

東浦平成病院広報誌

2021 SPRING

ひがしゅら

01

TAKE FREE



特集

外来診療科目のご案内・当院病棟のご紹介

くわしく知りたい！

東浦平成病院って どんな病院？



1

総合医療福祉センターの役割を担う

地域のみなさんに必要な医療を提供してまいります。総合医療福祉センターの役割を担い、地域のトータルヘルスケアに貢献する専門施設も充実しており、医療・看護はもちろん、介護・リハビリテーションにも重点を置き、長期療養生活にも対応できる環境を整えています。

2

積極的なリハビリテーションで在宅復帰を支援

さまざまな疾患をもつ患者さんに対して積極的にリハビリテーションを提供しています。また、回復期リハビリテーション病棟を設置し、365日間、早朝から夜間まで集中的にリハビリテーションを実施する事で、患者さんの早期回復・早期退院をサポートいたします。

3

さまざまなニーズに対応

当院は、通所・訪問サービスなどの在宅サービスから健診など、地域のみなさんのさまざまなニーズに対応しています。地域の総合医療福祉センターの病院として、予防・治療・リハビリテーションの一貫した医療サービスを提供いたします。



-診療科目-

内科（総合診療）・循環器内科・
消化器外科・外科・脳神経外科・
整形外科・小児科・耳鼻咽喉科・
皮膚科・リハビリテーション科・
放射線科



-病棟-

回復期リハビリテーション病棟 ... 60床
医療療養病棟 120床
障害者施設等一般病棟 59床

4

チーム医療を実践し 最良の医療と介護を提供

患者さんに関わるすべてのスタッフでチーム医療を展開しています。専門多職種からEBMに基づいた意見を積極的に出し合うことにより、最良の医療や介護を提供いたします。患者さんとのかかりつけは地域連携室（入院の窓口）にお問い合わせをいただいた時点から始まります。



-健診-

人間ドック
特定健診・特定保健指導
乳がん健診
バス健診



-在宅サービス-

訪問看護
訪問リハビリテーション
通所リハビリテーション（デイケア）



当院は平成11年の開院以来、地域中核病院としての役割を果たすべく歩んで参りました。私は平成の時代の終わりに院長に就任しましたが、令和元年7月に開院20周年を迎え、11月10日には無事に20周年記念式典を開くことができました。

しかしながら、令和新時代は多難な船出となりました。昨年初めから新型コロナウイルス感染症が瞬く間に世界中に拡がり、多くの犠牲者が出ているか

らです。医療界も患者さん対応や治療体制に苦闘しています。まだまだこの厄介な感染症の終息は見えきません。全てのみなさんの御協力が必要です。当院でも院内感染予防対策として、患者さんの動線を分けるための病院改修や

医療体制の見直し、検査設備等の充実を行いました。また、患者さんへの直接面会を実施し、患者さん・ご



院長 小笠 延昭

専門分野 消化器外科

資格・所属学会 医学博士／日本外科学会認定医／日本外科学会専門医／日本外科学会指導医／日本消化器外科学会認定医／日本医師会認定産業医／マンモグラフィー読影認定医／日本消化器外科学会／日本外科学会

お掛けしております。誠に心苦しくはありますが、共にこの感染症を乗り越えるため、何卒ご理解いただきますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

最後に、私たちは専門多職種によるチーム医療を基盤として、地域に密着した良質な医療を提供していく所存です。今後とも、御指導・御鞭撻の程、よろしくお願い申し上げます。



greetings from doctor



新任医師のご挨拶

高齢化が著しい淡路島では、慢性期医療がとても重要な事は皆さんはよくご存じだと思います。私は、淡路島で28年間急性期医療に携わってきましたが、急性期医療は卒業し、新たに慢性期医療の勉強をしようと考へ、東浦平成病院にお世話になることを決めました。

慢性期医療にかかわりながら、医療を必要とする高齢者が困ることのない社会の実現に、微力ながらかかわることができればと考えています。これまでの経験を臨床の場に活かし、皆さんの健康を支えられるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



顧問 医師 小山 隆司

専門分野 消化器外科
資格・所属学会 日本外科学会専門医・指導医／日本消化器外科学会専門医・指導医／消化器がん外科治療認定医／日本腹部救急医学会認定医・特別会員／近畿外科学会評議員／日本臨床外科学会評議員



