

地域医療機能推進機構 りつりん病院の 理 念

私たちには、患者様にやさしく地域に役立つ総合病院を目指します。

地域医療機能推進機構 りつりん病院の 基本方針

- 急性期及び回復期医療を通して地域医療に貢献します。
- 院内の職種間、診療科間及び地域のかかりつけ医や高度急性期病院との連携を強めます。
- 地域住民との交流を図り、疾病予防や健康づくりの新たな情報を提供します。
- 常に自己研鑽に励み、良質かつ安全な医療を提供します。



外来診療案内

受付時間 午前 8:30~11:30 午後 12:45~16:30

当院では全診療科で予約診療を行っております。診療科によっては受付時間が異なります。午後の診療は手術・検査等によっては出来ない場合があります。

休診日 土・日・祝日及び年末年始

診療科目		月	火	水	木	金
内科	午前	岡田(おかだ)	福長(ふくなが)	岡田(おかだ)	岡田(おかだ)	山ノ井(やまのい)
	午後	永尾(ながお)	永尾(ながお)	福長(ふくなが)	山ノ井(やまのい)	香川大医師
呼吸器科	午前	香川大医師	休診	休診	休診	香川大医師
	午後	香川大医師	香川大医師	香川大医師	香川大医師	香川大医師(隔週)
循環器内科	午前	大森(おおもり)	香川大医師(交代制)	香川大医師	大森(おおもり)	大森(おおもり)
	午後	大森(おおもり)※予約のみ	検査・心リハ	休診	検査・心リハ	香川大医師(隔週)
外科	午前	野毛(のげ)	出石(いずいし)	因藤(いんどう)	出石(いずいし)	竹内(たけうち)
	午後	因藤(いんどう)	担当医 / 手術			
皮膚科	午前	野網(のあみ)	休診	休診	野網(のあみ)	休診
	午後	野網(のあみ)	休診	休診	野網(のあみ)	休診
婦人科	午前	宇都宮(うつのみや)	宇都宮(うつのみや)	宇都宮(うつのみや)	香川大医師	休診
	午後		休診			
小児科	午前	衆名(くわな)松浦(まつうら)	衆名(くわな)松浦(まつうら)	衆名(くわな)松浦(まつうら)	衆名(くわな)松浦(まつうら)	衆名(くわな)松浦(まつうら)
	午後	衆名(くわな)松浦(まつうら)	衆名(くわな)	衆名(くわな)松浦(まつうら)	衆名(くわな)松浦(まつうら)	衆名(くわな)松浦(まつうら)
泌尿器科	午前	予約制	予防接種	松浦(まつうら)専門外来	予防接種	予防接種
	午後	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)
脳神経外科	午前	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)
	午後	大橋(おおはし)		大橋(おおはし)	大橋(おおはし)	大橋(おおはし)
整形外科 リハビリテーション科	午前	緩和ケア外来	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)	坂本(さかもと)
	午後	森崎(もりさき)	森崎(もりさき)	森崎(もりさき)	森崎(もりさき)	森崎(もりさき)
眼科	午前	四宮(しのみや)	四宮(しのみや)	四宮(しのみや)	四宮(しのみや)	四宮(しのみや)
	午後	香川大医師	休診	四宮(しのみや)	休診	森崎(もりさき)
耳鼻いんこう科	午前	田村(たむら)	田村(たむら)	田村(たむら)	田村(たむら)	谷野(たにの)※非常勤医師
	午後	福岡(ふくおか)	福岡(ふくおか)	福岡(ふくおか)	福岡(ふくおか)	福岡(ふくおか)
放射線科	午前	慈氏(じし)	慈氏(じし)	慈氏(じし)	慈氏(じし)	慈氏(じし)
	午後	非常勤医師				
麻酔科	午前	藤村(ふじむら)	山田(やまだ)	藤村(ふじむら)	藤村(ふじむら)	藤村(ふじむら)
	午後	山田(やまだ)	坊岡(ぼうおか)	藤村(ふじむら)	坊岡(ぼうおか)	山田(やまだ)
歯科口腔外科	午前	酒井(さかい)	酒井(さかい)	酒井(さかい)	酒井(さかい)	酒井(さかい)
	午後	酒井(さかい)	酒井(さかい)	酒井(さかい)	検査	酒井(さかい)
放射線科	午前	福永(ふくなが)	福永(ふくなが)	福永(ふくなが)	福永(ふくなが)	福永(ふくなが)
	午後	福永(ふくなが)	福永(ふくなが)	香川大医師	香川大医師	福永(ふくなが)
麻酔科	午前	小西(こにし)	神経ブロック・外来:要予約			
	午後	松井(まつい)	松井(まつい)	松井(まつい)	松井(まつい)	松井(まつい)

