



さとう るみ

内科 佐藤 瑠美

皆さん初めまして。平成31年4月より半年間、北茨城市民病院附属家庭医療センターで勤務致します。

お子さんからお年寄りまで、幅広い世代の患者さんに寄り添える診療を目指しております。

お身体の調子が悪い時は、いつもより不安な気持ちになると思います。そんな時にも安心して頂けるよう、そして、普段から日々の健康を一緒に考えていけるような時間を作りたいと思っています。地域の皆様の力になれるよう努めていきますので、よろしくお願いいたします。

眼科外来のご案内

平成31年4月から毎週金曜日(受付時間8:00～11:00、13:00～16:00)に今留尚人医師による眼科外来の診察を行っています。



白内障・緑内障等による症状、アレルギー等による症状、目の痛み等、その他の症状でお困りの方がいらっしゃいましたら、お気軽にご相談ください。

【診療体制に関するお問合せ】
医事課 TEL 0293-46-1121(内 2255)

- 医師紹介(内科 佐藤 瑠美)・・・①
- 眼科外来のご案内・・・①
- ★メディカルショートステイのご案内・・・②
- 栄養相談のご案内・・・②
- 看護の日イベント2019開催・・・②
- 看護職員のワークライフバランス・・・③

- 北茨城市消防本部便り・・・③
- 認定看護師紹介・・・③
- 連携医療機関のご紹介
「いそはらクリニック」・・・④
- 環境美化運動参加・・・④

メディカルショートステイのご案内

市民病院では、令和元年6月より、医療依存度の高い在宅療養中の方及びそのご家族が地域で安心して暮らすことができるよう、メディカルショートステイの受入れを行っています。

●メディカルショートステイとは？

- ①入院期間は、原則7日間とします(期間短縮は可能・入退院は月曜日～金曜日でお願いします)。
- ②メディカルショートステイ中に在宅では困難な諸検査を行い、長期在宅療養中の方の異常の早期発見に努めます。
- ③介護にあたるご家族等の身体的・精神的な負担を軽減し、在宅医療の継続を支援します。
- ④地域の医療機関の在宅医療をサポートします。

●ご利用できる方

- ①在宅医療を受けている方で、かつ定期的なメディカルチェックが必要と判断された方
- ②在宅で療養している方で、かつ医学的管理を要するため通常のショートステイが困難な方
- ③介護にあたるご家族等の一時的な諸事情(病気・出産・冠婚葬祭等)により、在宅療養が困難な方
- ④ALS等神経難病対象の方(茨城県在宅難病患者一時入院事業)



まずは、お気軽にご相談ください。
市民病院 地域医療連携相談室 46-1121

☆受付時間☆

月～金 8:30～17:00
第1・3・5土 8:30～12:00
(第2・4土・日・祝日は除く)

栄養相談のご案内

「バランス良い食事ってどんな食事かなあ」
「ご飯の量を減らしているけど痩せない…」
「食べても問題ないってTVで言っていたなあ」

皆さん、自分に適した食事量はご存知ですか？
食事療法といっても、人それぞれです。

TV等メディアの情報があふれている中、間違った食事療法をしていて病気が悪化してしまった…なんてことがないように、自分の病状に合った食事療法を聞いてみませんか？

当院では現在管理栄養士2名で入院・外来の栄養相談を行っています。

予約制となっておりますので、ご興味のある方は主治医または病院スタッフにご相談下さい。

★相談時間:<月曜～金曜>
10時～、11時～、13時～、14時～
※1回30分～1時間程度

～栄養相談対象疾患～

糖尿病、高血圧症、肥満症、脂質異常症、
心臓病、腎臓病、胆石症、胃十二指腸潰瘍、
消化管術後、潰瘍性大腸炎、クローン病、肝臓病、
膵臓病、貧血症、高尿酸血症、嚥下障害、
がん、低栄養など

担当: 栄養給食室

看護の日イベント2019 開催報告

令和元年5月10日(金)、当院1階売店前ロビーにて、看護週間にちなんだイベント「看護の心をみんなの心に」を開催しました。

当日は、多くの市民のみなさんが参加され、手のばい菌測定や、血管年齢測定の体験をしていただきました。

80歳代の参加者は、血管年齢40歳代という測定結果に、日頃の健康管理の成果を確認することができたと大変喜んでいらっしゃいました。

感染対策の基本である手指衛生や日頃の健康管理についてあらためて考える良い機会となりましたとの声も聞かれました。



担当: 看護部

看護職員のワークライフバランス

市民病院では、平成28年度から3年間にわたり茨城県看護協会の支援のもと、看護職員が働きやすい環境づくりのためワークライフバランス活動に取り組んで参りました。その活動が認められ、茨城県看護協会より「カンゴザウルス賞」を頂きました。



