



ろうさいだより

2022年 新春号

私たちは、信頼される・優しい・安全な医療を提供し、**「信頼・優しさ・安全」**
地域の皆様と勤労者の健康を守ります。

今年こそ吉事が 重なりますように

院長 豊島 良太

年が明け、令和4年になりました。皆さまには、穏やかなお正月をお過ごしになったこととお慶び申し上げます。

本院は昨年の令和3年3月から新棟で診療を始めました。新棟は本院を新しくする工事の約半分に当たります。御承知のように本院の敷地は狭く、大部分が建物と駐車場で埋められています。そのため、古い建物を壊して取り除き、その場所に新たに建物を作るという順次建替えとでもいうやり方で工事をしています。

この後の工事の予定を紹介しますと、令和3年暮れから新棟の東側部分の工事が始まり、この東側棟は令和5年の初夏に完成予定です。その後、最も東の既存建物の改修と北側に残った既存の建物の取壊し、そして駐車場の整備を行い、令和7年に、下の写真のような北側に広い駐車場を備えた新病院が完成予定です。

この間、皆さまにはご不便をお掛け致しますが、院内の動線や駐車場などは適宜、案内図や病院ホームページで案内します。

コロナ禍で受診控えが続いています。本院では感染予防に可能な限り万全を期して対応しておりますので、過度に恐れずに受診や健診を受けて頂きたいと願っています。

この冬の雪は多いと予想されています。1260年前、大伴家持さんが因幡国庁の年賀の席で「新しき年の初めの初春に今日降る雪のいや重吉事」と詠われ、雪のように良いことがたくさん降り重なりますようにと願われました。今年こそコロナが収まり、この歌が現実となることを心より祈願いたします。(2022年1月)



北側から見た完成予想図 令和7年7月完成予定

転倒予防のための チェックポイント

転倒しやすい場所を
チェックしてみましょう。



転倒しやすい場所を
チェックするための
合い言葉

ぬれている所は
すべりやすいので、
気をつけよう



かいだん、段差がある
ところは転びやすいので、
気をつけよう

片づけてない部屋は、
つまずきやすいから、
気をつけよう



検診・定期受診のすすめ

消化器内科 向山智之医師 / がん登録担当 坪倉知子

今回のテーマ

コロナ禍の影響で、「がん」が進行してから発見されるケースが増えています。体調に不安を感じたら、ためらわず、すぐ病院に行きましょう。

コロナ禍の影響で、進行してから発見されるがんが多くなっています。山陰労災病院も例外ではなく、コロナ禍以前の2019年と比較しますと、2020年以降は、症状が現れてから受診して発見された方の割合が多く、中には、既に手術ができないような進行段階で見つかった方が増加しました。検診や、比較的軽い症状で発見されていたかもしれない早期段階のがん患者さんが減っているのです。

こうした背景には、コロナが怖くて具合が悪くても医療機関に行くのをためらったり、また毎年受けていた検診を控えたりした方が増えた影響が考えられます。全国的にも同様の状態となっており、最近では社会問題としてネットや新聞、テレビニュースなどでも取り上げられるようになりました。皮肉にもコロナ禍によって、検診の重要性が再認識させられた格好です。

検診は自覚症状のない時点で行われることから、が

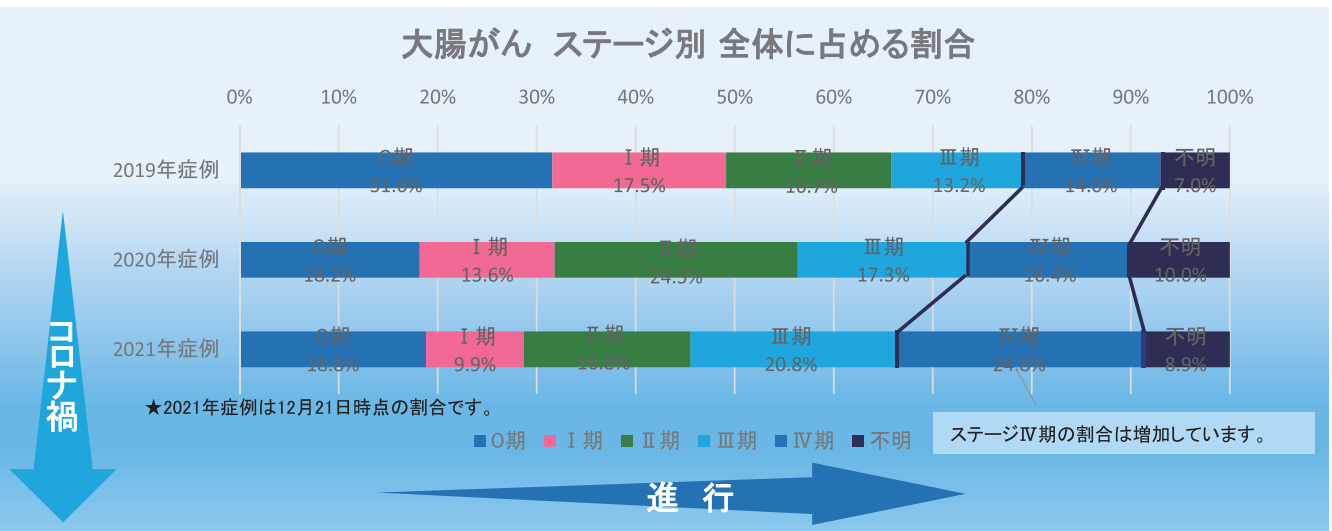
んが進行していない状態で発見することができます。がんは不治の病と言われたのは昔のことで、現在では、早期発見、早期治療でその多くが治ります。一方、症状を感じて受診した場合には、がんが進行している可能性もあり、臓器によっては治すことができない場合が多くなります。