回復期リハビリテーション病棟を担当することになりました光木徹です。脳神経外科医として主に脳血管障害と脊髄外科に携わってきました。現在は大阪在住ですが、昭和51年に徳島大学を卒業しましたので、自宅と出身大学の中間にある淡路

回復期リハビリテーション病棟についてはこちら▶

12
ページ

島での勤務は、里帰りのような気分がします。今までやつてきました仕事を大いに活用して、患者さんの社会復帰の手助けをしたいと思っています。スポーツと音楽を愛する医師ですので、どうぞ気楽にお声がけください。



医師 光木 徹

専門分野 脳神経外科
資格・所属学会 日本脳神経外科学会／日本脊髄外科学会／日本脳卒中学会／日本脳ドック学会／米国脳神経外科学会／脳卒中専門医／脳神経外科専門医／近畿脳神経外科評議員／脊髄外科学会専門医



便秘とおしりの外来

「昔はすっきり出たのに、最近はなぜかすっきり出ない。どうしたのかな？」

あるいは、「血が出たけど、ひょっとして“いぼ痔”？大丈夫かな？」

こんな事でお悩みの方はきっと多いはず。便通やおしりの事は誰でも相談しにくいもの。

ひとりで悩まず、専門医に一度相談してみてはいかがでしょうか。

こんな症状でお困りではありませんか？

- おしりに腫れ、しこりを感じる
- おしりに痛み、痒みがある
- 交互に便秘と下痢になる
- 排便時に痛む



診療日

毎週金曜

時間

午後3:00～5:00

私が担当いたします！



小山 隆司 医師

専門

- 痔などの肛門疾患
- 便秘をはじめおなかの病気

兵庫県立淡路病院と淡路医療センターで28年間、おなかの病気の手術をたくさん行ってきました。おしりの病気や便秘でお困りの方もたくさんみさせていただきました。おなかの事でお困りなら、いつでもご相談ください。

日本外科学会専門医・指導医／日本消化器外科学会専門医・指導医／消化器がん外科治療認定医／日本腹部救急医学会認定医・特別会員／近畿外科学会評議員／日本臨床外科学会評議員

外来診療科目のご案内

豊富な診療科目で
地域のみなさんの健康
を支えます。
いつでもご相談ください。



お問い合わせ

0799-74-0503

受付日時 / 月～土曜
(日曜祝日・年末年始除く)
午前8:00～午後5:00

リハビリテーション科



365日間、早朝から夜間まで集中的にリハビリテーションを実施することで、患者さんの早期回復・早期退院をサポートいたします。入院中はもちろんのこと、退院後の継続したリハビリテーションも重要な要素となるため、当院ではデイケア、訪問リハビリや外来リハビリも実施しております。病気になられたみなさんの「頼りになる杖」となるよう努力しております。

● 鍼灸・リラクゼーション施術

当院では外来リハビリテーションの一環として、鎮痛・鎮静効果が高い利点から、鍼灸・リラクゼーション施術を行っています。医師による診察で症状の原因を調べ、国家資格を持った鍼灸師が最適な施術を行います。

こんな症状はありませんか？

- 慢性的な肩こり
- 膝の痛み
- 辛い腰痛
- 手足の痺れ



鍼灸施術

鍼や灸を用いて体のツボなどに刺激を与え自然治癒力を高めながら症状の改善や予防、健康増進を図ります。薬剤を用いず、体への負担が少なく、妊娠や授乳中の女性も施術を受けられます。

リラクゼーション施術

疲労回復やストレスの緩和を行います。リラクゼーションを目的としているので、ストレスを溜め込みがちな方におすすめの治療法です。



診療日

月～土曜

時間

鍼灸・リラクゼーション ↗ 午前9:00～12:00 / 午後2:00～5:00

● 小児リハビリテーション

小児科医、臨床心理士と連携し、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による個別に対応したリハビリテーションを提供します。歩行訓練での筋力向上などの運動機能発達訓練、箸を用いた手指訓練などのADL(日常生活動作)の向上、言葉の理解力や発話力をのばすことや、認知・記憶等の能力を高めることでコミュニケーション能力を促すアプローチを行っています。さらにご家族が抱える発達の不安を和らげるため、臨床心理士によるカウンセリングも実施しています。



