



250号

発行所 / 下関市長府外浦町1番1号 国立病院機構 関門医療センター 発行責任者 / 病院長 吉野 茂文 印刷 / 株式会社アートネクスト

関門医療センター

Speed Standard&Safety Smile



いつも「海峡」を見ていただき有難うございます。

このたび当センターの広報誌「海峡」が250号を迎えました。これもひとえに皆様方のご愛読いただいたおかげと感謝申し上げます。

「海峡」は旧国立下関病院と旧国立山口病院が統合し、新たな国立下関病院が誕生した2000年7月に創刊されました(山田院長時代)。2003年6月の7号から毎月の発行となり(佐柳院長時代)、2019年8月に200号を迎え(林院長時代)、今日に至ります。

「海峡」は現在でこそ当センターにピッタリのタイトルですが、現在の場所に移転する前の創刊時から命名されており、その先見性には驚かされます。両サイドのロゴ(関門橋とフグ)も創刊時のままで、「海峡」というキャラクターなタイトルとともに、私も大変気に入っています。

これからも当センターを身近に感じてもらいたいという、様々な情報を発信し続けていきたいと思っておりますので、ご愛顧のほど宜しくお願い申し上げます。



病院長 吉野 茂文

「海峡」250号発刊おめでとうございませう。

この「海峡」は、平成12年7月に第1号が創刊以後23年間という長きにわたり発行されており、ご愛読いただいている皆様にご感謝申し上げます。

ここ数年はコロナ禍のため、当センターで以前より行われていた健康応援祭、サナー健康応援講座などが中止され、地域の方々との触れ合いが制限されました。しかし、疾患と治療特定行為研修指定医療機関認定、日本胃癌学会認定施設認定など、「海峡」が当センターの取り組みを知っていただくよい機会となっております。近年IT化が進んでおりますが、紙面での配布はアクセスしなくても目に入るのが利点で、私自身、画面より紙面の方が読みやすいと感じています。

看護部としても、「海峡」の紙面を飾るような取り組みを行い、地域の皆様へ「関門医療センター看護部」をさらに知っていただけるよう努力してまいります。引き続きご愛読をお願い申し上げます。



看護部長 小林 奈々

「海峡」250号の発刊、おめでとうございます。

250という数値の積み重ねの裏に様々なご苦労があったことは想像に難くありません。歴代の編集担当者の方々に拍手を送りたいと思います。

近年はSNSやWEBサイトでの広報活動が主流となっており、「紙」媒体での広報誌の発行は少なくなっていきますが、幅広い年齢層、特にインターネットに不慣れた方たちに対して強くアプローチできる紙媒体の広報誌は、意図的に情報収集するのではなく、ふと目に入ったところで気軽に手にとつてもらえるという特性が強みです。不特定多数の方に向けて発行し、当センターが行っている活動や方針などを広く知っていただくという目的を達成できるものとして、これからも重要な役割を担うと考えます。

今後ますますの紙面の充実等に期待いたします。



事務部長 難波 和弘

***** 海峡250号発刊に寄せて *****

広報誌「海峡」は、当センターの取組みや治療に関する医療情報をはじめ、院内のイベントやボランティア活動の紹介など患者さん目線の情報発信をこころがけてまいりました。最近では、「Dr.ちゃんねる」のコーナーを設け、医師の違った一面を紹介して、ご好評いただいております。バックナンバーもホームページからご覧いただけます。これからの健康応援病院として、皆様に寄り添った情報をお届けできるよう精進して参ります。

