

ご自由にお持ち帰りください

No. 205

ライフ

地域医療支援病院/日本医療機能評価機構認定病院

社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部



山口県済生会山口総合病院

発行：地域連携委員会 広報チーム

発行責任者：院長 郷 良 秀 典

〒753-8517 山口市緑町2-11 TEL:083-901-6111(代表)

2025年10月号

11月11日(火)は、当院創立記念日のため休診と致します

令和7年度

糖尿病週間行事 イベント開催

鳴滝園の
パン販売も
あります

済生会山口総合病院 2階連絡通路

11月13日(木)

9:00~15:00

わくわくがいっぱい

★食品サンプルを使った食事診断

★体力診断 ★フットケアチェック

★血糖測定 ★糖尿病相談など

その他たくさんのイベントを企画し、皆様のお越しをお待ちしています

14:00~15:00

糖尿病
講演会

講師

血液内科部長
藤田直紀医師

お誘い合わせの上、ぜひお越しください!

済生会山口総合病院・糖尿病・腎対策チーム

令和7年度

健康講座

参加無料

※受講をご希望の方は、当日総合受付までお越し下さい。
職員がご案内致します。

心筋梗塞と心不全



令和7年10月17日(金) 15:00~16:00

場所

済生会
山口総合病院

西6階大会議室

講師

循環器内科
部長

中村 武史 (なかむら たけし)

基本
方針

- ・急性期病院として、地域の医療機関との連携を積極的に推進します。
- ・医療、福祉すべてにおいて、良質なサービスを提供します。
- ・目標達成のため、自己研鑽につとめます。

患者さんの
権利

1. 平等で適切な医療を受けること
2. 尊厳が守られること
3. 医療に関する説明や情報の提供を受けること
4. プライバシーが守られること
5. 自らの意思で医療を選択すること
6. 他の医療機関の医師の意見(セカンドオピニオン)を求めること

医療費に関する
ご相談をお受けしています

▶ 当院では、社会福祉法にもとづき、生計困難者に対して、無料または低額の費用で適切な医療を受けていただけるよう支援を行っています。

▶ 相談
窓口

医療社会事業室
TEL 083-901-6268(直通)

耳マークカードを ご利用ください

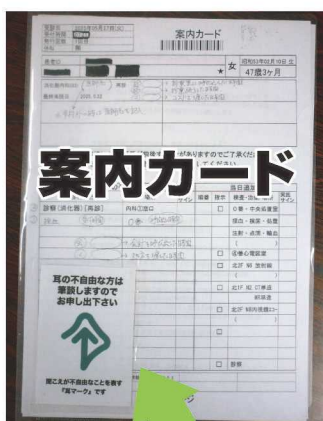


聞こえが悪い方のためにファイルとカードを準備しました。写真(右)のようにカードを身につけ、ファイルに案内カードを入れて各場所へおまわり下さい。使用される患者さんには「職員が大きな声で話す」、「筆談での対応」などさせていただきますのでお気軽にご利用ください。



再来受付機横に
専用のボックスが
あります。

◀ 総合受付横の再来受付機(左の機械)
※耳マークカードが同梱しています。



耳マーク付きファイル
耳マーク付きのファイルに
案内カードをお入れください

◀ 案内カード記載の窓口へ
お出し下さい。



耳マークカード
スタッフに見えるように
首から下げて下さい

◀ お帰りの際は、
会計窓口にご返却下さい。

インフルエンザの予防接種について

接種期間	令和7年10月14日 ~ 令和8年2月28日
受付日時	月~金 8:30 ~ 11:00 (予約なし)
料 金	・65歳未満 4,950円(税込) ・65歳以上、60歳以上65歳未満の身体障害者手帳1級の方 山口市 1回目 1,490円(税込) 2回目(任意接種) 4,950円(税込)

- * 生活保護を受けられている方は負担金免除となります。
- * 60歳以上65歳未満の公費助成対象者の場合は、身体障害者手帳(1級)の写しが必要となります。
- * 2回目の接種は、任意接種になりますので公費負担の対象になりません。

※15歳以下…小児科外来にてご予約を受付けいたしますので、下記までご連絡下さい。
小児科外来(月曜のみ・完全予約制) TEL: 083-901-6106 (直通)

料金: 1回目 4,950円(税込)
2回目 3,790円(税込)

※詳しくは総合受付にてお問い合わせください。LEL: 083-901-6111 (代表)

