VOL.02
2026.10

つながる、ひろがる

# And



特集 And Care-

## その息切れ、年齢のせい？ 知っておきたい「心不全」のこと

And Careful　健診・予防接種のお知らせ　…　P1
And New Face　新任医師のご紹介　…　P4

Take Free!
ご自由にお持ち帰りください

公益財団法人 周南市医療公社 周南市立新南陽市民病院 広報誌

And Careful

# 検診・予防接種のご案内

病気の早期発見につながる検診と、感染症を予防するワクチン。
どちらもこれからの健康を守るために大切なものです。
今回は「夜間乳がん検診」と「インフルエンザ・新型コロナワクチン」についてご案内します。
ぜひこの機会に、健康について考えてみませんか？



## 夜間乳がん検診

実施日時）10月26日、11月30日、12月21日
17:30～20:00
※すべて月曜日

対象）40歳以上の女性

内容）マンモグラフィー

定員）各日10名程度

予約方法）当院受付窓口、
または電話(☎0834-61-2500)にて
受付時間8:30～17:00(土日祝除く)

自己負担額）

| | |
|---|---|
| 節目年齢、生活保護世帯の方 | 無料 |
| 40～69歳の方 | 1,700円 |
| 70歳以上の方 | 500円 |
| 市町村民税非課税世帯の方 | 500円 |

## 新型コロナワクチン予防接種

接種実施日）11月11日、18日、25日
12月2日、9日、16日
2027年1月13日、20日、27日
※すべて水曜日

受付時間）13:45～14:15

接種時間）14:00～14:30

受付締切）2027年1月22日(金)午前中まで

接種費用）

| | |
|---|---|
| 一般の方<br>(高校生を除く18歳以上の方) | 15,600円 |
| 65歳以上の方 | 4,680円 |

## インフルエンザ予防接種

接種実施日）11月10日、17日、24日
12月1日、8日、15日
※すべて火曜日

接種時間）①14:00～14:15　②14:30～14:45
③15:00～15:15　④15:30～15:45

受付締切）12月11日(金)午前中まで

接種費用）

| | |
|---|---|
| 一般の方<br>(高校生以上の方) | 4,950円 |
| 65歳以上の方 | 1,490円 |

※接種時間の15分前からが受付時間となります。
※受付時間より早く来院されても受付・接種はできません。

予防接種をご希望の方は、各科受付または総合受付にてご予約を承っております。
お電話でのご予約も受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。

公益財団法人　周南市医療公社
周南市立
新南陽市民病院
Shunan City Shinnanyo Hospital

住所　〒746-0017
山口県周南市宮の前二丁目3番15号
電話　(0834) 61-2500
休診日　土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12/29～1/3）

受付　8:00～
診察　9:00～
※一部診療科は診療時間が異なります

And Link

# 経営企画課だより

ホームページリニューアルのお知らせ

もっと見やすく、もっとつながる病院へ。

6月1日にホームページをリニューアルしました！
患者さんや地域のみなさまが必要な情報に迷わずたどり着ける「やさしいサイト」を目指し、ページの構成や案内の流れをわかりやすく整理しました。
スマートフォンからも快適にご覧いただけるようデザインを一新し、診療案内や各種サービスなど、知りたい情報もより探しやすくなっています。

これからも、患者さんや地域のみなさまにとって、より見やすく、より使いやすいホームページとなるよう、内容の充実に努めてまいります。



And Update

## 高額療養費制度が変わりました！

### 令和8年8月から自己負担限度額が見直されています



高額療養費制度とは、医療費の自己負担額が1か月の上限額を超えた場合に、超えた分が払い戻される制度です。
上限額は年齢や所得によって異なります。　※制度改正により、自己負担限度額などが変更される場合があります。

