



自由に
お持ち帰り
ください

島根県立
中央病院
広報誌

えにし enishi

Shimane Prefectural Central Hospital
Public Relations Magazine
"Enishi"

vol.
27
2025 AUG.



もし、「がん」と診断されたら
病气と向き合い、自分らしく生きるために

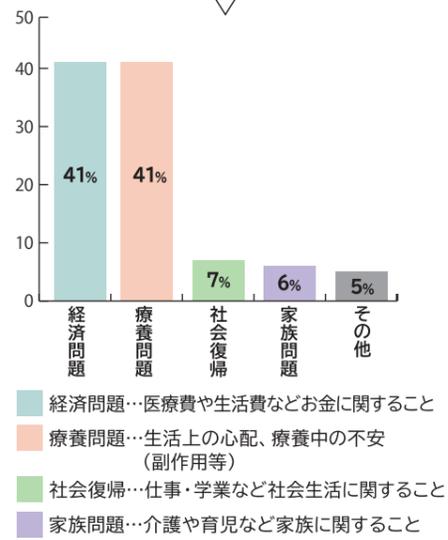
当院では、がん患者さんやそのご家族が安心して治療に臨めるよう、医療面だけでなく、生活面や心理面にも寄り添った支援を行っています。

がん治療にともなう不安や悩み

がんは、多くの方が生涯のうちに一度は経験するといわれている病气です。がんと診断されることは、その後の暮らしや心に大きな影響を与えることがあります。仕事や子育て、治療費のこと、今後の生活への不安など、その悩みは人それぞれです。

当院では、「がん相談支援センター」を設置し、多職種による連携体制や専門的なサポートを通じて不安をやわらげ、安心して治療に専念できるよう、患者さんにご家族の想いに寄り添った支援を行っています。

外来患者さんのがん診断後の心配事



がんと告げられたとき、頭に浮かぶいろいろな心配事

治療費ってどれくらい必要なんだろう

子どもや家族を不安にさせたくない

仕事はどうすればいいんだろう？

治療や手術が怖くて不安

介護や育児があって入院なんてできないわ

専門職が連携して、あなたの「困った」をサポート！

医師・看護師をはじめとする各分野の専門職が連携し、一人ひとりの状況に応じて治療と生活の両面を支えています。

専門看護師・認定看護師

がんと告げられたとき、「治療の内容がよく分からない」「ショックで立ち直れない」といった悩みを抱える方は少なくありません。そんなときに、患者さんやご家族に寄り添い、安心して治療に臨めるようサポートするのが、がん看護を専門とする専門看護師や認定看護師です。

また、お困りの内容に応じて、医師、薬剤師、リハビリスタッフ、医療ソーシャルワーカーなど多職種と連携し、よりきめ細やかな支援を行っています。

がんと告知されたとき、治療の選択に悩むとき、そして人生の終わりに向き合うときなど、患者さんのさまざまな不安や悩みに耳を傾け、その方らしく過ごせるよう支援しています。



がん専門・認定薬剤師

治療前には副作用の対策をお伝えし、治療開始後からは副作用軽減のための処方提案。安全に治療を続けられるよう支援しています。



医師

多職種と連携しながら、患者さんに適した治療をご提案します。治療中も、情報を共有しながら、よりよい治療環境を整えていきます。



管理栄養士

「どんな食事をとればいいのか」と不安や悩みを抱えておられる方も多いと思います。症状の有無にかかわらず、お気軽にご相談ください。



社会福祉士

「入院中、家族の介護をする人がいない」「退院後の体調の変化は誰に相談するのか」などの不安や悩みを院内外の関係者と連携し一緒に解決策を考えます。



臨床心理士

治療や今後への不安などをお聞きし、つらく寂しい気持ちに寄り添います。また、時には病气以外の話をして気分転換を図れるようお手伝いします。



理学療法士

治療や入院による体力低下を予防し、無理のない動き方や生活の工夫を一人ひとりに合わせてご提案し、よりよい生活につながっていきます。

ひとりで悩まないために がん相談支援センター

当院では、がん患者さんやご家族、地域住民が、がんに関するあらゆる相談ができる窓口として「がん相談支援センター」を設置しています。医療ソーシャルワーカーや看護師等が、がん治療や療養生活全般のさまざまな相談に応じます。どんな小さなことでも、どんなタイミングでもかまいません。「こんなこと聞いてもいいのかな...」と思うことでも、ぼんやりとした不安や疑問でも、話をすることで気持ちを整理することができるとも思いません。