外来診療担当医一覧表

2023年10月1日

グループ名	診療科名	月	火	水	木	金	特殊外来 ※要予約	
総合診療【G2】	総合診療	午前	佐藤 稷 鶴 政俊	佐藤 稷 鶴 政俊	佐藤 稷 鶴 政俊	佐藤 稷 松井久未子 (再来のみ)	人工ペースメーカー外来	
	糖尿病・血液内科	午前		松井久未子			リウマチ外来	
	歯科口腔外科(予約制)	午前	板敷康隆	板敷康隆	板敷康隆	板敷康隆	不妊症外来	
女性総合診療	女性総合診療(予約制)	午後	早野 智子				難聴・補聴器外来	
循環器病総合診療【G2】	循環器内科	午前(新来)	大谷 望	早野 智子	早野 智子	大谷 望	ペインクリニック	
	呼吸器内科	午後	早野 智子	大谷 望	大谷 望	早野 智子	頭痛外来	
	脳神経内科 (午後外来は予約制)	午前(再)	押部奈美子 尾本雅俊 大野美和(非)	尾本雅俊	田中信一郎		田中信一郎 池川 眞之	スポーツ外来
		午後(再)	田中信一郎 尾本雅俊		田中信一郎		尾本雅俊	膝関節外来
	脳神経外科	午前	副島慶輝	山下勝弘		山下勝弘	健康診断	
	機能脳神経外科(毎月最終水曜日(予約制))	午前			藤岡裕士(非)			機能的脳神経外科
	消化器内科	午前	原野 恵 千原大典	坂口栄樹 戒能聖治	戒能聖治 小川 亮	千原大典 坂口栄樹	小川 亮	手の外科
精神科(予約制)【G5】	午前	若林 祐介	若林 祐介	若林 祐介	若林 祐介	若林 祐介	足の疾患センター	
心理カウンセリング(予約制)		白井麻子 黒木浩子	白井麻子 黒木浩子	白井麻子 黒木浩子	白井麻子 黒木浩子	白井麻子 黒木浩子	骨軟部腫瘍	
乳腺外科	午前	長島由紀子	長島由紀子	長島由紀子	長島由紀子	長島由紀子	パーキンソン病	
がん消化器・肝臓病総合診療【G5】	外科	午前(新来)	吉野茂文	矢原 昇	坂本和彦	吉野茂文	吉田 晋	セカンドオピニオン外来
	消化器外科	午前(再)	坂本和彦 佐伯晋吾	北原正博	吉田 晋	北原正博 酒井豊	林 弘人 矢原 昇	
	呼吸器外科	午前						
	内視鏡外科	午前						
	心臓血管外科	午前			村上雅憲		村上雅憲	
足の疾患センター(予約制)	午後			村上雅憲				
肝臓内科	午前		坂口栄樹		坂口栄樹			
腫瘍内科【Q2】	午前							
放射線治療科【H2】	午前	河村光俊 河村利信	河村光俊 河村利信 (再診のみ)	河村光俊 河村利信	河村光俊 河村利信	河村光俊 河村利信		
	午後	河村光俊 河村利信	河村光俊 河村利信 (再診のみ)	河村光俊 河村利信	河村光俊 河村利信	河村光俊 河村利信		
麻酔科・ペインクリニック	午前(11時以降予約のみ)	内本亮吾 田和聖子	内本亮吾 藤田文彦 北 仁志	田和聖子 藤田文彦	内本亮吾 藤田文彦 北 仁志	内本亮吾 藤田文彦		
	午後		北 仁志 (術前診察)		北 仁志 (術前診察)			
長寿医療総合診療【G1】	整形外科	午前	伊原公一郎 篠原道雄 米原孝則	峯 孝友 坪根 徹	栗山龍太郎 篠原道雄	伊原公一郎 坪根 徹	峯 孝友 栗山龍太郎 米原孝則	
	リウマチ科	午前		峯 孝友			峯 孝友	
	泌尿器科	午前(新来)	鄭 泰秀 潘 佳真	潘 佳真 鄭 泰秀	鄭 泰秀 潘 佳真	鄭 泰秀 潘 佳真	潘 佳真 鄭 泰秀	
		午後(再)	潘 佳真 (10時から)	鄭 泰秀 (10時から)	潘 佳真 (10時から)	鄭 泰秀 (10時から)	潘 佳真 (10時から)	
	(受付時間11時まで)							
眼科(予約制)	午前	播磨 希	播磨 希	播磨 希 (再来のみ)	播磨 希	播磨 希		
耳鼻いんこう科	午前	村上直子	田原晋作 (10時以降予約のみ)	村上直子	田原晋作	村上直子 田原晋作 (10時以降予約のみ)		
リハビリテーション科	午後			学童外来				
透析センター	透析センター	午前	担当医 鄭 泰秀	担当医 鄭 泰秀	担当医 鄭 泰秀	担当医 鄭 泰秀	担当医 鄭 泰秀	
		午後	担当医 牧 隆司	担当医 牧 隆司	担当医 牧 隆司	担当医 牧 隆司	担当医 牧 隆司	
成育医療総合診療【G3】	小児科	午前	下村尚子(非)				松田杏奈(非)	
	皮膚科(予約制)	午前		高須啓之(非)				
	形成外科	午前						
	産婦人科	午前	林 公一	林 公一	齋藤剛(非)	林 公一	林 公一	
放射線診断科(紹介予約制)	午前		岡田宗正					
救命救急センター	救命救急センター-ER24	24時間	松本泰幸 担当医	松本泰幸 担当医	松本泰幸 担当医	松本泰幸 担当医	松本泰幸 担当医	
生活習慣病センター	生活習慣病センター	午前	松本裕美 山元修(非)	松本裕美	松本裕美	櫻木友美子(非)	松本裕美	