対応障害

- 機能性構音障害
- 言語発達遅滞
- 知的障害
- 染色体異常
- 脳性麻痺
- 発達性協調運動障害
- 自閉症スペクトラム(アスペルガー症候群、自閉症など)
- 運動発達遅滞

対象

0歳頃～18歳までの運動発達や言葉の遅れがある方

リハビリテーションに関するお問い合わせはこち

0799-74-0503

受付日時 / 月～土曜
(日曜祝日・年末年始除く)
午前8:00～午後5:00

整形 外科

四肢・脊椎に関する外傷(骨折や捻挫等)並びに慢性疾患(膝や腰部の痛み等)などに対応しています。痛みは大きなストレスであり、精神的な影響が出ることも少なくありません。整形外科では痛みの原因を正しく診断し、さまざまな対処法からその人に合った方法を選択し解決を目指します。

こんな症状はありませんか?

- 動くと痛む
- 痛むが長期間続く
- こわばりや痺れを感じる



内科(総合診療)

どの診療科を受診すればいいのかわからない方は、総合診療科へお越しください。高血圧や糖尿病などの生活習慣病や、胃潰瘍や肝炎などの慢性疾患、そして風邪・腹痛・下痢などの一般救急疾患など、専門分野以外も幅広く診療を行っています。各分野の広い知識を持つ医師が診断し、専門各科と連携しながら最適な治療を受けるサポートをいたします。



こんな症状はありませんか？

- 原因不明の不調 手足のむくみ
- 風邪が長引く 高血圧
- 息苦しさを感じる 腹痛

循環器 内科

高血圧や動脈硬化、血栓が原因の心筋梗塞など、血液を循環させる心臓と血管を診ます。主に投薬治療を行いますが、カテーテル手術が必要な場合は専門病院をご紹介いたします。



こんな症状はありませんか？

- 胸の圧迫感
- 動悸、不整脈
- 健診での心電図異常



脳神経外科

主に首から上の外科的治療を要する疾患を診ます。専門スタッフによるCTやMRIなどの画像検査と平衡機能・脳波などの理学的検査を行い、正確な診断を目指します。

こんな症状はありませんか？

- 突然の激しい頭痛
- 頭痛で気を失った
- ろれつが回らず言葉が出ない

外科

薬物療法や、体表の腫瘍や外傷を中心に外来小手術を行います。消化管(食道・胃・十二指腸・大腸)や肝臓・胆嚢・脾臓・腎臓・肺や血管に生じる疾患を中心に診療を行います。

小児科

すべての子どもの病気に柔軟に対応いたします。発熱、頭痛、咳、鼻水、腹痛、嘔吐・下痢などの一般的な病気の方や、どこが悪いかわからないけれど何か調子が悪いと思うときに受診してください。

こんな症状はありませんか？

- けがをした
- 体の表面にしこりができた

放射線科

CR(コンピューテッド・ラジオグラフィー)、ヘリカルCT、MRI、乳房撮影装置、骨密度撮影装置、透視撮影台、ポータブル撮影装置、外科用イメージヤー等を設置しているため、迅速な画像提供が可能です。

こんな症状はありませんか？

- 頭痛・腹痛
- しこり
- 息苦しい

耳鼻咽喉科

聴く、嗅ぐ、味わう機能を検査・治療します。耳の症状、鼻の症状、喉の症状、味覚、嚥下(物を飲み込む動作)、言葉の発声、めまい、顔面麻痺など不快な症状の改善を目指します。

皮膚科

皮膚科は赤ちゃんから高齢者の方まで、一度は訪れる機会のある診療科です。どの診療科においても言えることですが、早期発見、早期治療、予防が大切です。皮膚の症状で気になることはお気軽にご相談ください。

こんな症状はありませんか？

- 耳が痛い、聞こえにくい
- めまいや鼻水、鼻づまり
- 喉の痛み、腫れ

- アトピーがひどい
- 肌が急にただれた
- 急にホクロができた



いつでも
どんなことでも
ご相談ください！

すべてのスタッフでチーム医療を展開。専門多職種が積極的に関わり合い、最良の医療や介護を提供します。



＼第1回／コロナに負けるな! 免疫力UP体操

ウイルスを寄せ付けないために「免疫力」が大事。
免疫力をつけるには、「食事」「睡眠」そして「運動」が重要です。
コロナで閉じこもり気味になっている方は、是非、お試しくださいね!

