

外来医師担当表 各診察日担当医師につきましては、手術・学会等のため代診・休診とさせていただきます。
場合がございます。ご了承ください。(※医師休診情報は当院ホームページに掲載しております)

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Internal Medicine, Respiratory, Digestive, Diabetes, Kidney, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Pediatrics, Specialized Pediatrics, Preventive Care, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Obstetrics/Gynecology, Specialized Obstetrics, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Surgery, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Orthopedics, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Neurology, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Nephrology, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Ophthalmology, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Otorhinolaryngology, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Dermatology, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Dentistry, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Gynecology, etc.).

Table with 6 columns (Day of week) and 10 rows (Other, etc.).

山赤かわら版

Vol.265 2025.8月号

【発行先】総合病院 山口赤十字病院 広報委員会 ホームページ: https://www.yamaguchi-redcross.jp/



お知らせ 当院の入館をAM8時以降とさせていただきます。
感染症予防のためご協力をお願いします。
・自動車でご来院の方は8時までは自家用車内でお待ちいただくようお願いいたします。
・来院の際には、必ずマスクの着用をお願いいたします。

山赤かわら版 8月号 vol.265
病院キャラクター やまクロです
ご自由にお持ち帰りください

特集 Feature

被ばくについて

放射線には、アルファ線、ベータ線、ガンマ線、エックス線などがあります。放射線治療や核医学検査では、さまざまな放射線が使われますが、いわゆるレントゲン写真とも呼ばれるエックス線写真や、バリウムを使う検査、およびCT検査では、エックス線を用いています。

エックス線は、体の中を通り抜けますが、一部が、体に吸収されます。吸収された量を表す単位として、グレイ(Gy)があります。体の中の臓器には、エックス線の影響を受けやすい臓器と、受けにくい臓器があり、臓器への影響を考慮して計算した結果が、シーベルト(Sv)になります。
ラドン温泉など比較的、多いところもありますが、日本では、自然界から受ける放射線は1年間に2.1ミリシーベルトになります。ミリは、ミリメートルのミリ、と同じで、1000分の1になります。

放射線被ばくによる健康への影響は、「確定的影響」と「確率的影響」があります。

このうち「確定的影響」は、一定以下の被ばくでは発生しません。心臓カテーテル治療や血管内治療、肝臓、胆嚢や消化管などの治療で、エックス線透視という機械を使う治療を行う場合で、とくに難しい治療で、透視を行っている時間が1〜2時間を超える場合では、皮膚のやけどや潰瘍を生じることが、ごくまれに起こることがあります。

「確率的影響」は、被ばくの量に比例して発生して、一定以下では発生しない、という量がないと考えられる影響です。100ミリシーベルトあたり、0.5%がん死亡の確率が増加すると想定して、防護を考えることとしています。日本人の30%はがんで死亡しているので1000人中300人はがんでなくなり、これが、305人になるとして、その差は検出できません。

<理念>
わたしたちは、「患者さん中心の地域連携」に取り組み、あたたかな信頼のおける医療を提供します。



放射線科 部長 増田 敏文

身の回りの放射線 診断で受ける放射線量

Table with 4 columns: Examination Type, Diagnostic Reference Level, Actual Dose, and Dose Category.

*1: 医療被ばく研究情報ネットワーク「日本の診断参考レベル(2020年版)」
*2: 量子科学技術研究開発機構「CT検査など医療被ばくの疑問に答える医療被ばくリスクとその防護についての考え方Q&A」
*3: 北里大学病院放射線部「医療の中の放射線基礎知識」の「健康診断のX線検査」

さらに詳しく知りたい方はこちら
参考資料
環境省 放射線による健康影響等に関する統一的な基礎資料(令和6年度版)
https://www.env.go.jp/chemi/rhm/current-kisoshiryo.html

