



たこうまつ

多 幸 松

第87号

令和7年9月
発行

石川病院医療連携交流会(2025)を 開催しました!

6月12日(木)に、片山津ホテル・アローレにて医療連携交流会を開催しました。今回は、医療施設・福祉施設より45名ご参加いただき、病院職員を含めて76名の交流会となりました。新型コロナウイルス感染流行により令和元年以来の開催となりましたが、多数の方に参加いただき非常に有意義な交流会となりました。

伊勢院長の開会挨拶に始まり、上棚加賀市医師会長よりご挨拶並びに乾杯のご発声をいただきました。

続いて、懇親会では小竹脳神経内科部長と周藤内科医長から新任医師の挨拶とプレゼンテーションを行いました。その後、伊勢院長より「入退院の動向に関するご紹介」、川上副院長より「石川病院でおこなっている下肢静脈瘤後療法とその変遷」、石崎副理学療法士長より「リハビリテーション短期評価入院」について近況報告を行いました。

歓談は立食形式で行われ、話しやすい環境もあり終始和やかな雰囲気であったと感じています。また、伊勢院長のピアノ演奏で会の雰囲気も盛り上がりしました。さらに皆様からの貴重なご意見、ご要望をお聞きし、顔の見える交流会の必要性を感じ、より一層地域に根付いた病院としての役割を果たせるよう努めてまいります。

お忙しい中ご参加いただいた皆様に改めてお礼申し上げます。



市民公開プログラムと メディカルオーケストラ金沢 コンサートのお知らせ

参加費
無料

このたび、「国立病院総合医学会」が金沢駅前の石川県立音楽堂コンサートホールで開催されます。これに合わせて、地域の皆様を対象とした市民公開プログラムが開催されます。

今回のテーマは「能登半島地震をこえて～地域の絆と命を守る力～」。能登半島地震の経験から得られた教訓を共有し、災害時に命を守る力について学びます。

また、医療従事者が奏でる「メディカルオーケストラ金沢」の演奏会も開催されます。

災害への備えの学びと心の安らぎを得られる貴重な機会です。皆様のご参加をお待ちしております。

日時

11月8日〔土〕

市民公開講座：13時10分～

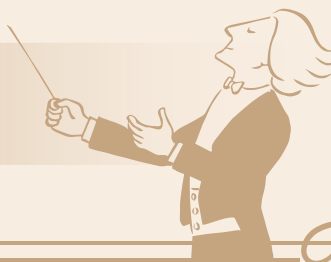
メディカルオーケストラ金沢：15時05分～

場所

石川県立音楽堂
コンサートホール

詳細は学会ウェブサイトをご確認ください。

<https://www.congre.co.jp/79nms/>



国立病院総合医学会

輪・環、そして和
——未来への「わ」の創成——

11月8日〔土〕

入場無料／定員500名

▶13:10～14:40

市民公開プログラム

テーマ

能登半島地震をこえて

～地域の絆と命を守る力～

▶15:05～15:50

**メディカルオーケストラ金沢
コンサート**

会場 石川県立音楽堂コンサートホール



<https://www.congre.co.jp/79nms/>

トピックス

睡眠時無呼吸症候群について

臨床検査技師長 齋藤 隆

睡眠時無呼吸症候群 / SAS (sleep apnea syndrome) に
ご注意ください

睡眠中に呼吸が止まり、寝不足や高血圧などを引き起こします。

睡眠時無呼吸症候群は眠り出すと呼吸が止まります。呼吸が止まると血液中の酸素濃度が低下し、目が覚めると再び呼吸し始めますが、眠り出すとまた止まります。

これを一晩中繰り返すため、深い睡眠がまったくとれなくなり、日中に強い眠気が出現します。酸素濃度が下がるため、これを補うのに心臓の働きが強まり、高血圧となります。酸素濃度の低下により動脈硬化も進み、心筋梗塞や脳梗塞を起こしやすくなります。さらに睡眠不足によるストレスにより、血糖値やコレステロール値が高くなり、さまざまな生活習慣病やメタボリック・シンドロームが引き起こされます。

1時間あたり10秒以上の呼吸停止が20回以上出現するような中等症・重症の睡眠時無呼吸症候群を放置すると、心筋梗塞・脳梗塞・生活習慣病・眠気による事故などを引き起こします。

