

# ろうさい通信

第225号

日本医療機能評価認定病院

山口労災病院

〒756-0095

山陽小野田市大字小野田1315番地の4

電話 (0836) 83-2881

FAX (0836) 84-5387

http://www.yamaguchih.johas.go.jp

## 病院の理念

勤労者や地域の皆様に  
患者さんの立場に立った  
質の高い医療を提供する

### 夏の食中毒予防

主任栄養管理士 野中 英美

食中毒は1年を通して発生しますが、梅雨から夏にかけて特に気を付けたいのが細菌性食中毒。

気温と湿度が高くなると細菌の増殖が活発になるため、より注意が必要です。

食中毒を防ぐには、調理や食事のときに食品を細菌の汚染から守る「付けない」、細菌に増殖する機会を与えない「増やさない」、食品中の細菌を加熱や消毒によって「やっつける」の三原則が基本です。食中毒というと、飲食店でのご飯が原因と思われるがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生します。普段、当たり前に行っていることが思わぬ食中毒を引き起こすこともあります。

家庭での食事作りでの食中毒予防のポイントをチェックしてみましょう。

細菌を「付けない」ためには、

まず手洗いをしっかりと。調理前はもちろん、生の肉や魚、卵などを扱った後も小まめに行います。台所は常に清潔にして、まな板やふきん、スポンジなどは熱湯や煮沸で消毒し細菌を寄せ付けないようにしましょう。

細菌を食品中で「増やさない」ためには、

食品の温度管理を徹底することが大切になります。食品についた菌は、時間の経過とともに増えるので、調理は迅速にし、調理後は早く食べることが大切です。また、細菌は通常、10℃以下では増えにくくなるので、食品を扱うときには室温に長時間放置せず、冷蔵庫に保管する必要があります。

細菌を「やっつける」ためには、

食品の中心部温度75度以上で、1分以上しっかりと加熱しましょう。調理器具は十分な洗浄・消毒を。

**point 1**  
食品の購入

消費期限などの表示をチェック!

肉・魚はそれぞれ分けて包む

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

**point 2**  
家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ!

入れるのは7割程度に

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

**point 3**  
下準備

冷凍食品の解凍は冷蔵庫で

タオルやふきんは清潔なものに交換

ゴミはこまめに捨てる

こまめに手を洗う

生肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく

井戸水を使っていたら水質に注意

生肉・魚は生で食べるものから離す

野菜もよく洗う

包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

**point 4**  
調理

加熱は十分に(めやすは中心部分の温度が75℃で1分以上)

台所は清潔に

電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

作業前に手を洗う

調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ

**point 5**  
食事

食事の前に手を洗う

盛り付けは清潔な器具、食器を使う

長時間室温に放置しない

**point 6**  
残った食品

時間が経ち過ぎたり、ちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる

作業前に手を洗う

手洗い後、清潔な器具、容器で保存

早く冷えるように小分けする

温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)

# お知らせ

## オレンジ会

植物の力を生活に取り入れよう  
～アロマライフのご提案～



事前参加  
申し込み  
必要

日時：令和1年7月20日(土)  
10:00～12:00

場所：山口労災病院 図書棟 第1・2会議室

講師：アロマリラックス 柘田 久美子 先生

材料費：一人500円

(年会費とは別途徴収させていただきます。)

お問い合わせ：山口労災病院 医療福祉相談室

電話番号：0836-83-2881 (代表)

## 医師 の 変更

整形外科 令和1年 7月1日付

医師 片岡 秀雄

↓  
医師 丘 雄介

## 市民のための健康講座

受講料無料

市販の救急蘇生テキストを  
さしあげます

## 救急蘇生講習会

7月15日(月)

海の日に市民対象の救急蘇生講習会を  
下記要領で開催します。

実施中心のすぐに役立つ講習ですので、  
多数のお申し込みをお待ちしております。



内 容：乳児と成人の心肺蘇生術と窒息解除法

高機能の蘇生人形を用いて、深さとテンポを  
モニターしながら適切な胸骨圧迫ができるよ  
う御指導します。

午前の部 8:50集合、9:00～12:00

午後の部 12:50集合、13:00～16:00

※午前の部と午後の部は同じ内容です

場 所：山口労災病院講堂

対称年齢：おおよそ15歳～80歳(軽労作が可能な方)

定 員：午前・午後 それぞれ9名

申込方法：山口労災病院 総務課

代表電話 0836-83-2881

氏名、年齢、性別、連絡先(電話番号) 差支えな  
ければ、ご職業と講習歴をご連絡ください。  
定員になり次第、締め切らせて頂きます

薬剤師 助産師 看護師

## 職員募集



2019年度

● 薬剤師・助産師・看護師 (若干名)

2020年度

● 助産師・看護師 (20名程度)

試験日 8月9日(金)・8月30日(金)

