

健康と環境

2013.10
Vol.59
Autumn

GOOD FOR HEALTH & ECOLOGY

附属病院 特集

- 病院紹介
- 病棟紹介
- 外来医師紹介
- 出前講座
- 秋のレシピ
- 禁煙ポスターコンクール
- 人間ドックのご案内



基本理念

私たちは、公益財団法人として、
県民の健康づくり、疾病予防、生活環境の保全等に関する
専門性の高い技術・知見の提供により、
県民が安全に、安心して、健康に生活できる
地域社会の創造を担います。

<http://www.okakenko.jp/zaidan/>

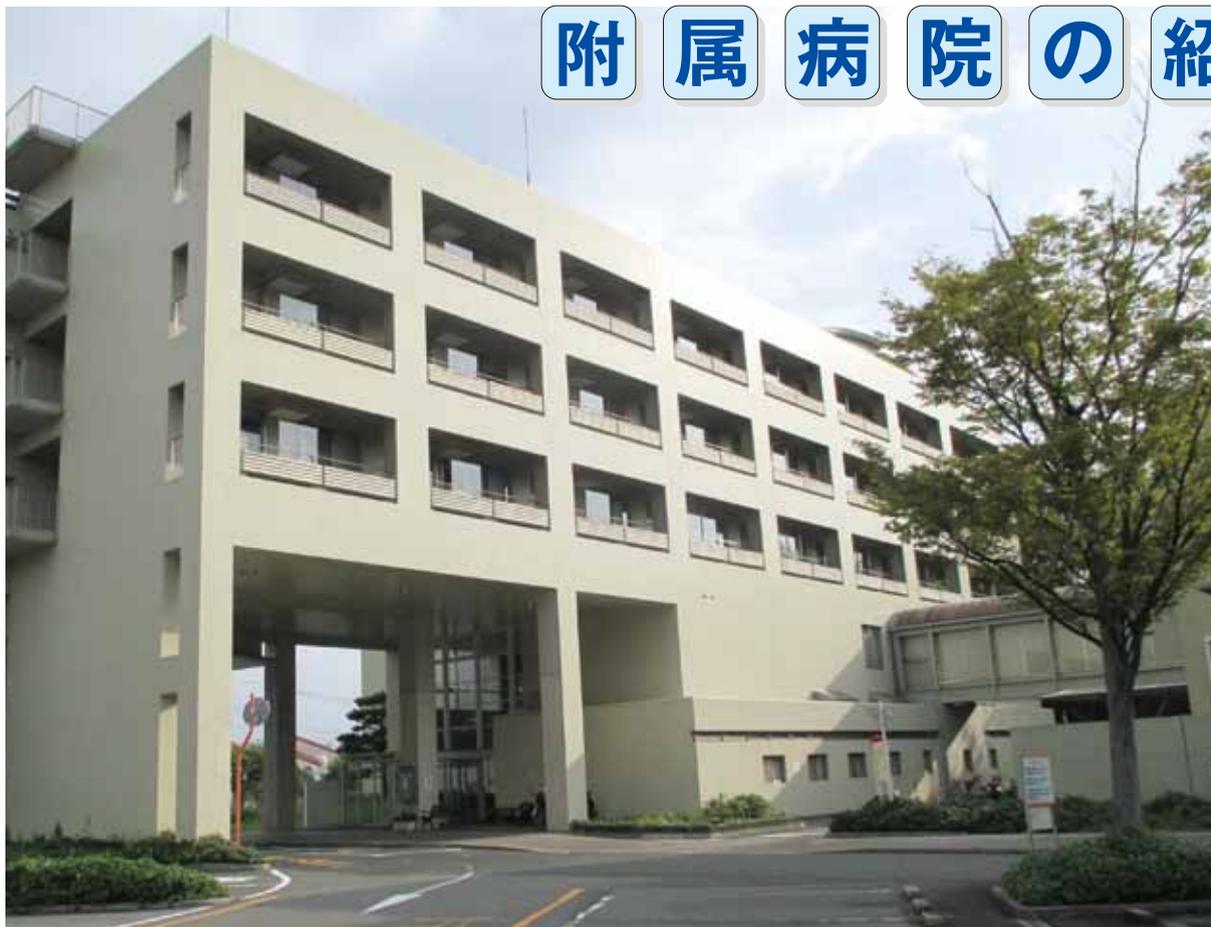


JWWA-GLP043
水道GLP認定



JQA-QM8851
環境部：河川水・排水検査
簡易専用水道検査
北部支所：河川水・排水検査

附属病院の紹介



当院は、昭和31年に結核予防会岡山県支部附属病院として設立され、平成3年に岡山県健康づくり財団附属病院と名称変更し、現在に至っています。

内科単科の病院で、結核予防会附属病院として設立されたこともあり、呼吸器疾患を専門とする医師が多く、日本呼吸器学会や日本呼吸器内視鏡学会の認定施設となっています。

外来は一般内科診療のほか、近隣の診療所からの呼吸器疾患を主体とする紹介患者の診療も行っています。

また、併設の岡山県南部健康づくりセンターと連携して、肥満や糖尿病の教育入院を受け入れるとともに、禁煙外来も設け、県下でも有数の実績をあげています。

病棟は結核病棟 46 床、一般病棟 40 床、療養病棟 40 床の 126 床です。

結核病棟は岡山市内を中心に、県南部からの入院が大多数ですが、外国の方の入院も増えています。本年2月には岡山県から結核診療連携拠点病院に指定され、結核患者への高度医療提供等について、一層の役割を担うことになりました。

一般病棟は肺がん、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、

肺炎、非結核性抗酸菌症などの呼吸器疾患の症例が 80%以上を占めており、肺がんは診断から化学療法、緩和医療まで一貫した医療の提供を行っています。呼吸不全も呼吸管理に至る重症例から、回復期の呼吸リハビリテーションまで行っています。

