

みらい

人を大切に、よい医療・やさしいケア・安心を
提供できる病院を目指します。

安来市立病院

〒692-0404

島根県安来市広瀬町広瀬1931

TEL0854(32)2121 FAX0854(32)2125

<https://www.city.yasugi.shimane.jp/hospital/>

新任医師紹介



消化器内科
河村 知彦
かわむら ともひこ

令和4年10月より着任いたしました
河村と申します。

広瀬町出身で、平成20年に藤田保健
衛生大学を卒業し、消化器、内視鏡
を中心とした診療に従事して参りま
した。

よろしくお願いいたします。

【専門分野】

消化器

【所属学会】

日本内科学会

日本消化器病学会

日本消化器内視鏡学会

10月はピンクリボン月間です



ピンクリボンは乳がんの早期発見・早期治療の重要性を伝える活動のシンボルマークであり、10月はその活動をより広めるため世界規模で様々な取り組みが行われています。

当院でもその活動の一環として10月16日(日)に乳がん検診を行いました。

平日お忙しい方や40歳以上の方でまだ乳がん検診を受けたことがないという方は、ピンクリボン月間をきっかけに一度乳がん検診を受けられてみてはいかがでしょうか。

※ 日曜日がん検診は定期的に行っており、次回は11月13日です。お気軽にお問い合わせください。

予約先…健康推進室 (TEL:0854-32-2085)



今日のトピックス

- 令和3年度病院事業会計決算状況…………… 2ページ
- 健康寿命をのばそう！…………… 3ページ
- 栄養管理室の給食レシピ…………… 3ページ
- インフルエンザ予防接種…………… 3ページ
- 外来診療案内…………… 4ページ
- 医師募集中！…………… 4ページ

新着情報
「日曜日がん検診実施について」はHP
でご確認ください。



水澤くん

令和3年度 病院事業会計決算状況

■ 決算の概要

令和3年度は、「公立病院の役割を果たす」ことを目標として掲げ、地域に必要な医療サービスを提供するとともに、経営の安定化に向けて努めてまいりました。今後も、地域に必要な医師の確保など、課題はありますが、公立病院としての責務を全うし、持続可能な医療の提供を図ってまいります。

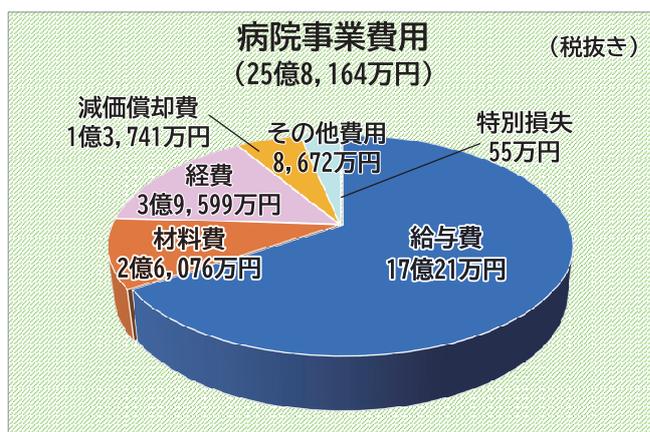
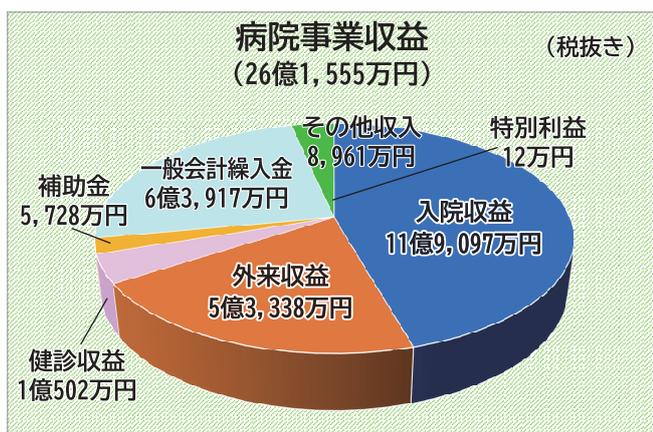
<事業の主なポイント>

