

# 耳鼻咽喉科 開設

平成16年6月1日（火）

担当医師：佐地 富砂子  
（日本耳鼻咽喉科学会専門医）  
診察日：毎週火・金曜日、第1・3土曜日  
診察受付時間：午前10時～午後12時30分  
午後2時～午後4時

「花粉症」等、下記症状で  
お困りの方はご相談下さい



- 耳：耳垢、耳痛、耳だれ、かゆみ、耳閉感、めまい、耳鳴り、難聴、補聴器相談など
- 鼻：花粉症、アレルギー性鼻炎、（くしゃみ・鼻汁・鼻閉）、臭いがしない、鼻血、顔の腫れなど
- 咽頭：のど痛、声がれ、顎の腫れ、のどの詰まった感じ  
咽頭・喉頭がん検診など
- その他：いびき、顔面神経麻痺、味覚障害、唾液分泌低下  
口内異状感など



佐地 富砂子先生

1. 出身 姫路市
2. 診療科目 耳鼻咽喉科
3. 趣味・特技 スポーツ全般（テニス）
4. 抱負 この春から、家族と共に関西に戻り新しい生活を始めました。小さい頃より当病院で働くことを夢見ておりました。地域の方にお役に立てるように頑張ります。

# せせらぎ通信 [第10号]

[2004年7月1日発行]

〒671-0221 姫路市別所町別所784  
TEL(0792)52-5235 石川病院 広報委員会  
発行責任者 事務長 三枝孝弘

地域のために 思いやりと  
信頼性の高い 治療・看護を目指す

「日本の懐かしい歌をうたいます」と題して、5月8日（土）午後3時より、東館の6階にてパルナソス合唱団の皆様と楽しいひとときを過ごしました。



- 曲目
- ①春の歌
  - ②夏は来ぬ
  - ③紅葉
  - ④冬の夜
  - ⑤童心賦
  - ⑥子守唄
  - ⑦花
  - ⑧川の流れるように
  - ⑨ミサ曲
  - ⑩夜の歌
  - ⑪はるかな友に
  - ⑫マイ・ウェイ

歌声に聞き入る人、一緒に口ずさむ人など色々でした。入院生活の中で少しでも心とむ時、また癒される時がもてるようにこれからもボランティア委員会一同頑張りたいと思います。

# ACLS (二次救命処置) 研修会

in 石川病院

## 岡山大学教授 氏家先生 来たる!

日時：平成16年6月9日(水)

18:00~20:00

場所：ディサービスセンター

「せせらぎ」



「いざという時の救命救急処置」  
岡山大学院 救急医学科  
教授 氏家 良人 先生

ロシアで大火傷をして、治療のために日本に来たコンスタンティン君という少年を覚えておられますか。氏家先生はその少年の主治医を務められた先生です。



仁寿会石川病院職員約150名の参加によりACLSの研修会を行いました。氏家先生の適切なご指導のもと短時間ではありましたが、参加者全員にACLSの重要性と学ぶ楽しさを教えて頂きました。また、姫路市消防局の皆様方のデモンストレーションも迫真の演技で研修会を盛り上げて下さいました。

日本では二次救急処置に対する、医療や市民の取組がかなり遅れており、救命が可能な場合でも、命を失うことが少なくありません。今後ともACLSの向上と普及に努めたいと考えています。

ご指導ご協力を頂きました皆様方に厚くお礼申し上げます。

担当 看護次長 市岡真裕美

## 参加した職員の感想です。



事前学習も行っており、手順はひととおり覚えたつもりであったが、本番になり心電図の波形が変化するとそれに対応できなかった。

診療放射線技師 濫谷 浩伸

事前に何度か勉強会をし、段取りは頭に入れているつもりであったが、研修会では体が動かず、いざという機会に遭遇した際、対応できるのかが心配。

臨床検査技師 山口 静香

実技グループになってから、何度も繰り返し練習し、いざ本番の時、頭は真っ白に・・・になりましたが、貴重な体験をさせていただきました。ありがとうございます。

理学療法士 有吉 智一

実際にこの場で誰かが倒れたら冷静に対処できるだろうかと不安ですが、繰り返し練習をして今後に備えたいと思います。

言語聴覚士 白澤 里美

世界中どこでも役に立つ技術なので体験できて良かった。

看護師 山本 文郁

## はじめまして 「地域連携室」です。

当院では地域の医療機関や施設、各事業所等との連携を強化し、患者様の入退院や在宅生活がスムーズに行える様に援助する機関として、6月1日に地域連携室を開設しました。

【スタッフ】MSW-大垣友嘉里(社会福祉士)、金川未来(社会福祉士)  
伊賀由佳(社会福祉士、精神保健福祉士)

