



ほ、元み

《病院理念》

私達は院是「誠」の医療を推進いたします

1. 私達は他人の為に尽くして感謝しよう
1. 私達は自分の力で伸びて行こう
1. 私達は私達の規則を尊重しよう



《基本方針》

1. 地域に根ざした病院として、安心できる医療提供に努めます
1. インフォームドコンセントを徹底し、患者様の選択を尊重した医療をめざします
1. 患者様のプライバシーを尊重いたします
1. 知識と技術の向上に努め最善の医療をいたします
1. 優しさ思いやりを大切に心のこもった公平な医療をいたします

昨今、地域医療崩壊が叫ばれています。新居浜地区では開業医の充実、夜間救急診療の実施、人口12万人の新居浜市に300床以上の基幹病院が4つあり、地域の住民は医療資源の多さを満喫してきました。ところが、平成16年政府自民党小泉首相の「ぶっ壊す」で始まった初期研修の必修化によって、郵政のみならず医学部医局の機能消失・地方への医師派遣機能が崩壊しました。さらに加えて医学部、大学院充実のため、講師陣や大学院生を大学に集中させたため、一気に四国から医師が減少しました。特に若い医師の減少がめざましく、各病院とも医師不足に疲弊の色を隠せない状況です。この結果、毎日の診療以外に、救急体制にも暗い影をきたしています。これを打開するために、当院では様々な試みを行っています。



◎診察日【内科】※完全予約制
月・火・木・金 曜日 午前8時45分～12時

『若い医師が集まる地域・新居浜西条地区を目指して』

十全総合病院院長 古林 太加志

第一は、地元の医学部との協働を目指し、愛媛大学医学部との連携を図っています。そのためにクリクラ(クリニカル・クラークシップ)と呼ばれる医大生の学外研修に積極的に協力することや、愛大医学部生の主催する医学部柔道部、東洋医療研究会への応援、臨床推論勉強会への参加など、親睦を深める活動をしています。さらに、高知大学総合内科学学外研修の協力や、香川医科大学、徳島大学医学部の医大生との交流を深め、新居浜でも医師になるための十分な勉強ができるということをアピールしています。

第二は、各病院の有志によって、新居浜4病院ヤングドクター研究会を結成し、毎年2回ドクターG松本謙太郎(マッケン)先生をお迎えしています。リーガロイヤルホテルにて研究会、懇親会を行い、翌日は当院にて講習会ならびに臨床推論を行っています。

2015年は、7月17日・18日にマッケン先生に加えて、スパードクターGの徳田安春先生をお迎えして、第6回新居浜4病院ヤングドクター研究会を開催する予定です。

第三に、2017年からは専門医制度の抜本的改変改革があり、初期研修に続いて後期研修も都会の病院に有利な制度が実行されようとしています。そこで、今度新設される総合臨床専門医に注目し、日本プライマリ・ケア連合学会に入会し指導医となりました。さらに、かとうクリニック院長 加藤正隆先生とチームを組んで、「十全総合病院家庭養育プログラム」を作成し、日本プライマリ・ケア連合学会の認定を受けました。これによって、様々な病気にも対応できる総合臨床専門医を養成することができます。地方でも患者さんに寄り添いながら、若い医師の養成に力を注ぎたいと思っています。

いつの日か、私の夢が叶って、この新居浜西条地区に多くの若い医師が集まる日が来ることを願っています。

「糖質制限食」って本当に体にいいの？ | 栄養管理科 近藤 ゆか

テレビ番組などでも取り上げられる「糖質制限食」、興味のある方も多いのではないのでしょうか。糖質制限には賛否両論あり、場合によっては実践してはいけない人もいます。「糖質制限食」は本当に体にいいのか考えてみましょう。

●「糖質制限食」とは？

糖質制限の歴史は100年近くありますが、近年、海外で減量や血糖値安定に効果があると報告が相次ぎ、国内でも一部の医師の影響で急速に広まりました。

栄養素には炭水化物、たんぱく質、脂質があります。炭水化物は糖質と食物繊維が含まれます。その中の、糖質を少なくした食事が「糖質制限食」で、糖質の量は提唱する食事療法によって様々です。

糖質は血糖値にもっとも影響するので、摂取を減らすことで、血糖値が上がりにくくなり、血糖値を下げるホルモン（インスリン）の分泌が抑えられます。

インスリンは余った糖分を脂肪として体のためこ働きがあるので、糖質の摂取を減らすことは減量につながります。同じ意味で「低糖質食」「低炭水化物食」「炭水化物制限食」と言うこともあります。