インフルエンザ予防接種に関する注意 - 麻酔科より -

医療機関の先生方へ

全身麻酔や腰椎麻酔下でおこなう手術予定の患者さんにインフルエンザの予防接種をすると、**接種後2週間は手術ができなくなります**。また、生ワクチンを接種した場合については、4週間は手術が延期になりますのでご注意ください。
なお、緊急手術の場合はこの限りではありません。ご不明な点がございましたら、当院麻酔科 柴崎までご連絡ください。

地域の皆さまへ

手術を受けられるご予約の方は、インフルエンザの予防接種をすると、**接種後2週間は手術ができなくなります**のでご注意ください。ご不明な点がございましたら、かかりつけ医にご相談ください。



糖尿病週間にむけて

切干大根の煮物

食物繊維を摂りましょう

生活習慣病の発症を予防するためには、積極的に食物繊維を摂取することが推奨されています。厚生労働省が定めた「日本人の食事摂取基準2025」によると、成人で1日20g程度の食物繊維が摂取目標量とされています。

食物繊維は穀類、豆類、芋類、野菜、果物、きのこ類、海藻類に多く含まれます。これらの食品にはビタミンやミネラル等も豊富に含まれ、私たちの健康の保持・増進にかかせない食品です。

食物繊維は消化吸収を緩やかにし、血糖値の急激な上昇を抑える役割があり、十分量を摂ることで糖尿病のコントロールにも有用と考えられています。また、よく噛むために満腹感が得られやすくなり、食べ過ぎを防ぎ肥満予防につながります。脂質やコレステロールなどの吸収を抑える働きもあり、動脈硬化の予防にも役立ちます。

食物繊維をより多く摂取できるよう、身近な野菜類を食事に取り入れてみましょう。

物価高騰や天候の影響などで新鮮な野菜の購入が難しい場合や、手軽さを求める場合には、カット野菜や乾燥野菜(乾物)、冷凍野菜などの利用も効果的です。

野菜類を積極的に取り入れ、健康の保持・増進につなげ、健康寿命を延ばしましょう。

乾燥野菜はミックス野菜などの多様な商品が出回っていますが、今回は代表的な「切干大根の煮物」をご紹介します。



<アレンジ①>

切り干し大根をさっと茹でて、胡瓜等と共にサラダや酢物にしても手軽な一品ができあがります。

<アレンジ②>

ベーコンとにんにくを加えてコンソメなどで煮ることで、ひと味違った洋風煮物もおすすめてです。

作り方

- ①切干大根と干し椎茸は軽く洗ってから水で戻す。
切干大根は水気を絞って食べやすい大きさに、干し椎茸は千切りにする。
- ②人参は千切り、さつま揚げは短冊に切っておく。
- ③鍋に油を入れて中火で熱して①と②を炒め、油がまわったらAを加えて沸騰させ、弱火にして煮汁が少なくなるまで10分ほど煮る。
- ④器に盛り付ける。

栄養量

(一人分)			
エネルギー(kcal)	46	炭水化物(g)	6.7
たんぱく質(g)	1.7	塩分(g)	0.8
脂質(g)	1.3	食物繊維(g)	1.3

4人分材料

材料名	量(g)	目安量
切干大根	20	
人参	30	1/5本
干し椎茸	4	2枚
さつま揚げ	20	小1枚
サラダ油	4	小さじ1
しょうゆ	18	大さじ1
みりん	6	小さじ1
A 砂糖	3	小さじ1
酒	10	小さじ2
だし汁	100	1/2カップ

濟生会山口総合病院
 外来医師担当表

2025年10月1日現在
 《受付時間 … 午前8時30分～11時》※予約の場合を除く

●診療開始時間は 午前9時から(曜日等により異なる場合があります)。ただし急患の場合はこの限りではありません。
 ●都合により代診・休診とさせていただく場合がありますのでご了承ください。