応募締切 それぞれ試験の7日前まで

受付：総務課 庶務係長 廣田



## 糖尿病教室 (7月)

場所 / 本館6階東病棟 660号室 時間 / 16:00～17:00  
参加費 / 無料

月	日	曜日	内容	講師
7	2	火	糖尿病について	内科医師
	3	水	食事療法の基本	管理栄養士
	4	木	食事療法の実際	管理栄養士
	5	金	日常生活	看護師
	9	火	糖尿病と検査	検査技師
	10	水	薬物療法	薬剤師
	12	金	運動療法	理学療法士
	16	火	糖尿病について	内科医師
	17	水	食事療法の基本	管理栄養士
	18	木	食事療法の実際	管理栄養士
	19	金	日常生活	看護師
	23	火	糖尿病と検査	検査技師
	24	水	薬物療法	薬剤師
	26	金	運動療法	理学療法士
	30	火	糖尿病について	内科医師
	31	水	食事療法の基本	管理栄養士

## 整形外科外来からのお知らせ

当院の整形外科外来は、

『完全紹介制』です。

病院として、できるだけ多くの重症患者さんや手術  
が必要な患者さんの治療を優先させていただくため、  
また、待ち時間短縮を図るため「整形外科」は『完全  
紹介制』に移行しました。当院での診療の際には、ま  
ず、地域の診療所等を受診された後、紹介状をお持ち  
ちになって受診していただくようお願いいたします。

なにとぞご理解いただきますようお願い  
いたします。

※ご不明な点がございましたら整形外科または  
地域連携室までお問い合わせください。



ボランティア  
募集中!!

応募先  
総務課 まで



# 第3回

# 地域医療連携 Cafe



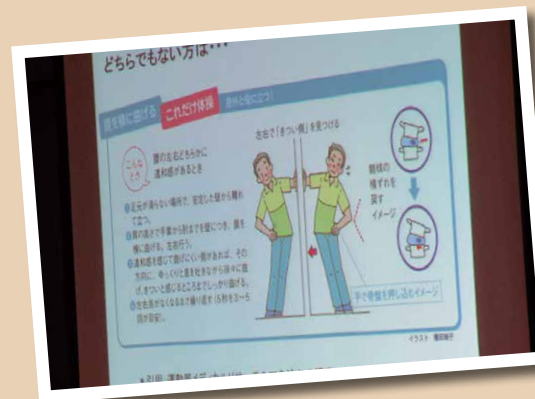
6月11日不二輸送機ホール（山陽小野田市文化会館）において第3回の地域医療連携 Cafe を開催いたしました。

「地域医療連携 Cafe」とは山陽小野田市、宇部市、美祢市の在宅医療に携わるスタッフの皆様を対象とした研修 & 交流会です。2部構成になっており過去2回開催されています。

第1部：研修会【知っておきたい医学的基礎知識】では当院田口院長の講演会（これまで第1回：長生きするための医学的基礎知識、第2回：意外と怖い骨粗しょう症）が開催され、

第2部：交流会【すぐに役立つ実践講座】はグループディスカッションを中心としたカリキュラムで、これまで「わかりやすい看護情報提供書の作成について」皆で意見を出し合い作成されました。

今回は「腰痛」に焦点を当て、第1部は田口院長の講演会「腰のしくみを理解して腰痛対策」、第2部は当院米沢理学療法士が「腰痛予防の心得 ～職場に潜む「腰痛リスク」から身を守る～」と題し実際に運動交えての実践講座を行いました。100名を超えた参加者は講演会では真剣にメモを取り、実践では大きく体を動かしそれぞれに感想や意見交換を行い、有意義な時間が過ごせたとの喜びの声が聞かれました。



## 山口労災病院には 日本理学療法士協会認定の 専門理学療法士が在籍しています

「私たちは専門理学療法士です！」

運動器専門理学療法士 2名  
生活環境支援専門理学療法士 1名  
内部障害専門理学療法士 1名  
計4名が在籍し、高度なリハビリテーションを日々提供しています。



## 作品展開催

ボランティアさんに協力をいただき、外来ロビー廊下で作品展を開催しています。

西村静世  
押し花作品展  
6月10日(月)～6月28日(金)



●7月8日(月)～7月26日(金)は  
上田美佐子 作品展です。

●患者さんには紹介状を持参して下さるようお願いいたします。(地域医療連携室)

患者さんの紹介専用電話 **0836-84-0755** FAX 0836-81-5007 (一般の方の使用はご遠慮願います)

●外来診療のご案内 (2019年7月現在)