立ち上がり運動

下半身の筋力をバランスよく鍛えましょう!床や椅子からの立ち上がりは勿論、歩くために重要な筋力が身に付きます

- ① 足を肩幅に開く。
- ② 両うでを組む。
- ③ 立ち座りをすばやく繰り返す。

※ ふらつく場合は、目の前に椅子などを置いて、手で支えながら行いましょう

(目安) 30秒間に14~15回



かかと上げ運動

ふくらはぎの力は、転倒しないために重要です。また、ふくらはぎは「第二の心臓」と呼ばれ、運動することで全身の循環を良くしてくれます

- ① 足を肩幅に開く。
 - ② イスなどの支持物を軽く持つ。
 - ③ かかとをすばやく上げ下げる。
- 10秒間に10回行う。

※ ふらつく場合は、目の前に椅子などを置いて、手で支えながら行いましょう

(目安) 10秒間に10回

※ 回数は目安のため、最初は少なくとも構いません。継続して行いましょう。

※ 運動後に痛みが生じた場合は、専門の医師やスタッフに相談し、身体に合った運動を指導してもらいましょう。

子どもも大人も、 1次救命を学んでみませんか？

小児科 岡 達二郎 医師

日

本でどれくらいの子どもたちが、心肺停止の状態で救急搬送されているかご存知ですか？ 2019年の

学術雑誌『Resuscitation』（蘇生）によると、2013年からの3年間に救急搬送されたのは全年齢で37万人、18歳未

満で4506人、そのうち学校で発生した件数は178件、一方、自宅では2888件でした。予後良好で救命可能だった割合は学校が7.7%、自宅が4.2%でした。こ

の差が生まれた理由のひとつに「Bystander CPR」（現場に居合わせた人による心肺蘇生）の実施の有無が挙げられます。

東京消防庁の報告では救急車が出発してから到着する平均時間は7分2秒、心停止は起きてから1分過ぎるごとに救命率が10%低下するとされ、処置せず救急隊の到着を待てば、救命は難しいのが現状です。成人は毎年7万

人以上の方が心臓突然死で命を落としていますが、心臓マッサージを的確に行うこと

で救命率を倍ほど向上（救命率の低下を半減）させられると言えます。つまり、救急隊の到着まで救命処置を行うこと

で、多くの命を救うことができます。

2015年の『日本臨床救急医学雑誌』によると、心肺蘇生に対する理解度は小学校6年生で十分備わっていると判明して

おり、必ずしも難しいものではないのです。



大人も子供も学べる一次救命講習会 PUSHプロジェクト

当院では、45分間で1次救命が学べる講習会「PUSHプロジェクト」を行っています（小児科医は認定インストラクターの資格を持っています）。希望がありましたら、親子や、祖父母とお孫さん向けに、講習会を実施いたします。誰に、いつ起こるかわからない突然の心臓トラブル。実技を受けていただくことで、いざというときにできることがあるはずです。関心をお持ちの方は病院にお問い合わせください。

当院には3つの病棟があります。

それぞれどのような機能を持つ病棟なのか、

くわしくご紹介いたします。

当院病棟のご紹介

ション病棟



障害者施設等一般病棟

重度の障害をお持ちの方が 安心して療養できる病棟です

長期間、集中的な医療を必要とする患者さんにトータルケアを実践する病棟です。重度の意識障害や脊髄損傷など

重度肢体不自由の方、神経難病などに罹患された方が主に入院対象で、人工呼吸器管理を必要とされる方も療養されます。専門多職種によるチーム医療で問題点を早期発見し、ADL回復、QOL向上に全力で取り組みます。



テーションを提供、心身の回復を図り
早期の在宅復帰を目指します。退院
後には関連施設や地域病院等と連携
し復帰後の生活をサポート。1日のす
べてがリハビリテーションにつながるよ
うな生活を提供することが特長です。

