

参加費 無料 イベント開催! お気軽にご参加ください!


## 第16回 まちの保健室

平成30年5月15日(火) 開催  
会場 イオンモール奈良登美ヶ丘 時間 10:00~14:00

**糖尿病** **骨粗しょう症** **高血圧** など

看護師・ケアマネ等が健康に関する様々なご相談に応じます。

骨密度・血管年齢・身長・体重・血圧・BMIの測定  
何でも健康相談(食事・健康状態など...)



健康管理は検診で! 各種検診はお早めにご予約ください!

### 特定健康診査 予約制/受診券持参

期間 ○社会保険加入者とその家族 ○国保加入者とその家族、後期高齢者  
平成30年4月1日~平成31年3月31日 平成30年7月1日~(予定)

### 特定保健指導 予約制/利用券必要

申込 Tel.0742-43-3333 (受付 13:00~17:00)

参加費 無料 平成30年度 糖尿病教室(公開講座)受講者募集! どなたでもご参加OK!

会場 西奈良中央病院2階会議室  
時間 14:00~15:30 (受付 13:45より)  
必要な物 筆記用具、計算機、(糖尿病交換表・糖尿病手帳)  
申込 栄養給食課までお申込みください  
TEL 0742-43-3333

第1回 5月26日(第4土曜日)  
糖尿病ってどんな病気?  
糖尿病の検査について ~あなたの血糖値は大丈夫ですか?~

第2回 6月23日(第4土曜日)  
糖尿病の運動療法 ~運動のコツ~  
糖尿病薬の働きについて ~あなたの使っている薬はどんな薬?~

## 社会医療法人 松本快生会

### 西奈良中央病院 救急告示病院24時間体制

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-15  
TEL 0742-43-3333 FAX 0742-43-8607  
http://www.nishinarachuo.or.jp

診療時間 9:00~12:00 (受付時間 8:30~11:30)  
休診日 日曜日・祝日・年末年始  
面会時間 月曜日~土曜日 13:00~19:00  
日曜日・祝日 10:00~19:00

介護老人保健施設 大和田の里  
〒631-0056 奈良市丸山2丁目1220-163  
TEL: 0742-51-6003 FAX: 0742-51-6013  
●入所サービス ●短期入所療養介護  
●通所リハビリテーション  
●収容入所者数: 82名(短期入所者を含む)  
●収容通所者数: 20名

西奈良中央病院附属 丸山診療所  
(大和田の里内に併設)  
TEL: 0742-51-7336 FAX: 0742-51-7128  
診療科目/内科・循環器科  
診療時間/9:00~12:00  
休診日/火曜日・日曜日・祝日・年末年始

訪問看護ステーション なでしこ  
〒631-0041 奈良市学園大和町5-16SENビル1F  
TEL: 0742-47-6012 FAX: 0742-47-6267

訪問看護ステーション さわやか  
〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル2F  
TEL: 0742-40-1600 FAX: 0742-40-1601

西奈良中央病院 ケアプランセンター  
〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル2F  
TEL: 0742-43-3013 FAX: 0742-43-3731

こぐま保育園  
〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル1F



※7:15~8:15 一部通行止区間がございます。

こころと心をつ結び信頼と安心をお届けする情報誌

ご自由にお持ち帰りください。

# はあ〜と通心

38号  
4月発行

## 「心の医療」をもって地域住民に貢献する。

### 西奈良中央病院の基本方針

- 奈良市西部地域の中核病院として、地域の医療・介護・福祉施設と連携を密接にし、地域包括ケアシステムの構築を目指すとともに住民の生命を守り、健康の増進を図ります。
- 私たちは、地域に住む人々に、医療における安全を重視し、信頼と安心を提供できる病院を目指します。
- 私たちは、「病気を診るだけでなく人を癒す病院」として患者様とご家族の心を思いやり、共に考え、患者様中心の医療を目指します。
- 私たちは、地域住民が安心して暮らせるよう、救急医療体制の充実を図ります。
- 私たちは、自己研鑽に励み、全職員が一丸となってチーム医療を実践し、良質な医療の提供に努めます。
- 私たちは、優れた医療人を育成し、明るく働きがいのある病院を創ります。



## 個人のお客さま対象 人間ドック料金割引を実施します!

平成30年4月~5月 期間限定の割引を実施します。  
※会社等を通さず、個人で受診していただく方が対象

人間ドック基本料金(日帰り)  
〔通常〕¥46,440(税込) ⇒ **¥35,640(税込)**

健康保健組合・各企業との契約がある場合、契約内容に準拠します。  
詳細については、健康管理センターまでお問い合わせ下さい。

健康管理センター 直通電話 0742-43-8868 ※日祝除く9:00~17:00まで



公益財団法人日本医療機能評価機構認定  
人間ドック健診施設機能評価認定

社会医療法人 松本快生会  
西奈良中央病院

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-15  
TEL 0742-43-3333 HP http://www.nishinarachuo.or.jp

