



iki iki いきいき

夏

vol.20

平成29年7月発行



病院 理念

地域住民の皆様とともに歩み、愛され、信頼される病院

基本 方針

- 1) 杉田玄白の進取の精神を受け継ぎ、良質・最新の医療を提供します。
- 2) 医療連携を推進し、中核病院として地域のニーズに応えます。
- 3) 安全・安心な医療サービスに努めます。
- 4) 公共性に配慮しつつ、健全な経営をめざします。
- 5) 教育・研修を充実させ、優れた人材を育成します。

●●● 当院に新たに着任された先生方をご紹介します ●●●



高橋 和人 先生

内科

4月より福井大学医学部附属病院より転任してまいりました。出身は大阪ですが、福井での生活は長くは18年になります。小浜は初めてですが、町ののどかな雰囲気と病院内の活気ある雰囲気はとても気に入っています。今回内科医として赴任してきましたが、消化器内科、内視鏡検査・治療が専門で、嶺南地域の患者様のため尽力してまいりたいと考えております。よろしくお願いいたします。



川田 諭一 先生

内科

はじめまして。兵庫県神戸市出身で4月から内科で勤務しております。小さいころは福井は遠い地でしたが、神戸三ノ宮駅で行先が福井の地名を見かけることが多くなり、やがて新幹線が通るとより身近になると楽しみにしています。16回目の引っ越しで赴任してまいりましたが、当地小浜でも多くの市民の方々と充実した時間を過ごしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



田中 徳治 先生

内科

田中徳治と申します。徳治(とくはる)と読みます。年齢・性別・病気を問わず幅広く診察する総合診療を専門にしています。生まれ故郷である小浜の地で勤務できることが大きな喜びで、それによって自信を育んでくれた地域に恩返しできればと考えています。お気軽にご相談ください。



堀江 秀行 先生

内科

こんにちは。4月から内科医として勤務させていただいております。専門は呼吸器内科です。小浜市、おい町での生活は4年目になりますが、住みやすく、日々楽しく過ごしています。少しでも地域の皆様に貢献できるよう頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。



植木 愛 先生

内科

はじめまして。6月より内科医師として勤務させていただいています。長崎県出身ですが、医学部入学を機に北陸にきて、気付けば北陸10年目に入りました。小浜は海が近くきれいで、お魚がおいしいので困っています。皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



鈴木 崇仁 先生

内科

4月から赴任しました鈴木崇仁と申します。旧上志比村出身で冬はスキー、春先には山菜取りといった山の生活から、海の街に生活の場が変わり、新鮮な気持ちで一杯です。地域医療の中核として機能するここ小浜病院で皆様のお役に立てるよう、経験を積みつつ精一杯頑張っていこうと思います。よろしくお願いいたします。



青山 紘希 先生

外科

4月より外科医として赴任しました。小浜に住み始めてまだ2ヶ月あまりですが、小浜の人の温かさ、そして穏やかで落ち着いた小浜の街並みに触れて、居心地の良さを感じております。食道、胃、大腸、肝臓、脾臓、乳腺、ヘルニア(脱腸)、痔など幅広い範囲における手術治療を中心に日々診療しております。より多くの方々のお力になれるよう尽力いたしますので、何卒よろしくお願いいたします。



藤田 哲嗣 先生

外科

小浜病院で外科の研鑽を積みたいと思いやって参りました。この3月に福井赤十字病院で初期研修を修了したばかりの若輩者ですが、皆様のお役にたてるよう頑張っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



北出 誠 先生

整形外科

4月から整形外科医として赴任しました。出身は福井市で、福井大学で勤務しておりました。まだ、こちらでの生活や診療も不慣れですが、みなさまどうぞよろしくお願いいたします。みなさまの健康のお役にたてるよう頑張ります。



四方 志昂 先生

脳神経外科

4月より脳神経外科へ赴任して参りました四方志昂と申します。生まれはこちら小浜市であり、約30年ぶりに戻って参りました。以前は福井大学病院や市立敦賀病院にて勤務しておりました。皆様のお役に立てるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。



柿沼 智彦 先生

小児科

千葉市出身ですが、北陸地域に住むようになってから12年目です。昨年度まで福井市で働いておりました。4月より小浜病院小児科の勤務となりました。嶺南地域の医療に少しでも貢献できるように努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



有賀 譲 先生

小児科

6月より小浜病院に赴任いたしました。初めての小浜での生活ですが、海風が心地良い過ごしやすい場所だなと感じております。小浜市は小児科の開業医の数も少なく、小浜病院の担っている役割は大きいものだと思います。小児科医として少しでも皆様のお役に立てるよう誠心誠意頑張っていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。



井上 大輔 先生

産婦人科

本年4月に赴任しました産婦人科の井上です。昨年までは福井愛育病院で、主に周産期医療に携わっておりました。嶺南地域の産婦人科医療に貢献できるよう尽力してまいります。気軽にご相談ください。



佐野 友香 先生

精神科

4月より小浜病院勤務となりました佐野です。小浜に住むのは初めてですが、引っ越してきて早々賑やかなお祭りがあつたり、美味しいお店が生活範囲内にたくさんあつたりと、新しい生活を満喫しております。今後、精神科医師としても、ひとりの住民としても、地域に貢献できるよう努めて参りますので、皆様どうぞよろしくお願いいたします。



前田 裕和 先生

救急総合診療科

4月より小浜病院に赴任となりました、前田裕和と申します。越前市の出身です。私は救命救急センターで、急患の方や救急車の対応をしております。24時間365日、地域の皆様に適切な医療を提供できるよう努めてまいります。よろしくお願いいたします。



