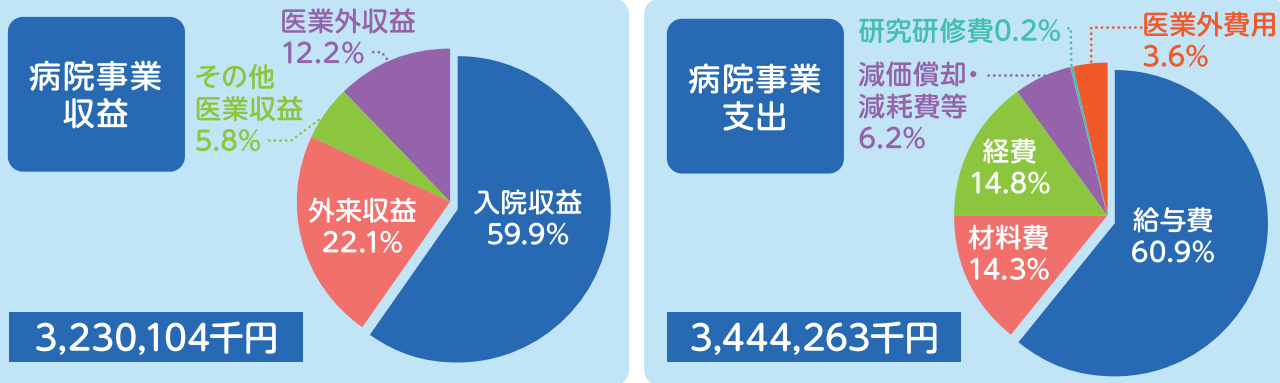


令和5年度 経営状況報告



業務量		令和5年度	
入院	延べ患者数	人	42,781
	1日平均患者数	人	117.2
	診療単価	円	45,218
	病床利用率	%	54.2
外来	延べ患者数	人	62,502
	1日平均患者数	人	231.5
	診療単価	円	11,434
	病院事業収益	千円	3,230,104
	病院事業費用	千円	3,444,263
	純利益	千円	△ 214,159

令和5年度決算の報告

7月の地域包括ケア病棟リニューアルオープンに向けて全面改修工事を実施したため、6月末日まで地域包括ケア病棟を全面閉鎖していたこと、また、新型コロナウイルス感染症の5類移行後、入院患者数は増加傾向にありましたが、依然コロナ禍前の水準に戻っておらず、入院患者数は少ない状況でありました。このことに加え、賃金の引上げや物価高騰の影響等により令和5年度は非常に厳しい運営状況になっています。

以上のことから、当年度純損失は214,159千円となりました。

今後は、令和5年度に策定した国保中央病院経営強化プランを踏まえた取組みを着実に進めていくとともに、病院経営の効率化、健全化を推進し、安定した経営状況を維持してける運営体制を確立して参ります。

