病院広報誌

高原の四季
～風の香り～

第36号 2025年 春号

職場体験セミナーを開催しました！！

3月30日(日)に神石高原町内の中学生を対象に病院で働くさまざまな職業が体験できるイベントを初開催いたしました。「普段見ることのできない病院の裏側をのぞいてみよう！」をコンセプトに1年生から3年生まで12名の学生にご参加いただきました。当院の看護師・薬剤師・臨床検査技師・放射線技師・理学療法士・作業療法士・管理栄養士の仕事を全て体験していただき、参加者からは、「人の命を預かる大切さを学べた」「夢を見つけることができて、将来の進路を考える良い機会となりました」というような感想を聞くことができました。
今後も定期的にセミナーを開催し、これからの次世代を担う学生の進路選択の一環になれば幸いです。

オリエンテーション

放射線室

薬局

検査室

看護指導

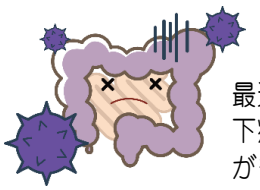
給食室

リハビリ室

新任医師紹介

内科　赤木(あかぎ)　千夏(ちなつ)　医師

4月から神石高原町立病院に赴任しました赤木千夏です。神石高原町立病院は約5年程前の旧病院時代に1ヵ月地域研修で働かせていただいたことがあります。自治医科大学出身で以前は公立みつぎ総合病院で内科として勤めておりました。内科専門医は取得しましたが，今後は総合診療科の専門医取得を考えています。少しでもお力になれるよう頑張りますのでよろしくお願いします。自然豊かな神石高原町に来たので今年はたくさんキャンプができればと思ってます。



流行性腸炎にご注意を！

最近流行性腸炎が流行しています。この病気は、ウイルスや細菌が原因で起こり嘔吐や下痢発熱などの症状が見られます。特にノロウイルスやロタウイルスが原因になることが多く、子供や高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。

◆どのように感染するの？

① 手を介した接触感染:

ウイルスや細菌が付着した手で口や食べ物に触れると感染することがあります。

② 飛沫感染:

嘔吐やくしゃみなどで飛び散ったウイルスが、口や鼻から入り感染することがあります。

③ 食べ物を通じた感染:

十分加熱しない食品（特に生ガキなど）や汚染された水を飲むことで感染することがあります。

◆予防のポイント

流行性腸炎を予防するために以下のことを心がけましょう。

① こまめな手洗い:
石鹸を使い 30 秒以上しっかり手を洗いましょう。特にトイレの前後調理の前後は念入りに（アルコール消毒は効果がありません）

② 食品の衛生管理:
生ものは十分に加熱し調理器具（まな板・包丁など）しっかり洗浄消毒しましょう

③ トイレやドアノブの消毒:
感染者がいる場合は家庭内の共有部分（トイレ・ドアノブ・蛇口など）を次亜塩素酸ナトリウム（家庭用漂白剤を薄めたもの）でふき取ると効果的です。

④ 体調が悪い時は無理をしない:
下痢や嘔吐があるときは仕事や学校を休み、無理せず安静にしましょう。

◆感染してしまったら…

感染してしまった場合は、水分補給をしっかり行い脱水を防ぐことが大切です。食欲がない時は無理に食べず、おかゆやスープなど少しずつ摂りましょう。症状が重い場合は、早めの受診をしましょう。

「春の皿には苦味（にがみ）を盛れ」ってどんな意味？

管理栄養士　渡辺

ふきのとう、菜の花、たけのこ、みつば、春キャベツなど、春のほんの短い期間にしか味わうことのできない旬のものが、出回る時期になりましたね。

春野菜には、寒さが厳しい時期に、地中から芽を出し、成長するために必要な栄養素や、害虫などから身を守るための成分がじっくりとため込まれるため、栄養が豊富なうえに、解毒作用や抗酸化作用などの働きがあるといわれています。春野菜の一番の特徴である「苦味」や「香り」に、春の訪れを感じるという方も大勢いらっしゃると思いますが、その「苦味」や「香り」に理由があるのを知っていますか？

春野菜特有の「苦味」のもととなっているのは、植物性アルカロイドという成分です。植物性アルカロイドには、腎臓の機能を向上させ、新陳代謝が衰える冬の間にため込まれた老廃物を、体の外に出してくれる解毒作用の働きや、新陳代謝を促進する働きがあります（ただし、とりすぎると人によってはおなかをこわすこともあるので要注意！）せり、セロリ、あしたばなどのセリ科の春野菜の「香り」の成分には精油成分のテルペン類が多く含まれています。テルペン類は、血圧を下げたり、血行を促進したりする作用や抗酸化作用、また心を落ち着かせる作用などがあります。

