



# 絆

第 11 号

- 特集 外科・ストーマ外来
- 【新】小樽市立病院
  - ・工事の進行状況
  - ・フロアガイド
  - ・ロゴマーク募集
- 市民講座を開催しました
- ワンポイントアドバイス  
自分でできるストレスケア  
～臨床心理士

今号の表紙

薬科大生と看護学生の病院実習  
「真剣なまなざしと優しい笑顔」

## 外来診察受付時間

※休診、代診、時間変更となる場合もありますので、詳細はホームページかお電話にてご確認ください。

| 市立小樽病院 |    |              |   |            |      |      |      | 小樽市若松 1 丁目 2 番 1 号 TEL 0134(25)1211 |                                                                            |
|--------|----|--------------|---|------------|------|------|------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| 診療科    |    | 受付時間         | 月 | 火          | 水    | 木    | 金    | 専門外来・受付時間など                         |                                                                            |
| 内科     | 午前 | 8:00 ～ 11:30 | 内 | 再来のみ       | 再来のみ | 糖    | 血    | リ                                   | 〔午前〕(月) 内 内分泌・糖尿病 (水) 糖 糖尿病 (木) 血 血液                                       |
|        | 午後 | 1:00 ～ 3:00  |   | 再来のみ       | 再来のみ | 神    | 禁    |                                     | 〔午前〕(金) リ リュマチ・こう原病<br>〔午後〕(木) 神 神経内科 (金) 禁 禁煙                             |
| 消化器内科  | 午前 | 8:00 ～ 11:30 |   | 肝          |      |      |      |                                     | (火) 肝 肝臓                                                                   |
|        | 午後 | 1:00 ～ 3:00  |   |            |      |      |      |                                     | ※ 専門外来 の初診は事前に内科外来にお問い合わせください。                                             |
| 呼吸器内科  | 午前 | 8:00 ～ 11:30 |   |            |      |      | ※    |                                     | ※(木)の受付は 11:00 まで                                                          |
| 外科     | 午前 | 8:00 ～ 11:30 |   |            |      |      |      |                                     | 乳がん検診受付は 午前 8:00 ～ 11:00 午後 1:00 ～ 2:30                                    |
|        | 午後 | 1:00 ～ 3:00  |   |            |      | ス    |      |                                     | (木) ス ストーマ外来 (予約)                                                          |
| 整形外科   | 午前 | 8:00 ～ 11:00 | ※ | 予約のみ       |      | 予約のみ | 予約のみ |                                     | ※(月)の診察時間は 9:30 ～ 11:00                                                    |
|        | 午後 | 1:00 ～ 3:00  |   | ※2<br>予約のみ | 予約のみ |      |      |                                     | ※2 月 1 回第 4 (火)のみ                                                          |
| 小児科    | 午前 | 8:00 ～ 11:30 |   |            |      |      |      |                                     | (火) 心 心臓・川崎病・慢性疾患 (予約)                                                     |
|        | 午後 | 1:00 ～ 3:00  |   | 心          |      | 健 予  | 神    | 予                                   | (木) 健 乳児健診 (予約)、4 カ月健診児 BCG 接種 (予約)<br>予 予防接種 (予約) 神 神経外来 (予約) ※(3,9月の第1金) |
| 婦人科    | 午前 | 8:00 ～ 11:00 |   |            |      |      |      |                                     |                                                                            |
| 眼科     | 午前 | 8:00 ～ 11:00 |   |            |      | ※    |      | ※                                   | ※(水)、(金)の診療開始は 9:00                                                        |
| 耳鼻咽喉科  | 午前 | 8:00 ～ 11:00 |   |            |      |      |      |                                     |                                                                            |
|        | 午後 | 1:00 ～ 3:00  | ※ |            |      |      |      |                                     | ※(月)午後の診療開始は 2:00                                                          |
| 皮膚科    | 午前 | 8:00 ～ 11:00 |   |            |      |      |      |                                     |                                                                            |
| 泌尿器科   | 午前 | 8:00 ～ 11:00 |   |            |      |      |      |                                     |                                                                            |
| 麻酔科    | 午前 | 8:00 ～ 11:00 | ペ |            | 緩    | ペ    |      |                                     | (月)、(木) ペ ペインクリニック (水) 緩 緩和ケア                                              |
| 放射線科   | 午後 | 1:00 ～ 3:00  |   |            |      |      |      |                                     |                                                                            |
| 形成外科   | 午前 | 8:00 ～ 11:00 |   |            |      |      |      |                                     |                                                                            |
| 脳神経外科  | 午前 | 8:00 ～ 11:30 |   | 脊          |      |      |      |                                     | (火) 脊 脊髄 (しびれ) ※診察室及びお問い合わせ先は麻酔科外来                                         |
|        | 午後 | (予約制)        |   |            |      |      |      |                                     | ※内科外来にて電話での予約 (予約時間 午後 2:00 ～ 5:00)                                        |

