



さっちゃん通信 2013年10月1日号 Vol.100

病院ホームページ <http://www.hagicivilhp.jp/>

← レントゲンフィルム搬送係のロボット「さっちゃん」。現在、充電期間中！！

季節性インフルエンザの流行に備えよう！！

厚生労働省が9月13日（金）に「インフルエンザの発生状況について」を報道発表しました。月曜日から日曜日までの集計結果を今後、週1回、金曜日に公表するというルールです。

調査と集計は年間を通じて行われていますが、前シーズンの流行がほぼ収束した5月20日（月）～26日（日）の平成25年第21週で公表が一旦終了していました。

季節性インフルエンザ流行のシーズンを目前にして9月2日（月）～8日（日）の第36週から公表が再開され、翌年3月末までを目途に公表が続きます。この内容は同省のホームページでご覧いただけます。



当院も季節性インフルエンザの流行に備えて、予防接種の予約を開始しました。10月15日（火）から13歳以上と12歳以下に分けて順次、接種を行います。

予防接種を行うと、インフルエンザによる重篤（じゅうとく）な合併症等を予防し、健

康被害を最小限に留めることが期待できます。このワクチンの効果は、年齢、本人の体調や持病、そのシーズンのインフルエンザの流行株とワクチンに含まれている株の抗原性の合致状況によっても変わります。

季節性インフルエンザは通常、12月から3月頃にかけて流行します。このため、ワクチン接種に個人差はありますが、接種からその効果が現れるまで2週間程度かかり、約5カ月間その効果が持続するとされています。流行の前に、早めに接種することをお勧めします。



当初、豚インフルエンザと呼ばれていた新型インフルエンザ（H1N1）が2009（平成21）年に世界で大流行したのは記憶に新しいところです（現在は季節性インフルエンザの扱い）。

当時は、新型インフルエンザと季節性インフルエンザが重なって流行したため、それぞれのワクチンを接種しなければならず、国、自治体、医療機関、住民の皆さんのいずれもがかなり混乱しました。

現在はアジア、中東、アフリカを中心にときおり発生している鳥インフルエンザ（H5N1）や、中国で感染が確認され、今年5月にわが国でも指定感染症に指定された鳥インフルエンザ（H7N9）がいつ世界で、あるいは国内で流行するか分かりません。

まずは、季節性インフルエンザから十分な備えを心がけたいものです。

事務部長 中田 祐広

萩市民病院と萩・福祉複合施設かがやきで構成される「萩・健康維新の里」は、市民の誰もがその人らしく、健康に暮らしていけるよう生活を支援するところです。

「萩・健康維新の里」理念

- 変化する社会情勢に進取の気性をもって取り組み、新しい健康の在り方を提案します。
- 現状に妥協せず、創意工夫を惜みず、暖かく思いやりのあるサービスを実践します。
- 自らの役割を明確にし、地域と連携して、保健・医療・福祉を統合したサービスを目指します。

萩市民病院の目標

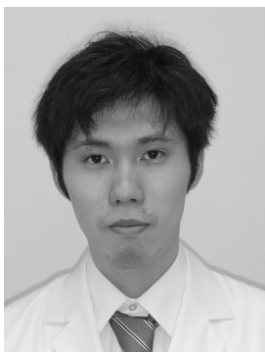
- ◇ 私たちは、絶えず自分を磨き、質の高い医療を提供します。
- ◇ 私たちは、提供するサービスを説明した上で、あなたとともに医療を実践します。
- ◇ 私たちは、自分に課せられた仕事を全うし、病院事業を維持・発展させます。



新規採用医師 のご紹介

8月で退職した宮内医師の後任として、9月から内科に五嶋医師が着任いたしました。

医師の交代の都度、患者の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、何卒よろしくお願いたします。



内科医員

五嶋 敦史

(ごとう あつし)