赤字は今月の変更分です。

〒752-8510 下関市長府外浦町1番1号

国立病院機構 関門医療センター

診療受付時間：午前8:30～11:30

午後(各診療科外来にお問い合わせください)

※休診日:土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始(12/29～1/3)

★代表

★地域医療連携室(医療関係者専用)

★透析センター

https://kanmon.hosp.go.jp/

TEL(083)241-1199

FAX(083)241-1301

TEL(083)241-1191(2561)

FAX(083)241-1302

FAX(083)241-1308

糖尿病になると、日常生活程度の動きでも筋肉にとっては「きつい」運動に相当し、すぐに息切れや倦怠感が生じます。しかし、お薬や食事療法とともに適度な運動を続けることで、筋肉の機能は再び甦らせることができます。

階段を駆け上るといった「きつい」運動は、血中の糖分(血糖)よりも筋肉内には蓄えている糖分を優先的に使用するため、血糖値は上昇します。

血糖値が下がりがやすい運動
散歩などの軽い運動は、血糖を活用する働きが強くなり、血糖値は下がる傾向を示します。

「運動を続けるために楽しく体を動かすこと」が一番です。運動習慣のない方は、ヨガやピラティス、腕を振つての散歩や快適な度での自転車移動といった全身の運動を、15〜20分、週に2〜3日程度から始めるのが良いでしょう。ただし、不整脈や心筋症といった循環器疾患、腎不全のある方は、負荷に注意が必要です。場合によっては、始める前に、必ず主治医の先生とご相談ください。



運動と聞くと、学校の体育を連想される方もおられるでしょう。しかし糖尿病の運動療法は、鍛える・強くなるといったイメージと少し異なります。

糖尿病ミニ教室

NO.7



理学療法士長
やすかわ たつや
安川 達哉

運動と血糖

筋肉は糖分と酸素からエネルギーを得ていますが、運動の強さによって血糖値は影響を受けます。

「楽だ」「少し息切れを感じる」程度の持続的な運動をしているとき、筋肉は血糖を上手に使っています。この状態を定期的に作っていると、筋肉内に小さな血管が再構築され、血糖を上手に使える筋肉が増えてきます。数か月続けるころには自律神経も安定し、安静時の脈拍数が低下してきます。

運動を続けるために

Q どんな学生でしたか？
学生時代はボクシングにハマっていました。ジムのメンバーとはいえでも交流があります。最近ではリングドクターとして貢献できるよう努めています。プロボクサーの多くが一生に行う試合は十数試合であり、他のスポーツと比べて極めて少ないです。その中の貴重な1試合のために数ヶ月間の調整を行い、リング上で血肉を注ぐ選手たちの姿はどんな試合でも感動するものがあります。山口県、福岡県でも興行があるので、ぜひ一度足を運んでみてください。



