

生駒市立病院だより

2025年8月号

Vol.75



役職者研修会を行いました！

病院だよりの内容

- P.2 ・当院の感染対策に関するご案内
(面会のご案内・入院患者様への荷物の受け渡し・オンライン面会・お見舞いメール)
- P.3 ・医療講演のご案内
 - ・小児科よりお知らせ
 - ・役職者研修会を行いました
- P.4 ・医療コラム Vol.15
- P.5 ・栄養科コラム Vol.1
- P.6 ・6月生まれの赤ちゃん
- P.8 ・8月外来診療予定表



©生駒市 たけまるくん #0133

 生駒市立病院

指定管理者 医療法人徳洲会

〒630-0213 奈良県生駒市東生駒 1-6-2

TEL 0743-72-1111

<https://ikoma.tokushukai.or.jp/>



このQRコードで
ホームページにアクセスできます

面会に関するご案内

	4東・5東・4西・5西（一般）	4西（産科のみ）	ICU
曜日	曜日指定なし		曜日指定なし
時間帯	14：00～16：00		14：30～19：30
面会者	高校生以上 2名まで	18歳以上の同居家族 1名まで	高校生以上 2名まで
面会時間	15分	10分	10分

※総合受付にて受付が必要となります。不織布マスクの着用をお願い致します。また、中学生以下の方の面会を制限させていただいております。

荷物の受け渡しについて

総合受付にて受付後、病棟までお持ちください。曜日の指定はございませんが、11時～17時の間でお断り致します。荷物の受け渡し時の面会は、お断りしております。面会と同様、不織布マスク着用をお願い致します。詳細は、当院ホームページ・LINE 公式アカウントをご確認ください。

オンライン面会について

□ご利用方法

- オンライン面会可能日：火曜日・水曜日・木曜日（祝日・年末年始 除く）
- 面会時間：① 14：30～14：40 … 1名
② 15：00～15：10 … 1名

オンライン面会は、Zoom 若しくは FaceTime を使用します。

※FaceTime は ios 端末（iphone や ipad などの Apple 製品）をお持ちの方に限らせていただきます。

□ご注意いただきたいこと（予めご了承ください）

- 面会希望日の5日前 17時に予約を締め切ります。
- 患者様の状態や病棟業務の都合上、ご希望に添えない場合がございます。

その他、ご家族様、関係者の皆様から患者様にメッセージをお届けする事ができる「お見舞いメール」も引き続きご利用いただけます。

※当院のホームページ・LINE 公式アカウントから「オンライン面会」の申込み、「お見舞いメール」を利用いただけます。

地域医療連携室より介護施設等の皆様へ



施設入所に必要な患者面談等は、オンラインを利用して行っております。患者本人の意思確認や、病棟看護師からの引継ぎ事項もオンラインで行っております。是非ご利用ください。地域医療連携室までご連絡ください。

オンライン面会



お見舞いメール



当院主催のイベント情報などをお届けする LINE にぜひ登録をお願いします。

LINE
公式アカウント

QRコード



ID 検索

@197dbxux

検索

友達募集中！！



©生駒市 たけまるくん #0133

医療講演のご案内

日時：2025年8月15日（金）14：00～15：00 7階 講堂

テーマ：「手形・足形アートを作ろう」

講師：助産師

日時：2025年8月21日（木）14：00～15：00 7階 講堂

テーマ：「シン・いこまっこのためにできること -これまでも、これからも-」

講師：小児科 主任部長 金子 直人 医師

小児科よりお知らせ

小児科予防接種・健診の予約方法が新しくなりました！

- 2025年7月1日より【小児科予防接種 予約システムUttaro】を用いたWEB予約を開始しています。専用サイトから希望する日時とワクチンを選択してご予約いただけます。また、これまで他院で接種歴がある患者様には当院へ来院し母子手帳の確認をお願いしていましたが、WEB上で完結します。
- 健診のご予約もUttaroより申し込み可能です。生駒市の3カ月健診、7カ月健診、12カ月健診、3歳半健診が対象です。