キャベツや菜の花などのアブラナ科の野菜には、グルコシノレートという「辛味」のもとになる成分が含まれていて、肝臓の解毒機能を強化する働きがあります。菜の花、せりなどにはカロテンが多く含まれています。カロテンは抗酸化作用や免疫増強作用があります。近年ハウスなどでの栽培技術が発達し食べ物での季節感が失われつつありますが、春には春の美味しく栄養価が高くなる旬の野菜を食卓にのせるようにしましょう！

●春野菜を使った簡単献立

＊ふきとサバ味噌缶の佃煮

材料

- ふきのとう‥50g
- サバ味噌煮缶詰‥1缶
- 醤油・みりん‥お好みで
- 白ゴマ‥少々
- ごま油‥大さじ１

＜作り方＞

1 ふきのとうは、沸騰したお湯でさっとゆがいて水にさらした後、細かく刻む。
フライパンを熱し、ゴマ油で炒める。
2 ①に、サバ味噌煮缶を汁ごと入れ、木べらで、ほぐすように混ぜる。
3 フレーク状になるまで、弱火～中火で水分をとばしながら煮詰めていく（焦がさないようにね）
4 最後に醤油・みりん少々で味をととのえ、白ごまをふったら完成です。

※おにぎりの具や、焼きおにぎりにしても美味しいですよ(^_^)/

～職員紹介～　新役職就任者・転任者・新規採用者

病棟
藤元（ふじもと）　看護師長

この度、病棟師長に就任しました。ご迷惑をおかけするかもしれませんが、これまでの経験を活かして貢献できるよう頑張ります。

地域医療連携室
入退院支援室
樋上（ひのうえ）　室長

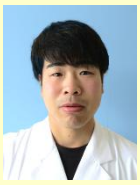
3月まで病棟スタッフとして在籍していました。地域医療連携室に異動し、地域の皆様との連携を深め、より良い医療環境を築いていきます。今後ともよろしくお願いします。

臨床検査室
安原（やすはら）　室長

神石高原町立病院で働き始めてまだ一年半ですが、“検査結果を正確に早く”をモットーに頑張ります。また、検査室が皆さまに近い存在になりたいと思っていますので、いつでも声をかけて下さい。

放射線室
雨木（あめぎ）　室長

この度、放射線室長に就任しました。どうぞよろしくお願い致します。高校卒業まで高蓋にある実家で育ちました。日々の業務を通じて故郷に貢献できる事にとてもやりがいを感じています。気軽にお声掛けください。



薬剤科
臂（ひじ）　薬剤師

この度ご縁があり、神石高原町立病院に勤務することとなりました。旅行が趣味で、日本全国を巡り、海外 15 か国を訪れました。地域に根ざし、安心していただける医療を提供できるよう、誠心誠意努めてまいります

病棟
渡邉（わたなべ）　看護師

県北地区で看護師としての経験を重ね、この度地元であるこちらの病院で勤務させていただくことになりました。地域の皆様に貢献できるよう、一生懸命頑張っていきます。

外来
道上（みちうえ）　臨床工学技士

この度臨床工学技士として勤務させていただきます。医療機器を扱う専門職として、故郷のために全力で職務に取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

外来
阿波（あわ）　看護師

4月より神石高原町立病院で勤務させて頂くこととなりました、看護師の阿波と申します。気軽に声をかけて頂けるように患者様に寄り添う看護師であるよう努力いたしますので、どうぞよろしくお願いいたします。

外来
中島（なかじま）　看護師

4月から勤務させて頂くことになりました。
休日は家族と自然豊かな神石高原町を散策することを楽しみにしています。明るく、気配りを忘れず頑張ります。よろしくお願いいたします。

病棟
三好（みよし）　看護師

少しでも早く仕事を覚え、患者さんへより良い看護が行えるよう頑張りたいです。趣味はキャンプやスノボー、牧場、旅行など様々です。ひつじらぶです♡
よろしくお願いします。

総務課
中山（なかやま）　事務員

4月より総務課に配属になりました。
1日も早く皆様に信頼していただけるよう努めてまいります。よろしくお願いいたします。

医事課
佐々木（ささき）　事務員

4月から医事課事務員に配属されました。生まれも育ちも神石高原町です。地域の方に恩返しができる様、早く仕事を覚え、安心して受付に来ていただける様頑張りますのでよろしくお願い致します。