ひどいいびきや睡眠中に呼吸停止がある方は速やかに当院や近隣の医療機関で検査・治療を受けることをお勧めします。

閉塞型睡眠時無呼吸低呼吸症候群の治療

CPAPとは？

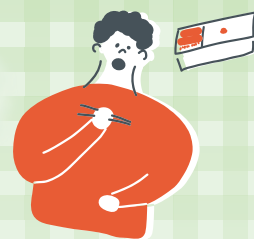
CPAPとは、持続陽圧呼吸療法で睡眠時無呼吸低呼吸症候群、特に閉塞型の治療として第一に選択される呼吸療法です。



トピックス



日本人の食事摂取基準 — 食塩摂取目標量の変遷 —



栄養管理室長 佐藤 英成

皆さんは『日本人の食事摂取基準』というものをご存じでしょうか？5年ごとに改定される日本人の栄養に関する教科書的なもので、栄養量やたんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラルと栄養素の基準量を定めたものになり、病院や学校給食などの給食施設における食事提供や栄養指導に活用されています。以前は「日本人の栄養所要量」という名称でしたが、2005年版より『日本人の食事摂取基準』となり、2025年版で20年になります。

今回は様々な栄養素がある中から、塩分の目標量について紹介したいと思います。塩分の摂り過ぎは高血圧の要因となるため、摂り過ぎが体に良くないことは皆さんもご存じのことと思います。しかし、醤油・味噌の食文化の日本人は塩分の多い国民性ですから、塩分摂取量は表1のように20年前は10gを超え多いものでした。その改善のため、表2のように日本人の食事摂取基準では改定の都度、前回までは目標量が減っており、その効果もあったようで2005年から2015年までの10年間で塩分摂取量は1.5gほど減少しました。

それでも、日本人の食事摂取基準の目標量は、実際の食塩摂取量より約3g低い数値に設定されています。ではなぜ、目標に到達できることもない数値が目標量になっているのでしょうか？それはWHO（世界保健機関）がガイドラインにおいて、食塩相当量を5g/日未満にすることが成人に対して強く推奨されているためです。その目標値に近づくべく、改定のたびに目標量が減っていましたが、この10年間は日本人の摂取量も横ばいになっているため、今回は目標量が据え置かれたようです。

しかし、高血圧などの生活習慣病予防のために更なる減塩を続けていくことは必要です。そのため、醤油やソースのかけ過ぎに注意したり、香辛料や香味野菜を活用して薄味にしたり、漬物の量を減らすなど、日頃より塩分の摂り過ぎにこれからも注意していきましょう。

表1 成人の食塩摂取量(g)の平均値(国民栄養調査より引用)

	2005年	2010年	2015年	2019年	2023年
20歳以上男性	12.4	11.4	11.0	10.9	10.7
20歳以上女性	10.7	9.8	9.2	9.3	9.1

※2020年/2021年はコロナ禍の為国民栄養調査が実施されていません。

表2 日本人の食事摂取基準 食塩の目標量の変遷(食塩相当量g/日)

	2005年版	2010年版	2015年版	2020年版	2025年版
18歳以上男性	<10.0	<9.0	<8.0	<7.5	<7.5
18歳以上女性	<8.0	<7.5	<7.0	<6.5	<6.5