診療科名		月	火	水	木	金
内科 083-901-6102	循環器	中村 武史	西村 傑	金本 将司	中村 武史	前田 貴子
		金本 将司	前田 貴子		西村 傑	
	腎臓		今井 剛	松岡 秀和	今井 剛	白上 巧作
	膠原病 リウマチ	久保 誠	※完全紹介予約制 久保 誠 新患のみ(人数制限あり)	久保 誠		久保 誠
	糖尿病・ 血液	藤田 直紀	村木 和彦		村木 和彦 * 非常勤医師(血液)	藤田 直紀
		福本 朱夏 (午後1時～)		福本 朱夏 (午前9時～午後0時)		
	消化器	原田 稔也 (消化管)	原野 恵 (胆臓)	日高 勲 (肝臓)	原田 稔也 (消化管)	津山高典 (胆臓)
	呼吸器	※完全紹介予約制 * 非常勤医師 (午前9時～)	増本 駿 (午前のみ) ※完全紹介予約制 * 非常勤医師 (午後2時～)	※完全紹介予約制 * 非常勤医師 (午後2時～)	※完全紹介予約制 * 非常勤医師 (午後2時～)	増本 駿 (午前のみ) ※完全紹介予約制 * 非常勤医師 (午後2時～)
	○糖尿病・血液内科 木曜日 村木医師(終日)、非常勤医師(第1・3・5…終日、第2・4…午前8時30分～午前11時)					
外科 083-901-6107	1診	小林 俊郎 (心臓血管)	上杉 尚正 (消化器・乳腺)	郷良 秀典 (心臓血管・呼吸器)	神保 充孝 (呼吸器)	高橋 剛 (消化器・乳腺)
	2診	斎藤 聡 (血管)		坪根 咲里依 (心臓血管)		
	【専門外来】 ○乳腺外来 ※完全予約制 午後2時～午後3時 毎週火曜日 上杉医師の診察となります。 午後2時～午後3時 毎週金曜日 高橋医師の診察となります。 ○下肢静脈瘤外来 午前8時30分～午前11時 毎週水曜日 斎藤医師の診察となります。					
泌尿器科 083-901-6120	初診	城甲 啓治	大場 一生	馬場 智枝子	大場 一生	馬場 智枝子
	再診			城甲 啓治		
耳鼻咽喉科 083-901-6124	1診	竹野 研二	* 非常勤医師	竹野 研二	竹野 研二	竹野 研二
	○竹野医師 午前9時～ 診療開始 ○火曜日 午前10時～診療開始					
脳神経外科 083-901-6108	1診	小泉 博靖	北原 哲博	※完全予約制 湧田 幸雄	小泉 博靖	北原 哲博
	○北原医師 【受付時間】 午前8時30分～10時 ○2診 第1月曜日のみ 非常勤医師(※完全予約制)					
整形外科 083-901-6108 ※完全紹介制	初診	森重 昌志 (リウマチ・外傷・整形一般)	三原 修三 (肩関節)	丘 雄介 土肥 悠暉 (整形一般)	岸本 哲朗 (脊椎・人工関節)	大野 晃靖 (手外科・足関節外科)
	再診	岸本 哲朗	大野 晃靖		森重 昌志	三原 修三
産婦人科 083-901-6122	1診	古谷 信三	* 非常勤医師	古谷 信三	古谷 信三	古谷 信三
眼科 083-901-6123 ※完全紹介予約制	1診	休診	* 非常勤医師	休診	* 非常勤医師	休診
皮膚科 083-901-6110 ※完全紹介制	1診	* 非常勤医師	休診	* 非常勤医師	休診	休診
小児科 083-901-6110	1診	* 非常勤医師	休診	休診	休診	休診

医療機関の先生方へ
 * 印は非常勤医師

放射線科

CT・MR・RIは次の電話番号から直接ご予約が可能です。《放射線科の診療は完全予約制です。》
 ●CT・MR予約…083-901-6161 ●RI予約…083-901-6154
 予約受付〔月曜日～金曜日 午前8時30分～午後6時〕(※心筋シンチ・冠動脈CTについては内科:循環器科にご紹介ください。)

栄養科

栄養指導の紹介予約は、令和6年4月1日より栄養科から地域連携室に変更となりました。
 詳しくは当院、地域連携室へお問い合わせいただくか、病院ホームページをご覧ください。

患者サポート
センター

 地域連携室

患者さんのご紹介予約は、FAXにてお受けしております。詳しくは地域連携室へお問い合わせいただくか病院ホームページをご覧ください。

 予約受付
 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後6時
 TEL 083-901-6187 FAX 083-928-3357

《用語の解説》
 ☆完全予約制…事前に予約をお取り頂くことが必要な外来
 ☆完全紹介制…医療機関からの紹介(紹介状の持参)が必要な外来
 ☆完全紹介予約制…医療機関から事前に地域連携室へご連絡の上、紹介の予約をお取り頂くことが必要な外来

「Life～ライフ～」・その他病院に関するご意見・ご要望等は、病院内に設置しております「ご意見箱」にご投函いただくか、病院宛にご郵送ください。