### ■主な変更点

**自己負担限度額が一部変更されました**
所得区分ごとに、自己負担の上限額が一部変更されています。

**年間の自己負担上限額が新たに導入されました**
1年間の自己負担の合計額に上限が設けられ、越えた場合は後日支給されます。

**70歳以上・70歳未満ともに所得区分ごとの限度額を適用します**
窓口にてマイナ保険証の確認または限度額適用認定証の提示をお願いします。

### ■区分ごとの自己負担限度額（月額上限額）の一覧

※（　　）内は多数回該当の金額

| 所得区分 | 70歳以上の方（外来特例あり） | | |
|---|---|---|---|
| | 月額上限額（令和8年8月～） | 外来特例※（月額上限額） | 年間上限額（新設） |
| 現役並み所得者3 | 270,300円＋（医療費－901,000）×1％（140,100円） | - | 1,680,000円 |
| 現役並み所得者2 | 179,100円＋（医療費－597,000）×1％（93,000円） | - | 1,110,000円 |
| 現役並み所得者1 | 85,800円＋（医療費－286,000）×1％（44,400円） | - | 530,000円 |
| 一般 | 61,500円（44,400円） | 22,000円 | 530,000円 |
| 低所得者2 | 25,700円（24,600円） | 11,000円 | 290,000円 |
| 低所得者1 | 15,700円 | 8,000円 | 180,000円 |

| 所得区分 | 70歳未満の方 | |
|---|---|---|
| | 月額上限額（令和8年8月～） | 年間上限額（新設） |
| ア | 270,300円＋（医療費－901,000）×1％（140,100円） | 1,680,000円 |
| イ | 179,100円＋（医療費－597,000）×1％（93,000円） | 1,110,000円 |
| ウ | 85,800円＋（医療費－286,000）×1％（44,400円） | 530,000円 |
| エ | 61,500円（44,400円） | 530,000円 |
| オ | 36,900円（24,600円） | 290,000円 |

※外来特例（70歳以上）：70歳以上の人が、外来（通院）だけで医療費が高くなったときに、自己負担額に月ごとの上限を設けることです。
※多数回該当：過去12か月の間に高額療養費に何度も該当している方は、4回目以降から自己負担の上限が低くなります。

年間上限額を超えた場合は、条件に応じて後日支給されます。
手続きや対象となる条件など、詳しくは加入している健康保険の保険者へお問い合わせください。

その息切れ、年齢のせい？

# 知っておきたい！「心不全」のこと

近年、高齢化と生活習慣病の増加に伴い、心不全の患者さんが急増しており、「心不全パンデミック」と呼ばれています。
加齢とともに心臓の働きは低下しやすく、心不全に悩む患者さんも増えています。

## 心不全とは？

心不全は、心臓の力が弱くなり、体に必要な血液を十分に送れなくなる状態です。
息切れや疲れやすさ、足のむくみなどがみられたり、急に呼吸が苦しくなることもあります。高血圧や心臓の病気などによって起こることが多いですが、それ以外の色々な原因でも生じます。

## Q&A 年齢と心不全はどんな関係があるの？



**Q** 年齢とともになぜ心不全が増えるの？

**A** 加齢に伴い、心臓だけでなく全身のさまざまな変化が重なることで心臓の負担が増え、心不全を発症しやすくなります。





**心臓**

筋肉のしなやかさが失われ、収縮する力も低下します



**腎臓**

水分量を調節する力や塩分を排出する力が低下します



**血管・血液**

動脈が硬くなったり貧血で血液が薄くなることで心臓に負担が増えます

**これらのバランスが悪化すると心臓の負担が増え、心不全を発症しやすくなります。**

### 心不全を悪化させやすい病気

☐高血圧　☐糖尿病　☐慢性腎臓病　☐心房細動　☐心筋症　☐心筋梗塞

「いつもと違う」と感じたら、無理をせず早めにご相談ください。
心不全の悪化を防ぐためには、日頃の気づきと早めの対応が大切です。

## 心不全を予防するために

心不全は、さまざまな病気や生活習慣と関係しています。心不全の発症や悪化を防ぐためにも、日頃から血圧や体重などの健康管理を心がけ、できることから生活習慣を見直していきましょう。


















循環器内科
副院長/医療支援部長
地域連携・入退院支援センター長
救急医療推進室長
河野正輝 先生

専門医等の資格：
○日本内科学会　認定医
○日本内科学会　総合内科専門医
○日本循環器学会　専門医
○日本医師会認定産業医
○身体障害者福祉法指定医

# 新任医師のご紹介
#And New Face



麻酔科部長　日高 昌三医師

・専門医等の資格・
麻酔科標榜医
日本麻酔科学会認定医/指導医
日本専門医機構麻酔専門医
日本ペインクリニック学会専門医
臨床研修指導医　医療安全管理者
医学博士

