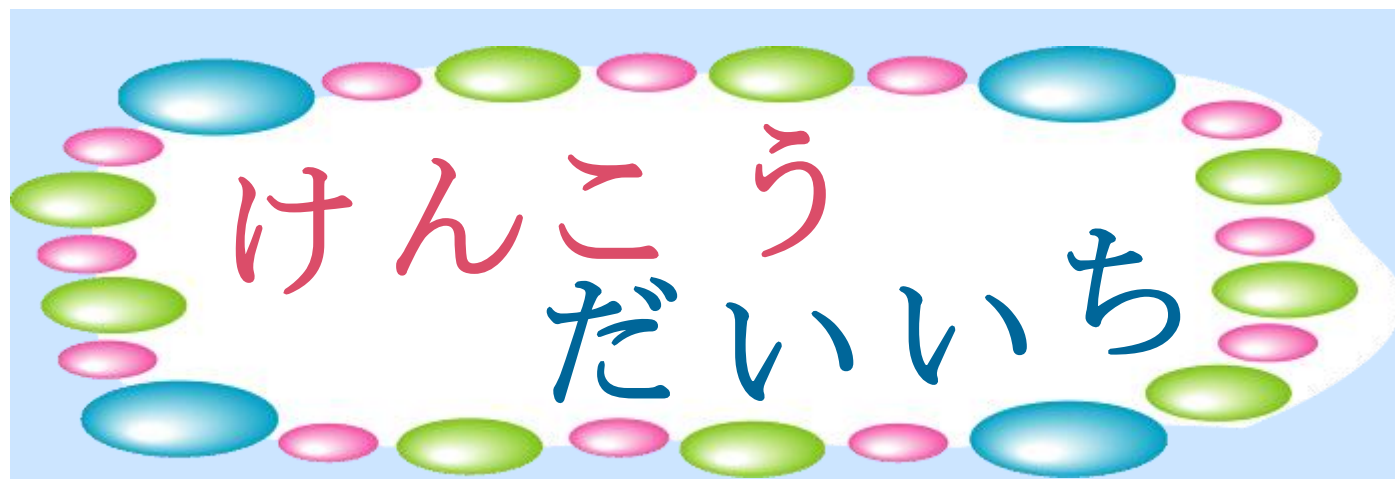




## 【理念】

患者さまの立場に立ち、その方の終生にわたり健康を支え、質の高い診療と心地よい療養環境を提供します。

## 【基本方針】

- ★ 患者様のニーズと負担を考慮し、適正で効率的な医療を提供します。
- ★ 医療スタッフによる十分な説明と患者さまの選択に基づく開かれた医療を進めます。
- ★ 地域に根ざし、患者さまに終生かかわり合いを持つ医療を目指します。
- ★ 患者さま、職員にとって「心地よい環境」の向上に努めます。



## 《目次》

- |                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| ◆ 総院長 赴任のご挨拶          | ◆ 医師紹介・伝言板        |
| ◆ 私の主治医 <紫外線について>     | ◆ 検査への道 <アレルギー検査> |
| ◆ 健康管理センター リニューアルオープン |                   |

《写真》 彩雲（長野県 美ヶ原高原）



医療法人 誠和会

倉敷第一病院

# 赴任のご挨拶 赴任のご挨拶

総院長 坂口孝作



2019年4月1日付で倉敷第一病院に赴任させて頂きました。こうして倉敷第一病院で仕事ができることを大変幸せに思っています

私、昭和28年（1953年）生まれの65歳です。出身地は鳥取県の田舎です。実家はぶどう農家をしていました。昭和54年（1979年）に岡山大学医学部を卒業して第一内科（現在の消化器・肝臓内科）に入局し、以後岡山大学病院、2007年からは福山市民病院で肝臓の病気を中心に診療をしていました。

2019年5月に年号が「平成」から新しく「令和」となりました。「平成」の30年を振り返ってみますと、社会や医療の仕組みは大きく変化しています。その時々で変化はあまり感じることはありませんが、30年の期間でみますとすべてに大きく変化していることが実感されます。

これからの10年、20年先の社会、医療はさらに大きく変化すると思います。そうした大きく変化した社会、医療のなかでも、倉敷第一病院は地域の皆様のそばにあって、地域の皆様に寄り添う病院でありたいと考えています。地域のみなさまが「身体がちょっとおかしいな」、「身体がいつもとちがうな」と感じたら、まず“だいいち”に思い浮かべ、受診していただけるような地域のみなさまのための病院を目指しています。そして倉敷第一病院は、地域の皆様の楽しくワクワクする健康長寿100歳人生にお役に立てる病院になりたいと思います。倉敷第一病院は、皆様の健康長寿100歳人生をまず“だいいち”に考える病院になります。