| 小樽市立脳・循環器・こころの医療センター |    |              |   |      |     |      | 小樽市長橋 3 丁目 11 番 1 号 TEL 0134(33)4151 |                                                                |
|----------------------|----|--------------|---|------|-----|------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 診療科                  |    | 受付時間         | 月 | 火    | 水   | 木    | 金                                    | 専門外来・受付時間など                                                    |
| 循環器内科                | 午前 | 8:40 ～ 11:00 | ● | ●    | ●   | ●    | ●                                    | 午前の再来受付は 8:40 ～ 11:30                                          |
|                      | 午後 | 0:30 ～ 3:00  | ● | ●    |     | ●    | ●                                    |                                                                |
| 神経内科                 | 午前 | 8:40 ～ 11:00 | ● | ●    | ●   | ●    | ●                                    | 午前の再来受付は 8:40 ～ 11:30                                          |
|                      | 午後 | 1:30 ～ 3:00  | ● |      | ●   |      | ●                                    |                                                                |
| 心臓血管外科               | 午前 | 8:40 ～ 11:00 | ● |      | ●   | 予約のみ | ●                                    | 午前の再来受付は 8:40 ～ 11:30<br>(水) 下 <sup>りゅう</sup> 下肢静脈瘤            |
|                      | 午後 | 1:30 ～ 3:00  |   |      | ● 下 |      | ●                                    |                                                                |
| 脳神経外科                | 午前 | 8:40 ～ 11:00 | ● | ●    | ●   | ●    | ● 脊                                  | 午前の再来受付は 8:40 ～ 11:30<br>(金) 脊 脊髄 (しびれ)                        |
|                      | 午後 | 1:30 ～ 3:00  | ● | ●    | ●   | ●    | ●                                    |                                                                |
| 精神科                  | 午前 | 8:40 ～ 11:00 | ● | ●    | ●   | ●    | ●                                    | 午前の再来受付は 8:40 ～ 11:30<br>※(火)、(水) 午後の再来は予約のみ<br>(金) 午後は再来の予約のみ |
|                      | 午後 | 1:00 ～ 2:00  |   | ● ※  | ● ※ |      | 再来<br>予約のみ                           |                                                                |
| 放射線科                 | 予約 | 9:30 ～ 2:00  |   | 予約のみ |     |      |                                      |                                                                |