ご寄贈ありがとうございます

私たちは三和中学校3年生です。
私たちは、職業家庭の時間にたくさんの小物を作りました。
その中で、花びん敷きを「さをり織り」で作りました。
「さをり織り」のいいところは、たくさん色があり、カラフルなところです。
私たちはその布がとてもきれいだと思いました。だから、たくさんの人に知ってもらいたいと思い、たくさんの花びん敷きを作りました。たくさんの人に見てもらえるとうれしいです。どうぞ大切に使ってください。

さをり織りとは、均一に織るのではなく、感じるままに好きなように織る織物で「差」を「織る」という意味があり、糸が一本抜けようが失敗ではなく「それも個性や味わい」となる。

令和７年度　担　当　医　配　置　表

令和７年４月１日より

診療科	開始時間	月	火	水	木	金
内　科 （予約制）	8：30	原　田	阿　嶋	原　田	原　田	阿　嶋
		平　田	服　部	平　田	服　部	服　部
			赤　木		赤　木	
外　科	8：30 9：30※	広島大学病院 （毎週）	内　藤※ （毎週）内藤クリニック			広島大学病院 （毎週）
総合外来※	8：30	赤　木 内科（毎週）	福山市民病院 外科（第１・３週）	阿　嶋 内科（第１・３週）	柿　本広島大学 内科（毎週）	福山市民病院 内科（第１・３週）
				松　本広島大学 内科（第２・４週）		漆　谷倉敷中央病院 内科（第２・４週）
			平　田 内科（第２・４・５週）	服　部 内科（第５週）		平　田 内科（第５週）
眼　科	9：30				広島大学病院 （毎週）	
整形外科	8：30					大　木南海診療所 （第１・３・５週）
	13：30					來　嶋世羅中央病院 （第２・４週）
脳神経外科 （予約制）	10：00			寺　岡寺岡記念病院 （第１週）		
リウマチ膠原病科 （予約制　紹介のみ）	9：30		広島大学病院 （第２・４週）			
もの忘れ外来 （予約制）	13：00	服　部 （毎週）				

※　初めて受診される方、しばらく受診の期間が空いてしまった方は総合外来で対応いたします。

【受付時間】８：00～11：30　（整形外科　第２・４金曜日は 13：00～16：00）（予約の場合は予約時間までに）
健康保険証、公費負担医療保険証等は１ヶ月に１回確認させていただきます。月初めのご来院の際は、保険証を必ずお持ちください。（※保険証等の提示がない場合は、保険診療ができない場合がありますので、ご注意ください。）

【休 診 日】土日祝日　年末年始１２月３１日～１月３日まで

【救急患者】平日の時間外ならびに休診日でも救急患者の方は診療を行っています。

【発熱外来】受診に来られる前に病院代表電話 0847-85-2711 へご連絡ください。担当スタッフが対応いたします。

【休日・夜間の受診について】
- 病院正面から向かって左手の「休日夜間入口」から入っていただき、『休日夜間受付』で受付を行ってください。
- 22:00～7:00 の間は施錠しておりますのでインターフォンでお知らせ下さい。

※休日夜間入口
平日：20：00～22：00／休日：　7：00～22：00

入館者へご協力のお願い

入館について
- 必ずマスクの着用をお願いします。
- 手指消毒にご協力ください。
（入口に設置しています）
- 検温にご協力ください。
正面入口でカメラによる検温を行っています。
測定結果の紙が出ますので、お取りになり受付までお持ちください。

面会について
- 患者様への感染予防のため、面会制限を実施しています。
現在病棟での面会は、１３歳以上のご親族限定となっております。
ご用の方は一度電話連絡の上、１階 受付窓口へお声をかけてください。
面会時間：13：00～14：30
ディルーム　１回　２名　１５分以内
病室(大部屋)　１回　１名　５分以内
（個室の場合は１回１５分以内）
土日・祝日も面会できます。

病院理念　地域の皆様に愛される地域に開かれた病院の構築
基本方針
1. **良質で安全な医療を提供します**
2. **保健・医療・福祉の連携を図り，地域の特性に合った切れ目のない医療を提供します**
3. **患者さまの人格を尊重し，患者さま主体の医療を提供します**

発行：神石高原町立病院
院長　原田　亘
〒720-1522
広島県神石郡神石高原町小畠 1709-3
TEL：0847-85-2711（代表）
FAX：0847-85-2754（代表）