※担当医は変更となる場合がありますのでご了承ください。



第30号

独立行政法人地域医療機能推進機構 りつりん病院 広報誌
JCHO (ジェイコー)

りつりん

2021年7月発行(季刊)

発行元
独立行政法人地域医療機能推進機構
りつりん病院
〒760-0073
香川県高松市栗林町3丁目5番9号
TEL 087-862-3171代
FAX 087-837-1427代
<http://ritsurin.jcho.go.jp>



たり生活の質を落としてしまいます。最近では有効な内服薬が多くできており、仙骨神経刺激療法やボツリヌス毒素膀胱壁内注入療法などの手術療法も行われるようになっています。

腹圧性尿失禁はおもに骨盤底の筋肉のゆるみが原因で、特に女性に多くみられます。お腹に力が入る時に筋肉の支えが弱くなり、尿道が下がってしまうために起こります。出産や加齢がきっかけとなり、こちらも命には関わりありませんが生活の質を落とす病気です。骨盤底筋体操という尿道をしめる筋肉を鍛える体操で改善が期待できます。それでも難しい場合は、外科的手術として尿道を支えるテープを入れるTVT、TOT手術があります。

「尿漏れ」は社会生活に大きな影響を及ぼします。年齢と諦めずに治療で改善する場合も多いので一度泌尿器科で相談してみて下さい。





新型コロナワクチンの予防接種が始まりました

香川県の新型コロナの新規感染者が数名ずつ日々確認されている現状が続いている。当院もコロナワクチンの医療従事者先行接種が始まり、住民ワクチンも5月10日から開始することが出来ました。実施においては、クーポンや接種証明の管理に番号札を活用し、できるだけ来院される方の混乱を回避できる様、手順を工夫しながら実施しています。お越しいただいた皆様に安全に、そして安心してワクチン接種を受けて頂けるよう取り組んでいます。感染防止に注意し、受付及び待ち時間、問診から注射実施、副反応の観察など、あらゆる場面で職員が一丸となって役割分担し取り組んでいます。コロナ終息のために地域の皆様のワクチン接種が、より早く安全に行き渡りますよう日々、今後も努力して参ります。

当院のコロナワクチン接種は、健康管理センターで行う月曜～木曜の毎日12名と、病院で行う金曜200～250名、月2回土曜日300名実施に分け、少しでも早く接種できるよう協力して行っています。65才以上のお待ちいただいている約2000名の皆様の二回接種が7月中に終了いたします。予約受付開始当初から、電話予約が集中してしまいご不便をおかけして申し訳ありませんでした。事前に予約いただいた方へワクチン接種実施予定日の折り返し連絡が一巡できました。中には折り返しの電話をおかけしてもつながらず、予約日程の電話連絡が出来ていない方がごく少数いらっしゃいます。万が一、予約している

のに連絡が返ってきていない方がいらっしゃいましたら、申し訳ありませんがご一報ください。

高松市では6月17日から基礎疾患のある満12才以上64才以下の優先接種申請を始めています(7月6日申告期限)。これからも住民の皆様にクーポン配布が進んでいきます。

この広報誌が発行されている頃にはコロナワクチン接種の予約が再開しております。

新しい情報の参照には当院のホームページ

<http://ritsurin.jcho.go.jp> もご活用ください。

お電話でのご予約は、

【健康管理センター】平日:午後2時～4時まで

☎ 087-862-9714 へお願ひいたします。

健康管理センター 看護師長 丹羽 尋映



健康診断を受けてみませんか？

地域医療機構りつりん病院健康管理センターでは、生活習慣病予防健診を始め、乳がん検診、子宮頸がん検診、特定健康診査(メタボ健診)日帰りドック、脳ドックなどの各種健康診断・特定保健指導を行っています。事業所からの健診はもちろん、個人の方の健診も行っています。また、胸部・胃部X線撮影装置を備えた健診車は事業所に伺い、現地で健診(バス健診)を行っています。

健康診断とは、自身の病気の兆候や生活習慣の状態を知るために調べるもので、特に生活習慣病は自覚症状がないことが多い、自分では健康と思っている場合がほとんどです。現在の健康状態を確認するために年一回の健康診断をお勧めします。