また、呼吸器関連のクリニカルパス（症例別に作成する治療ガイドライン）としては、気管支鏡検査入院・在宅酸素導入・呼吸リハビリテーションなど、生活習慣病関連ではメタボパスなどを作成して、より専門的な入院医療の提供を行っています。

気管支鏡検査は年間 150 例程度施行し、肺がん診断率は高く、その技術は高く評価されています。

また、当院は「岡山県難病・相談支援センター」（岡山県委託事業）を併設しており、地域で生活されている難病患者の方の相談や就労支援等を行っています。

近年、医療機関の機能分化が進み、中規模病院はその存在意義自体を問われています。当院は高い専門性と全人的な医療の提供により、地域に根付いた医療機関となることを目指しています。

病棟紹介

24時間の看護体制のもと、安心して療養ができる医療と看護を提供しています。

一般病棟（内科）

病棟の特徴

主に呼吸器疾患（肺炎、気管支炎、気管支喘息、慢性閉塞性肺疾患、肺がんを中心とした悪性腫瘍等）の患者さんが多く入院されています。



ナースステーション

私たちの取り組み

●生活習慣病パス(メタボパス)

入院期間を選択し、生活習慣の改善や減量のお手伝いしています。

医師、看護師、管理栄養士を含めたチームで、入院中、退院後も継続したサポートを行っています。

南部健康づくりセンターを利用し、日常生活に運動を取り入れるきっかけづくりをお手伝いしています。

●退院支援

患者さんが退院後の生活をスムーズに過ごせるよう、退院支援に力を入れています。

専任看護師を中心に、ソーシャルワーカー等の当院スタッフの他に、退院後に必要なケアマネージャー、訪問看護師など、様々なスタッフと連携をとりながら退院支援を行っています。

療養病棟

病棟の特徴

急性期治療を終えて状態が安定した患者さんで、引き続き病院での継続治療が必要な方が入院されています。



敬老会の様子

私たちの取り組み

●誤嚥性肺炎予防

患者さんの口腔の清潔に着目し、口腔ケアの実践、歯科医等による口腔評価を行い、誤嚥性肺炎の予防に繋がっています。

●レクリエーション

患者さんに季節の行事を楽しんでもらうために、ご家族もお呼びし、お花見会や七夕会などのイベントを開催しています。

結核病棟

病棟の特徴

結核療養病棟です。平成25年2月には、岡山県から結核診療連携拠点病院に指定され、県内医療機関への個別相談、技術支援等による中核機能を果たすとともに結核患者への高度治療を行っています。