ひとりで抱え込まず、どんなことでもお気軽にご相談ください。

- 《相談例》
- ・治療内容や副作用についての不安
 - ・治療による外見の変化に関すること
 - ・医療費や各種制度について
 - ・仕事と治療の両立や職場への対応
 - ・家族や周囲との関わり方
 - ・気持ちの落ち込みや不安など

がん治療では、脱毛や皮膚、爪の変化など、外見にさまざまな影響が現れることがあります。「自分ではないみたい」「周囲の目が気になる」「仕事に行きづらい」と感じ、治療に向き合う気持ちが弱くなり、人との関わりを避けることで、日常生活に支障をきたすこともあります。

アピアランスケアとは、外見の変化が気になる場合に、自分らしく社会生活を送れるよう、心と体の両面から支援するケアです。そんなサポートが必要だと感じたときに、その人にあったケアを一緒に考えます。例えば脱毛したからといって必ずしも医療用ウィッグが必要ではありません。帽子でもいいですし、自分が気に入ったウィッグで大丈夫です。

当院ではさまざまなタイプのウィッグ、補正具、ネイル用品などを取り揃え、知識や技術を習得した専門スタッフが相談に応じます。センターでは購入はできませんが、ウィッグや補正具を手に取り、試すことで「これならいいかも」と思える自分に合ったケアと一緒に探します。メイクやウィッグになじみのない男性も、

各機関との連携

相談の内容に応じて、地域の医療機関や行政などと連携しながら支援を行います。



相談内容	連携先(例)
家族の介護や育児の不安	高齢者包括支援センター、市町村、ケアマネジャー、各教育機関
自宅の近くで受診したい	かかりつけ医
自宅療養中の相談先	訪問看護ステーション、ケアマネジャー
薬の相談・管理・配達	かかりつけ薬局
仕事探し・復職	ハローワーク、島根産業保健総合支援センター、職場の人事担当者
退院後の療養場所	病院・施設など

働き方も「自分らしく」

治療と仕事の両立を希望される方や、再就職を目指す方には、関係機関と連携し、体調や治療計画を考慮した就労支援を行っています。仕事のペースや、実際に働く上での悩み事にも対応できるように、職場や地域と連携しながらサポートします。

◎出張相談会を行っています

※要予約・無料

転職・再就職

▼ハローワーク出雲

治療の継続と仕事が両立できる働き方を一緒に考え、就職を支援します。

●日時／毎月2回(第1・第3水曜日) 11時～13時

●場所／中央病院内
がん相談支援センター

仕事の継続・復職

▼島根産業保健総合支援センター
治療と仕事が両立できるよう、職場や患者さんからの相談を受け、支援します。

●日時／毎月1回(第2水曜日) 14時～16時

●場所／中央病院内
がん相談支援センター



予約不要、相談は無料です。

問い合わせ先
がん相談支援センター
(平日9時30分～15時)



気になることがあればぜひお越しください。

また、外見の変化によって生じた心の悩みをお聞きし、周りの人との付き合い方についての助言等も行い、安心して日常生活を送り、治療に向き合えるようサポートします。年齢や性別に関わらずお気軽にご相談ください。

乳がんについて学び、情報交換をしませんか? 「乳がん患者交流会」

「乳がん患者同士で話をする場はないの?」という患者さんからの声を受け、今年度より乳がん患者さんを対象にした交流会を開催しています。日々の不安や孤独感を軽減できる場合と合わせ、医師などによるミニ勉強会も行っています。

6月は乳腺科医師が「最近の乳がんの治療」をテーマに講演し、講演後は参加者同士で自由に語り合っていました。



対象者 乳がん患者さんとそのご家族

参加費 無料(要申込)

交流会は、今後10月と2月にも開催を予定しています。詳細が決まり次第、ホームページやSNSなどでお知らせします。

問い合わせ先
がん相談支援センター(平日8時30分～17時)

●参加者の声(一部抜粋)

- 「同じ立場の仲間がいて心強かったです」
- 「治療法の違いを知れて勉強になりました」
- 「明るい雰囲気ですべて安心しました」
- 「経験者の話が参考になりました」
- 「治療やこれからのことを聞いてよかったです」

