

# まめなかの

発行責任者  
隠岐広域連合立  
隠岐病院長  
隠岐の島町城北町

## 「隠岐病院ボランティア活動を

## スタートしました」



「隠岐病院ボランティア」<sup>（仮称）</sup>「筈の会」  
副会長 脇 立夫

みなさんこんにちは。隠岐病院ボランティア「筈の会」の脇立夫です。私達の会は平成二四年四月末に発足し、活動は五月一日の新病院開院と同時にスタートしました。

私達の活動を始めるきっかけ

となったのは、約五年前から行っている隠岐病院絵画ボランティアです。住民も何か病院の役に立ちたい、患者さんや職員の皆さんに喜んでもらえるようにと三名でスタートし、隠岐の島町内の小中学校の生徒さんや有志の方々の絵や書を院内に掲示することで患者さんをはじめ職員や絵を提供して下さる生徒さんのご家族からも好評を得ております。現在では隠岐の島町教育委員会のご協力を得て、町内の全ての小中学校から絵の提供を受け、院内掲示を継続させていただいております。

また、もう一つのきっかけは、昨年度行われた「島根の地域医療を守り育てる住民活動ワークショップ」に出席して、いろいろな地域での医療を支える住民

活動の実態を知ったことです。この会は「島根の地域医療を住民も一緒に頑張って支援しよう」と県や島根大学医学部地域医療支援学講座、地域医療支援コーディネーター連絡会が企画し、昨年からは開催されています。

昨年度の会では、兵庫県立柏原病院での小児科医不足に対して住民が立ち上がり、住民活動を通して医師や研修医が増え、今まで以上に病院が活性化して来ている状況や、県内における医師不足の厳しい状況にある雲南地域や益田市の住民団体の取り組みなどを勉強させていただき、地域医療は住民も一緒になって支え、住民の力・協力は大変重要だということを知りました。

私達は新病院開院に向け、ボランティアとして何かお手伝いができることはないかと病院側と話し合いを持ち、外来案内や車いすの介助を行うことを要請されました。早速メンバー集めにかかり、十七名のメンバーで発足することができました。発足会には小出病院長をはじめ、広域連合事務局勝部次長にも出席いただきました。活動開始に向けて、何度も院内見学を繰り返し、現場の確認などを行い、

受付方法の説明を聞いたり、リハビリの先生からは車椅子の操作方法を教えてください、しっかり準備をして臨みました。

私達の殆どのメンバーは、ボランティア活動は初めてという者が多く、五月一日開院日から当分の間は毎日十名体制で活動しましたが、お陰さまで大きな混乱はなく、患者さんからは良い評価をいただくことも出来ました。玄関で来院される患者さんに挨拶をしますと、はじめは挨拶をされない方もおられましたが、近頃では元気に挨拶を返して下さったり、また患者さんの方から声をかけていただくこともあり、玄関での患者さんとの挨拶やふれあいは、私達の活動を行う上で大きな励みになっています。

しかし、顔見知りのボランティアがいることで、「プライバシーが守れるか心配だ」というお声があることも伺いました。「プライバシーを守る」ということは、ボランティア活動を行うにあたって病院側ともお約束をしておくことです。私達は病院職員と同様に「プライバシーを守る」ということについてはきちんとお約束致しますのでどうぞご安心下さい。

活動を始めて五カ月が経ちましたが、私達の活動は緒に付いたばかりです。今年度の活動に対しては、島根県や社協から補助金のご支援をいただくこともできませんでした。今後に向けて、研修会や県内のボランティア先進地との交流などを通して、他地域で行われている住民活動を参考に、院内活動だけでなく、隠岐の島町で必要な地域医療を守る住民活動に繋げることができればと考えております。

また島前地区でも四年前から隠岐島前病院ボランティアが発足しており、相互の連携を取りながら、共に活動を行って行きたいと考えています。隠岐病院をはじめ住民や行政の皆さんのご支援をどうぞよろしくお願い致します。

また、一緒に活動していただけのメンバーも募集中です。この活動をみなさんと一緒に考えていけたらと考えています。どうかよろしくお願いいたします。

連絡先…隠岐病院ボランティア

「笹の会」

脇 立夫

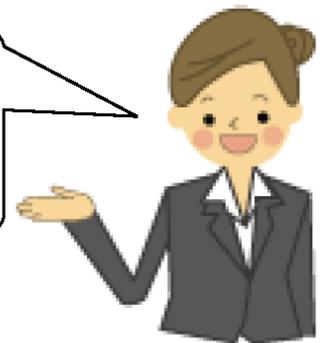
090-7504-4109

## 受けよう健康診断・がん検診 シリーズ（1）

がん・生活習慣病・成人病

働き盛りは注意が必要な年代です

健康診断・がん検診を受けて健康管理をしましょう！



### ☆ 隠岐病院で実施している健診・検診

健康診断(健診)	価格	各種検診(検診)	価格
1. 半日ドック	32,000 円	1. 脳MRI検診	23,980 円
2. ミニドック	25,000 円	2. 肺がん検診	* 500 円
3. 生活習慣病健診	6,843 円	3. 肺がんCT検診	* 2,000 円
4. 特定健診	0 ~ 2,611 円	4. 乳がん検診	* 1,300 円
5. 一般定期健診	14,210 円	5. 子宮がん検診	* 1,500 円
6. 就業前健診	項目による	6. 大腸がん検診	* 500 円
		7. 肝炎検診	

