(午後の受付時間 午後1時から午後3時)**

## 五ヶ瀬中学校医療現場体験学習

10月7日土曜日、五ヶ瀬中学校体育館で五ヶ瀬中学校医療現場体験学習が行われました。対象となった中学1年生18名は、崔 院長や興梠 看護師長ほか当院のスタッフから指導を受け、次の体験をされました。

### ① 縫合体験

糸付き縫合針・持針器・鉗子を使っての皮膚縫合体験

### ② 個人防護具の脱着体験

ガウン・N95マスク・手袋・フェイスシールド着脱体験と感染症ゾーニングの説明

また、西臼杵広域消防本部による胸骨圧迫による心肺蘇生、AEDの操作説明などの救命処置訓練も行われ、学生からは院長へ五ヶ瀬の医療のこれからについての質問も飛び出すなど、充実した体験学習となりました。



## 地域医療ガイダンス

8月23日～25日の3日間、宮崎大学医学部1年生3名が地域医療ガイダンスの実習生として当院にいらっしゃいました。期間中は外来での研修はもちろん、受付やリハビリ室での体験、薬局・検査室・放射線室など、医者の卵として様々な部署の見学・体験をしていただきました。



また、実習期間中は院内だけではなく、『ふれあい施設』『共生型福祉施設ぬくもり』『グループホーム逍遙亭』等、町内の福祉施設も訪問。桑野内での農泊体験もされ、病院だけでなく、五ヶ瀬町のことを知るきっかけとなる体験もしていただきました。いつかまた五ヶ瀬町を訪れていただきたいですね。

## 院内火災を想定した避難訓練



9月26日火曜日午後、病院1階ボイラー室から火災が発生したという想定による避難訓練が実施されました。職員による初期消火対応訓練、病棟から入院患者を担架で搬送する訓練、外来患者や職員にケガ人が出たという想定での車いすによる搬送や避難誘導訓練等(いずれも患者役は職員が担当)、全体的にスムーズに進行し、各部署ならびに各個人の役割が例年よりもさらに明確になった訓練となりました。

今年度はあと1回、消火栓からの放水訓練を含む避難訓練が行われる予定になっています。今後も災害への備えをしっかりと行ってまいります。



# こんにちは！給食室です

(管理栄養士 新田 知穂)

## 『たんぱく質』とは？

たんぱく質は、体重の約15%を占め、筋肉、内臓、骨、血液、神経の材料であり、私たちの体にはなくてはならないものです。



### ○1日に必要なたんぱく質の量は？

男性:60~65g(12歳以上)1食あたり約20g

女性:50~55g(12歳以上)1食あたり約17g

中学生も高齢者も  
必要量は同じ！

### ○摂りすぎるとどうなるの？

たんぱく質は必要な分だけが利用され、余りは老廃物になります。老廃物は腎臓を通り、おしっことして排出されますが、摂りすぎると処理が追いつかず、腎臓にダメージを受けます。また、カロリーオーバーにもなりやすく、肥満や糖尿病にもつながります。腎臓が弱ってくるとたんぱく質の制限が必要になってきます。



制限された場合は守って

### ○不足するとどうなるの？

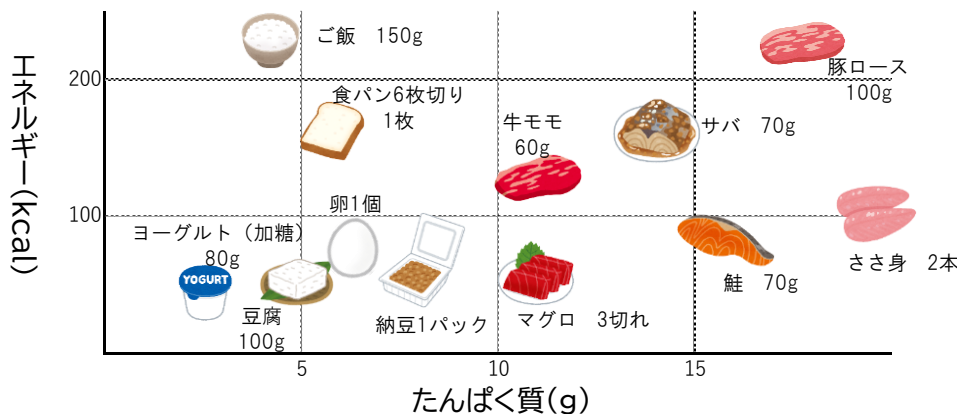
①筋肉量の減少 ②集中力の低下 ③免疫力の低下 ④髪がもろくなる ⑤むくみ  
などがあります。自分の適正量を知っておくことが大切です。



### ○たんぱく質の目安量と質

☆動物性のもの(卵・魚介類・肉類・乳製品)はアミノ酸をバランス良く含んでおり、『良質なたんぱく質』と呼ばれます。毎食1品は食べるようにしましょう。

☆たんぱく質が体で上手く使われるには、ビタミン類も必要です。バランスにも気を付けましょう。



## 菊池衣料品店様よりご寄贈いただきました

菊池衣料品店様より、肌着各種(男性用、女性用)、ゆかた等、計45点の衣料品をご寄贈いただきました。

長年にわたり当院の運営をサポートしていただいたことにスタッフ一同心より感謝申し上げます。  
長い間、本当にありがとうございました！