《がん相談支援センター》

相談日／平日
時間／8時30分～17時15分
場所／1階 やおよろず相談プラザ内
電話／0853-30-6565(直通)

直接お越しいただくか
電話でご相談ください。
相談は無料です。

地域医療連携・
医療福祉相談スタッフ
がん専門相談員
ばんだい ゆきこ
萬代 由喜子



医療 Topics

薬剤局

薬と血中濃度の関係

お酒を飲んだとき、たくさん飲んでも平気な人もいれば、少し飲んだだけで顔が真っ赤になる人もいます。これは、飲んだ量が同じでも、体内でアルコールを分解する速さが人によって違うため、血液中のアルコール濃度に差が生じるからです。

薬にも、これと似たようなことが起こる場合があります。通常、薬は決められた用法・用量を守ること、効果を発揮するのにちょうどよい血中濃度(血液中の薬の濃さ)が保たれ、副作用のリスクも最小限に抑えられるように設計されています。しかし、中には血中濃度の違いが、薬の効き方や副作用の出やすさに大きく影響する薬もあります。

TDM (薬物血中濃度モニタリング)とは?

薬の効果をしっかりと引き出し、副作用を防ぐには、血中濃度を適切に保つことが大切です。この血中濃度を測定し、患者さん一人ひとりに合った薬の量や飲み方を調整する方法を「TDM(薬物血中濃度モニタリング)」といいます。

薬の効果を引き出し、副作用を防ぐ「TDM(薬物血中濃度モニタリング)」。安全で効果的な治療につなげる、薬剤局の取り組みをご紹介します。

すべての薬でTDMが必要というわけではありませんが、次のような薬では、TDMが重要になります。

- ◎ 血中濃度が、薬の効き方や副作用に影響する薬
- ◎ 効果が出る血中濃度と、副作用が出やすくなる濃度が近い薬
- ◎ 同じ量を飲んでも、人によって血中濃度に差が出やすい薬

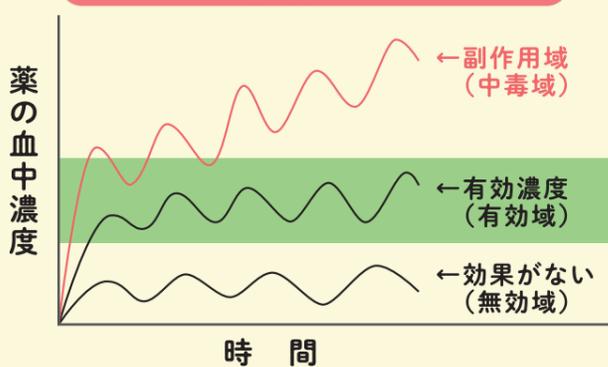
具体的な例としては、ぜんそくなどで使われるテオフィリン製剤、不整脈の治療薬、てんかんの治療薬、一部の抗菌薬や免疫を抑える薬などがあります。

当院の薬剤局では、抗菌薬のバンコマイシンやテイコプラニン、躁病の治療に使われる炭酸リチウムについて、薬物血中濃度をもとに薬の体内での変動を分析し、より適切な使い方を提案しています。

こうした取り組みにより、薬の効果を高めるとともに、副作用を防ぎ、安全で効果的な治療につながっています。



薬の血中濃度と効果の違い



暮らしの 医学

くらしの
いがく

「良い睡眠」とは?

睡眠不足は眠気や疲労感を生じるだけでなく、肥満やメタボリックシンドローム、心疾患や糖尿病などさまざまな疾患を発症するリスクを高めるといわれています。

「良い睡眠」とは、睡眠の量(時間)と睡眠の質(休養できたという満足感)が十分に確保されていることをいいます。日中のストレス、

テーマ

「睡眠」とれていますか?

