

新人研修・2年目研修



6/6～6/7 合同新人研修にて

平成27年6月6日～7日に「新人研修」、7月11日～12日に「2年目研修」が開催されました。この研修は毎年、芙蓉協会(聖隷沼津病院・聖隷沼津健康診断センター)と合同で、医師を除く全職種の新人職員/2年目の職員を対象に行われる泊まりがけの研修会です。

今回も、演習・講義・ウォークラリーを通じ、同期の仲間と職種、職場を超えて協力し合うことの大切さを学びました。またグループディスカッションでは、初めて社会に出た新人ならではの悩みや困っていること、新人の頃と比べて責任を伴う仕事も増えた2年目ならではの不安・やりがいなど、日頃感じていることを同期の仲間と存分に話し合いました。それぞれが自分の考えている問題にどう対処し行動していくかを考える良い機会となりました。

当院では他にも、職場のリーダー的役割を担う職員のための「中堅研修」など、階層別の研修を定期的に行っており、質の高い医療人の育成に努めています。

〈文責：人材育成委員会〉

Let's ウォーキング!

認知症予防対策には、食生活などの生活習慣、禁煙、趣味を楽しむなど多くありますが、有効な生活習慣のひとつとして運動習慣があげられます。運動の中でも特にお勧めしたいのはウォーキングです。しかし良いとわかっていても、ウォーキングの習慣を身に付けるのは容易なことではありません。運動習慣に限らず、人が何か新しい行動を獲得し、その習慣を維持するためには、いくつかの条件が必要です。

そこで臨床心理学に基づいた技法の幾つかを紹介します。

○ 歩数計を身に付けて記録する

毎日歩数計を装着して生活すると、エレベーターを使わないで階段を上るようになったり、歩数を増やそうと心がけたりするようになるなど、自然と望ましい行動が増えていきます。また、自分の歩数が客観的な数字で分かるようになると、ウォーキングの目標や計画を立てて主体的に取り組むようになります。「セルフ・モニタリング」という技法です。



○ 用事や楽しみのついでに歩く

既に習慣化している用事に歩くことを付加することで、ウォーキングという新たな行動を獲得しやすくする技法です。例えば、バスで病院に通っている人が片道だけでも歩くようにしたり、普段降りているバス停の一つ手前のバス停で降りて歩くようにしたりするといった方法です。スーパーなど買い物に車で行った際、入り口から離れた場所に停めるのも、良いかも知れません。

他にも、小さい目標から始める「スモールステップ」という技法や、「家族や仲間と歩く」という方法も、信頼できる人の存在によって行動が強化される効果があります。ご自身の体調や気分にあった方法で、ウォーキングを習慣化していきましょう。

〈文責：リハビリテーション課〉

お知らせコーナー

健診 受付中

脳ドック

受付期間：平成27年12月18日まで(予約制)  
料 金：富士市国民健康保険加入者  
後期高齢者医療制度対象者 18,400円  
※ 富士市の人間ドック・特定健診を受けられた方はご利用できません。

富士市国保・特定健診

対象者には市より受診券が届きます。  
ご希望の方は事前にご予約ください。

お問合せ・お申込み・・・

電 話：0545-52-0780(代表)  
受付時間：月曜日～金曜日 8時30分～16時30分

一面会時間

平 日…午後 3:00～午後 8:00  
日・祝日…午前 10:00～午後 8:00

☆予約について/お電話での予約の変更・問い合わせについては、月曜～金曜日の午後2時～4時45分の間にお受けしております。

禁煙外来のお知らせ

当院の禁煙外来は下記になります。予約の必要はありません。  
月曜日(脳神経外科):午後(受付時間午後1時～3時)  
水曜日(内科):終日(受付時間 午前8時～11時半、午後1時～4時)  
(ただし、担当医師が不在の時もあり、必ず病院に連絡してご確認下さい)  
タバコを止めようと思っているのに、ご自分の意志ではなかなか止められない方は、ぜひ禁煙外来にお越し下さい。一緒に頑張ってみませんか。

求人情報

- 【急募】医師 ■【急募】薬剤師(内科) ■【急募】臨床検査技師
- 【急募】病棟看護師 ■【急募】臨床工学士

お問合せは当院管理事務課の早房・山口まで、メールまたは電話でお願い致します。  
E-mail seireifuji@sis.seirei.or.jp  
T E L 0545-52-0780(代)