また、診療施設等の整備としては、建物の長寿命化を目的とした大規模改修工事基本計画を策定したところであり、今後はこの計画に基づいて改修を行っていく予定であります。

今後も地域の皆様に信頼され選ばれる病院として、医療の質の向上と経営改善に努めて参ります。

外来診療案内

※赤字は女性医師です。令和6年10月1日現在

診療科		月	火	水	木	金	土
内 科	一診	吉 川	竹 田	吉 川	竹 田	吉 川	担当医
	二診	後 一	植 山	澤 田	高 井	塩 山	—
	三診	尾 山	中 村	渡 邊	森 本	後 一	—
	四診	澤 田	堂 原 (肝臓外来)	野 木 (循環器)	—	渡 邊	—
	五診	石 原 (循環器)	—	—	—	—	—
	午後	—	—	(禁煙外来)	—	—	—
外 科	一診	—	—	—	—	第1・第3田村 (心臓血管外科)	吉 川 (第3のみ10時～)
	二診	明 石	杉 森	尾 原	明 石	杉 森	尾 原
整 形 外 科	一診	佐 本	荒 木	佐 本	片 山	吉 良	担当医
	二診	吉 良	森 田	三 島	—	米 田	—
	三診	—	—	吉 井	—	—	—
小 児 科	一診	阪 井	中 農	飯 田	高 川	橋 本	担当医
	二診	飯 田	高 川	橋 本	中 農	阪 井	担当医
	午後	—	予約外来 (慢性疾患)予防接種	予約外来 (慢性疾患)予防接種	予約外来 (慢性疾患)	予約外来 (慢性疾患)乳児検診	—
	アレルギー外来 午後(完全予約制)	—	中 農	中農 橋本	中農 橋本	橋 本	—
泌 尿 器 科	望 月	望 月	望 月	望 月	中 井	望 月	
皮 膚 科	—	小 川	篠 田	西 村	—	—	
緩和ケア科(ホスピス外来)(完全予約制)		山 本	中 村	—	—	山 本	—
緩和ケア外来(完全予約制)		—	杉 森	杉 森	—	—	—
心療内科(精神腫瘍科)(完全予約制)		—	—	—	四 宮	—	—

**診療受付
時 間** 初診は午前8:30から午前11:00まで
再診は午前8:00から午前11:00まで
※泌尿器科診療開始時間は9:30からとなります。

休 診 日 第2・4土曜日、日曜日、祝日
12月29日～1月3日 年末年始休暇

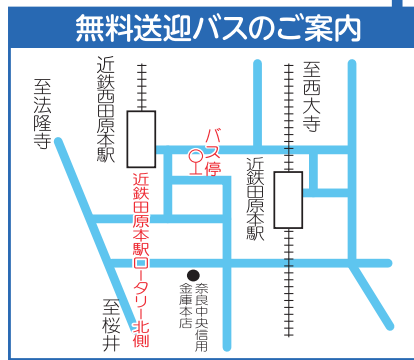
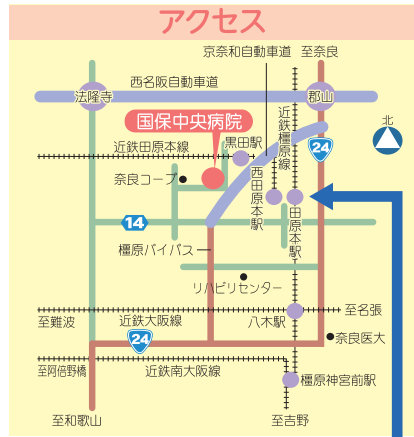
※受付時間以外の時間帯で診察を希望される場合、お電話等にてお問い合わせください。

※リハビリテーション科は当院は院内患者様に限らせて頂きます。※担当医は変更となる場合があります。

◆広報誌「さわやか」についてのご意見・ご感想を募集します◆

今後の広報誌作成の参考にさせていただきたいので、皆様のお声をお聞かせください。(いただいたご意見等への個別回答は行いません)
国保中央病院ホームページの「お問合せ」よりお寄せください。
皆様のお声をお待ちしております。

お問合せフォームQRコード
※内容に「さわやか」の件と
ご記入ください。



■バスの時刻表は、ホームページをご覧ください。
■近鉄田原本駅・西田原本駅下車、無料送迎バス利用 約8分
■近鉄黒田駅下車、徒歩約10分

編集発行：国保中央病院(広報誌編集委員会)
発行部数33,000部

2024年10月号 vol.58



国保中央病院 広報誌
KOKUHO CHUO HOSPITAL

さわやか



目次	糖尿病について	1
	糖尿病の食事療法について	2
	糖尿病の運動療法	2
	【お知らせ】	
	健康フェスティバル	3
	地域住民公開フォーラム	3
	アレルギー教室のご案内	3
	糖尿病教室のご案内	3
	令和5年度経営状況報告	4
	国保中央病院への交通手段	4
	外来診療表・広報誌へのご意見・ご感想	4