新しく始まった「令和」元年に、倉敷第一病院に赴任しましたことは大変うれしいことでもあり、大きな責任も感じています。微力ではございますが、自分の力のかぎり精一杯がんばりたいと思います。ご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。



## 私の主治医

皮膚科より

### 『紫外線』について

日差しがまぶしい季節になってきました。最近は天気予報でも紫外線注意報が出る時代です。今回はその紫外線による皮膚障害と紫外線予防についてお話したいと思います。

紫外線をはじめとする太陽光線は、適度に（季節・地域などにより5分から数10分程度）浴びることで、1日に必要なビタミンDが皮膚で生成されて健康維持に役立ちます。しかし、長時間無防備に浴びる事による悪影響もあり、主に『急性障害（日焼け）』と『慢性障害（しわ・しみ色素沈着・発癌など）』があります。特に慢性障害については光老化（読み方：ひかりろうか）ともいわれ、子供の頃からの予防が必要であると言われています。

紫外線には、肌の深部にまで影響を及ぼし慢性障害の原因となるA波（UVA）と短時間で急性障害をきたすB波（UVB）があります。紫外線予防というと多くの方はB波によるしみや日焼け予防を気にされますが、しわ・たるみの原因となるA波の予防も重要です。

紫外線予防に関しては、日焼け止めの使用の他、サングラスをかける、長袖の衣服や帽子の着用、日傘の使用などがあります。日焼け止めに表記されている『SPF』はB波の防御指数で、『PA』はA波の予防指数です。SPFは日常の買い物程度であれば15程度のものを選べば問題ありません。屋外でのスポーツ時などはそれ以上の数値のものを使用したほうがいいでしょう。また、PAは+～++++の表記がありますが、日常的にはPA+程度で十分です。ただし、A波は曇りや雨の日、屋内であってもガラスを通して室内に入ってきます。特に5月～8月は紫外線量の最も多い時期ですので、屋内でも軽い日焼け止めを使用することをオススメします。少し厚塗りになるように塗り、汗で流れた場合は塗り直すこともポイントです。

皮膚のことでお困りのことがございましたらお気軽にご相談ください。皮膚科診療は、午前は月曜日から金曜日まで毎日、午後は火曜日・水曜日診療を行っております。

|                   | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  |
|-------------------|----|----|----|----|----|
| 午前<br>9:30～11:30  | 松田 | 松田 | 松田 | 松田 | 松本 |
| 午後<br>13:30～15:00 | 手術 | 松田 | 松田 | 手術 |    |



医療法人 誠和会

倉敷第一病院 健康管理センター

## リニューアルオープン



誰もが安心して快適に受診できる

倉敷第一病院 健康管理センター がスタートします

健康や予防に意識やニーズが高まる中、倉敷第一病院では病院併設型の健診施設をリニューアルオープンいたしました。

胸部X線装置をはじめ各種最新医療・検査機器の導入により、基本検査項目のほとんどを施設内で受診することが可能です。

診療部門と連携を密に取ることで切れ目のないサービスをご提供し、皆さまに選んでいただける健診施設を目指します。

## 当施設の特長

- ① 最新の医療・検査機器の導入により、精度の高い健康診断が可能です。
- ② 健診受診者さまと外来・入院患者さまを分けることで、検査時間を短縮できます。
- ③ 検査で異常が発見された場合、診療部門において迅速に精密検査または治療を開始できます。

## 当施設で受診できる健診について

- 一般健康診断(雇入時の健康診断、定期健康診断等)
- 倉敷市健康診査・がん検診
- 協会けんぽ生活習慣病予防健診
- 人間ドック 等

## 【電話番号】

病院代表 (086)424-1000へご連絡ください

## 【受付時間】

月～金 9:00～11:00 / 13:30～15:00  
土 9:00～11:00



お気軽にお問い合わせください

# 医師紹介

## 常勤医師

### 内科



さかぐち こうさく  
総院長 坂口 孝作

専門分野：内科一般  
消化器  
肝臓

#### 【患者様へ】

2019年4月1日から倉敷第一病院で診療をしています。  
内科で、専門は消化器疾患、肝疾患です。  
地域コミュニティの皆様のご健康を守るために、精一杯努力します。  
よろしくお願い申し上げます。