病院の最新情報は

小樽市病院局ホームページ

小樽市病院局

検索

<http://www.city.otaru.lg.jp/med/>

病院広報誌「絆」 発行) 小樽市病院局 編集) 広報誌・HP 部会 【事務局】経営管理部管理課 TEL 0134(25)1211 内線 304



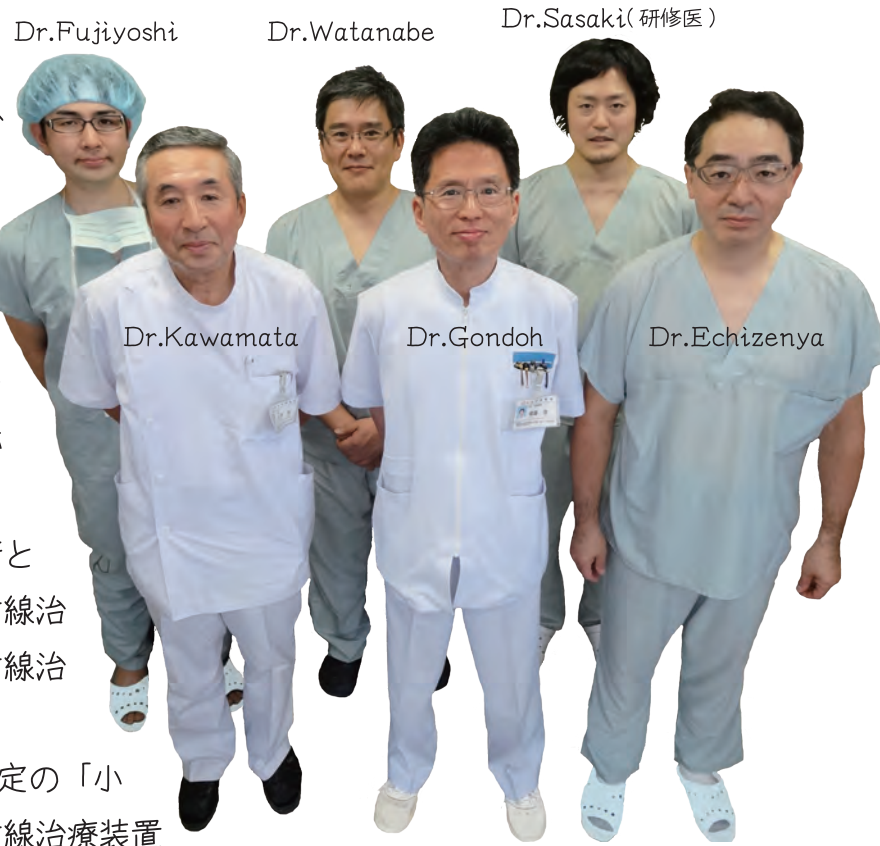
# 市立小樽病院 外科

市立小樽病院の外科は、常勤医 4 名嘱託医 1 名の 5 名体制で外来、入院、手術を行います。

悪性腫瘍の手術を中心に乳腺や甲状腺、消化器、呼吸器など幅広い疾患に対応しています。近年は胃や大腸、ヘルニア手術などに<sup>たいくうきょう</sup>体腔鏡手術を導入し、患者さんの負担が少なく傷跡も小さい手術を行っています。

また、患者さんの状態により、手術と併せて、さまざまながんに対する放射線治療や乳房温存治療後に必要となる放射線治療を継続して行うことができます。

現在、建設が進む 12 月 1 日開院予定の「小樽市立病院」には、更に高精度の放射線治療装置「リニアック」を導入します。使用できる放射線の種類も多彩になるため、治療可能な症例が大幅に増えることになります。



Dr. Fujiyoshi Dr. Watanabe Dr. Sasaki (研修医)

Dr. Kawamata Dr. Gondoh Dr. Echizenya

## 乳がんの診断について

女性のがんの死亡率 1 位であり、近年急増している「乳がん」の発見、治療のための診断を行います。

マンモグラフィー検査のほか必要があれば超音波検査、細胞の診断なども 1 日で検査できます。

当院には画像診断を行う放射線読影専門医、細胞の病理診断を行う病理医が常勤しており、院内の連携で迅速かつ適切な診断が可能です。

その他詳細はホームページにも掲載していますのでご覧ください。

### 市立小樽病院 外科 医師

ごんどう ひろし えちぜんや はやと  
権藤 寛 越前谷 勇人  
わたなべ よしと ふじよし すなお かわた たかし  
渡邊 義人 藤好 直 川俣 孝

| 外来診療日              |           |          |          |                           |          |
|--------------------|-----------|----------|----------|---------------------------|----------|
| 受付時間               | 月         | 火        | 水        | 木                         | 金        |
| 午前 8:00<br>～ 11:30 | 越前谷<br>川俣 | 権藤<br>藤好 | 渡邊<br>川俣 | 越前谷<br>藤好                 | 権藤<br>渡邊 |
| 午後 1:00<br>～ 3:00  | 川俣        | 川俣       | 権藤       | 渡邊<br>(予約制)<br>ストーマ<br>外来 | 川俣       |

乳がん検診の受付は  
毎日 午前 8:00 ～ 11:00 午後 1:00 ～ 2:30

新病院ではマンモグラフィー検査、超音波検査共に  
全て女性技師が対応できるよう現在、準備中です。  
(現病院でも可能な限り、対応しています。)

## ストーマ外来

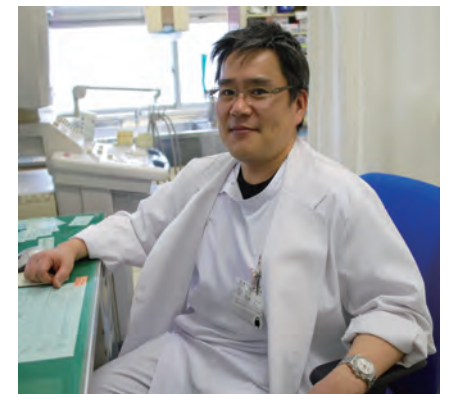
～専任の医師・看護師が対応～

腸やぼうこうの病巣などを手術で切除したあと、排せつ機能のコントロールがうまくできなくなることがあります。そのような場合、おなかに排せつの口をつくり、専用の装具(ストーマ)をつけ、便や尿を出します。