基本理念

医療の質を高めることにより、地域住民の皆様の健康保持と増進に寄与し、住民の皆様に信頼され、愛される心温かな病院を目指します。

糖尿病について

内科 部長 竹田 幸祐

最近の報告では、糖尿病が強く疑われる方は1,000万人を超え、糖尿病予備群を合わせると約2,000万人となり、日本人の6人に1人は糖尿病、もしくは糖尿病予備軍と考えられ、もはや“国民病”と呼んでも過言ではありません。日本人は欧米人と比べると血糖値を下げる唯一のホルモンである「インスリン」の分泌能が低い人種です。インスリン分泌が少ないため、肥満、高脂肪食、運動不足、遺伝、ストレスなどにより、インスリンが効きにくくなり、さらにインスリン分泌能が低下し、軽度の肥満でも糖尿病を発症すると報告されています。

糖尿病は「最近、口が乾く」、「以前よりもおしっこの回数や量が増えた」、「疲れやすい」などの症状が出ることもあります。多くの場合、自覚症状が乏しい病気です。糖尿病が怖いのは、この病気を放っておくと、さまざまな別の病気が表れることです。「目が見えなくなる」、「おしっこがうまく作れなくなって体の中に老廃物がたまる(尿毒症)」、「足が腐ってしまう」などの病気に加え、虚血性心疾患や脳卒中、さらにはがんや認知症を増やしてしまいます。糖尿病は早めに診断・治療すれば、合併症を起こすリスクを最小化でき、健康な人と遜色ない生活を送ることができます。そのため、若いころに比べて体重が10kg近く増えた方、親兄弟、親戚が糖尿病、もしくは糖尿病の発症が心配な方は、どうぞお気軽に当院にご相談ください。まずは自分が糖尿病かどうかを知ることがとても大切です。

「一病息災」という言葉があります。「一病息災」は「1つくらい病気があった方が、かえって体に気を付けるので健康でいられる、長生きできる」といった意味です。つまり「糖尿病と共に生きる」ことで、糖尿病でない人よりも、新たな病気にかかることを未然に防げるのです。自分の病気をよく知り、予防しましょう。

一病息災！



国保中央病院 奈良県磯城郡田原本町大字宮古404-1 ☎0744-32-8800(代) fax 0744-32-8811(代)

訪問看護ステーション ☎0744-32-8800

■ホームページアドレス <https://www.kokuho-hp.or.jp/> ■メールアドレス info@kokuho-hp.or.jp



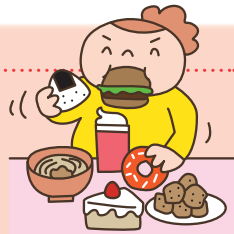
糖尿病の食事療法について

栄養科 管理栄養士 小池 和紀
(糖尿病療養指導士)

糖尿病のお食事は、以下の3点に注意しましょう。

◎食べ過ぎに注意

どなたでも、身体の大きさに適したエネルギー量(カロリー)があります。食べ過ぎから必要なエネルギー量を超えた場合、通常よりも大幅な血糖値の上昇に繋がります。自身の活動量や身体の大きさに合った食事量に抑えて、腹八分目を心がけましょう。



◎間食の習慣化に注意

3食の間におやつを食べることは血糖の降下を助け、その後の食事でさらなる高血糖を招きます。間食はしないことが望ましいですが、血糖値の上がりにくい食品を選択する、食事と一緒にあるいは食直後に食べるなど工夫することも大切です。



◎偏食や欠食に注意

朝食の欠食と献立がうどんとごはんなど炭水化物に偏った組み合わせなどの偏食は、逆に空腹感が強く、夕食をたくさん食べてしまい、血糖の急上昇を招いてしまいます。1日3食主食・主菜・副菜を揃えて、リズミカルに食べることを意識しましょう。