皆さんは日々の生活の中で、しっかりと眠れていると感じていますか?睡眠不足は、さまざまな病気のリスクを高めることが知られています。

「無理をしない」ことも大切

無理に生活習慣を変えたり、嗜好品を制限しすぎたりすると、かえってストレスが高まり、睡眠の質に悪影響を及ぼすこともあります。

まずは、正しい知識をもとに「今の自分は良い睡眠がとれているか」「良い睡眠のためにどんな生活スタイルが合っているか」を考えてみるのが大切です。無理のない範囲でできることから取り組むことが、健康への第一歩といえるでしょう。

睡眠の量
大人 6-8時間
子ども 8-12時間
高齢者 8時間以内

睡眠の質
「しっかり休めた」という満足感

時間はあくまで目安
睡眠の質も大切に

日中のストレス
食習慣の乱れ
運動不足など...
生活習慣も影響する

参考:厚生労働省健康づくりのための睡眠ガイド2023

①睡眠環境の調整

交感神経・副交感神経は自律神経系の一種で、交感神経は身体の活動を活性化させる役割を担っており、副交感神経は身体のリラクセス状態を促進する役割を担います。強い光・大きな音・温度の急激な変化は交感神経を刺激して入眠を妨げるといわれています。

良い睡眠のために
できること

②生活習慣の見直し

規則正しい生活によって体内時計が整うと、睡眠と覚醒のリズムが安定し、睡眠の質が高まるといわれます。生活習慣は人それぞれ異なりますが、例えば夜勤がある方は、疲労回復のために深夜0~4時の間に20~50分ほど仮眠をとりましょう。

③嗜好品について考える

カフェインやアルコール、タバコなどの嗜好品は、睡眠の質を下げる可能性があります。夕方以降は「ノンカフェイン飲料(麦茶・黒豆茶・ハーブティ等)」に置き換える「深酒や眠るための飲酒・喫煙は控える」ことが推奨されます。

朝



- 規則正しい起床時間を心がける
- 朝日を浴びて、体内時計をリセット
- 朝食を食べて、日中の活動エネルギーを補充
- 休日の夜更かしや朝寝坊には注意

昼



- 適度な運動で、日中の活動と夜間の睡眠のメリハリをつける
- 無理はせず、身近なことから(階段を使う・徒歩で移動する等)
- 余裕があればスポーツでストレス発散(理想は1日60分)

夜



- カフェイン・喫煙・飲酒は控える
- 就寝前のパソコン・スマホの使用は控える
- 就寝直前の夕食や夜食は控える
- 寝室はなるべく暗く、心地よい温度に

参考:厚生労働省健康づくりのための睡眠ガイド2023



母性病棟
おばら ちひろ
尾原 千尋
profile
2012年より母性病棟勤務
助産師、精神看護専門看護師



KENCHU
院内
TOURS

普段はあまり見ることができない、病院内のさまざまな現場を紹介していく院内見学ツアーです。

診療科 FILE

FILE No. 10

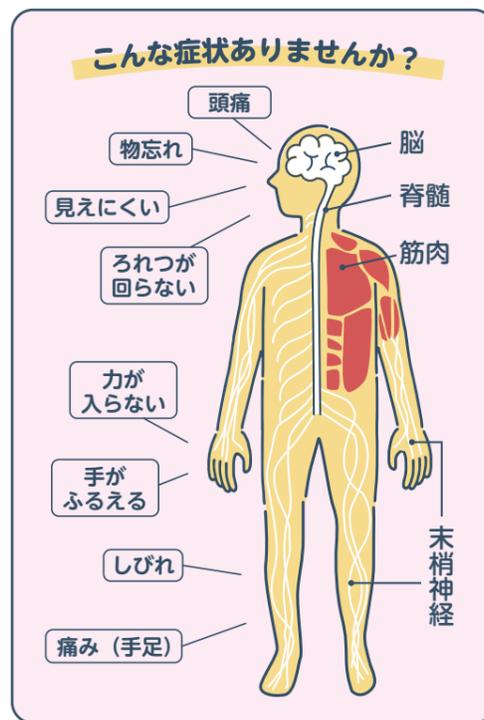
当院では、2025年4月より「神経内科」を「脳神経内科」へ名称変更しました。脳や神経の働きに関わる病気を専門に診療しています。

今回はコチラ！ **脳神経内科**



神経内科って何を診るの？

「神経内科って、どんな病気を診るんですか？」そんな質問を、これまでに何度もいただけてきました。「神経」とつくことで、精神科や心療内科と混同されることもあり。実際に私も、とある同窓会誌で「精神内科医」と紹介されてしまったことがあります。正直なところ、悪い気はしなかったのですが、「これは精神科の先生方に失礼では？」と