法人理念 「隣人愛」

病院理念

私たちは、  
人と人とのつながりを大切にし、  
地域に貢献できる医療を目指します

交通アクセス

- ★東名富士ICより車で約10分
- ★新幹線新富士駅よりタクシーで約10分
- ★吉原中央(バス)駅より徒歩5分
- ★岳南鉄道吉原本町駅より徒歩3分



駐車場のご案内

当院では、上記の専用駐車場を用意しております。ご来院の際は係員の誘導に従って駐車して下さい。駐車場は有料となっております、ご了承下さい。

日本医療機能評価機構認定病院

一般財団法人 恵愛会 聖隷富士病院

〒417-0026 富士市南町3番1号  
TEL (0545) 52-0780(代) FAX (0545) 52-5837  
http://www.seirei.or.jp/rel/fuji

訪問看護ステーション げいあい 訪問看護ステーション かみや  
居宅介護支援事業所 げいあい 居宅介護支援事業所 かみや  
〒417-0026 富士市南町1-32 〒417-0821 富士市神谷592-3  
TEL(0545) 54-2320 TEL(0545) 39-0808  
FAX(0545) 54-2321 FAX(0545) 39-0810

《トピックス》

痔について

第4回:痔と間違いやすい病気②

さて、前回は痔と間違いやすい病気の第1回として直腸癌の事例を写真付きで紹介しました。今回はそれ以外の様々な事例を紹介致します。よく耳にする病名からあまり馴染みのない病名まで種類は様々ですが、病気によっては対処が全く異なることが多々あります。いつもの痔だと思って、薬を塗ったら酷くなったりすることもありますので注意が必要です。

【直腸脱】

高齢の女性に多い病気です。肛門がゆるくなり、直腸が弛んで肛門外に脱出してしまふ病気です。癌とは異なり良性の病気ですが、手術しなければ治りません。患者さんは「脱肛」という表現を使いますが厳密には脱出しているのは腸なので「脱腸」が正しいです。小さいうちは不快なだけで自動的に肛門内に戻ったり、あるいは指で押しただけで戻るのですが、脱出が大きくなると「出っ放し」になり脱出粘膜から出血するようになります。手術は痔の手術とはやや異なる方法で行いますが、最近では痔核の治療で使う「ジオン」という薬を用いる方法でより安全に手術することができるようになりました。

【大腸ポリープ】

大腸ポリープは大きくなると癌化する『前癌状態』と考えるようになりましたが、癌化しなければ適切に切除することで再発なく治療できます。盲腸～直腸までどこにでもできますが、大きさが1cmを超えて形状がキノコ状のものは、ポリープ自体が便の流れに引っ張られて、茎や根っこの部分が伸びてきます。時間が経つと伸びに伸びて、場合によっては腸の壁ごと引っ張られて肛門から顔を出すことがあります。大腸内視鏡で切除できることが多いですが、場所や大きさによっては外科手術で切除することもあります。

【尖圭コンジローマ】

ヒト乳頭腫瘍ウイルスの感染によって発症する病気で性行為感染症のひとつです。一般的には性器にカリフラワー状のイボができるのですが、肛門にもできることがあります。肛門尖圭コンジローマは電気メスで焼き潰すことが多いですが、最近は治療外用薬もあるようです(私は使ったことはありません)。



(文責：外科部長 砂山健一)

一般的に痔の薬は座薬であろうと、注入軟膏であろうと、病院で処方されたものであろうと、薬局で購入したものであろうと多かれ少なかれステロイド剤が含まれています。ステロイド剤はウイルス疾患には逆効果のことがあるため使ってはいけません。

【肛門ヘルペス】

単純ヘルペスウイルスが原因で、強い痛みと1～数mmの大きさのブツブツが特徴です。これも前項と同じでステロイド剤は禁忌です。我慢強く処方された痔の薬を数週間にわたり塗り続け、悪化してしまった気の毒な症例を治療したことがあります。診断さえ間違えなければ、内服薬+外用薬で割と短期間で治ります。

【粉瘤】

いわゆる「おでき」です。この病気はお尻にもできやすく、割と化膿することが多いので痔瘻と診断が紛らわしいことがあります。場所が肛門に近いと手術が少し厄介ですが、まあ痔瘻の手術よりは簡単にできることが多いです。

以上の病気は、頻度が高い病気や私が治療し印象的だった病気を挙げました。他にも痔と紛らわしい病気は沢山あります。共通して言えることは恥ずかしがって受診が遅れることが病状悪化につながるということです。我々、医者はいちいち気にしませんから、恥ずかしがって一人で悩んでないで早いうちに診察に来て下さい。そして、できれば肛門診察に慣れた医師に診察してもらって下さい。あまり大きな声では言えませんが、医師でも痔に関連する誤診は少なくありません。