●「糖質制限食」ってどうするの？

糖質が多い食品を控え、糖質の少ない食品を食べます。

【糖質が多い食品の例】… ごはん、パン、めん、いも、かぼちゃ、とうもろこし、豆、果物、ケーキ・菓子類、ジュース、日本酒・ビール など

【糖質が少ない食品の例】… 魚介、肉、卵、チーズ、大豆製品、きのこ、海藻、野菜、油、マヨネーズ、バター、焼酎・ウィスキー・赤ワイン など



●メリットは？

- 糖質が多い食品を抑えるだけなので、取り組みやすい
- 食後の血糖値が上がりにくい
- 短期間であれば体重が減少する

●デメリットは？

- 効果に個人差があり、状態により変化する
- 主食を食べないので、食物繊維・ビタミン・ミネラルが不足しがちになる
- 長期間の減量効果は期待できない
- おかずが多くなるので塩分過剰になる
- 血糖降下剤やインスリン注射を使用している場合、低血糖になることがある
- 主食と比べて、おかずは値段が高いため、食費が高くなる
- たんぱく質と脂肪が過剰になり、動脈硬化を進める恐れがある
- 脳のエネルギー源は糖質であり、長期間十分な糖質を食べていない場合の脳の影響が懸念される

●「糖質制限食」は望ましくない人

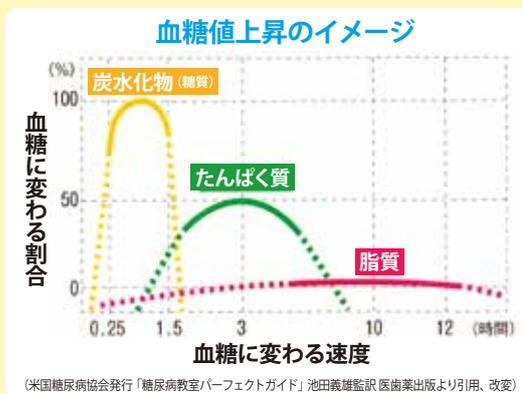
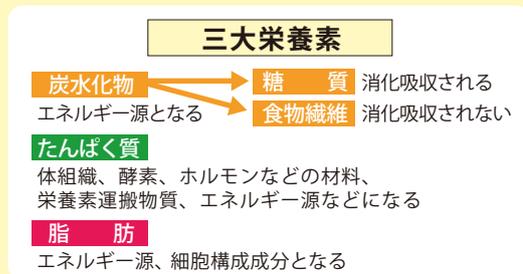
糖尿病で血糖降下剤やインスリン注射の人（低血糖になることもあるため）

糖尿病腎症、腎不全、肝硬変の人（たんぱく質過剰になるため）

膵炎、高コレステロール血症の人（脂質過剰になるため）

日本糖尿病学会においても、極端な糖質制限は長期的な安全性などの証拠が不足しており、「現時点では勧められない」と提言しています。糖質制限によってたんぱく質と脂肪の摂取量が増え、摂り過ぎが動脈硬化を促進させて心筋梗塞や脳卒中のリスクを高める恐れがあるからです。

欧米とは食生活も体質も違う日本人で糖質制限の長期間の研究はまだありませんが、今後、調査・研究が進むかもしれません。「糖質制限食」を実践する場合は、まず主治医や管理栄養士にご相談ください。



十全看護専門学校 卒業式

3月3日(火)、救急棟5階大会議室において、第28期生の卒業式が挙行されました。

来賓の方々、保護者、在校生の見守る中、卒業生30名(女子26名、男子4名)は松尾学校長より卒業証書を授与され、感激も新たに巣立っていきました。



愛媛十全医療学院 第34回卒業式

3月7日(土)、第34回卒業式が挙行されました。



来賓の方々、保護者、在校生の見守る中、卒業生

- 第34期生 理学療法学科 39名
- 第32期生 作業療法学科 26名
- 第13期生 言語聴覚学科 19名

が卒業証書を授与され、使命感に燃え巣立っていきました。

看護補助者募集

療養上の世話や環境整備等のやりがいのある仕事です。無資格の方にも丁寧に指導します。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ TEL0897-33-1818(代) 十全総合病院 看護部 八木・総務課 矢野まで



助産師募集

看護師寮 ワンルームマンションタイプ(UB・冷暖房完備)

研修等 スキルアップ、認定資格取得、学会出張への支援あり

院内保育・時差制勤務等あり!お気軽にご相談ください。お問い合わせ TEL0897-33-1818(代) 十全総合病院 看護部 八木・総務課 矢野まで

薬剤師募集

チーム医療に積極的に参加! 明るく楽しく働きましょう!

チーム医療: 化学療法管理委員会、緩和ケアチーム、糖尿病サポートチーム 感染対策チーム、栄養サポートチーム、病院食対策チーム 褥瘡対策委員会、輸血療法委員会など

お問い合わせ TEL0897-33-1818(代) 十全総合病院 薬局 小笠原・総務課 矢野まで



参加費・参加申し込み不要

春だ！元気な体で満喫しよう

糖尿病教室のお知らせ



開催日	内容	担当
4/1(水)	お花見に行こう! ～食事はどうしたらいいの?～	内科医師 管理栄養士
4/8(水)	きれいな景色を見よう ～網膜症の検査も忘れずに～	視能訓練士 臨床検査技師
4/15(水)	出かける時の注意点 ～これだけは忘れないで～	薬剤師 看護師
4/22(水)	体を動かそう(実践編) ～自分にあった運動を見つけよう～	理学療法士
4/29(水)	お休み	