Uttaro トップページ

QRコードからWEBサイトへアクセスできます。

※2025年7月1日よりお電話での小児科予防接種・健診の予約受付は行っておりません。

※【小児科予防接種予約システムUttaro】で予約できるのは定期接種、任意のワクチンとなります。

※任意ワクチン（三種混合ワクチンとおたふくワクチン）は8月1日現在、在庫の関係で予約受付停止しております。

※Uttaroでインフルエンザワクチンは予約できません。予約開始時に別途お知らせ致します。

※成人の方は対象外です。

役職者研修会を行いました

2025年7月17日 副主任に昇格した職員を対象に、役職者研修会を行いました。

前半では、遠藤院長や看護部長、各担当者より、情報漏洩防止対策や、ハラスメント対策について講義が行われました。後半では、リーダーシップについてのグループワークも行いました。グループワークでは、「皆さんのやるべきことは？」などの議題についてグループごとに話し合いが行われ、たくさんの意見が出ました。



グループワークの様子

爪白癬（つめはくせん）とは

白癬菌というカビ（真菌）が爪に感染することで起こる感染症で、爪水虫（つめみずむし）ともいいます。

白癬菌は爪や角質層に多く含まれるケラチンというたんぱく質をエサに増殖し、爪白癬になると、爪が白色から黄色に濁ったり、厚くなってぼろぼろと欠けたりするようになります。重症例では爪が変形して厚みが増し、転倒リスクがあがったり、靴下や靴が履きづらくなるなど日常生活に支障をきたすようになります。

爪白癬は、かゆみなどの自覚症状がほとんどありません。

しかし、人にうつる病気ですので、しっかりと治療することが大切です。

日本人の5人に1人は足白癬（白癬菌が足の皮膚に感染したもの。いわゆる水虫）、10人に1人は爪白癬にかかっているといわれています。



爪白癬（爪水虫）の原因

いきなり爪白癬を発症することは稀で、足白癬を放置しているうちに白癬菌が爪へと増殖し、爪白癬を発症するパターンがほとんどです。爪の先端や側面から白癬菌が侵入しますが、稀に甘皮や爪表面から侵入することもあります。

爪白癬（爪水虫）に感染しやすい環境と予防方法

爪白癬にならないために、まずは足白癬を予防／治療することが大切です。白癬菌は、高温多湿の環境を好み、増殖します。蒸れた靴下を履き続ける、毎日同じ靴を履き続ける、雨で濡れた靴を履き続けるなどで感染しやすくなります。

こまめに靴下を履き替えたり、毎日靴を履き替えて、足が蒸れそうだなと感じたら靴を脱いで乾燥させるなどの工夫をしましょう。公衆浴場やスポーツジムなど、不特定多数の人が裸足や濡れた足でマットやスリッパなどを共有する環境では、白癬菌に感染するリスクが高まります。そのような感染しやすい場所を利用した後は、石鹸などで足の裏、足の指の間などを軽く洗って、しっかり乾かし、清潔に保ちましょう。

ただし、ゴシゴシ洗いをすると皮膚を傷つけ、かえって水虫になりやすくなりますので優しく洗ってください。

家庭内でも、足白癬や爪白癬に罹った人とタオルやバスマットを共有すると、感染するリスクがあり、実際の感染経路として家族内感染が最も多いといわれています。ただ、白癬菌が付着しても、すぐに感染するわけではありません。