入院までの流れ

1 入院のお申し込み

担当医もしくは担当ソーシャルワーカーから、地域連携室あてにご相談ください。



2 入院ご相談

お受け入れ可能な場合、ご家族の方に家族面談させていただきます。



3 ご入院日の決定

後日、入院可能日時を電話でご案内いたします。



4 ご入院

入院日当日は、指定された時間までに当院へお越しください。

入退院に関して
私たちがサポートします!
地域連携室を
ご利用ください

地域連携室では、医療・介護サービスの提供ができるように地域の各機関(病院・施設・訪問看護・介護)などと迅速に対応し、患者さんの受け入れおよび退院後の生活に

不安や心配事がありましたら、
お気軽にご相談下さい。

向けて環境調整を行っています。
患者さん、医療機関からの相談に対し、地域連携室スタッフが、医師、メディカルスタッフと連携を密に行い、個々の環境にあった調整を行います。

0799-74-0503

受付時間 午前8:00～午後5:00

医療療養病棟

急性期医療の治療後も療養が必要な方を受け入れます

高度急性期病院での治療が終わったものの症状が安定せず、すぐに在宅復帰できない患者さんを受け入れます。ご

自宅や施設への復帰を目標に、集中的な治療と積極的なリハビリテーションを施することで症状を安定させ、早期復帰をサポート。退院後に治療を要する状態となった際も、迅速に受け入れが行えるよう体制を整えています。



回復期 リハビリテー



リハビリテーションに特化した専門病棟です

脳血管疾患や骨折の急性期治療が終了した患者さんを受け入れ、多職種によるチームで質の高いリハビリ



海を越えてやってきた
医療を志す仲間たちを
ご紹介します！



Welcome to HIGASHIURA!

当院で働く技能実習生

「技能実習生」とは、日本で培われた技術や知識を、諸外国に移転し、その国の経済発展を進めるための制度です。外国の方が、最長5年間、日本の企業などで働きながら技能習得を目指します。2017年には、介護分野にもその対象が広がり、病院や介護施設での受け入れが始まりました。実習生となるには、自国での高齢者・障害者のお世話の実務経験または、看護師資格を持っているなど、いずれかの要件があるほか、日本語を継続して学ぶことも求められます。そのため、一定の知識やスキルを持ち、さらに「自國のために学びたい」という高い意欲が必要です。

当院でも、そんな技能実習生が5名、介護士として現場で活躍しています。はるばる遠い日本まで、夢を持って渡つて来た彼ら。日々、熱心に取り組む当院の技能実習生たちを、ぜひ応援よろしくお願いします！

2病棟 テイン



皆さん、こんにちは。私はテインと申します。ミャンマーから来た介護の技能実習生です。ミャンマーと日本では文化が違うので難しいこともありますが、一生懸命頑張ります。



3病棟 メイ

ミャンマーから来ましたメイです。当院で介護の仕事をしています。介護の仕事は楽しくて先輩たちも優しいです。日本語の勉強も頑張りたいです。よろしくお願い致します。



5病棟 ヤン

皆さんこんにちは。私はミャンマーから来た技能実習生のヤンです。介護の仕事を頑張っています。将来は看護師になりたいです。よろしくお願いします。



ケアホーム プー

ミャンマーから来ましたプーです。淡路島で技能実習生として介護の仕事をしています。仕事を早く覚えられるように頑張ります。



ケアホーム モモ

皆さんこんにちは。ミャンマーから来たモモです。介護の仕事をしています。毎日仕事が楽しいです。よろしくお願いします。





誰でも
簡単

健やか



レシピ

theme 淡路島の食材を使った季節のレシピ

メニュー

(1人分あたり約140kcal)