\*は隠岐の島町助成価格

- ・各がん検診は隠岐の島町が発行するクーポン券がご利用になれます
- ・人間ドック・脳MRI検診についても、隠岐の島町役場の助成制度をご利用頂けます
- ・肺がん検診の二次検査は胸部CT検査になります。最初から肺がんCT検診をお勧めします。

## ☆ 追加オプション検査

項目	単価	項目	単価
1. 頭部MRI	19,180 円	6. 動脈硬化検査CAVI	1,370 円
2. 胸部CT	10,500 円	7. ABC検査	2,630 円
3. マンモグラフィー	7,000 円	8. 子宮頸がん検査	3,750 円
4. 骨密度	1,470 円	9. CA125(卵巣がん)	1,680 円
5. HPV検査	3,500 円	10.PSA(前立腺)	1,470 円

・追加オプション検査は単独では受けられません。各健康診断と脳MRI検診に追加できます。

## ☆ 胃検査

隠岐病院では、胃透視検査(胃バリウム検査)は実施していませんので、ご理解ご了承ください。胃内視鏡検査(胃カメラ検査)で実施しています。

胃カメラ検査は、経鼻カメラの導入により、経口カメラより苦痛が随分と軽減されましたので、胃カメラを敬遠しないで是非受けて下さい。どうしても胃カメラは苦手だという方は一度ABC検査を受けることをお勧めします。



## ★ABC検査とは？

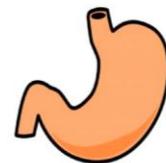
血液中のピロリ菌抗体検査とペプシノゲン検査をし、胃がん発症の危険度を判定します。

判定A: 健康な胃粘膜

判定B: 少し弱った胃粘膜

判定C: 弱った胃粘膜

判定D: かなり弱った胃粘膜



# 判定C・Dの場合は、早めの胃カメラ検査をお勧めします。

	A群	B群	C群	D群
胃がんリスク	低	—————→		高

脳MRI検診も予約受付中です。

隠岐病院での健診・検診の予約・問合せは健診室まで

TEL: 08512-2-1356 (内線 1147)

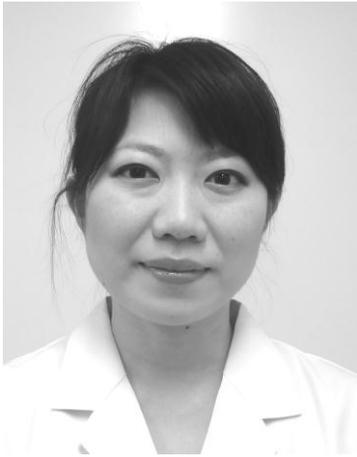


# 新規職員紹介



島根大学医学部歯科口腔外科より参りました上野です。出身は長崎で中学から約二十年福岡で暮らしました。久留米大病院、聖マリア病院、九州大病院に勤務し昨年島根へ赴任、十月より隠岐へ参りました。隠岐の行事に楽しく参加し、お口の健康づくりや入院患者さんのオーダーマネジメントのお手伝いのできましたら幸いです。

歯科口腔外科医長 上野 繭美



昨年九月より隠岐病院臨時職員として働かせて頂いておりました。旧病院では内科外来、新病院になり中央処置室と救急外来で看護させて頂き、この十月から正職員になりました。島の皆様の力になればと思いい、日々努力しています。元気と笑顔をもっとに、心を大切にできる看護をしていきたと思います。どうぞ宜しくお願い致します。

看護師 佃 志穂



# 薬のはなし

皆さん薬を飲み忘れたときどう対処されていますか。どうしたらよいのかわからないで困ったことはありませんか？今回は「薬の飲み忘れ」についてお話したいと思います。

基本的な対処は…、  
① 飲み忘れに気付いた時、思い出した時すぐに服用する。  
② 気付いた時が次の服用時間になつていたら忘れた分はとぼしてその回からは改めて服用する。まずこの二つの方法を覚えておいて対処してください。

しかしこの二つの方法だけでは対処できない場合があります。たとえば朝だけ服用する薬を昼になつたからといって、飲むのをやめるとまるまる一日薬が体に入りません。こういう場合は朝忘れたら昼に、昼忘れたら夕に服用してください。同様に二回服用する薬も朝・夕または朝・就寝前の「朝」を忘れたのなら昼・夕、昼・就寝前にとくように服用時間をずらしてください。大事なことは、忘れ

たときは服用時間（朝・昼・夕・就寝前）にこだわらずその薬の一日の服用回数（1回・2回・3回…）を守ることです。薬の飲み忘れについてはその人の病気、薬、その時の状況などに応じて対処しなければなりません。どうしてよいかかわらない、自分では判断できないというときはすぐに薬剤師へ確認してください。



# あとかき

スポーツ、食欲、芸術、読書：秋をたとえる言葉はたくさんあります。土、日は各地で産業祭、文化祭等催しもの目白押しです。外に出て体を動かすもよし、屋内で物思いにふけるのもよし。短い秋を楽しみましょう！