和田 亨 先生

救急総合診療科

4月より4年ぶりに小浜病院に帰ってきました。小浜の過ごしやすさ、食べ物のおいしさ、患者様の人柄の良さを実感しております。救命救急センターで急病やけが、救急車の対応をしております。地域の皆様に貢献できるよう努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。



奥津 理彦 先生

救急総合診療科

4月から救急総合診療科で勤務させていただいております奥津と申します。神奈川県出身で、小浜生活3年目になります。小浜病院では2015年から初期研修でお世話になっており、小浜の皆様の温かい雰囲気の中で日々育ていただき、深く感謝申し上げます。今後とも嶺南地域の医療に貢献できるよう尽力して参ります。どうぞよろしくお願いいたします。



中村 大輝 先生

初期研修医

はじめまして。こんにちは。中村大輝と申します。人情、自然あふれる小浜にて活動できること、嬉しく思います。至らぬことも多いかと存じますが、皆様よろしくお願いいたします。



山下 茉莉 先生

初期
研修医

4月から初期研修医として勤務しております。出身は大阪、大学は滋賀と徐々に北上してまいりました。慣れない土地で緊張していましたが、小浜の皆様が優しく接してくださり、元気に日々を過ごしております。まだ、医師として歩み始めたばかりで未熟な部分が多々ありますが、皆様のお役にたてるよう精進してまいります。



岩村 晃 先生

初期
研修医

はじめまして。4月より小浜病院で研修をさせていただいています。出身は福井市ですが、小浜の町の住みよい雰囲気にとても居心地よく感じています。これから学ばなければならないことがいっぱいありますが、皆様に少しでも安心してもらえるよう、努力を続けていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。



福島 菜採 先生

初期
研修医

4月より小浜で研修させていただくことになりました。昨年、学生実習の際に初めて小浜病院にて皆様に優しくしていただき、小浜の方々のお人柄に感動いたしました。1年間という短い間ですが、小浜で働くことが出来て非常にうれしいです。まだまだ皆様のお役に立てることは少ないですが、日々精進してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

* 看護の日記念行事を開催しました >> 2017.5.11

恒例となっています看護の日記念行事を今年も開催いたしました。外来待合ホールにて血管年齢などの身体測定コーナー、臓器移植、介護、看護学院に関する展示コーナー、

呼吸機能、栄養や認知症についての相談コーナーを設けました。また手洗いの体験コーナーでは、きれいに洗うことが、意外に難しいことを体験していただきました。



いきいきナース



● 感染管理認定看護師 ●

森脇 由希江 さん



病院に訪れる方々と院内スタッフを感染症から守ることを目標に日々活動しています。また、感染症により辛い時間を少しでも短くするためみなさまやスタッフが現場で感染防止対策が実践出来るよう取り組んでいます。

● 精神科認定看護師 ●

國友 博昭 さん



精神科（東館）病棟に勤務し、平成28年4月より精神科認定看護師として活動させていただいております。ストレス社会が叫ばれている中、精神的な不調をきたし、精神的健康について援助を必要とされている方々に、尊厳と権利擁護、その人らしさを大切にし、専門的知識と技術を用いて精神看護を提供させていただきます。また、現場での看護と、目の前にいる当事者の方々との関わりを大切にし、スタッフの精神科看護力を高められることを目指し、今後も自己研鑽を重ねていきたいと考えています。

夏バテ解消!



夏バテに注意!!

今年も5月上旬に暑い日があり、早くも熱中症や脱水で病院に行かれた方が多いと話題になりました。

暑い日が続くと体がだるくなったり、疲れがたまりやすくなります。

そして食欲低下、さらには睡眠不足などがともない夏バテをおこします。

夏バテ解消に効果が期待できる食材や食べ物を普段の料理に少しでも取り入れて、体調の変化に注意して自己管理をしましょう!

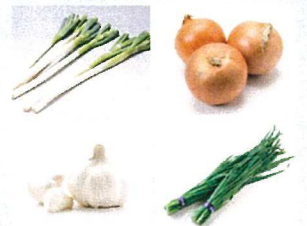
●豚肉の中華炒め

豚肉と玉葱、ねぎ、にんにくを炒め、中華だし、しょうゆ、砂糖で味をつける。

ナイアシン



アリシン



●ほうれん草の胡麻和え

ほうれん草と人参をゆがいて、すりごまとしょうゆで和える。

ビタミンB1



ビタミンC



香辛料



クエン酸



ムチン



実践しよう! > 夏バテ対策

- 十分な睡眠時間を確保し疲労回復を心がける
- 冷房の設定温度を27～28度となるようにし暑い時には湿度を下げるようにして冷やし過ぎにも注意する
扇風機を併用し直接冷たい風が体にあたらないようにするのもおすすめ
- 汗をかいたらスポーツドリンクなどでこまめに水分やミネラルなどの補給をする
冷たい飲み物を取りすぎると消化機能の低下をまねくので注意
- 豚肉やうなぎなどのビタミンB群の他、緑黄色野菜や果物などのビタミンCを含む食材をとる
- 夏野菜を十分に摂って、水分やミネラル及びビタミンを補給する
- 1日三食できるだけ決まった時間に食事を取り、よくかんで消化を助ける
- 38～40度のぬるめのお湯にゆっくり浸かってリラックスし自律神経の働きを整える



[著述・監修] 食事療法科



杉田玄白記念公立小浜病院

〒917-8567 福井県小浜市大手町2番2号 TEL:0770(52)0990(代表) FAX:0770(53)3745
[URL] <http://www.obamahp-wakasa.jp/hospital/>