外来(生活習慣病担当医)の紹介



きばた まさよし 木畑 正義 | 毎週 金曜日の午後が外来日です。
主に生活習慣病の患者さんを担当しています。

日本老年医学会評議員
日本糖尿病学会功労評議員
日本動脈硬化学会功労評議員、日本臨床栄養学会評議員
日本内科学会会員、国際糖尿病学会会員

職歴 岡山大学医学部附属病院
米国 ロックフェラー大学客員研究員
国立療養所南岡山病院長
公立学校共済組合中国中央病院院長

医師を目指したきっかけは何ですか？

生涯学び続けられる職業ということから医師を選びました。

専門を教えてください。

生活習慣病、糖尿病、脂質異常症



ささき さきこ 佐々木佐起子 | 毎週 木曜日の午前が外来日です。
糖尿病外来を行っています。

内科認定医 総合内科専門医 糖尿病専門医
所属学会／糖尿病学会・内科学会・腎臓学会・肥満学会

医師を目指したきっかけは何ですか？

母から「女性が仕事を続けるためには、専門性があり資格を有する職業を選ぶように」と勧められたことが大きいです。医師は生涯を通じて学ぶべきことが多くあり、やりがいのある仕事だと思いました。

専門を教えてください。

糖尿病、腎臓病など生活習慣病全般



あさくら りつこ 朝倉 里都子 | 毎週 火曜の午前・水曜の午後が外来日です。
生活習慣病・糖尿病の外来を行っています。

内科認定医 認定産業医
所属学会／糖尿病学会・内科学会・肥満学会

医師を目指したきっかけは何ですか？

私の父は歯科医でした。高校生の時に父から「歯科医が診れるのは口の中だけだけど医師になれば眼も耳も身体の内も外も診れる。自分のやりたいこと、できることも見つけやすいし、人から感謝される」と、この言葉がきっかけでした。

専門を教えてください。

予防医学、肥満症、糖尿病



おびかみかこ
小比賀美香子 | 毎週 水曜の午前が外来日です。
糖尿病の外来を行っています。

内科認定医 糖尿病専門医 認定産業医
所属学会／内科学会・糖尿病学会・プライマリケア連合学会
医学教育学会

医師を目指したきっかけは何ですか？

父が産婦人科医です。昼夜関係なく激務をこなしながらも、非常に充実感あふれる父の顔、背中を見て、私も医師を目指すことにしました。まだまだ父には及びません。

専門を教えてください。 予防医学、糖尿病



当院外来は、月曜日から土曜日まで。
〔受付〕午前は8:30～11:30
(土曜日は午前のみ)
午後は13:00～16:30

外来診療とともに、
健診も実施しております。

患者さんが先生とお話しやすく、看護師に気軽に声をかけていただけるよう・・・受付とともに、これからもがんばっていきます。よろしくお願いいたします。



日ごろ気になっていること、相談してみたいことなど、一度、当院外来にご相談ください。

お問合せ先 岡山県健康づくり財団附属病院 TEL086-241-0880 FAX086-241-9365
E-mail:fuzokuhp@okakenko.jp

出前講座、行ってきました!



7月31日(水)午後、岡山市中区にある岡山市立三軒小学校の放課後児童クラブ「三さんクラブ」に、出前講座に行ってきました。小学校1年生から3年生までの約40人の子どもたちが参加してくれました。

● 出前講座の内容 ●

- 1 シールぼうやと一緒に「財団〇×」クイズ
みんな、一生懸命に問題を聞いて、全問正解を目指していました。
- 2 「顕微鏡を覗こう!」
実際に顕微鏡で一万円札に小さく印刷されているカタカナを発見したり、川の水にいるプランクトンを見て、初めてみる顕微鏡の世界にワクワク。その後、食中毒の原因になる大腸菌や

黄色ブドウ球菌のスライドを見ながら手洗いについて話を聞き、手洗いの大切さを学びました。

- 3 「禁煙紙芝居」
真剣に紙芝居に聞き入り、喫煙が及ぼす健康被害、喫煙マナーについて考えました。紙芝居終了後に「子ども禁煙検定」を行ったところ、満点続出で全員に合格証を渡しました。

あっという間の1時間半でしたが、自分自身の「健康と環境」について考える機会になればうれしく思います。「三さんクラブ」の指導員の方々、子どもたち、ありがとうございました。



財団って何しているところかな?



〇×どっちかな?



禁煙紙芝居、真剣!



最後にみんなで記念写真



何が見えるかな?