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	芹澤 馬場(肝臓) 清水(診察9:30開始)	奥村 藤原(糖尿)	芹澤(受付10:30まで) 内田 渡邊(呼吸器/禁煙外来)	奥村 芹澤 藤原(糖尿) 渡邊(呼吸器/禁煙外来) ※平野(肝臓)(受付11:00まで)	奥村 芹澤 藤原(糖尿)	第2・第4交替制
	午後	馬場(一般/肝臓) 清水	—	奥村 内田(CAPD外来) 山本(循環器)(予約制) 渡邊(呼吸器/禁煙外来)	内田 渡邊(呼吸器/禁煙外来)	—	—

※平野医師の診察は第1・3・5木曜日です。

		月	火	水	木	金	土
循環器科	午前	梅津	梅津	梅津	梅津(初診・急患のみ)	※梅津(初診・急患のみ)	※※第2・第4
	午後	梅津(急患のみ・要事前問合)	—	梅津(急患のみ・要事前問合)	梅津(急患のみ・要事前問合)	※梅津(急患のみ・要事前問合)	—

※毎月第2金曜日は終日休診です。

※※丹原医師(心臓血管外科)の診察です。

		月	火	水	木	金	土
外科	午前	小里	小里	小里	砂山	砂山 瀬戸口	※第2・第4交替制
	午後	—	小里	—	—	—	—

※第2土曜日は瀬戸口医師、第4土曜日は砂山医師の診察です。

		月	火	水	木	金	土
乳腺外来	午後	—	—	※交替制(予約制)	—	—	—

※芹澤医師・大澤医師・吉田医師の交替制です。

		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	上田 布田	上田 阪口	福塚 ※※交替制	上田 福塚	福塚 ※※交替制	第2・第4交替制
	午後	福塚(OA外来)(予約制)	—	—	阪口	—	—

整形外科午前の受付は、初診受付10時まで、再診受付11時までとなります。

※※第1・3・5水曜日は上田医師(診察10:30開始) 第2・4水曜日は大井医師 第1・3・5金曜日は大井医師 第2・4金曜日は勝部医師

		月	火	水	木	金	土
泌尿器科	午前	武井	武井	※武井	※※武井	武井	第2・第4
	午後	—	武井(特殊外来)(予約制)	※武井(特殊外来)(予約制)	※武井(特殊外来)(予約制)	武井(特殊外来)(予約制)	—

※毎月第2水曜日は終日休診です。

※※毎月第4木曜日は終日休診です。

		月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前	嶋田	嶋田	嶋田(初診のみ) 物忘れ外来 ※脳ドック(予約制)	嶋田	嶋田	—
	午後	物忘れ外来(受付15:00まで) 禁煙外来(受付15:00まで)	—	嶋田(予約制)	嶋田(予約制) ※脳ドック(予約制)	—	—

※富士市脳ドック健診対象者のみ。

		月	火	水	木	金	土
眼科	午前	山本 下地	池原(受付10:30まで) 下地(受付11:00まで)	山本(受付11:00まで) 下地(受付11:00まで)	山本(受付11:00まで) 下地(受付11:00まで)	山本 下地	第2・第4
	午後	山本 下地	—	山本(診察15:00開始) 下地(診察15:00開始)	山本(診察15:00開始) 下地(診察15:00開始)	山本 下地	—

		月	火	水	木	金	土
小児科	午前	京極	京極	京極	京極	京極	第2・4(京極)
	午後	京極	※京極	京極	※京極	京極	—

※火・木曜午後の14時～15時は乳幼児健診・予防接種のみです。高・予防接種はその他の時間帯でも受け付けています。

		月	火	水	木	金	土
耳鼻咽喉科	午前	※交替制	—	—	※※交替制	—	—
	午後	※交替制(受付13:00～15:00) (診察14:00開始)	—	—	※※交替制(受付13:00～15:30) (診察14:30開始)	—	—

※月曜日は久保田医師・呉医師の交替制です。

※※木曜日は岩永医師・佐原医師・新井医師・山口医師の交替制です。

		月	火	水	木	金	土
皮膚科	午前	池谷 (受付10:00まで)	—	—	福地 (受付10:00まで)	—	—

受付時間 午前 8:00～午前11:30(診察開始時刻 9:00)※一部の診療科を除く  
午後 13:00～午後16:00(診察開始時刻 14:00)※一部の診療科を除く

【休診日】  
日曜・祝日・第1・3・5土曜日