白癬菌が定着するには2～4時間かかるといわれていますので、1日1回の入浴・足浴などで清潔にしていれば、感染を予防することができます。

爪白癬（爪水虫）の診断方法・治療法

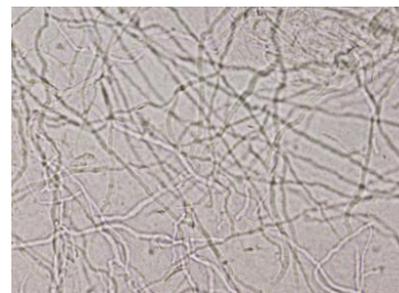
爪白癬の診断は、爪の一部を採取し、白癬菌の有無を顕微鏡で確認します。

爪白癬の治療は、抗真菌剤による薬物治療を行います。

抗真菌剤は、白癬菌などの真菌の構造や機能を妨げることで、

それらの増殖を抑える作用のある薬です。

爪に塗布する外用薬と、経口投与する内服薬の2つのタイプがあり、爪白癬の状態をみてどちらかをお勧めしています。



今年は梅雨の期間が短く、真夏の暑さが7月から到来しました。

近年盛んに言われる【熱中症】。

熱中症とは、高温多湿な環境下で、発汗による体温調節等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をさします。

そのため屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。

また、子どもや高齢者だけでなく若い人でも発症するので注意して夏を乗り切りましょう。

暑さの感じ方は、人によって異なります。

その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

睡眠不足や疲れ、食欲不振などがあると通常よりも熱中症になりやすくなります。

睡眠と休養、そしてしっかり食事を食べて体調が崩れないように注意しましょう。



* 熱中症対策の食事を摂るときのポイント *

- ・3食きちんと食べる
- ・単品料理で内容が偏らないように注意する
- ・食欲アップの食材を摂り入れる

** 熱中症対策レシピのご紹介 **

熱中症対策に必要な栄養素では、カリウム・ナトリウム・ビタミンB群・たんぱく質

・ビタミンC・クエン酸がポイントになると言われています。

<さっぱり鶏塩レモン素麺>

材料：素麺 鶏むね肉（サラダチキンの利用もOK） かいわれ大根（胡瓜でも可）

つゆ：市販麺汁・レモン果汁・レモン

- ① 鶏むね肉は電子レンジで加熱し、食べやすい大きさにスライスする
（サラダチキンを利用する場合は、適当な大きさにスライス or ほぐす）
- ② 湯がいた素麺の上に、①の鶏肉、かいわれ大根、レモンスライスを乗せる
- ③ 麺汁+レモン果汁をかける

<手抜き夏野菜カレー>

材料：レトルトカレー・夏野菜（茄子・ズッキーニ・オクラ・南瓜など）

- ① 夏野菜を一口大にカットし、食べられる堅さになるまで電子レンジ加熱をする
- ② お皿にご飯と①の夏野菜をのせ、温めたレトルトカレーをかける
- ③ お好みで卵やチーズなどをトッピングする