少しヒヤッとしたのを覚えていました。神経内科という名称が、一般の方々にはまだ十分に知られていないことを実感しました。

神経内科は「脳・脊髄・末梢神経・筋肉」の病気を「内科的に診る科」です。例えば、脳卒中、認知症、てんかん、パーキンソン病、しびれ、ふるえ、筋力の低下、頭痛など、加齢とともに増えてくる病気や、身近な症状に対応しています。「神経内科」という診療科が日本で正式に認められたのは1975年と、ほかの診療科と比べてまだ比較的新しく、そうした背

景もあって、名前や内容があまり知られていないのかもしれませんが。

脳や神経の病気を内科的に治療

そうした中、2025年4月から当院では、診療科名を「神経内科」から「脳神経内科」に改めました。これは、日本神経学会が全国の医療機関に向けて呼びかけている変更で、「診療内容をもっとわかりやすく伝えたい」という思いが込められています。「脳神経内科」という新し



脳神経内科部長
安部 哲史
2004年島根医科大学卒業
2025年4月から現職

い名前には、「脳や神経の病気を、外科手術ではなく内科的に治療する科ですよ」という意味が込められています。脳神経外科や精神神経科との違いを明確にし、患者さんが迷わずに、適切な診療につながることを期待しております。

当院では、脳卒中の救急医療はもちろん、認知症やパーキンソン病など、長く付き合う病気への対応にも力を入れています。外来では一人ひとりのお悩みにじっくり向き合い、他科の医師や多職種と連携しながら診療しております。

これからも、脳神経内科として、地域の皆さまに信頼される医療を提供してまいります。どうぞお気軽にご相談ください。

血液浄化室
血液浄化室は、腎不全などによって腎臓の機能が低下した患者さんに対して、透析治療を行う部署です。その中でも血液透析は、血液を体外に循環させ、ダイアライザと呼ばれる人工腎臓を通して、体内の余分な水分や老廃物を取り除き、腎臓の働きを代替する治療法です。一般的に週3回、4〜6時間かけて行います。



理栄養士による指導のもと、透析患者さんの身体機能や生活の質（QOL）を高めることを目的とした「腎臓リハビリテーション」にも取り組んでいます。さらに、慢性腎臓病の患者さんを対象に、年一回「腎臓病教室」も開催しています。

透析は、腎臓の代わりとなって命を支える大切な治療です。当院では、医師・看護師・臨床工学技士が連携し、患者さん一人ひとりの体調やライフスタイルに合わせた、安心で質の高い透析医療を心がけています。

専門の医療チームで治療をサポートします



看護師
透析治療は患者さんの生活の一部であり長期的に通院を継続する必要があります。他の疾患を抱えている方や自己管理が難しい方もいますが、透析中の会話や通常の指導を通して、状態変化にいち早く気付けるよう努めています。また、外来看護師と連携し、透析を導入する方への支援も行っています。気持ちに寄り添いながら患者さんの透析治療を一番近くで支えています。



臨床工学技士
血液浄化室内にある医療機器の保守管理を行うとともに、治療中の患者さんのサポートを看護師とともにしています。また、定期的に血液検査や血管の超音波検査のレポートを作成し患者さんへアドバイスをを行うなど、幅広く血液浄化診療のサポートを行います。



医師
患者さん一人ひとりの体調や病状に応じて、透析の方法や時間の設定、使用する薬剤の調整など、透析治療を計画します。安心して安全な透析が行えるよう、治療全体をリードします。

検診のご案内

乳がん検診



**小さな不安を
大きな安心にするために**

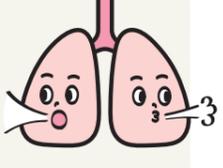
マンモグラフィと超音波
2つの検査でより精密な
乳がん検診を！
WEB予約可能(24時間受付)

●3Dマンモグラフィ
+超音波検査コース 検診
料金

13,200円(税込)

※2Dマンモグラフィのコースもあり

肺がん検診



早期発見と予防に

タバコを吸う人も吸わない人も
検診は必要です。

40歳以上の方が対象です

検診
料金

9,900円(税込)

脳ドック検診



**発症リスクの
早期発見と予防に**

脳卒中の発症リスクの早期発見
と認知症の予知・予防を目的と

検診
料金

47,300円(税込)

予約・お問い合わせ先 (入退院支援・地域医療連携センター)