ストーマの位置は、病気の状態や管理のしやすさを、患者さんと相談しながら決定し、装具の選び方や使い方の説明、ストーマ周囲の皮膚の保護などオストメイト(ストーマを保有している方)のさまざまな相談を受けサポートします。

市立小樽病院では専門の外科医がストーマ外来を担当しており、治療の経過を含め、患者さんの状態を把握することができるため、適切なストーマの装着が可能となります。

また、専任の皮膚・排せつケア認定看護師も常駐しているので外来、入院共に患者さんの不安や不便さの相談に対応、アドバイスすることができます。



ストーマ外来 わたなべ よしと  
渡邊 義人

オストメイトにとって、ストーマは生活をしていく上で無くてはならないものです。しかしストーマが付くことは患者さんに大きな負担になると思います。ストーマを付けた患者さんが、快適に日常生活を送っていただけるようにサポートします。以前にストーマを付けられた、他院で付けられた方でも是非、お気軽にご相談ください。

ストーマのことや、皮膚・排せつケアに関して、何か分からないことがありましたら、何でもご相談ください。



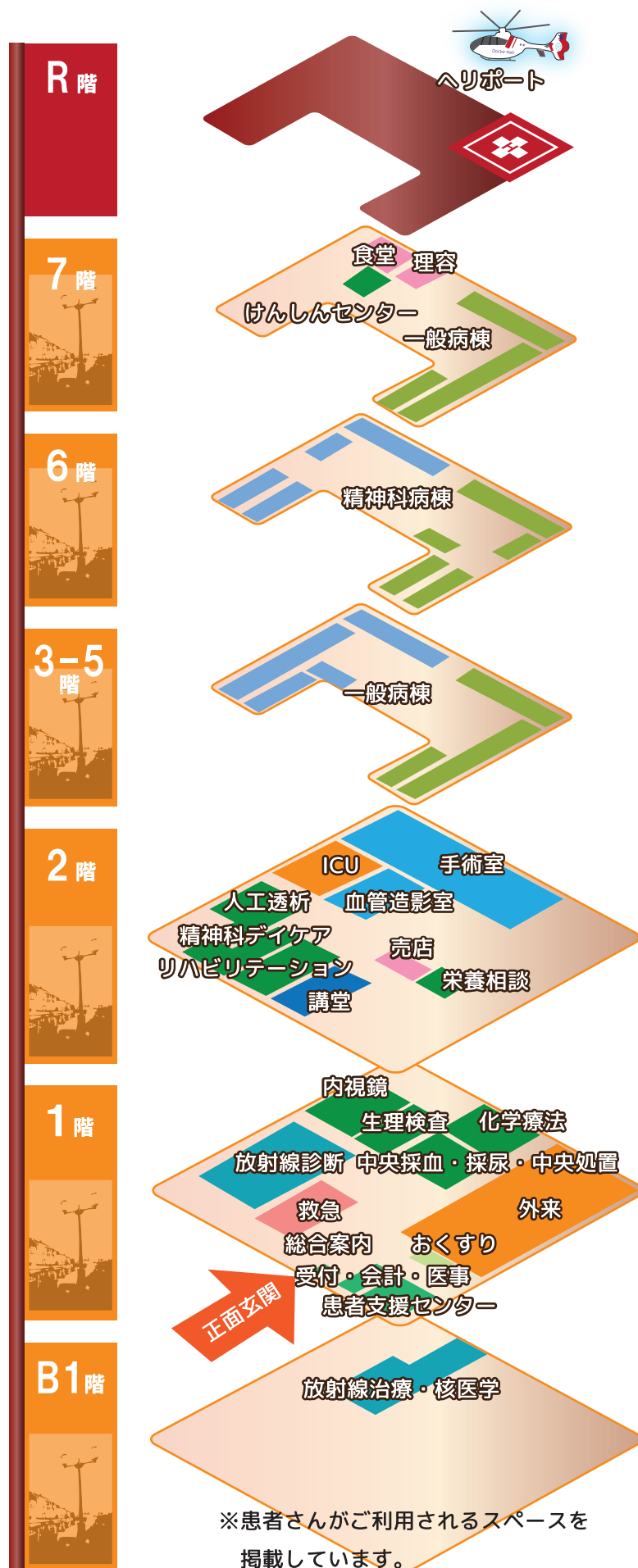
皮膚・排せつケア認定看護師  
きむら きみほ こだま ゆみ  
木村 王芳 児玉 有美