・日帰りドック	38,500円
・生活習慣病予防健診	22,000円
・定期健診(労働安全衛生法)	8,800円
・簡易脳ドック(午後のみ)	33,000円
・特定健康診査(メタボ健診)	7,150円

(保険証により無料の場合があります。)

※各健康保険組合、国民健康保険組合の補助金もご利用いただける場合もございます。

●予約受付・お問い合わせは

独立行政法人地域医療機能推進機構 りつりん病院 健康管理センター TEL 087-862-9714 FAX 087-834-5659



熱中症の季節がやってきた

～マスク着用で熱中症になりやすくなる?～

内科 福長 健作



2020年の香川県の熱中症事情を振り返ってみると、6月～9月に熱中症で救急搬送された人は、658人。そのうち約65%にあたる425人が65歳以上の高齢者でした。高齢者の方は、特に注意が必要です!

さらに熱中症は、直射日光が当たらない室内でも要注意で、特に室温28°C以上や湿度60%以上はリスクが上がるため注意しましょう。

また、昨今のコロナ禍で当たり前になっている夏場のマスク着用。一つ気になるデータがあり、横浜市で2021年4月～6月に熱中症で搬送された人の40%以上が、直前までマスクを着けていたとの報告があります。マスクを着用していると熱中症になりやすいのでは?という心配もありそうですが、実際に検証した報告によると、マスク着用で体温が上昇するデータはなく、現時点ではマスク着用が急激に熱中症のリスクを高めるわけではなさそうです。しかし、コロナ禍で外出を控えている中、身体が暑さに慣れていない状態で真夏を迎えることになり、普段からの対策が重要となってきます。



暑い季節には食欲増進効果のあるスパイスの効いたカレーがおすすめです。食べやすいスープカレーもレトルトカレーを利用して手軽に作れます。豆乳を加えてまろやかに仕上げました。



自家製ピクルス

材料(2人分)

- ・きゅうり…80g
- ・大根…60g
- ・酢…180cc
- ・砂糖…大さじ2
- ・塩…少々
- ①きゅうりと大根は一口大の乱切りにし、塩小さじ1をふって一日置く。
- ②水気をしぶり、合わせた調味料に漬け込む。

熱中症の予防には

①こまめに水分を摂取する。

厚生労働省は1日1.2L程度の水分摂取を推奨しています。水やお茶に加え、経口補水液やスポーツドリンクも取り入れましょう。血糖値が気になる方はカロリーゼロのスポーツ飲料もおすすめ



②ぬれたタオルを活用して顔や頭を冷やす。

流水で手首まで
しっかりと洗う。



③エアコンを活用し、室温が28°C以上にならないように気を付ける。

夜間も要注意!



目まい、立ちくらみ、筋肉痛といった症状が出たら要注意!重症化しないよう、涼しい環境に移動して、早めの対処を心掛けましょう。引き続きコロナ対策も行いながら、上手に夏の暑さと付き合っていきましょう!

豆乳入りスープカレー

材料(2人分)

- | | |
|----------------|--------------|
| ・鶏もも肉…100g | ・赤ピーマン…40g |
| ・玉ねぎ…150g | ・黄ピーマン…40g |
| ・にんにく・生姜各…1かけ | ・オクラ…2本 |
| ・茄子…80g | ・ヤングコーン…2本 |
| ・かぼちゃ…80g | ・豆乳…200cc |
| ・レトルトカレー…1人前1袋 | ・塩…小さじ1.5 |
| ・赤みそ…小さじ1 | ・カレー粉…小さじ1 |
| ・ケチャップ…小さじ1 | ・ガラムマサラ…大さじ2 |
| ・コンソメ…小さじ1 | |

作り方

- ①玉ねぎ、にんにく、生姜はみじん切りにし、鍋に油を熱しよく炒める。玉ねぎが色づいてきたら水600ccを入れる。
- ②鶏肉は一口大に切りフライパンで表面に焦げ目をつけ、①の鍋に入れて30分程度煮る。
- ③豆乳を入れ、Ⓐの調味料を合わせて加える。10分程度煮込む。
- ④茄子、ピーマン、かぼちゃは食べやすい大きさに切り素揚げにする。オクラとヤングコーンは湯通しする。
- ⑤器にごはん適量と野菜を盛り付けカレーを注ぐ。