平日 **8:30~17:00** TEL**0853-30-6500**

予約・お問い合わせ先 (健診センター)

平日 **13:00~17:00**
TEL **0853-30-6110**

高機能 がんドック

罹患率の高いがんを半日でくまなく検査

肺がん、大腸がん、胃がん、肝臓がん、乳がん、子宮がん、
前立腺がんなどを網羅した検査を半日で受けることが
できます。

女性 **90,000円(税込)** 検診
料金

男性 **72,000円(税込)** 検診
料金

高機能 循環器ドック

循環器疾患発症前の予備軍の早期発見・治療へ

心筋梗塞、心不全、大動脈瘤といった循環器疾患の有
無や、その原因となる生活習慣病を調べます。脳検査
を加えると、脳卒中や認知症のリスク、全身の動脈硬
化の有無についても調べます。

心臓血管ドック **60,000円(税込)** 検診
料金

脳・心臓血管ドック **98,000円(税込)** 検診
料金

予約・お問い合わせ先 (健診センター) 平日 **13:00~17:00**
TEL **0853-30-6110**

詳しくは [コチラ](#) 

\ 外来診療受付の名称を変更しました /

2025年6月23日(月)より、
各受付は、診察室と表記を分けるために、
受付の名称を数字からアルファベット表記へ変更しました。


→


詳しくはホームページをご覧ください ▶ 

階	変更前	変更後 (6/23~)
1階	総合受付	総合受付
	診療受付2	受付A
	診療受付3	受付B
	放射線受付	受付C
	内視鏡受付	受付E
2階	診療受付4	受付F
	診療受付5	受付G
8階	生理検査受付	受付H
	診療受付7	受付K

『ミートローフ』
／おすすめ！／
普段の食事にも特別な日にもぴったりな
1品を紹介します

管理栄養士さんがオススメする

病院健康食

ししぴ

Hospital Healthy Food Recipe



※食器は撮影用のものを使用しています

栄養管理科管理栄養士
山本 愛実 YAMAMOTO Aimi

profile -----
少しでも不安を取り除き、明る
くなれる雰囲気づくりを心が
けています。

ミートローフ / 4人分

【作り方】

- みじん切りにした玉ねぎ、人参をフライパンで炒め、粗熱をとる。パン粉は牛乳と合わせてふやかしておく。
- ①と肉・卵・調味料(赤ワイン、塩、ナツメグ)を混ぜ合わせる。
- パウンド型にクッキングシートをしき、②を入れて形を整える。
- 220℃に予熱したオーブンで30分焼く。
- ソースの材料を混ぜ合わせ、フライパンで軽く煮立たせる。
- 焼きあがったらカットし、⑤をかけて完成。

【材料(4人分)】※分量は正味量

ミートローフ

合い挽き肉.....280g
玉ねぎ.....80g(1/2個)
人参.....40g(1/4本)
卵.....1/2個
牛乳.....60ml
パン粉.....20g
赤ワイン.....小さじ2
塩.....小さじ1/4
ナツメグ.....少々

ソース

トマトケチャップ.....大さじ3
ウスターソース.....大さじ1
赤ワイン.....小さじ1

YouTube「広報室CH」で配信中!

大量調理で作る!
ミートローフ 

【栄養成分】(1人分) エネルギー/252 kcal たんぱく質/15.5 g 脂質/14.7g 食塩相当量/1.4g

ポイント: 粗みじん切りにしたカラーピーマンやコーンなどを混ぜると鮮やかになり、パーティーなどの特別な日にもおすすめです!