上記の3点に注意すれば基本的に食べてはいけない食品はありません。秋はさつま芋や果物など美味しい食材がたくさんあります。芋類や果物は糖質が多いので、ごはんなどの主食の代わりになることを理解して、食欲の秋を楽しみましょう。



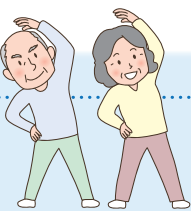
糖尿病の運動療法について

リハビリテーション科 技士長 須崎 俊文
(理学療法士)

血液中の血糖は、すい臓のホルモン(インスリン)により調整されています。この作用が崩れてしまっている状態が、糖尿病です。もし放置すると、神経や血管の異常や様々な合併症を引き起こします。糖尿病の治療の1つに、適度の運動が有効とされています。

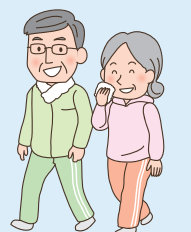
◎なぜ運動に効果があるの?

運動することにより、①血液中の血糖を消費して血糖値を下げる、②インスリンの働きを良くするなどの効果があります。



◎いつ、どんな運動をすればいいの?

「いつでも」、「どこでも」、「無理なく続けられる」運動を選びましょう。できれば食後30分から1時間の間に行うと、血糖値の上昇が抑えられ、より効果的です。運動中は苦痛がなく、おしゃべりができる程度の運動量が理想です。息を止めずにできる有酸素運動と筋力トレーニングを取り入れることが良いとされています。また、日常生活の買い物や掃除など、毎日の生活にとり入れる工夫も効果が期待できます。



◎運動をする際に注意することはあるの?

特に低血糖症状の、動悸、めまい、目がチカチカする、手の震え、冷や汗、意識の混濁などの症状が生じる場合があるので注意してください。また普段と異なる体調不良の症状が続く時は、かかり付けの医療機関の受診をお勧めします。



お知らせ

第12回 国保中央病院 健康フェスティバル

参加無料 申込不要

日時：令和6年 **11**月**9**日(土)
受付時間 10:00～12:00

場所：国保中央病院
本館1階外来ホール

☆相談・健康コーナー
☆縁日コーナー ☆コンサート

詳しくはホームページをご覧ください。
<https://www.kokuho-hp.or.jp/>

地域住民公開フォーラム

「すい臓がんについて」

日時：令和6年10月30日(水)
15:00～16:00

場所：国保中央病院
緩和ケア病棟1階
ASUKAホール

参加無料 申込不要

興味のある方はご自由にご参加ください。

お問合せ

国保中央病院 地域支援センター

詳しくはホームページをご覧ください。

<https://www.kokuho-hp.or.jp/>



アレルギー教室のご案内

乳幼児スキンケア教室

令和6年11月6日(水) 15:00(集合研修)
令和7年1月22日(水) 15:00(集合研修)

喘息教室

令和7年3月3日(月) 13:30(WEB)

防災教室

令和7年2月3日(月) 13:30(WEB)

エピペン教室

令和6年10月23日(水) 15:00(集合研修)
令和6年11月18日(月) 13:30(WEB)
令和6年12月20日(金) 15:00(集合研修)
令和7年1月27日(月) 13:30(WEB)
令和7年2月17日(月) 13:30(WEB)
令和7年3月5日(水) 15:00(集合研修)

申し込み方法等
については
ホームページを
ご確認ください



参加無料



お問合せ

担当課：企画総務課

糖尿病教室のご案内

糖尿病について理解を深め、正しい自己管理が出来るよう支援するための教室です。

日時

令和6年10月9日(水)
令和6年12月13日(金)
令和7年2月12日(水)

講師

薬剤師・臨床検査技師
管理栄養士
理学療法士

会場：国保中央病院

緩和ケア病棟1階 ASUKAホール

時間：13:30～15:00

参加費：無料(申込不要)

どなたでもお気軽にご参加ください。