鯛の昆布締めサルサソース添え



作り方

- ① クッキングペーパーに日本酒を浸し、昆布を濡らすように拭く。
- ② 鯛はそぐようにして食べやすい大きさに切り、まんべんなく塩を振りかけ約20分寝かせる。
- ③ 鯛の表面から出た水気をクッキングペーパーで拭き取る。
- ④ バットに昆布半量を並べ、昆布の上に鯛を並べる。その上に残りの昆布を重ねる。
- ⑤ 昆布ではさんだ鯛の上に、水を入れたポリ袋で重しを乗せて約1時間寝かせる。※1日寝かせると昆布の風味がついて、さらに旨味UP！
- ⑥ トマトは1cmの角切り、玉ねぎ、ピーマンは0.5cmのみじん切りにする。
- ⑦ 玉ねぎは、さっと水にさらし水気を切る。
- ⑧ ボールにオリーブオイル、ワインビネガー、レモン汁、砂糖、にんにくを入れソースを作る。
- ⑨ ソースに細かく切った野菜も加え馴染ませる。
- ⑩ 器にミックスリーフ、昆布を外した鯛、サルサソースの順にかけ盛り付ける。

材料(4人分)

- ・真鯛(刺身用) 200 g
- ・塩 少々
- ・昆布 4枚(10cm)
- ・日本酒 大さじ2
- <サルサソース>
- ・トマト 1/2個
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・ピーマン 1/2個
- ・オリーブオイル 大さじ1
- ・ワインビネガー 小さじ1
- ・レモン汁 大さじ1
- ・砂糖 小さじ1
- ・にんにく(すりおろし) 小さじ1片
- ・ミックスリーフ 適量

コレがポイント！

明石海峡、鳴門海峡の潮流で育った淡路島の鯛は、身が分厚くよくしまり格別です。鯛の昆布締めは昆布の旨味が鯛に凝縮され、鯛のお茶漬けにもお勧めです！今回サルサソースに使用したオリーブオイルには、オレイン酸が含まれており悪玉コレステロールを減らす働きがあります。また、動脈硬化にともなう心筋梗塞・脳梗塞・高血圧など、生活習慣病の予防に役立つとも言われています。

外来担当表 (2021年6月現在)		月	火	水	木	金	土
内科 (総合診療)	午前	小笠 延昭 尾崎 孝次	富本 英樹 尾崎 孝次	富本 英樹	尾崎 孝次 吉田 康郎	北河 宏之 吉田 康郎 今城 保	小笠 延昭
	午後	尾崎 孝次	尾崎 孝次	小笠 延昭	藤川 和也	鈴記 聖子	西村 明儒
循環器内科	午前	—	—	—	岩崎 (第1・3) 今西 (第2) 山下 (第4・5)	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
小児科	午前	岡 達二郎	岡 達二郎	岡 達二郎	岡 達二郎	岡 達二郎	岡 達二郎
	午後		—				—
外科	午前	小笠 延昭 尾崎 孝次	尾崎 孝次	—	尾崎 孝次	—	小笠 延昭
	午後	尾崎 孝次		小笠 延昭	藤川 和也	—	—
消化器外科	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	—	—	—	—	小山 隆司	—
耳鼻咽喉科	午前	北山 勇人	北山 勇人	—	北山 勇人	北山 勇人	北山 勇人
	午後					—	
脳神経外科	午前	—	—	蒲 惠藏	—	—	—
	午後	—	—	—	—	松本 強 (第2・4) (2時~4時)	
皮膚科	午前	三木 庸子 (午前9時~午後3時)	—	三木 庸子 (午前9時~午後3時)	—	—	—
	午後					—	
整形外科	午前	—	—	西澤 勇一郎 (5時まで) (受付は4時30分まで)	—	—	担当医
	午後	—	—	—	—	—	—

※ 皮膚科 月1回 日曜 北村 尚久 くわしくはお問い合わせください



【車】東浦ICから車で約10分 無料駐車場(150台収容)

※満車の場合はございますのでご了承ください。

【淡路市コミュニティバス】久留麻停留所下車 徒歩約5分 もしくは東浦平成病院前下車



- 受付時間 午前8:00~12:00 午後0:00~5:00
 - 診療時間 午前9:00~12:00 午後3:00~5:00
 - 休診日 日曜祝日・年末年始
- ※詳細についてはWebの休診のご案内をご確認ください

〒656-2311 兵庫県淡路市久留麻1867

📞 0799-74-0503

📠 0799-75-2323

🌐 higashihp.jp 📩 info@higashihp.jp