ポカポカ陽気になりました。お花見に出かけませんか。
きっと新しい発見がありますよ。

日時 毎週水曜日 午後2:00～ **場所** 外来棟3階 カンファレンスルーム

どなたでもお気軽にご参加ください。お申し込みは不要です。

※都合により内容が変更になる場合があります。

病院敷地内 全面禁煙

トイレや人目につかないところでの喫煙は防火管理上も大変危険ですので、喫煙はくれぐれも遠慮ください。皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いたします。 病院長

移動図書館 青い鳥号 来院予定日



4/8水・22水

来院時間 午後3:10～3:50

お問い合わせは…

新居浜市立別子銅山記念図書館
TEL(0897)32-1911

◎悪天候や特殊な事情により、運行を中止することがあります。

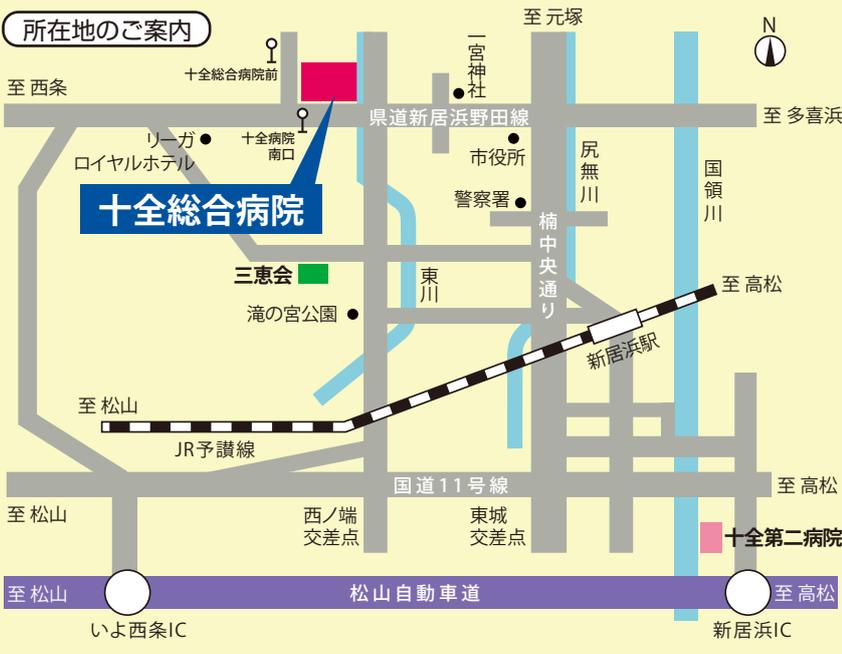
患者さまの権利

私たちは患者さまとのより良い信頼関係を築くため、「患者さまの権利」を尊重します。

1. 良質で安全な医療を平等にうける権利
1. 病気の診断・治療方針・今後の見込みについて十分な説明をうける権利
1. 他院を含め他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利
1. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
1. 診療上の個人のプライバシーについて保護される権利
1. 診療記録の開示を求める権利

患者さまの責務

1. 医師が説明し同意した治療方針に協力する義務があります。
1. 自分自身の健康に関する情報はできる限り正確にお伝えください。
1. 院内の規則を守り、他の患者さまの治療に支障を来さないよう協力をお願いします。



交通のご案内

- 《お車》新居浜ICから約20分、いよ西条ICから約20分
【駐車場完備 272台収容可能】
- 《バス》瀬戸内バス …… 「十全総合病院前(広瀬→多喜浜線)」下車
「十全病院南口(今治→マイントピア別子線)」下車
- 《JR》JR予讃線 …… 新居浜(にはま)駅下車、タクシーで約10分



一般財団法人 積善会

十全総合病院

〒792-8586 愛媛県新居浜市北新町1番5号
TEL(0897)33-1818 FAX(0897)37-2124

ホームページアドレス <http://jyuzen.jp/>

編集 広報誌編集活動委員会



未来が変わる。日本が変わる。
ストップ!温暖化

医療・福祉 十全グループ

- 十全看護専門学校
あたたかい気持ちとあつい心をもった看護師の育成を図っています。
- 愛媛十全医療学院
理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の育成校は【博く学び、深く思い、厚く思いやる】
- 愛媛十全医療学院附属病院【内科・整形外科】
生活能力の回復と維持を図っています。
- 医療法人 十全会 十全第二病院【精神科】
あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。

●社会福祉法人 三恵会

- 子供から高齢者まで、幅広い世代へのお世話を行っています。
- 総合福祉施設 やすらぎの郷
 - 介護老人福祉施設 ハートランド三恵
 - 介護老人保健施設 リハビリステーション三恵荘
 - 介護老人保健施設 希望の館
 - 障害者支援施設 三恵ホーム
 - 児童福祉施設 十全保育園
 - 総合福祉館 コミュニティハウス三恵
 - 福祉館 恵海
 - 児童福祉施設 中萩保育園
 - 養護老人ホーム 新居浜市立慈光園



環境負荷を抑えた植物油インキと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。