〈受付時間〉…初めての方(新患)午前8時15分～11時30分 …2回目からの方(再来)午前7時～11時30分

〈診療開始時間〉 午前8時30分～

の診療科は土曜日も午前中に限り紹介患者さんをお受けいたします。 **0836-83-2881(代)**へお電話ください。

の診療科の外来受付は、完全予約制になっております。

診療科		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	
内科	総合診療 (新患・再来)	板垣 和男	永尾 優子	野見山隆太	一杉 知毅 合馬 若那	播磨 陽平	
	血液 (新患・再来)	東野 洋一		野見山隆太	東野 洋一	野見山隆太	
	糖尿病・内分泌 (新患・再来)	松原 淳	永尾 優子	永尾 優子	松原 淳	野見山隆太	
	呼吸器(一般) (8:30～12:30)			山路 義和			
	呼吸器(一般) (14:00～17:00)				松田 和樹		
	じん肺・石綿(放射線科)	野村 敏			野村 敏		
	膠原病・リウマチ (9:00～13:00)					上野 匡庸	
	膠原病・リウマチ (13:00～17:00)			鈴木 克典			
	消化器	新患	浦田 洋平	中村 陽平	戒能 美雪	一杉 知毅	播磨 陽平
		再来	戒能 美雪	一杉 知毅 合馬 若那	中村 陽平	播磨 陽平 合馬 若那	黒川 典枝 浦田 洋平
循環器	新患			瀧田 覚			
	再来	板垣 和男	関 耕三郎	関 耕三郎 瀧田 覚	板垣 和男	瀧田 覚	
	午後診(13:00～16:00)		永尾 優子	永尾 優子	松原 淳		
精神科		土屋 健	土屋 健	土屋 健	土屋 健	土屋 健	
小児科	新患・再来(一診)	田代 紀陸	田代 紀陸	友近喜代子	田代 紀陸	田代 紀陸	
	新患・再来(二診)	川崎 浩三	川崎 浩三	川崎 浩三	川崎 浩三	川崎 浩三	
	喘息外来	水曜日15:00～16:30					
	乳幼児健診		13:30～14:00		13:30～14:00		
	予防接種	幼児・学童:水曜日の13:30～14:30 乳児:火・木曜日の14:00～14:30					
	午後診(15:00～16:30)				田代 紀陸		
外科	消化器外科	小野田雅彦	井口 智浩	井口 智浩	河野 和明	小野田雅彦	
	乳腺甲状腺外科	河野 和明	加藤 智栄	岩村 道憲	河野 和明	加藤 智栄	
	血管外科	小野田雅彦	古谷 彰	古谷 彰	古谷 彰		
	呼吸器外科		加藤 智栄	古谷 彰	古谷 彰	加藤 智栄	
	一診	岩村 道憲	古谷 彰	古谷 彰	河野 和明	小野田雅彦	
形成外科	午前(8:15～12:15)					村上 隆一(隔週) 天野 信行(隔週)	
整形外科	新患・再来(一診)	城戸 研二 (股関節外科・小児整形外科)	富永 俊克 (脊椎外科・リハビリ)	藤 真太郎 (膝関節外科)	丘 雄介 (脊椎外科)	山本 久司 (手の外科・肩関節・リウマチ)	
	新患・再来(二診)	藤 真太郎 (膝関節外科)	丘 雄介 (脊椎外科)	城戸 研二 (股関節外科・リウマチ)	寒竹 司 (脊椎・脊髄外科)	東 栄治	
	新患・再来(三診)	山本 久司 (手の外科・肩関節・リウマチ)	山岡 康浩	金岡 丈裕	池田 裕暁	佐伯 侑治	
	新患・再来(四診)	寒竹 司 (脊椎・脊髄外科)					
	午後	人工関節外来 13:00～14:00					
脊椎・脊髄外科		寒竹 司		寒竹 司			
脳神経外科		古谷 泰浩	杉山 修一	古谷 泰浩	杉山 修一	古谷 泰浩	
皮膚科	午前(8:15～12:15)		倉田 裕介		山口 道也		
血管治療センター外来	第1・第3金曜日の8:30～12:30 (古谷 彰・関 耕三郎)						
泌尿器科			白瀧 敬	白瀧 敬	中村 公彦	白瀧 敬	
	午後(14:00～16:00)	山本 義明					
産婦人科	新患・再来	山下 裕幸	山下 裕幸	山下 裕幸	山下 裕幸	山下 裕幸	
眼科	午前(8:30～10:00)		山城知恵美		芳川 里奈		
耳鼻咽喉科		下郡 博明	下郡 博明	下郡 博明	下郡 博明	下郡 博明	
	補聴器外来	月曜日(第1・3・5週ヒヤリングセンター第2・4週リオン)13:30～					
リハ科		富永 俊克	古谷 泰浩	杉山 修一	富永 俊克	山岡 康浩	
放射線科 (画像診断)	午前(8:15～12:00)						
	午後(13:00～17:00)	野村 敏	野村 敏	野村 敏	野村 敏	野村 敏	
麻酔科		中木村和彦	佐伯 仁	中木村和彦	佐伯 仁	中木村和彦	
健診部	禁煙外来	月～金曜日の9:30					
	人間ドック・特殊健診	月～金曜日					
セカンドオピニオン外来	詳しくは地域医療連携室へお問い合わせください。 ☎0836-84-0755						