新病院には病棟外来合わせて 8 か所にオストメイト用トイレを設置します。



## フロアガイド



# 小樽市立病院 12月1日開院 (予定)



## 工事の進行状況・設置予定の医療機器、設備等



## ロゴマーク募集

今年12月1日に開院する小樽市立病院のロゴマークを募集します。

### .....募集内容.....

小樽市立病院をイメージさせるもの  
わかりやすく、シンプルなもの など

### .....募集期間.....

平成26年8月1日(金)から  
平成26年8月25日(月)まで  
※8月25日必着

### .....賞.....

最優秀賞 1点 (賞金10万円)  
優秀賞 1点 (賞金5万円)

### .....発表.....

9月中旬ホームページにて発表  
※受賞者には直接、ご連絡いたします。

※応募規定、その他詳細は病院局  
ホームページをご覧ください。

### 【問い合わせ先】

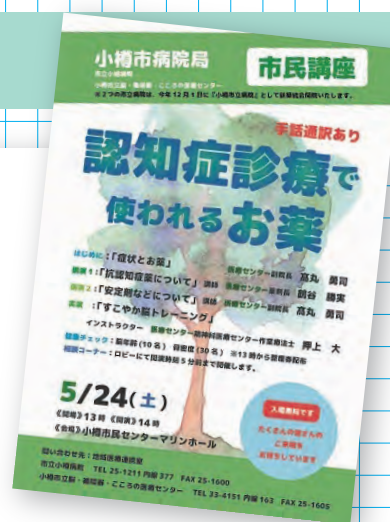
小樽市病院局経営管理部管理課  
TEL 0134 (25) 1211 内線 515



## 5/24 市民講座を開催しました



講演前にロビーで行った健康チェックは毎回内容を変えています。各種相談コーナーと共に人気があり、順番待ちとなっていました。



小樽市立脳・循環器・こころの医療センターの高丸副院長（精神科）より、はじめに『症状とお薬』について、講演2では『安定剤について』の講義を行いました。近年の認知症の治療や薬について分かりやすく説明され、「認知症の徴候は、周りの人が判断できるか？」といった質問もあり、認知症への不安と関心の高さがうかがえました。



※今回の市民講座では手話通訳も行われました。

はじめに

講演2

講演1



同センター鶴谷薬剤長による講演1『抗認知症薬について』では、アルツハイマー型認知症や各薬剤の特徴、服用後の注意点などを薬剤師の立場からお話ししました。



同センター押上作業療法士と矢巻言語聴覚士は、脳に刺激を与え、活性化を目的とする「すこやか脳トレーニング」の実演を行いました。顔の体操や指体操、グーパー体操などに、会場の聴講者も楽しく参加されました。

実演

臨床心理士からのワンポイントアドバイス

## 自分でできるストレスケア

小樽市立脳・循環器・こころの医療センター  
精神科医療センター 臨床心理士 山崎典子



みなさんは「昇進うつ病」という言葉を聞いたことはありますか？

「ストレス」というと、イライラさせられる悩みの種と考えている方が多いと思いますが、結婚や昇進などおめでたい事柄でもストレスとなります。ストレスによって起こる「ストレス反応」は、自分の「安定している状態」「なじんでいる環境」に良くも悪くも刺激や変化があった場合に起こる自然な反応なのです。ストレスを提唱したセリエ博士は、ストレスを「人生のスパイス」と説明しています。多すぎると困りますが、適度の刺激や変化は緊張感ややる気を与えてくれたりもします。

ではストレスが多くなったときにうまく対処するにはどのようなことに気をつけたらよいでしょう。

すぐに出来る方法として

1. 十分な睡眠をとる
2. 汗ばむくらいの運動をする
3. 信頼できる人とじっくり話す

の三つがあります。

これらの方法は気分をすっきりリラックスさせ、自分を客観的に見る視点や新しい事に前向きに向かう気持ちを思い出させてくれます。