小学校を始め、小学生で構成される放課後児童クラブや子ども会等の団体様に対し、様々なプログラムを用意しておりますので、興味のある方は気軽にお問合わせ下さい。

お問合せ先 **総務部総務課** TEL086-246-6254 E-mail: zaidan@okakenko.jp



旬の食材…なすレシピ

食欲の秋がやってきました。なすの紫紺色の皮に含まれるナスニン（ポリフェノールの一種）には抗酸化作用があり、喫煙やストレスなどで発生する活性酸素を抑制し、動脈硬化予防、眼精疲労改善、老化予防に効果があるといわれています。ナスニンは水に溶けやすいため、汁ごと食べられる調理法で摂取することが出来ます。選ぶ時のポイントは、色つやが良く、へたの部分にとげがついているものが新鮮です。

なすのピリ辛炒め

エネルギー：186kcal 塩分：1.0g

材 料	4人分	
なす	4本	
豚ひき肉	160g	
しょうが	1かけ	
葱	適量	
ごま油	大さじ2	
一味唐辛子	適量	
① 鶏がらスープ	3/4 カップ	
	しょうゆ	大さじ1.5
	砂糖	大さじ1



作り方

- ①なすはへたを落として縦八つ割りにし、水に放してあくを抜いた後、水気を切っておく。しょうがはみじん切りにする。葱は小口切りにする。
- ②鍋にごま油を熱し、なすを入れ、弱火で炒める。
- ③なすがしんなりしてきたら、しょうがを加えて炒め、香りが出たらひき肉を加えて色が変わるまで炒める。
- ④①を加え、汁気がほとんどなくなるまで炒める。お好みで一味唐辛子をふる。
- ⑤器に盛り、葱をのせる。

なすのみぞれかけ

エネルギー：53kcal 塩分：1.4g

材 料	4人分	
なす	2本	
しめじ	1/2袋	
貝割れ大根	適量	
大根	150g	
サラダ油	大さじ2	
① しょうゆ	大さじ2	
	みりん	大さじ2
	だし	3/4 カップ



作り方

- ①なすはへたを落として乱切りにし、水に放してあくを抜いた後、水気を切っておく。しめじは根元を切ってほぐしておく。
- ②大根は皮をむいて、すりおろす。
- ③フライパンに、サラダ油を熱し、なすを入れ、火が通るまでゆっくり焼く。
- ④鍋に①を入れ、しめじを加えひと煮立ちさせる。
- ⑤器になすを盛り、④をかけ、大根おろし、貝割れ大根をのせる。



(岡山県健康づくり財団附属病院 診療部 栄養科 提供)

平成25年度 禁煙啓発ポスターコンクール

県下の小学校4～6年生を対象に禁煙啓発ポスターの募集を行い、10校140点の応募をいただきました。今回入賞した8点を紹介します。

岡山県知事賞



奈義町立奈義小学校
6年 國富 楽久 くん

岡山県教育委員会教育長賞



新見市立萬歳小学校
6年 岩田 朝香 さん

岡山県健康づくり財団理事長賞



朝日塾小学校
6年 福田 まりあさん

岡山県禁煙問題協議会長賞



倉敷市立連島北小学校
5年 田邊 姫来 さん



井原市立西江原小学校
6年 大塚 胡風 さん



井原市立西江原小学校
6年 前原 瑞永 さん



倉敷市立呉妹小学校
6年 徳田 佑樹 くん



新見市立萬歳小学校
6年 内田 功大郎 くん



人間ドックお得な期間限定コースのご紹介

本年度もご好評のかえでコース・シニアコースを実施いたします。(実施期間平成26年1月～4月末)

かえでコース

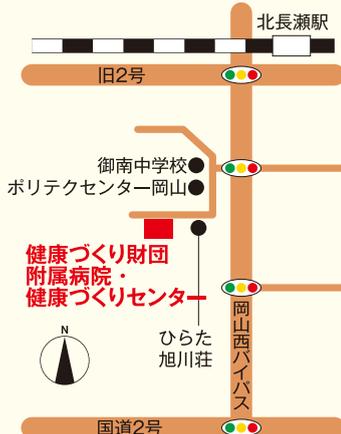
健診料金 25,000円

当ドックオリジナルのしっかりコースを基本にしたお得なコース。

〈ゆったりコースに以下の項目を追加〉

- 腹部超音波検査
- 腫瘍マーカー検査
男性：PSA
女性：CA125
- 血液一般検査に白血球分類を追加
- 尿一般検査に尿沈渣を追加

受診対象者：
限定ありません



※健診料金は消費税により変更される場合があります

シニア世代コース

健診料金 25,000円

シニア世代に必要な検査が充実した期間限定コース。男性には年々増加傾向にある前立腺がんの検査、女性では閉経による骨粗鬆症の検査を用意しています。

〈ゆったりコースに以下の項目を追加〉

- 腹部超音波検査
- 血液一般検査に白血球分類を追加
- 尿一般検査に尿沈渣を追加
- 眼圧測定
- 女性は腫瘍マーカー (CA125) に替えて骨密度測定

受診対象者：
概ね60歳以上