独立行政法人国立病院機構石川病院 生活習慣病教室

< 教 室 内 容 >

医 師 : 脂質異常症について

管理栄養士 : 今日から実践できる！
脂質異常症を防ぐための
食事のポイントについて

感染管理認定看護師 : 気を付けよう！冬の感染症

日時：令和7年9月30日（火曜日）

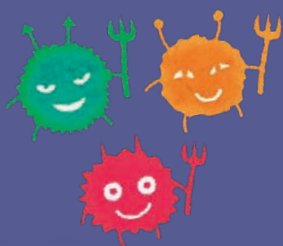
13：30～14：30

場所：研修室 費用：無料

参加をご希望の方は9月29日（月曜日）までに
病棟または外来へお申し出ください。

詳しくは外来受付でご説明します。

☆教室内容に関連したお土産付き☆



住所：加賀市手塚町サ150

独立行政法人国立病院機構石川病院

TEL：0761-74-0700

（外来まで）

令和7年度 石川病院出前講座のご案内



石川病院では地域の皆様のご要望により「健康問題」「医療」「サービス」などのお話やご相談にお応えしたいと思っています。

下記の内容で地域に出かけて、お話しをさせていただきます。

遠慮なくお声をかけてください。

講座内容	担 当	講座内容	担 当
1 下肢静脈瘤(火・木・金)	医師	13 ノロウイルス感染予防	看護師
2 動脈硬化について(火・木・金)	医師	14 薬の正しい知識	薬剤師
3 血管をしなやかにする食事	管理栄養士	15 なっとく！物忘れと認知症	看護師
4 脱水症の『いろは』と水分摂取 *1	管理栄養士	16 なっとく！物忘れと認知症(医療職用)	看護師
5 高齢者のための栄養と食事(たんぱく摂取)	管理栄養士	17 気をつけたい脳卒中	看護師
6 高齢者のための栄養と食事(体重管理)	管理栄養士	18 家庭における緊急処置	看護師
7 カロリーを減らす食事バランス	管理栄養士	19 腰痛予防と体操	理学療法士
8 便秘予防の食事	管理栄養士	20 高齢者の排尿トラブル	看護師
9 食事のできる免疫対策	管理栄養士	21 フットケア	看護師
10 長寿の秘訣！口腔ケア	看護師/言語療法士	22 介護保健・サービスの基本	ソーシャルワーカー
11 気をつけたい呼吸器の病気	看護師	23 家庭で1日でも長く生活するために	看護師
12 感染予防！手洗いと咳エチケット	看護師	24 人生会議ってなあに？ *2	石川県看護協会

講座申し込み方法

1. プログラムからご希望のテーマを選んで、お電話をして下さい。
2. 地域医療連携室の担当者が以下の事を調整させていただきます。
 - ・依頼された方のお名前、連絡先、電話番号
 - ・団体名、人数、場所
 - ・ご希望の講座名
 - ・ご希望のお時間(午後の時間帯のみ)
3. 講座は専門分野(医師・看護師・理学療法士・薬剤師・栄養士・ソーシャルワーカー、言語療法士)の職員が行います。
 *1:春～7月まで *2:石川県看護協会のご協力を得ての実施となります
4. 講座は**30分程度**で、ご希望の場所へ出張いたします。
5. 費用は無料です。



申込先

電 話：0761-74-0700 (地域医療連携室 出前講座担当者まで)
FAX：0761-74-0782



独立行政法人 国立病院機構
石川病院



職員募集のお知らせ



看護師募集(常勤職員)

- 業務内容** 病棟看護業務
- 資格** 看護師資格のある方
- 就業時間** シフト制 週38.75時間 ※原則週休2日制
 日 勤:08:30~17:15
 準夜勤:16:30~01:15
 深夜勤:00:45~09:30
- 給与** 基本給:大学卒 225,800円
 短大3卒 218,800円
 短大2卒 211,000円
 (経験年数により加算有り)
 諸手当:賞与(年間4.2ヶ月分程度 6月、12月支給)
 :通勤手当
 (片道2km以上が支給対象、
 月額150,000円まで支給)
 :住居手当(借家は月額最高27,000円支給)
 :その他諸規定に基づき支給
- 加入保険** 厚生労働省第二共済組合、雇用保険、
 労災保険

看護助手募集(非常勤職員)

- 業務内容** 看護助手業務・・・病棟看護師の補助業務
- 資格** 不要
- 就業時間** 変則勤務 週32時間 ※週休2日制
- 給与** 基本給(時間給):1,140円(R7.4.1現在)
 諸手当:通勤手当
 (片道2km以上が支給対象、
 月額150,000円まで支給)
 :賞与(年2回)
- 加入保険** 厚生労働省第二共済組合、雇用保険、
 労災保険

看護師募集(非常勤職員)

- 業務内容** 病棟看護業務
- 資格** 看護師資格のある方
- 就業時間** 日勤(1日4時間~8時間 週32時間まで)
 ※要相談
- 給与** 基本給(時間給):1,500円(R7.4.1現在)
 諸手当:通勤手当
 (片道2km以上が支給対象、
 月額150,000円まで支給)
 :賞与(年2回)
- 加入保険** 厚生労働省第二共済組合、雇用保険、
 労災保険