# 病院薬剤師のお仕事について

私たち薬剤師は患者さんが安心して医薬品を使用していただけるように、どのような仕事をしているかご存じですか。今回は薬剤師のお仕事について紹介したいと思います。

## 薬剤師の主な仕事内容

### 医師と協力

薬剤師としての立場から、検査値や相互作用・副作用などを確認し、お薬がより安全に使用されるように医師と話し合っています。



### 調剤業務

調剤とは、医師が出した処方箋をもとに正しい分量でお薬を出したり調合する事です。その際、医師が指示したお薬がその患者さんにとって問題ないか、確認をする作業も行います。



### 注射薬の調剤

注射薬は人体に直接使用するので特に安全で衛生的な作業が要求されます。薬剤師が行う事で無菌的に調剤ができ、一緒に混ぜてはいけない注射薬の確認もできます。



### 持参薬聞き取り

入院する際、現在服用中のお薬とお薬手帳など飲み方の分かるものを持参してもらい、どんなお薬をいつどれだけ飲んでいるかをお薬手帳などをとくに患者さんに確認します。その確認により、入院時の症状だけでなく他にどんな病気があるのか等も確認することができます。

### 服薬指導業務

どのお薬をどのようなタイミング（食前・食後など）で何種類飲めばいいか、どのような効き目や副作用があるかなど患者さんに説明します。また、他にもお薬などを飲んでいないか、アレルギー体質ではないか、妊娠していないかなど、お薬の副作用を起こす条件が無いかなど確認し、より安全にお薬を使用されるようにします。

### チーム医療の推進

医師・看護師・理学療法士・栄養士など様々な専門スタッフと協力して、薬剤師も専門知識を活かしてより良い医療を提供しています。また、医療安全対策として、感染や褥瘡（床ずれ）の予防、あるいは栄養管理などにおいても、薬剤師の立場で貢献しています。



お薬について質問・疑問などがあれば、いつでもどんなことでもお呼びください。普段、外来の患者さんとはなかなか接する機会はありませんが、お気軽にお声掛けください。

# エルゴメータ（運動負荷心電図）検査について

4月より新しい心電図検査としてエルゴメータによる運動負荷心電図検査が始まりましたので、ご説明させていただきます。



エルゴメータ

## エルゴメータ検査とは？

心電図をテレビ画面に写しながら1分ごとに血圧を測定して、固定設置された自転車（エルゴメータ）で約10分間の運動をします。ペダルは時間経過にともなってだんだん重くなるので、血圧と脈拍が上昇します。このときの症状・心電図・血圧をチェックします。

### どんな人が受けるの？

- 胸痛・動悸・息切れのある人…**  
狭心症、不整脈など心臓の病気が潜んでいないかどうかを診断する目的で。
- すでに心筋梗塞や狭心症と診断され治療を受けている人…**  
どの程度までの運動なら許容されるか、あるいは運動禁止なのか知りたい。
- 職場健診、学校健診（中学生以上）で心疾患を指摘された人…**  
スポーツをしてよいか、体育授業や運動クラブに参加してよいか知りたい。
- マラソン大会などの競技会に参加したい人…**  
最近、健康診断を受けていないのでメディカルチェックをしたい。



### どうすれば受けれるの？

まずは、循環器内科を受診して予約をしていただきます。

### 検査を受けるときはどうするの？

- ・食事は検査の2時間前には済ませてください。
- ・自転車を漕いで汗をかくので、Tシャツ・ズボン・タオルを持参して下さい。



### 検査時間は？

全体の所要時間は30分程度です。実際にペダルを漕ぐのは10分程度です。

### 結果はどのくらいでできるの？

後日、担当医からお伝えいたします。



幅広い病気に効果があるのでぜひ利用してみてください。

リハビリ  
テーション科  
より

## 杖紹介イベント「転ばぬ先の杖」

人はいつでも転ぶ可能性があるものです。今回、西奈良中央病院の外来待合スペースにて転倒に関する情報の展示及び杖のチェック、紹介販売のイベントを行います。

日程 **4月13日(金)・19日(木)・24日(火)**

時間 **11:00~12:00**

会場 **西奈良中央病院 外来待合スペース**

参加費  
無料

### 内容

- 転倒に対する資料の展示
- 各種杖の試用・販売
- 杖の長さ・杖先ゴムのチェック・部品交換

## イベントでは杖に関する疑問にお答えします！



### 杖は正しく使いましょう

正しい杖の使い方や品質・機能を把握しておくことで、転倒したりといった事故を防ぎ疲労も抑え、日常生活の幅を広げることができます。



自分にぴったりの杖を選んで、毎日の生活を充実させましょう。