出身地・出身大学

山口県出身・山口大学卒

年齢・血液型

30歳・AB型

趣味

バドミントン・フットサル

専門分野・得意分野

内視鏡検査

市民病院の第一印象は？

明るくて暖かみのある病院です。萩の町並みもきれいですね。

意気込み

皆様の力になれるよう、努力していきたいと思ひます。

インフルエンザ予防接種のお知らせ

今年度の予防接種は10月1日(月)から予約受付を開始しています。実施時期は12歳以下の方は10月15日(火)から11月22日(金)まで、13歳以上の方は10月15日(火)から12月20日(金)までとなっています。

12歳以下の方は、原則2回接種で、接種日がコースごとに決まっていますので、ご注意ください。13歳以上の方の接種は原則1回ですが、2回接種を希望される方は医師へご相談下さい。ワクチンがなくなり次第終了となりますので、お早めにご予約をお願いします。

詳しくは、予約センター(電話0838-25-1235)または内科受付、小児科受付にお尋ね下さい。



お食事会のご案内 ~糖尿病・高血圧・コレステロール値が気になっている方へ~

平成25年11月27日(水)10時30分より、血糖値や血圧、コレステロール値が気になっている方及びそのご家族を対象としたお食事会を、2階患者食堂で行います。

当院の管理栄養士による栄養にまつわる話を聞き、個々の病態に応じたバイキング形式の食事をとっていただくことで、普

段の食生活を見直すきっかけにしていただければと思います。参加費用は食材費600円と栄養指導料(3割負担の方で600円程度)となります。参加をご希望の方は、11月15日(金)までに、内科受付にお申し込み下さい。また、ご質問等につきましても内科受付にお願いいたします。

秋を代表する味覚 ～ アユ

いろいろな表記のあるアユ

アユは、「鮎」と書くのが一般的ですが、皮に独特の香りがあることから「香魚」、誕生から一年で短い一生を終えることから「年魚」などと様々な表記があります。

鮎という字には、初代天皇である神武天皇の時代「占い」に使われていたという説、縄張りを「占」める特性から付いた説など、鮎にまつわる話は昔からたくさんあるようです。

春には川を上る「若鮎」、秋は川を下って産卵する「落ち鮎」や卵をはらみ下腹が鉄が錆びたような薄い橙色になるため「錆鮎」と、春秋の俳句の季語でも使われることが多く、古くから四季を大事にする日本の文化にかかせない魚であったと思われま



アユに含まれる栄養素は？

アユの栄養は、n-3系不飽和脂肪酸であるαリノレン酸を多く含みます。αリノレン酸とは脂質の主な構成成分である脂肪酸のひとつで人間の体内では合成することのできない必須脂肪酸です。亜麻やエゴマなどの野菜に多く含まれている体に良い油で、体内ではDHAやEPAに変換され、血流改善や動脈硬化の予防に効果的な成分です。その他ビタミンA、D、E、B群、カルシウムも多く含みます。



多くの観光客が訪れる城下町ですが、普段は日中に多くの方が訪れ、夜間にいらっしゃることはほとんどありません。しかし、毎年10月に開催される「萩・竹灯路物語」では、日中に訪れた城下町がまたひと味違った幻想的な雰囲気を醸し出します。今回はこの萩城下町で行われる竹灯路について紹介したいと思います。



毎年10月に開催されるこの竹灯路物語ですが、今年は10月11日（金）から13日（日）の間に行われます。18時から21時にかけて城下町周辺の通りに約1200基もの竹灯に火が点され、見慣れた白壁の町並みが、竹灯のぼんやりとした明かりで照らし出される光景はまさに幻想的です。

また12（土）、13日（日）には素水園（田中義一誕生地）周辺もライトアップされ、期間中はバンブーオーケストラ演奏や多くのイベントも開催されるなど、いろいろ楽しむことができます。涼しくなった10月の夜は、見慣れた普段の光景とはとはひと味違う萩の城下町を体感してみたいかかでしょうか。

西病棟看護師 田原 美穂

萩市民病院 外来診療担当医師一覧

平成25年10月1日現在

受付時間
午前8:30~11:30/午後13:00~16:30
診療時間
午前8:45~12:00/午後13:30~17:00

外来診療は基本的に「予約制」です。
なお小児科専門外来は、既に診断がついて他院の紹介状をお持ちの方を除いては、まず午前中の一般外来を受診していただき、必要な検査等を行った上で専門外来へ院内紹介をいたします。
いずれの場合も救急・急患はこの限りではありません。