放射線科 まのやま みな
丸山 美菜子

画像診断医として、患者さんのお役に立てるよう全力で頑張ります!どうぞよろしくお願いたします。



産婦人科 ひが たける
比嘉 健

沖縄から来ました。生まれ育ちは大阪です。いい出会いと思われ診療を心がけます。



新任医師
紹介 

地域の皆さまに中央病院のことを知ってもらうための取り組みをご紹介します！

Instagram/Facebook

取り組みやイベント、日々の出来事、普段見ることのできない病院の様子などをご紹介します。



部署別 Instagram もあります！

部署別の業務内容や取り組みをご紹介します。当院 Instagram のフォロー中からご覧いただけます。



広報番組えにし～扉の向こうに～

年5回（5月・7月・9月・11月・1月）ケーブルテレビにて放送。当院で行う治療や取り組みを特集。職員のお仕事密着コーナーもあります。



YouTube

過去に放送した広報番組や、年2回開催している「市民公開講座」の講演、大量調理動画など配信中。



ギャラリーえにし

外来2階では一般の方や地元で活躍する作家さんなどの作品を展示。絵画・写真など心癒される作品をお楽しみください。作品は Instagram でもご覧いただけます。



けんちゅう News

Instagram 等に掲載した日々の取り組みをまとめた広報誌。院内に配架のほか、ホームページにも掲載しています。（毎月発行）



読者アンケート & プレゼント

この度は、「えにし」をご高覧いただき誠にありがとうございます。アンケートにお答えいただいた方に**抽選でプレゼント**を差し上げます。

※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。いただいた個人情報は適正に管理し、目的外の利用はいたしません。

応募方法 **ハガキかスマートフォン**で次の事項を記入の上、応募してください。

- Q1 「えにし」の入手先は？
1. 当院 2. 市役所などの行政機関 3. 医療機関 4. 福祉施設 5. 教育機関 6. コミュニティセンター 7. その他
- Q2 「えにし」の読みやすさは？
1. とても読みやすい 2. 読みやすい 3. 普通 4. 読みづらい
- Q3 Q2.の理由（1つ選んでください）
1. 文章 2. レイアウト 3. 写真・イラスト 4. 内容 5. その他
- Q4 今号の中で印象に残ったもの（複数回答可）
- Q5 「えにし」を読んで当院の関心度は？
1. 高くなった 2. 低くなった 3. 変わらない
- Q6 「えにし」に関するご意見・ご感想
- Q7 今後、取り上げてほしいテーマ
- Q8 ご住所、お名前、性別、年代（〇歳代）、電話番号

JAしまね出雲地区本部
山里米生産組合
山里米 2kg
(コシヒカリ)



アンケートにお答えいただいた方に**抽選で5名様**に「山里米(コシヒカリ)2kg」をプレゼント！

応募締切

2025年10月31日(金)
消印有効



ハガキで応募

〒693-8555 島根県出雲市姫原 4-1-1
島根県立中央病院 広報室



スマホで応募

スマートフォンからの応募は
こちらから→



島根県立中央病院



「県中スタッフ」のご紹介
当院スタッフの人柄と業務内容をご紹介します。

FILE No.25

患者さんや医療関係者が安心して過ごせる院内環境を支えているのが、病院内の清掃業務を担うスタッフです。長谷さんは新病院の開院時から勤務し、現在は業務責任者として現場の清掃に加え、スタッフの勤怠管理も担当。「皆さんに気持ちよく過ごしていただける

太平ビルサービス株式会社 業務部長 **長谷 浩貴**
ながたに ひろき

院内の安全と快適を支える清掃のプロ



よう、患者さんに配慮しながら日々業務に取り組んでいます」と語ります。
最も大変だったのは新型コロナウイルスの流行時期で、消毒業務など感染拡大を防ぐための作業に追われたといいます。現在もさまざまな感染症対策として、消毒作業は念入りに行っているそうです。
そんな長谷さんのリフレッシュ方法は、家族とのドライブ。春には桜を見に行ったり、自然の中でお弁当を楽しんだりする時間が、疲れを癒す大切なひとときだと笑顔で話してくれました。
長谷さんをはじめとする清掃スタッフの皆さんのおかげで、院内は常に清潔で安全に保たれ、医療の現場が支えられています。

FILE No.26

仕事も育児も今できることを大切にしたい

2015年から当院で診療放射線技師として勤務している岸さん。レントゲン撮影をはじめ、CT、MRI、マンモグラフィ、アンギオ（血管造影）など、放射線関連のさまざまな業務に携わっています。

放射線技術科 診療放射線技師 **岸 真由佳**
きし まゆか



高生向けの職業紹介の本で、たまたま放射線技師の仕事を知り、関心を抱いたのがきっかけだそうです。男性が多い印象のある職種ですが、当院では現在10名近くの女性技師が活躍中。「レントゲン撮影は患者さんの協力があって成り立つもの。安全・安心に撮影できるように、丁寧な対応を心がけています」と岸さんは話します。
プライベートでは1歳の女の子のお母さん。産休・育休を経て、今年4月に職場復帰しました。「娘にいろいろなものを見せてあげたくて、休日は家族でさまざまな場所へ出かけます。娘がもう少し大きくなったら、以前の趣味だったカフェ巡りを一緒に楽しみたいです」と笑顔で語ってくれました。