<基本方針>
1. 赤十字の心(人道・公正・積極性)をもって、良質で温もりのある医療を提供します。
2. 医療に関わるあらゆる安全管理に、最大の努力をします。
3. 災害時には、地域の皆様の医療救護活動に努めます。
4. 一人ひとりが活き活きと、働きたいのある病院を目指します。

ボランティアさん のご紹介

～ピアノボランティアさん編～

当院では、患者さんに安心して医療を受けていただけるよう、スタッフだけでは手の行き届かないところをボランティアの皆様方にお手伝いいただいています。その活動は多種多様で、持ち前の技能や趣味・特技を活かして陰ながら病院を支えてくださっています。そんなボランティアの皆様をご紹介しますシリーズ第1弾として、ピアノボランティアさんの活動を掲載させていただきます。

ピアノボランティアさん(通称:ピアノさん)による演奏は月曜日と木曜日*の朝8時～8時20分の間、1階のエントランスで行っています。朝の外来診察がはじまる少し前、エントランスにはきれいなピアノの音色が響いています。

※月曜日は不定期、木曜日は隔週開催の予定です。(都合によりお休みする場合もございます。)

主に月曜日に演奏しています。音楽ボランティアを始めて7年目になります。始めた頃はホスピタルコンサートも開催されており、演奏させていただく機会もありました。クラシックからJ-POPなど幅広く皆様に楽しんでいただけるよう心掛けています。今はまだ難しいですが、入院患者さんもお呼びしてまたいつか演奏することが出来ればと思っています。患者さん、また病院で働かれているスタッフの皆様の心の癒しになれるようにこれからも演奏を続けていきたいと思ひます。

月曜日担当のAさん▶



▲木曜日担当のBさん

音楽は人の心を温かくする力があると思います。バリ五輪ビーチバレーの決勝戦での出来事、両チームが言い争いの険悪なムードに。DJがジョンレノンのイマジン会場に流しました。観客の誰かが歌い出し会場中が大合唱に。睨み合った4人に笑顔が戻り無事試合再開。音楽が人の心を動かす事に感銘を受けました。皆さんが再来機に並んでいらっしゃる時間がリラックスできるよう私も楽しみなが演奏したいと思います。

ピアノの上にリクエストノート
を置いています。
ピアノさんに演奏してほしい
曲があれば、ぜひご記入くだ
さい。皆さんのリクエスト曲を
ピアノさんが演奏してくれる
かもしれません♪



ボランティアさん 募集中!

当院では、音楽ボランティア以外にも様々な場所で
ボランティアメンバーに活動していただいています。



タオルたたみボランティア

入院患者さんが使用される清拭
用タオルをたたんでいただいで
おります。

衣類たたみボランティア

NICU(新生児集中治療室)で使
用する塗り絵カードの作成をし
ていただいております。

ボランティアグッズ作り

帽子、ポシェットなど療養生活に
役立つグッズを製作していただ
いております。

※緩和ケアボランティアと図書ボランティアは、現在活動を見合わせており、開催時期を検討しております。

病院ボランティアメンバーは、
随時募集しております。

当院職員と協力してくださる方のご参加をお待ちしております。ボランティア活動の
お問い合わせは、医療社会事業部(北病棟1階)まで、よろしく願いいたします。

連携医療機関のご紹介

このコーナーでは、当院と連携をとっておられる
地域の“かかりつけ医”をご紹介します。



おおうち耳鼻咽喉科

院長 堀 健志 先生



このたびご縁があり、山口市大内の医療モールにて耳鼻咽喉科を開業することになりました、「おおうち耳鼻咽喉科」の堀 健志と申します。耳鼻咽喉科は耳、鼻、のどという、生活の質に関わりの深い部位を取り扱う診療科です。

聞こえにくい、匂いがわかりにくい、飲みこみにくい、声が出しにくいなど、多彩な症状があり、これらは年齢や性別を問いません。また、わたくしは頭頸部がんを専門にしておりましたので、耳や鼻の症状はもちろん、口腔、のど、頸部の腫瘍に関してもご相談いただきたいです。スタッフ一同、みなさんに寄り添った丁寧な医療を提供しようと努めてまいります。当たり前だったことが何かおかしいと感じたら、いつでも受診してください。これからどうぞ宜しくお願いいたします。