担当：看護部

● 北茨城市消防本部便り ●

救急救命士病院実習に御協力を！

当消防本部では、平日の午前中、救急隊1隊を市民病院に派遣し、救急救命士の病院実習を行っています（実習中救急要請があった場合、病院から出場します。）。

医師や医療スタッフと連携を強化し、救急活動における質の向上を図っています。

実習中における、市民の皆様の御理解と御協力をお願いします。



〜〜熱中症に注意〜〜

エアコンや通気性のよい衣服の着用で暑さを避ける。

こまめな水分・塩分補給で体調管理に注意する。

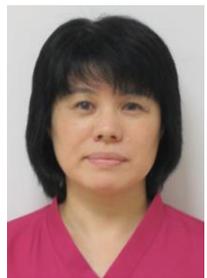
熱中症は予防が大切です。

認定看護師紹介

皮膚排泄ケア認定看護師 新井 佳子

皮膚排泄ケア認定看護師とは、褥瘡(床ずれ)などの創傷ケア・ストーマ(人工肛門)セルフケア確立への支援・失禁などの排泄管理を専門的に行う看護師です。

私は、平成25年に当院で2人目の皮膚・排泄ケア認定看護師となりました。現在は外来に所属し、患者さんや家族・スタッフへの相談・指導・ケアを行っています。



褥瘡(床ずれ)ケアについて

外科医師・病棟担当看護師とともに火曜日の午後に病棟の褥瘡回診を行っています。

病室を訪問し、患者さんの褥瘡の状態を評価し、褥瘡ケアを具体的にアドバイスしています。

また、第2・4水曜日の午後は褥瘡外来を担当し、施設や在宅での褥瘡ケアの方法やポジショニングの方法、マットレス、車椅子用のクッションの選択などの相談も行っています。

ストーマケアについて

手術前のオリエンテーションやストーマサイトマーキング(より良い位置に人工肛門を造るための位置決め)、ストーマケアの方法、装具の選択、日常生活方法など、患者さんの持つ不安などに対して一緒に考えながら手術前から社会復帰まで継続したフォローを行っています。

また、退院後は第1・5水曜日の午後に、ストーマ外来でフォローさせていただいています。その他に、担当曜日以外にも褥瘡、下肢潰瘍などの創痛・ストーマ・失禁などのスキンケアについて随時相談に応じています。

褥瘡を持つ療養者がより豊かな生活を望んでいることと、病院での在院日数短縮化により、今後褥瘡・ストーマケアは病院から在宅へとシフトしていきます。

患者さんが「その人らしく」より質の高い日常生活が送れるようサポートして参りたいと思っています。

連携医療機関のご紹介

医療法人社団桜悠会 いそはらクリニック

院長 大曾根 健 先生



平成21年9月北茨城市立総合病院に勤務後、磯原に開業いたしました。今年でちょうど10年目になります。一般内科・一般外科・小児科などなど広く対応させていただいています。地域に必要とされる医療をとの思いから訪問看護ステーションを併設し、在宅診療にも積極的に携わっています。一昔前の「町の診療所」として、どんな病気であっても「とりあえず、いそはらクリニックを受診してみよう」と言ってもらえるような場所になっていければいいと考えています。そうして来ていただいた患者さんの中で、専門医や二次病院受診の必要がある方は、北茨城市民病院や県北医療センター高萩協同病院・日立製作所日立総合病院などに紹介させていただいています。

今後も研鑽を積み、北茨城市の地域医療に微力ながら貢献できるように邁進していきたいと思っています。よろしくお願いいたします。



- 診療科目 内科・小児科・外科・皮膚科・在宅診療
- 診療時間 月・水・金 8:30-12:00 / 15:00-19:00
火・木 8:30-12:00
土 8:30-12:00 / 14:00-17:00
休診日 日曜・祝日
- 住所 〒319-1541
北茨城市磯原町磯原4-112-2
- 電話 0293-30-1580
- FAX 0293-30-1583

環境美化運動に参加しました！

5月19日(日)、「環境美化運動の日」に合わせて行われたごみ・空き缶などの一斉回収に市民病院の職員も参加しました。



市道 関田・栗野線付近でゴミを拾う職員

担当: 総務課

- 発行 北茨城市民病院
〒319-1711
茨城県北茨城市関南町関南下1050番地
TEL 0293-46-1121 FAX 0293-46-6526
URL <http://kitaibaraki.info/>
- 発行人 事業管理者 田淵崇文
- 編集 北茨城市民病院広報委員会

病院からのお知らせ

勤務医募集

◆募集科: 整形外科、産婦人科、脳神経外科、循環器内科、内科(一般、消化器、代謝内分泌、呼吸器、腎臓)、外科(一般、消化器)、眼科

◆応募資格: 医師免許を有する方(学会認定医または専門医が望ましい)

※詳しくは下記お問合せ先までご連絡ください。
お問合せ: 経営企画課

E-mail: hp-keieikikaku@city.kitaibaraki.lg.jp