- ◆ 救急医療の提供（24時間365日体制で地域における二次救急医療の提供）
- ◆ 在宅医療の提供（訪問診療・訪問看護・訪問リハビリテーションの実施）
- ◆ 新型コロナウイルス感染症への対応（発熱外来・PCR検査・ワクチン接種等）
- ◆ 予防活動への対応（各種健康診査・人間ドック等の実施）

※二次救急とは、手術や入院が必要な患者に対応する救急医療のこと。

<決算のポイント>

- ◆ 総合内科医の確保により、在宅医療を開始し、外来患者数が増加
- ◆ 新たな給与体系の導入や業務等に見直しにより費用を適正化
- ◆ 感染対策の強化を目的とする施設設備整備（空調設備・トイレ改修、待合用椅子更新等）
- ◆ 平成13年度以来、20年ぶりに経常損益が黒字化



- ◆ 経常損益 3,434万円（1年間の経常的な活動によって生じた損益）
- ◆ 純損益 3,391万円（1年間の総収益と総費用との差額）

■ 利用者の状況

【入院】 延べ患者数

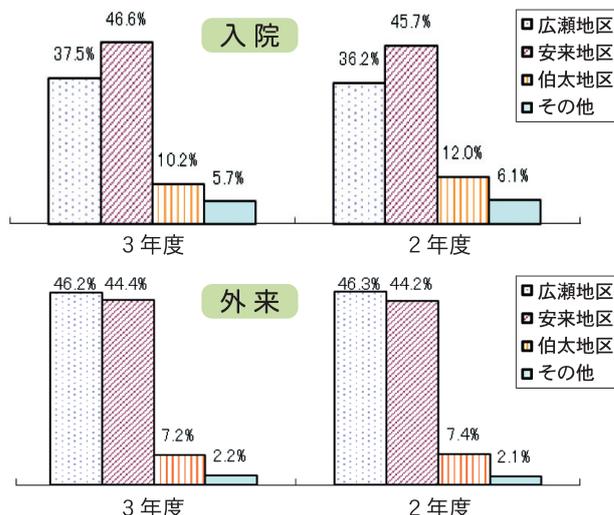
(単位：人)

区分	3年度	2年度	増減
一般病棟	9,332	12,516	▲ 3,184
地域包括ケア病棟	14,465	12,686	▲ 1,779
療養病棟	14,700	15,032	▲ 332
計	38,497	40,234	▲ 1,737

【外来】

(単位：人)

区分	3年度	2年度	増減
延べ患者数	51,667	50,802	▲ 865
新規外来患者数	4,805	4,495	▲ 310
1日平均患者数	213.5	209.1	▲ 4.4



健康寿命をのばそう！

健康寿命とは？

健康で日常生活を送ることのできる期間のことです。日本人の平均寿命は延びていますが健康寿命とは差があり、健康上の問題で日常生活に制限のある期間が平均9～12年あるということです。

ながら運動習慣で健康寿命をのばそう！

運動機能の維持・向上にはストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニングが有効です。TVを見『ながら』行える簡単な筋力トレーニングを紹介するので運動習慣を身に付けましょう。

【膝の曲げ伸ばし】



- 膝を伸ばし、つま先を上げるのを意識しましょう。
- 10秒キープを5～10回行いましょう。

【つま先立ち】



- 机や椅子を触りながら行いましょう。
- 10～20回行いましょう。

※運動前は準備運動を行い、呼吸を止めないように行いましょう。体調不良や痛みがある場合は無理のないよう回数など調節して行いましょう。

★栄養管理室の給食レシピ★

食欲の秋が今年もやってきましたね。突然ですが問題です。鮭は赤身魚と白身魚のどちらに分類されるでしょうか。

鮭の身が赤いのは、鮭の好物であるオキアミなどの甲殻類プランクトンに、エビやカニと同じ色素、アスタキサンチンが含まれているため、正しくは白身魚です。あっさりとした味は、秋にうれしいきのこや野菜とよく合います。