6月うまれの赤ちゃん



ありがとうございました



入院中 ゆっくり休めました



こちらで出産できて
良かったです



里帰り出産でした
本当にありがとうございました



おめでとうございます



今村先生、南先生あり
がありがとうございました



二人目もこの病院で・・・
お産を決めました



麻酔科・小児科の先生にも
お世話になりました



無事出産できて
ほっとしています

8月 外来診療予定表

診療科		月	火	水	木	金	土	
午前	内科	一般内科 I	後藤 智親	後藤 智親	瀬角 裕一	瀬角 裕一	瀬角 裕一	後藤 智親
		一般内科 II	酒井圭恵子(4・18) 担当医(25)	中川 久恵	牧田 香理	中川 久恵	清水 隆雄	木村 富紀
		一般内科 III	担当医	森田 紗代	宮嶋 望	政岡 幸樹	米光 新(8・22) 金澤 洋隆(1・15・29)	竹谷 祐栄
		消化器内科	後藤 智親	後藤 智親		後藤 智親 (受付:11:00まで) (初診のみ)		
		循環器内科	松浦 泰彦		松浦 泰彦 [6・20は受付11:00まで 予約制;再診のみ]	福田 望	松浦 泰彦	担当医(9・23)
		糖尿病内科	岸谷 譲 (完全予約制)		岸谷 譲 (完全予約制)	岸谷 譲 (完全予約制)		岸谷 譲 (紹介外来)
	外科	I	遠藤 清	高岸 智子 (消化器・乳腺・肛門)	遠藤 清 (甲状腺)			
		II			高岸 智子 (消化器・乳腺・肛門)		高岸 智子 (消化器・乳腺・肛門)	高岸 智子 (予約制)
		III	高岸 智子 (消化器・乳腺・肛門)					
	血管外科					亀山 敬幸 (予約制)		
	形成外科	I	木原 雅志	高尾 嵐未			木原 雅志	
		II	担当医					
	皮膚科	I	椋棒 圭子 (9:30~) ※ (初診受付11:00迄)	椋棒 圭子 (9:30~) ※ (初診受付11:00迄)	椋棒 圭子 (完全予約制)	椋棒 圭子 (9:30~) ※ (初診受付11:00迄)	椋棒 圭子 (9:30~) ※ (初診受付11:00迄)	
		II	※診療状況に応じ、受付時間が変更になる場合があります。					
	整形外科	I	神谷 正人	平方 栄一 (受付:11:00まで) ※人数制限あり	大川 隆太郎 (9:30~)	神谷 正人	坂元 英廣 (受付:11:00まで) ※診療人数に上限あり	担当医
		II			名島 将浩(13) (受付:~11:00まで)	中村 拓哉		
小児科		金子 直人	金子 直人	芝 朋子	若井 義隆	九門 順子(1・15・22・29) 金子 直人(8)	金子 直人(2・16・30) 若井 義隆(9) 九門 順子(23)	
腎臓 泌尿器科	I	内本 泰三	田中 一輝	内本 泰三	内本 泰三	内本 泰三	田中 一輝	
	II	田中 一輝	新名 拓也	田中 一輝				
	III			東 治人(6・20) (予約制)		松永 知久(8・22) (腎不全外来)		
産婦人科	産科	南 亜希	今村 正敏	今村 正敏	南 亜希	佐本 玲子	今村 正敏	
	婦人科	山本 嘉一郎	山本 敏也	南 亜希	佐本 玲子	山本 敏也	佐本 玲子	
脳神経外科		鶴野 卓史	鶴野 卓史	鶴野 卓史	鶴野 卓史	川口 正一郎		
ペイン(痛み)外来 (院内標榜)			下村 俊行 (受付11:00まで)	下村 俊行				
午後	内科			北浦 泰 (13時~16時) (完全予約制)		北浦 泰 (13時~16時) (完全予約制)		
	糖尿病内科		岸谷 譲 (完全予約制)		岸谷 譲 (完全予約制)	岸谷 譲 (完全予約制)		
	皮膚科			アンチエイジング外来 (14:30~16:00) 完全予約制	アンチエイジング外来 (14:30~16:00) 完全予約制			
	形成外科					木原 雅志 (13:30~16:00)		
	整形外科				戸川 大輔 (14時~16時) 予約制			
	外科		遠藤 清 (完全予約制)		遠藤 清 (完全予約制)			
	小児科		アレルギー外来 (予約制) (14時~16時)	予防接種 (予約制)	1ヶ月健診 (予約制) (14時~16時)	1ヶ月健診 ほちほち外来(7・21) じつり外来(14・28) (予約制)(14時~16時)	予防接種 (予約制)	
	産婦人科			佐本 玲子 (14時~16時)	産後健診 (南)	産後健診 (佐本)	出生前検査 カウンセリング外来 (14時~16時)	
夕診		一般診療	松浦 泰彦	担当医	担当医	担当医		
		小児科	芝 朋子(4)	金子 直人(26)		芝 朋子(8・22)		
		産婦人科	山本 嘉一郎 (再診のみ)					

□診療受付時間 (記載時間以外の受付は、時間外診察の対応となります)

午前診 8:00 ~ 12:00

午後診 診療開始の30分前から

※診療 (開始 終了) 時刻が、各診療科・曜日で異なります。予定表欄をご確認ください。

夕診 16:30 ~ 19:00

発行日 2025年8月 第1週

発行 生駒市立病院

編集 広報委員会 / 編集責任者 矢野・釜谷・山本

発行責任者 遠藤清

※都合により休診や担当医の変更がある場合がございます。ご了承ください。

※救急の場合は診療時間外でもお越しください。