【所在地】〒753-0251 山口市大内千坊4丁目14番14号 【電話番号】083-962-4133

【診療科目】小児耳鼻咽喉科・アレルギー科・耳鼻咽喉科・頭頸部外科

診 療 時 間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00-13:00	○	○	○	○	○	○	-
14:30-18:00	○	○	○	-	○	-	-

休日: 木土の午後、日、祝、年末年始、お盆休み

yamaseki 今月のおすすめメニュー



豚シャブとキャベツのゴマだれ

栄養課 管理栄養士 福重 裕子

豚肉と一緒にたくさんの野菜がとれるメニューです。
豚肉にはビタミンB1が豊富に含まれており、疲労回復に効果が期待できます。ゴマだれには酢を加えて、さっぱりとした味わいに仕上げています。夏野菜と組み合わせることで、食欲が落ちがちな暑い季節でも食べやすく、夏バテ予防にもぴったりです。また豚肉を茹でる際に、少量の酒を加えるとバサつかず柔らかく仕上がります。ぜひお試しください。

【材料】(1人分)

豚ローススライス……………60g
酒……………小さじ1
オクラ……………20g
わかめ……………10g
キャベツ……………30g
えのきだけ……………10g
トマト……………40g

【ゴマだれ】

酢……………7g
濃口醤油……………7g
砂糖……………2g
ゴマ油……………1g
白ゴマ……………0.1g
万能ねぎ……………3g

【作り方】

①オクラ、わかめは1cmカット、キャベツはざく切り、えのきだけは3cmカットし、トマトはスライスする。②鍋に湯を沸かしてキャベツを茹でる。③ゴマだれを混ぜ合わせておく。④②のキャベツがしんなりしてきたら、湯を捨てずにキャベツだけ取り出しオクラとえのきだけをさっと茹でる。⑤④の残った湯に酒を入れ、弱火にして豚肉を広げながら加える。肉の色が変わったら、取り出す。⑥Aの水気を切り、ボウルの中で混ぜ合わせる。器に野菜・肉の順に盛り、ゴマだれをかける。

栄養価 (1人分)

エネルギー:179kcal
たんぱく質:15.2g
脂質:9.3g
糖質:6.1g
食物繊維:2.5g
食塩相当量:1.2g

<患者さんにお伝えすること(権利と義務)>

医療は、あなたと医療提供者との信頼関係をもとに相互に協力してつくりあげていくものであり、あなた自身が主体的に参加していただくことが重要です。このような考えにもとづき、山口赤十字病院は、患者さんの権利と義務について次のとおり表明します。

- あなたは、医療提供者との相互の協力関係のもと、良質な医療を公平に受ける権利があります。医療提供者に対し、あなたの健康に関する情報をできるだけ正確に提供してください。
- あなたは、診療に関して十分な説明と情報の提供を受ける権利があります。医療提供者の説明において理解できないことがあればお尋ねください。
- あなたは、担当医師が提供する検査や治療法に対して自らの意思で同意することも断ることもできます。納得、合意した検査や治療には意欲を持って取り組んでください。
- あなたは、当院における診療に関する全てのプライバシーが保護されます。ただし、医療実習や症例研究等において「個人情報の保護に関する法律」に従い、個人が特定できない形で診療情報を利用させていただくことがあります。取り扱いには細心の注意を払いますのでご協力をお願いします。
- あなたは、ご自身が受けている医療について他の医師の意見を聞く権利があります。(セカンドオピニオン)
- あなたは、院内すべての患者さんが快適な環境で医療が受けられるよう院内の取り決めや職員の指示を守る義務があります。大声や暴力行為、不当な要求などにより他の患者さんの診療に支障が生じた場合は、診療をお断りしたり、警察に通報したりすることがあります。