MR室専属-井置美奈子 直通電話(0792)51-2350

統括担当医師-岸本信康(副院長：内科医)

【電話・FAX】 代表 0792-52-5235内線163

又は 直通 0792-52-3425

FAX 0792-52-5388

南館一階、外来前の一角に「地域連携室」があります。転院等のご相談も、お気軽にお声かけ下さい。

# ユニバーサルデザインフードとは



ユニバーサルデザインフード

加齢とともに「かむ力」や「飲み込む力」が弱まった高齢者から、歯の治療などで食事が不自由な一般の方にも食べやすい介護食品の名称を「ユニバーサルデザインフード」と言います。

日本介護食品協議会

区分	区分1 容易にかめる	区分2 ほどまでつぶせる	区分3 舌でつぶせる	区分4 かまなくてよい	
かむ力の目安	かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくまたはやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい	
飲み込む力の目安	普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい	
食品形態の目安 <small>※食品のメニュー例で、商品名ではありません。</small>	主食	ごはん～ やわらかごはん	やわらかごはん～ 全がゆ	全がゆ	ペーストがゆ
	主菜	豚の角煮	煮込みハンバーグ	鶏肉の そぼろあん	鶏肉の うらごし
		焼き魚	煮魚	魚のほぐし煮 (とろみあんかけ)	白身魚の うらごし
		厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブル エッグ	やわらか 茶わん蒸し (具なし)
	副菜	にんじんの 煮物	にんじんの煮物 (一口大)	にんじんの つぶし煮	うらごし にんじん
デザート	リンゴの シロップ煮	リンゴの シロップ煮 (一口大)	リンゴの シロップ煮 (つぶし)	やわらか アップルゼリー	



重度な嚥下障害のある方は医師にご相談の上お使い下さい。



## 石川病院バレーボール・ソフトボール同好会よりお知らせ

このたび、共済主催のバレーボール大会で3位に、またソフトボール大会ではブロックで2位になりました。ということで、調子に乗って対戦相手を募集しています。我こそはと思われるチームの方は下記までご連絡下さい。

連絡先：石川病院放射線室 田淵靖浩





# 健康講座

## 最近注目を集めている 男性の更年期障害とは？

これまで更年期というと、女性特有のものと考えられてきました。男性に関しては、加齢の過程で女性の閉経に相当する急激なホルモン環境の変化はないと思われます。しかし40歳から60歳の間に、おそらく精神的、肉体的ストレスを誘因として、疲労感、抑うつ状態、不眠、性欲の減退などを訴える方が少なからず存在し、内科、神経内科、泌尿器科などをドクターショッピングしても、一般的な生化学検査で異常がない場合は、加齢によるものあるいは過労によるものと捉えられがちでした。

最近、男性にも女性同様ホルモン環境の変化があり、特に加齢に伴う男性ホルモンの低下がこれらの症状と関係することがわかってきました。いわゆる壮年期に起こる男性ホルモン減少による身体的及び精神的障害のことと位置づけられます。

### 男性更年期については、

- ①生活習慣病
- ②飲酒、喫煙の習慣
- ③食生活(糖分や高脂肪食の取り過ぎ)
- ④きまじめで競争心の強い性格
- ⑤社会的ストレス
- ⑥睡眠の状態
- ⑦運動の有無

などのチェックが必要です。



体力と気力を取り戻すには、自分自身の日常生活の改善が基本だと思います。

カウンセリングももちろん大切ですが、一番効果的

なのは女性の更年期の体験者と話をすることだそうです。

自身の症状のつらさを分かってくれる人がいることで、心が安らぎますね。

### 男性更年期問診票

- ①不安、イライラ…( )
- ②全身けん怠……( )
- ③うつ傾向………( )
- ④不眠……………( )
- ⑤頭重感・頭痛…( )
- ⑥肩こり・背部痛…( )
- ⑦どろき・息切れ……( )
- ⑧手や足のしびれ…( )
- ⑨配置がえ、転職  
転居、離婚………( )
- ⑩酒の飲みすぎ…( )
- ⑪尿が近い………( )
- ⑫残尿感……………( )
- ⑬尿切れが悪い…( )
- A朝のぼっ起………( )
- Bセックスの回数…( )
- C性欲の有無………( )

①から⑬は、ない0点、軽度1点、中等度2点、高度3点。  
A、Bは週1回以上0点、2週に1回1点、月1回2点、ない3点。  
Cは、ある0点、まあまあ1点、わずかが2点、なし3点で計算。  
★合計18点以上は要注意。25点以上は検査を。