診療科	時間帯	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
内科	循環器内科 呼吸器内科	午前	米澤 文雄	米澤 文雄	安藤 みゆき	米澤 文雄	原田 希
			安藤 みゆき	刀禰 尚	藤村 達大	刀禰 尚	藤村 達大
			藤村 達大	原田 希		原田 希	
						安藤 みゆき	
	午後					中村 武史(大学) (隔週)	
						前田 貴生(大学) (隔週)	
	神経内科	午前					佐野 泰照(大学)
	消化器内科	午前	松本 賢治	松本 賢治	五嶋 敦史	松本 賢治	五嶋 敦史
	膠原病外来	午前/午後	中村 浩士(大学)				
	糖尿病外来	午前/午後			田口 昭彦(大学)		
小児科	一般外来	午前	羽根田 泰宏	羽根田 泰宏	羽根田 泰宏	羽根田 泰宏	羽根田 泰宏
			河本 知恵	河本 知恵	河本 知恵	河本 知恵	河本 知恵
	※専門外来	午後	腎臓(第3) (白石)	神経(第1・3・4) 午前・午後(伊住)	アレルギー (羽根田)	心臓(第2) (藤原)	アレルギー (第1・2・4) (真方・長谷川・清水)
外科 (午後は手術)	午前初診	中村 丘	坂野 尚	中村 丘	坂野 尚	工藤 淳一	
	午前再診			工藤 淳一	中村 丘	坂野 尚	
整形外科 (午後は手術)	午前初診	大藤 晃	手術のため休診	桑原 嘉一	大藤 晃	桑原 嘉一	
	午前再診	桑原 嘉一		大藤 晃	桑原 嘉一	大藤 晃	
放射線科検査	終日	米城 秀	米城 秀	米城 秀	米城 秀	米城 秀	
麻酔科 (ペインクリニック)	午前		原田 英宜(大学)				
内視鏡検査	午前/午後	西村 純一(大学)	五嶋 敦史	五嶋 敦史 松本 賢治	末永 成之(大学)	横田 恭之(大学)	

※ 午後からの内科外来は、専門外来のみとなっています。初診の方は電話予約のうえ、午前中の内科外来を受診されますようお願いいたします。なお、救急・急患についてはこの限りではありません。

※ 膠原病外来、糖尿病外来、麻酔科、及び大学の内科非常勤医師の診察は院内紹介のみです。初診あるいは他院からの直接の紹介は受けつけておりませんので、予めご了承下さい。

萩市民病院 予約センター 電話(0838)25-1235 ※土・日・祝日を除く月～金 8:30～17:00受付

朝は電話が混み合います。つながりにくい場合は、お手数ですが時間をおいておかけ直し下さい。
また、おかけ間違いのないよう十分にご注意願います。

他の医療機関からの受診の際は、紹介状をお持ちいただきますよう、よろしくお願いいたします。



さっちゃん通信ぼやきコーナー
(編集後記)

さっちゃん通信は、今号をもって100号目を迎えました。今後とも、変わらぬご愛読をよろしくお願いいたします。
先月、9月19日は中秋の名月でした。雲一つない快晴に、夜間を照らす月明かりがより一層映えていました。
さて、この中秋の名月。次に満月を拝むことができるのは、何と8年後なのだそうです。一昨年、去年、今年と中秋の名月と満月の時期が重なっていましたが、暫しの

間お休み。来年から8年後までは、少し欠けた月となるそうです。

先月開催決定した東京オリンピックが7年後ですから、随分先のことのように思えます。何気なく眺めていた光景が実は特別なものだった。そう考えると、日常にある光景も変わって見えますね。毎年移ろいゆく四季も似たようなものかもしれません。同じように見えても、四季を構成する自然や気候に、同じものは何一つないのですから。

もうすぐ秋も深まり、山々が赤や黄色へと衣替えを始めていきます。少し立ち止まり、日々の生活内の、ちょっとした四季の変化を楽しんでいきたいものです。 【平野】