#### 【認定医・専門医・指導医】

日本内科学会認定内科医・指導医  
日本消化器学会専門医・指導医・学会評議員・中国支部評議員  
日本肝臓学会専門医・指導医・西部会評議員

## 非常勤医師

|    |        |                    |
|----|--------|--------------------|
| 内科 | 藤井 佑樹  | (毎週 火曜日 PM)        |
| 外科 | 東田 正陽  | (毎週 木曜日)           |
|    | 諏澤 憲   | (毎週 木曜日)           |
| 整形 | 増田 真   | (第1, 3, 5週 月曜日 PM) |
|    | 河村 涌志  | (第2, 4週 月曜日 PM)    |
| 健管 | 原田 友美子 | (毎週 金曜日 AM)        |
| 歯科 | 山田 知枝  | (毎週 水曜日)           |

## 伝言板

### 第15回 呼吸器患者教室

日時：6月11日（火） 14：00～15：00

場所：本館 6階 ラウンジ

内容：今日からはじめる呼吸リハビリ  
呼吸ケアのワンポイントアドバイス  
あなたの肺は何歳ですか

参加無料です！

—— 呼吸サポートチーム ——

### AED 設置

#### 新たにAED

(自動体外式除細動器)  
が、北館1階のエレベーター横に設置されました。



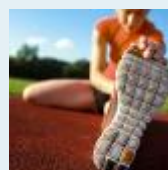
### 院内講話 開催されました

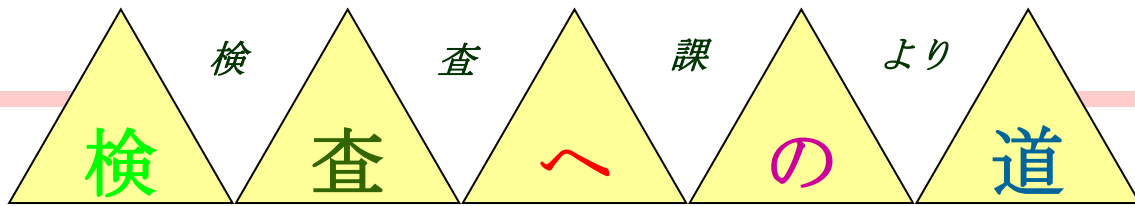
4月17日（水） 13：30～14：30

北館6階 ISAMホールにて

院内講話 足の勉強会「フットケア 知ってますか？」  
が、当院 外科 平林葉子 医師により  
行われました。

ご参加ありがとうございました。





## アレルギーとは・・・

私たちの体には、ウイルスや細菌などの異物が入ってきた時に、これらの外敵を攻撃しようとする免疫機能が備わっています。ところが、この免疫が、食べ物やホコリ、花粉など、身の回りにある通常は身体に害を与えないものまでを有害物質と認識して過剰に反応してしまうことがあるのです。これがアレルギーです。アレルギーを起こしやすい体質は遺伝することがあります。アレルギー疾患は年々増加傾向にあり、全人口の約2人に1人が何らかのアレルギー疾患を有するとされています。

アレルギーかな？と思ったら原因を知ること、それがアレルギー治療の第一歩です。血液検査の結果を参考に医師が診断し治療の方針を判断します。一度、皮膚科医師、内科医師に相談してみてもはどうでしょうか。

### ◆アレルギーの原因を見つける血液検査

1回の採血でアレルギー症状を起こしやすい39種類のアレルゲンを調べる血液検査セットがあります。（1度に39種類の結果が出ます。）

### 検査項目名「Viewアレルギー39検査」

室内塵：ヤケヒョウヒダニ、ハウスダスト1  
 動物：ネコ皮膚、イヌ皮膚  
 昆虫：ガ、ゴキブリ  
 樹木：スギ、ヒノキ、ハンノキ属、シラカンバ属  
 イネ科：カモガヤ、オオアワガエリ  
 雑草：ブタクサ、ヨモギ  
 真菌：アルテルナリア(ススカビ)、マラセチア属  
 アスペルギルス(コウジカビ)、カンジダ

吸入系  
18種

卵：卵白、オボムコイド  
 牛乳：ミルク  
 穀類：小麦、ソバ、米  
 甲殻類：エビ、カニ  
 豆類：大豆、ピーナッツ  
 肉類：鶏肉、牛肉、豚肉  
 魚類：マグロ、サケ、サバ  
 果物：キウイ、リンゴ、バナナ  
 その他：ゴマ

食物系  
20種

職業性：ラテックス

その他 1種