



2024年春号

No.74

五ヶ瀬町 国保病院通信

【お問合せ・発熱外来】

☎0982-73-5500

西臼杵医療センター五ヶ瀬町国民健康保険病院 介護医療院

<https://www.nishiusuki-hp.jp/gokase/>



新たに「介護医療院」と記された入り口の案内板

基本理念

西臼杵地域の住民皆様の病院として安全で質の高い包括的医療を提供するとともに、地域から信頼され愛される病院を目指します。

基本方針

- 地域に開かれた病院であり、住民の皆様にとって快適な病院を目指します。
- 地域に必要とされる救急医療体制、在宅、終末医療体制等の充実に努めます。
- 地域住民中心の保健・医療・介護体制を構築することで、地域包括ケアシステムを推進します。
- 常に研さんし医療水準の向上に努め、住民の皆様から信頼される人材を育成します。
- 西臼杵地域における持続的な医療体制を維持するため、病院の健全経営を目指します。

介護医療院を開設しました 西白杵3町の介護の受け皿として



▲開所式で入所者らへ挨拶を述べる崔院長



▲同じく4月2日、辞令交付式が行われ寺尾センター長より病院職員に辞令が交付されました

五ヶ瀬町国民健康保険病院では、令和6年4月から、32床の「一般病棟」と18床の「介護医療院」で運営されています。この「**介護医療院**」とは、プライバシーの確保など生活施設としての機能を加えた施設で、**西白杵3町の介護を必要とする方の受け皿**とすることを目指すものです。

4月1日、2階デイルームにおいて入所者の方に参加いただき「介護医療院開設式」が開催されました。会場はスタッフとその家族による手作りの装飾が施され、崔林承院長の挨拶や介護医療院スタッフの紹介などが行われ、当院における「**介護医療院**」がスタートしました。

ご挨拶 「チーム医療」を大切に

西白杵医療センター
センター長 寺尾 公成



このたび、西白杵郡の3公立病院が経営統合して誕生した「西白杵医療センター」の初代センター長に就任しました、寺尾公成(てらお きみなり)と申します。3月まで県立延岡病院で院長として県北医療の充実と発展に力を注いでまいりました。

西白杵地域に持続可能な診療体制を構築するにあたり、「**チーム医療**」を大切にしていきたいと考えます。

医師をリーダーとして、看護師、技師などそれぞれの役割のプロがやるべきことをきちんと果たし、**有機体として動いて初めて、本当の「チーム医療」**ができます。

西白杵医療センターの基本理念にもありますように「**地域から信頼され愛される病院**」を目指してまいりますので、皆さまどうぞよろしくお願いいたします。



▲区館長及び組長全体会議で挨拶を述べる寺尾センター長(4/30)

診療体制は変わりません 安心して受診してください

4月から西臼杵医療センターとしてスタートした当院ですが、**外来診療は今までどおり受診していただけます**のでご安心ください。

受付時間は午前8時から11時までで、午後は休診となっております(木曜日の整形外科を除く)。午後の診療再開に向け検討を進めておりますので、町民の皆さまにはご不便をおかけしておりますが、ご理解とご協力をお願いいたします。
※急患の診療は従来どおり行っております。

諸事情により来院が困難な患者様には「オンライン診療」や「家族受診」をご案内しておりますので、ご検討ください。(お問合せ: ☎0982-73-5500)

【 受付 】		月	火	水	木	金
【午前】 8時～11時	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 ※予約優先				岡 菊陽台病院	
	耳鼻咽喉科 第2・4木曜日				甲斐 高千穂町国 保病院	
【午後】 1時～3時	整形外科 のみ	休診	休診	休診	岡 菊陽台病院	休診

★都合により休診する場合は防災無線でお知らせします。

★**整形外科は予約優先です。**午前中は混み合いますので、新規や予約のない方は午後からの受診にご協力をお願いします。(受付: 午後1時～3時)

発熱・風邪症状のある方へ まずはお電話でご相談を

院内感染防止と円滑な診療のため、引き続き、**発熱や咳、のどの痛みなどの風邪症状がある場合は、直接来院せず**にまずはお電話でご相談ください。お名前や症状をお伺いした後、診療時間などのご案内をさせていただきます。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

【五ヶ瀬町国保病院】

☎0982-73-5500

受診前にお
電話を!



『野菜』食べてますか？ 野菜のはたらきには大きく次の二つがあります。

① 食物繊維

- 便通を良くする ○腹持ちが良い
- たくさん食べても低カロリー

② ビタミン・ミネラル

- 3大栄養素(炭水化物・たんぱく質・脂質)の消化吸収を助ける
- 体の調子を整える
- 血圧を低下させるはたらきがある(カリウム※)

※医師からカリウム制限の指示のある方はご相談ください。



1日5皿を目標に！

1日の目標は350g！

いろいろな野菜料理を、1日に5皿食べるようにします。

ポイントはいろいろな種類の野菜を使うこと。見た目が良くなることはもちろん、様々な栄養素がとれます。調理法も生、煮る、焼く、揚げる等どんな料理でもOKです！



食物繊維が多く、糖質が少ないのでおすすめは「葉茎菜類」をたっぷり摂ること！

野菜には種類によってそれぞれ特徴があり、役割もあります。野菜の『質』にもこだわって、バランス良く食べましょう。

野菜の種類の特徴

	代表的な野菜	炭水化物	食物繊維	糖質
① 葉茎菜類 (葉や茎) 紫外線から自身を守るために抗酸化物質を作り、炎症を抑えている。実や種を作るために光合成をして栄養を作る。	小松菜・ほうれん草・ブロッコリー・春菊・モロヘイヤ・キャベツ・レタス・サニーレタス・白菜・セロリなど	3~5%	2~5%	0.2~3%
② 果菜類 (果実や実) 葉で作られた栄養で種を作って子孫を残す。種の大きさによって、蓄える糖質の量が違う。	トマト・ピーマン・きゅうり・インゲン・ナス・かぼちゃなど	5~20%	0.3~2%	2~20%
③ 根菜類 (土の中で成長した根や茎) 葉を出すために根を張って水や肥料を吸い上げる。葉で作った糖質を根や茎に蓄える。	大根・カブ・にんじん・レンコン・ごぼう・玉ねぎ・じゃがいも・サツマイモなど	20~30%	2~9%	10~30%