療養介助員募集(非常勤職員)

- 業務内容** 病棟介助業務
- 資格** 介護職員初任者研修終了者
 (旧ホームペルパー2級)
- 就業時間** シフト制 週32時間 ※原則週休3日制
 日 勤:09:00~18:00
 遅 出:10:00~19:00
 早 出:06:00~15:00
- 給与** 基本給(時間給):1,210円(R7.4.1現在)
 諸手当:通勤手当
 (片道2km以上が支給対象、
 月額150,000円まで支給)
 :特殊業務手当(時間給 100円)
 :賞与(年2回)
- 加入保険** 厚生労働省第二共済組合、雇用保険、
 労災保険



このほか、いろいろ募集しています。病院ホームページもご確認下さい。

https://ishikawa.hosp.go.jp/profession/cnt0_000069.html

外来診療担当医表

令和7年9月1日現在

診療科		月	火	水	木	金
内科	総合診療科	藤永 晴夫	伊勢 拓之	周藤 英将	伊勢 拓之	周藤 英将
	脳神経内科	池田 篤平	池田 芳久		小竹 泰子	池田 芳久
	第1,3週 第2,4,5週					
	内分泌内科		島田 圭司	宮崎 佳子 細 まりや (週替わりで診療)		
	腎臓内科	松田 哲久				松田 哲久
	一般内科	伊勢 拓之		藤永 晴夫	伊勢 拓之	松田 哲久
	消化器科	藤永 晴夫		藤永 晴夫		藤永 晴夫
	呼吸器科				山田 真也	
	循環器科			廣野 正明		
	小児科	清水 眞	本家 一也	清水 眞 黒田 文人	清水 眞	清水 眞
	心臓血管外科	(手術日)	川上 健吾	(手術日)	川上 健吾 (静脈瘤外来)	川上 健吾
整形外科	9:00~11:30					滝野 成道 (第1,3,5金曜) 藤丸 直弥 (第2,4金曜)
	10:00~11:30		井上 大輔			
	13:00~15:00					
	13:30~15:30				齋藤 美希乃	
	消化器外科	平野 晃一	平野 晃一		平野 晃一	
	一般外科		津田 基晴	津田 基晴	津田 基晴	津田 基晴
	リハビリ前診察	清水 眞	津田 基晴	津田 基晴	清水 眞	津田 基晴
	皮膚科 14:00~16:00	大石 京介				前田 進太郎
	眼科 14:00~15:30				助川 俊之	
	歯科(障害者) 13:30~15:50					丸川 浩平
専門外来	内視鏡(胃カメラ)	野阪 拓人 (第1月曜) 中本 安成 (第2~5月曜)	藤永 晴夫	平野 晃一	藤永 晴夫	平野 晃一
	内視鏡(大腸カメラ)	平野 晃一 藤永 晴夫	平野 晃一 藤永 晴夫	平野 晃一 藤永 晴夫	平野 晃一 藤永 晴夫	平野 晃一 藤永 晴夫

- ①受付時間は 8:30~11:30 (再来患者様は予約制)、午後は 14:00~16:00 です。
- ②予約の取得・変更は、緊急の場合を除き、平日の12:00~17:00 までをお願いします。
- ③専門外来は完全予約制です。予約に関しては外来(0761-74-0700)までお問い合わせ下さい。
- ④ものの忘れは、脳神経内科で受け付けています。

編集後記

この夏は全国各地で大雨による甚大な被害があったり、とても暑い日が続いたりしました。

これから秋になり涼しく過ごしやすい季節になっていきますが、体調管理には十分注意していきたいと思います。今年の11月には国立病院総合医学会が金沢市で開催されますが、学会の準備等で貢献できればと考えています。(N.K.)



独立行政法人 国立病院機構

石川病院

〒922-0405
石川県加賀市手塚町サ150番地
TEL (0761) 74-0700(代)
FAX (0761) 74-7642
地域医療連携室 FAX 74-0782
E-mail : 305-toiawase@mail.hosp.go.jp
<https://ishikawa.hosp.go.jp/>