**出身地を教えてください。**
宇部市。高校生以来の山口県に戻ってきました。

**専門の分野について教えてください。**
麻酔　ペインクリニック

**趣味や休日の過ごし方について教えてください。**
ごろごろ（これが最も大きなウエイトを占めます）
80年代洋楽
日本イシガメの飼育、鯉・金魚との戯れ



**患者さんへメッセージをお願いします。**
手術を受けることは患者さんの人生で大きなイベントです。
そのことを忘れず、患者さんに寄り添い、安心して麻酔を受けられるよう努めます。そして何より安全な麻酔を心掛けたいと思っています。
麻酔に関する事、何でもお気軽にご質問ください。

And Voice

# 病院のお仕事図鑑
## 看護補助編




看護補助者は、患者さんの身近な存在として、環境整備や配膳・下膳、検査室への付き添い、入浴介助のサポートなど、日々の療養生活を支えています。
今回ご紹介するMさんは、明るい笑顔と丁寧な声かけを大切にし、患者さんやスタッフから信頼されている看護補助者です。
「ありがとう」の言葉を励みに、看護師と連携しながら、病棟の一員としてチーム医療を支えています。

## 1日のスケジュール




## 看護補助者に Q&A 聞いてみた！

**Q 仕事の相棒は？**

Answer
**メモ帳とボールペン！**
気づいたことをすぐ書けるよう、常に持ち歩いています。

**Q 仕事の原動力は？**

Answer
**患者様からのお礼の言葉。**
「ありがとう」といった感謝の言葉をいただけると嬉しいかな。
また頑張ろうって思えますね。

**Q 患者さんと接するときに心がけていること**

Answer
**笑顔と言葉遣い。**
患者様に安心していただけるよう、言葉は丁寧に。
それが一番ですかね。



And Voice

まちと、ひとと、つながる。

# And Community

## 看護の力に触れる、特別な一日

(担当：看護師 渡辺)

5月10日（日）、当院では日本看護協会のテーマ「見つめる、その先のわたしへ」に沿い、小学4～6年生と保護者を対象とした看護の日のイベントを開催しました。

11組23名が参加し、車イス・ストレッチャー操作、血圧測定、手洗いチェッカー体験、手術室での帽子・手袋着用などを通して、看護の仕事を身近に感じていただきました。普段入る機会のない手術室では、器材や無影灯に興味を示し、熱心に質問する姿が多くみられました。また、手洗い体験を通して、親子で感染対策の大切さを学んでいただく機会となりました。白衣試着は記念として好評で、「看護師になりたい」と将来への憧れを口にする児童の姿も見られました。

今回の取り組みは、児童が医療に親しみを持ち、看護への関心を高める機会となるとともに、地域の皆様との温かな交流促進にもつながるものとなりました。









## 地域のイベントに、看護の力をプラス！

今年のサンフェスタには、当院の看護師が救護班として参加しました。

会場の様子を見守りながら、体調が気になる方へ声をかけたり、水分補給を促したりと、医療の視点を生かしたサポートを実施。

地域の方々とお祭りの場でふれあう時間は、病院と地域の距離をぐっと近づけてくれました。










## 地域に寄り添う、私たちの看護

「知ってもらう」ことから「安心してもらう」ことまで、看護師の役割はさまざまです。
今回の活動を通して、地域の皆様とふれあい、健康や看護について知っていただくことの大切さを実感しました。
これからも地域に寄り添い、皆様の笑顔と安心を支える看護を大切にしていきます。

# And Smile!

福利厚生のご紹介

野球観戦にグルメツアー。共済会のレクリエーションは
今年も笑顔が満開。
職場を離れて過ごすひとときが、明日の元気をそっと
チャージしてくれます。



## WATCH 野球観戦

当日は球場の熱気に包まれながら、迫力あるプレーを間近で観戦！
球場ならではの熱気と迫力を間近で感じながら、みんなで応援して盛り上がりました。
普段の仕事とは違う雰囲気の中、楽しく交流を深めることができました。