医師じゃない私

MY Private

医師の、普段見ることができないプライベートな一面をご紹介します。コーナーです。

外科診療部長 兼
心臓血管外科部長
かみひら さとし
上平 聡

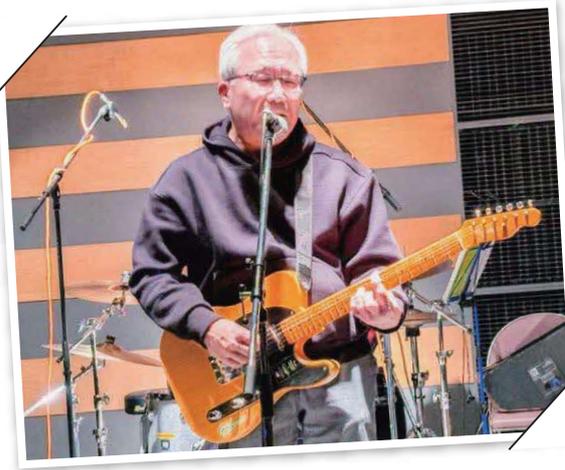
profile

1988年島根医科大学卒。
2011年当院赴任、2023年から現職。
日本外科学会専門医、心臓血管外科専門医

「先生から生徒になって」

4年前たまたま通りがかったショッピングモール内の楽器店でギターを見ていたら、店員さんに「お客さまの年齢で新しく始められる方とても多いですよ！」

今ならギター教室入会金無料です！と声をかけられ、コロナ禍で楽器を始める人が多いというニュースを聞いた覚えもあつて、なぜか即決で3万5千円のエレキギターと無料体験教室を予約していました。楽器は中学生のリコーダー以来で上達



は遅いですが、何とか今まで続いています。少しずつ弾ける曲が増えて嬉しいのと、この年になっても手取り足取り教えていただいて、学ぶ楽しさとか先生から褒めてもらおうれしさとか、小学生みたいでと

でも新鮮な体験が続いています。研修医への指導も若干優しくなつたかもしれない(笑)。でも最大の難関は年1回の発表会です。もう何年もどんな手術でも緊張せず鉄のハートの持ち主と自分で思っていたのに、なんでこんなに両手が震えるのでしょうか？過去2回は本意な結果に終わりました。今年も出場募集が始まりました。何の曲をどう演奏しようか思索する毎日が続いています。

広報誌「えにし」は、年4回(5月・8月・11月・2月)発行しています。

次回は、11月中旬発行予定！お楽しみに！



過去の「えにし」はホームページからご覧いただけます。



当院では、**全館で無料Wi-Fi**が利用できます。
FREE ぜひご利用ください。

島根県立中央病院広報誌「えにし」 vol.27 2025 AUG.

CONTENTS

- P01-04 【特集】もし、「がん」と診断されたら
- P05-06 医療トピックス、暮らしの医学
- P07-08 診療科FILE、KENCHU院内TOURS
- P09 県中の人物スナップ ヒトトキ
- P10 知って得する健康ミニ知識
- P11 病院健康食レシピ、新任医師紹介
- P12 検診のご案内、お知らせ
- P13 「県中スタッフ」のご紹介 KENSTA
- P14 広報お知らせ、読者アンケート&プレゼント

一般外来診療のご案内(予約のない方) ●各診療科の外来日は当院ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

診療受付時間

月曜日～金曜日 8:30～11:00

※当日に診療していない診療科、あるいは特殊外来に受診を希望される場合には、総合受付にお問い合わせください。

かかりつけ医からの紹介状をお持ちください



島根県立中央病院

Shimane Prefectural Central Hospital

〒693-8555 島根県出雲市姫原 4丁目1-1
Mail: spch@spch.izumo.shimane.jp
URL: https://www.spch.izumo.shimane.jp/

0853-22-5111



継続して受診している診療科以外の診療科を受診するとき、他の医療機関からの紹介状を持たずに当院を受診された場合、初診料のほかに、**7,700円(税込)**[歯科口腔外科の場合は、**5,500円(税込)**]をお支払いいただきます。(2022年10月改訂)