各医療機関で検査時のコロナ感染対策も行われていますので、検診をお考えの方や、体調に少しでも不安のある方は、改めて早めの受診を検討されてみてはいかがでしょうか。

消化器内科医師 向山智之

下記は、山陰労災病院で数多く治療している大腸がんについて、2019年から2021年(12月21日現在)の3年間のステージ別の割合を示したものです。

2019年～2021年大腸がん ステージ別割合 (山陰労災病院)



解説

ステージ0期～I期～II期～III期～IV期と、グラフの右にいくほど、がんが広がり進行していることを示します。

コロナ禍以前の2019年症例と比較して、2020年、2021年症例では、離れた臓器や器官にがんが移動して増えている状態「ステージIV期」まで進行したがんの全体に占める割合は増加しています。

反対に「0期」「I期」といった早期段階のがんは減少しています。

日帰り人間ドックについて

日帰り人間ドックは早期発見・早期治療を目的に、短時間でからだ全身の状態をチェックするものです。活力に富んだ、よりよい人生を送っていただくために、定期的なドック検診をおすすめします。

お申込み方法

<申込先 受付時間>

月～金 11:00～16:00

(休診日をのぞく)

TEL 0859-33-8256 (健診室直通)



くわい

栄養管理室からの
かんたん健康レシピ

正月のおせち料理には欠かせない、しかも芽が出る縁起物の食材と言えば「くわい」ですね。丸い塊茎の部分から芽が伸びている姿がなんといっても特徴的。加熱するとホクホクする食感になりますね。正月には含め煮が一般的ですが、クリーム煮や素揚げにしても美味しい食材です。

栄養

主成分は炭水化物
タンパク質も豊富な野菜
カリウム（高血圧を予防する）
リン（骨や歯の形成に不可欠）
亜鉛（味覚を正常に保つ）も多く含んでいます

選び方

- ・芽がきれいに伸びている
 - ・皮にツヤのあるもの
 - ・丸く膨らんだ部分が硬いもの
- ◆一般的な青くわいは皮が美しい青色になっています



保存方法

- ・冷暗所で水につけておく
- ・ラップに包んで冷蔵庫の野菜室へ

調理をする前のポイント

アクが強い野菜なので、下処理でアク抜きを忘れずにしましょう。
煮物にする時も一度下茹でをしたほうがいいですね。

<当院の行事食>



11月3日：文化の日

<特別メニュー>



ジャージャー麺



(左写真) 文化の日は大山おこわとデザートに抹茶の水ようかんを提供しました。
(右写真) ある1日の特別メニューです。温かいジャージャー麺が登場しました。

病院ボランティア募集

当院では、患者さんがより良い環境の下で安心して治療を受けることができるように病院ボランティアを募集しております。ご興味のある方はご応募お待ちしております。

活動内容

- 外来患者さんのエスコート
(車椅子が必要な患者さんの介助)
- 入院患者さんの病棟までのご案内
- 各診療科へのご案内
- 初診窓口案内、再来受付機での受付案内（端末操作の補助）

活動日時

- 応相談

参加条件

- 年齢や性別
問いません



多くの方からの
ご連絡をお待ちしております。

問い合わせ先 電話：0859-33-8181

山陰労災病院 総務課（担当：井東（いとう））

● 2021年12月発行 ● ご意見等ございましたらお気軽にお問い合わせください E-mail:toiawase@saninh.johas.go.jp

問い合わせ先：山陰労災病院総務課

〒683-8605 鳥取県米子市皆生新田1丁目8番1号

TEL 0859-33-8181 FAX 0859-22-9651

ホームページ

さんいんろうさい

検索