## GOURMET グルメツアー

美味しい料理を囲みながら、親睦を深める楽しいひとときとなりました。



美味しいランチを囲んで、
会話も弾む楽しいひとときでした♪



焼きたてのお肉を
味わいながら、
楽しく盛り上がりました♪



美味しい料理とお酒で、
和気あいあいと楽しい時間を
過ごしました♪

今年の共済会イベントは、野球の熱気とグルメの魅力がぎゅっと詰まったラインナップ。
スタンドで一緒に声を上げたり、美味しいものを囲んで笑ったり、いつもの仲間と"職場以外の顔"で過ごす時間はやっぱり特別です。
忙しい毎日から少し離れてリフレッシュすることで、自然と会話も弾み、チームの空気もふわっと軽くなる。そんな小さな楽しみが、病院全体の雰囲気を明るくしてくれるのかもしれません。

## Announce 01 音声認識AIを活用した診療について

当院では、音声認識AIで診察をサポートしています。
医療DXの一環として、当院では診療記録の一部に音声入力システムを活用しています。これにより、記録の精度向上や業務効率化が進み、患者さんと向き合う時間をより多く確保できるようになります。
医療の質を高めるための取り組みとしてご理解いただければ幸いです。



## Announce 02 AED設置のおしらせ

当院では、万が一の緊急事態に備え、地域の皆さまにもご利用いただけるAED（自動体外式除細動器）を救急入口に設置しました。突然の心停止など、一刻を争う場面での救命に役立つAEDを、安心してご利用いただける環境を整えています。
これからも地域に根ざした医療機関として、皆さまの健康と安心を支えてまいります。



# And Event

参加費無料

## 楽しみながら学べる！糖尿病ブルーサークルイベント

当院では、「世界糖尿病デー」に合わせ、啓発活動の一環として、**11月14日（土）13時～15時**に**ブルーサークルイベント**を開催します。

医師による糖尿病の基礎を学べる講演のほか、血糖測定体験や栄養・運動に関する相談、展示など、日常に役立つ内容を体験できます。子ども向けには、スーパーボールすくいや射的、輪投げ、ナース服での写真撮影など、楽しめるコーナーも用意しています。ご家族で気軽に参加できる催しです。

イベントの詳細は二次元コードからご覧ください。
たくさんのご参加をお待ちしています！

実際の献立を通して、糖尿病食の工夫やポイントをご紹介します。





毎日の健康づくりに役立つ運動について、一緒に考えます。

開催場所　周南市立新南陽市民病院
日　　時　2026年11月14日（土）13時～15時
詳　　細

お問い合わせ
周南市立新南陽市民病院
☎(0834)-61-2500(代)　担当：リハビリ　沖



# And Hospital Guide



公益財団法人　周南市医療公社
**周南市立新南陽市民病院**
Shunan City Shinnanyo Hospital

1.市民のための「地域病院」であること
2.医療及び健康を求める人々に親しまれ「開かれた病院」であること
3.健康・福祉との連携にも積極的に寄与し「市民コミュニティー」を形成すること
4.病院も進歩と変化に対して、発展し、成長し続ける「伸びゆく病院」であること



住所　〒746-0017 山口県周南市宮の前二丁目3番15号
電話　(0834) 61-2500　FAX　(0834) 61-2501
受付　8:00～　診察　9:00～ ※一部診療科は診療時間が異なります
診療科　●内科 ●糖尿病・血液内科 ●循環器内科 ●消化器内科 ●腎臓内科 ●呼吸器内科 ●外科 ●脳神経外科 ●整形外科 ●泌尿器科 ●眼科
休診日　土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12/29～1/3）

HP

外来診療担当医表

### ●周南市介護老人保健施設 ゆめ風車
住所　〒746-0017 山口県周南市宮の前二丁目6番27号
TEL　(0834)-61-3151

### ●訪問看護ステーション ゆめ風車
住所　老健ゆめ風車1F
TEL　(0834)-61-2510

### ●指定居宅介護支援事業所 ゆめ風車
住所　老健ゆめ風車1F
TEL　(0834)-61-3277



営業時間　8:30～17:15
休業日　土曜日、日曜日、祝日、年末年始(12/29～1/3)