ボクシングのリングドクターとして
ばん よしまさ
潘 佳真
診療科：泌尿器科

Q 出身地は？

山口県宇部市です。

Q 今、行きたいところはどこ？

和歌山県です。日本赤十字社和歌山医療センターで救急・集中治療の研修をしていました。和歌山ラーメン、生しらす井をまた食べたいですね。研修に夢中で白浜に行けなかったことを後悔しています。白浜でリゾートしてみたいです。

Q おすすめの場所は？

ときわ動物園です。檻も柵もないユニークな動物園です。猿が主役でなかなか面白い動きを見せてくれます。



「まつなが医院の研修を終えて」

こんにちは。研修医2年目の金子梨恵子と申します。私は8月の1か月間、下関市長府にあるまつなが医院で地域医療研修を行いました。研修中は在宅診療に同行させていただく機会が多くありました。在宅診療ではがんの終末期や廃用が進んだ方が多く、急性期の治療よりは定期的な体確認や薬剤調整が主でした。こうした長期に渡る診療では、今後通院できるよう支援していくのか、状態が悪くなっても自宅での診療を希望するのかなど、ゴール設定を行うことが非常に大切です。松永先生は在宅診療を行う上で、患者を含めた「家族会議」を行って目標設定をし、それに基づいて診療を行っていました。食いや急変時に誤った対応が起きないように、早い段階で「家族会議」を行って方針を固めておくことが重要だと実感しました。



松永院長と一緒に

また、まつなが医院の連携施設内では定期的にオレンジカフェを開催していました。オレンジカフェとは、認知症の方やその家族、地域住民などが気軽に集まれるカフェです。見学に伺った際は大勢の方が参加されていて、発声しながら体を動かしてリハビリを行い、終了後は会話やお茶を楽しむことができました。健康寿命を延ばすためにも、オレンジカフェといったリハビリや交流の場が多くの方々に認知されたいと思います。



オレンジカフェでの交流



研修医
かねこ りえこ
金子 梨恵子

特定行為研修を修了して

特定行為とは、専門的な知識及び技術を身に着けた看護師が、医師から事前に指示された手順書に沿って特定行為(人工呼吸器の設定変更等)を実施することをいいます。医師の到着を待たず対応できるため、症状の回復や苦痛の軽減が早期に図れるといった利点があります。この様な理由から私は特定行為研修を受講しました。

私は、集中治療室で重症患者のケアに携わっています。医師や病棟の看護師と連携を図り、人工呼吸器の設定変更や鎮静剤の投与量調整、動脈からの採血等の特定行為を実施しています。以前、人工呼吸器との呼吸が合わず、患者に困難を訴えている患者さんがいました。一般的に、人工呼吸器と呼吸が合わない原因は患者さん側の要因と人工呼吸器側の要因があります。実際に患者さん側を観察してみると人工呼吸器のサポートが足りないことが原因だとわかり、たいです。

特定行為研修を修了してまだ5ヶ月のため未熟なことも多いですが、習得した知識と技術を少しでも多くの患者さんに提供し、患者さんに寄り添った看護を目指して活動していきたいです。



3月に行われた修了式で



E2(集中治療室)病棟
看護師
みづはし あい
水津 藍

新任医師紹介



脳神経内科
いけがわ まさゆき
池川 真之

内科専攻医研修の関連で2023年10月よりお世話になることになりました。

出身は愛媛県で、大学は産業医科大学です。学生時代はバスケットボールとトライアスロンをやっていました。美味しいものを食べるのが好きです。

まだまだ未熟者であり、皆様にはご迷惑をおかけすることと思います。一生懸命頑張りますので、何卒ご指導・鞭撻のほど、よろしくお願いたします。