ぜひ作ってみてください。

♪鮭のホイル焼き♪

☆材 料☆	2人分
生鮭	60g×2
塩	少々
こしょう	少々
人参	10g
④ 玉ねぎ	20g
まいたけ	20g
⑤ 薄口しょうゆ	3g
料理酒	6g
有塩バター	10g
レモン	お好みで

☆作り方☆

- ① 鮭を包める程度にホイルを広げておく。
- ② 鮭に塩・こしょうで下味をつける。
- ③ ④を火が通りやすいよう薄く切り、⑤で和えて下味をつける。
- ④ 広げたホイルの中心に鮭を置き、その上から③の野菜、バターを鮭の上に乗せ、ホイルで包む。
(上下を中心に向かって重なるように折り、左右の端を2回折って密閉させる)
- ⑤ フライパンに並べて蓋をして中火で4分、弱火で7～8分ほど加熱する。
※調味料が焦げやすいため、火加減に注意
- ⑥ 好みでレモンを添えて完成。

(1人当たり：エネルギー137kcal、塩分1g)



インフルエンザ 予 防 接 種

季節性インフルエンザワクチンの予防接種を行っています。
※各種のワクチン接種には相互に間隔が必要です。ご不明な点はお問い合わせください。

- 高校生以上の方……健康推進室まで (直通電話 32-2085)
- 中学生以下の方……小児科外来まで (代表電話 32-2121)

外来診療案内 〓 0854-32-2121

電話予約及び予約変更の受付時間 / 14:00~16:00

令和4年10月1日現在

診療科		曜日	月	火	水	木	金
内科	消化器内科		河村	今本	河村	今本	上田 【非常勤】
	循環器内科			大学医	大学医	大学医	
	循環器内科 (予約制)		乗本業				乗本業
	腎臓内科			大学医			
	神経内科		大学医				大学医
	神経内科 (予約制)				入江 【非常勤】 (第2・4週)		
	総合内科		堀尾		堀尾		堀尾
	内分泌内科 (予約制)		北尾	乗本道 大学医	北尾	北尾	乗本道
外科	外科		菅村	久光	菅村	水澤	久光
	消化器外科						
	乳腺外科						
	肛門外科						
	緩和ケア						
	ストーマ (予約制)						
小児科		太田原	太田原	太田原	太田原	太田原	
小児科 (夜間) 診療 17:30~21:30					大学医		
整形外科	一診 (再診は全て予約制)		大森	大森		大森	大森 (予約)
	二診		水村 (予約)	水村		水村	水村 (予約)
婦人科 (予約制あり)			水田 (診療 13:30~)			野坂 【非常勤】 (検診のみ)	水田 (診療午前中のみ)
麻酔科 (ペインクリニック)		玉川					
泌尿器科				大学医	大学医	大学医	
皮膚科		大学医				大学医	
形成外科						大学医	
眼科				大学医		大学医	
耳鼻咽喉科				大学医			大学医
専門外来	もの忘れ (予約制) 診療 09:00~12:00		大学医				
	呼吸器 診療 09:00~12:00			松江医療センター 【非常勤】 (第一週)			
健康診断・予防接種	■ 2日程度の余裕をもって、必ずお電話等での予約をお願いします。 << 小児:中学生まで >> 小児科外来【電話予約の受付時間/14:00~16:00】 << 一般:高校生から >> 健康推進室【電話番号/0854-32-2085】						

医師募集中!

私たちと一緒に地域の医療を守っていただける医師を募集しています!
 当院は、訪問診療、訪問看護、訪問リハビリテーションサービスの提供を開始し、患者さまの希望を叶えるため在宅医療への対応にも力を注いでいます。しかし、地方では医師不足が深刻な社会問題となっており、当院も同様に、たいへん厳しい状況が続いています。
 募集に関する詳細は安来市立病院ウェブページにてご確認ください。



北尾ちゃん