# 医療の、明日へ。

AKASHI CITY HOSPITAL
地方独立行政法人 明石市立市民病院

## ～地方独立行政法人化 7周年記念特集～

明石市立市民病院が地方独立行政法人化して7年をむかえる今、当院は新たなステージに立とうとしています。医療と介護の一体改革によって地域医療のしくみが大きく変わろうとしているなか、安心と安全な医療を提供し続けるために、市民病院のスタッフが懸命に走り抜けた7年の軌跡と当院が目指すこれからの医療をご紹介します。

P. 2　明石市立市民病院のあゆみ
P. 3　対談　～これからの超高齢社会において、自治体病院が果たすべき役割～
P. 4・5　「今ドキ」の入院生活　～退院後の「生活」を見据えて～
P. 6・7　診療の一部をご紹介！
P. 8　高度医療機器のご紹介


地方独立行政法人 明石市立市民病院

# 明石市立市民病院のあゆみ

第1回病院まつりのようす

腎・透析センター

平成28年10月 ユニフォーム変更
職種ごとに見分けがつくようになりました！

| | |
|---|---|
| 昭和25年10月25日 | **明石市立市民病院として開設許可** |
| **平成23年10月 1日** | **地方独立行政法人明石市立市民病院へ移行** |
| 平成24年 4月 1日 | **「がん診療連携拠点病院に準じる病院」として認定** |
| 平成24年 6月 1日 | 「かかりつけ医」を持ちましょう!キャンペーンを実施 |
| 平成24年 9月 7日 | 平成24年度救急業務等功労者知事表彰を受賞 |
| 平成24年11月 3日 | 第1回病院まつりを開催 |
| 平成24年12月 1日 | 診療部に救急総合診療科を設置 |
| 平成25年 8月 1日 | **病院敷地内全面禁煙を開始** |
| 平成25年 9月24日 | **電子カルテを導入**　外来診療を全科予約制に移行(救急を除く) |
| 平成25年11月12日 | 兵庫県知事より**地域医療支援病院の承認**を受ける |
| 平成26年10月 1日 | **地域包括ケア病棟を開設** |
| 平成27年 2月 2日 | 人工透析室を移設・増床し、**「腎・透析センター」**(17床)に改称 |
| 平成28年 1月16日 | 明石市より**災害対応病院の指定**を受ける |
| 平成29年 1月 1日 | **総合内科を設置**<br>内科を分けて血液内科、腎臓内科、糖尿病内科とする<br>健診科を設置 |
| 平成29年 4月 1日 | 一般外科・乳腺外科を設置 |
| 平成30年 5月 1日 | 明石市立市民病院訪問看護ステーションを開設 |

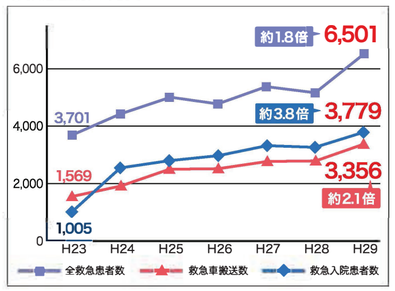
病院ロゴマーク

定期的に行われる災害訓練のようす

## 数字でみる明石市立市民病院

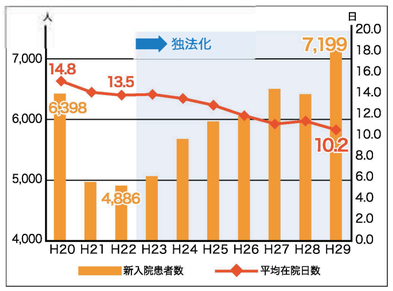
地方独立行政法人として再出発してから今年で7年目、地域の医療を守るために当院が取り組んできた診療体制の充実と経営改善の実績に関して紹介します。診療体制の充実(総合内科の新設と専門内科分科などの内科再編、消化器内科や外科系医師の増員、耳鼻咽喉科の常勤医師の着任など)により、救急体制も強化され、年間救急車受入台数・新入院患者数も年々増加(グラフ①②)し、地域の医療機関とも良好な連携が維持できております。経営収支も巨額の赤字を出していた状況から脱し、特にこの3年は安定した黒字経営(グラフ③)を続けることができました。これからも市民の生命と健康を守り、市民からの信頼に応える地域医療支援病院として引き続きまい進してまいります。

### ①救急医療の充実



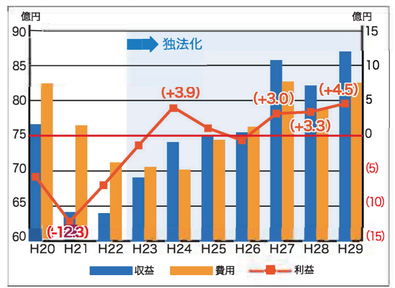

救急対応は医療連携の要です

### ②新入院患者数増と診療の効率化




入院患者数は約1.5倍、入院期間は約2/3に短縮

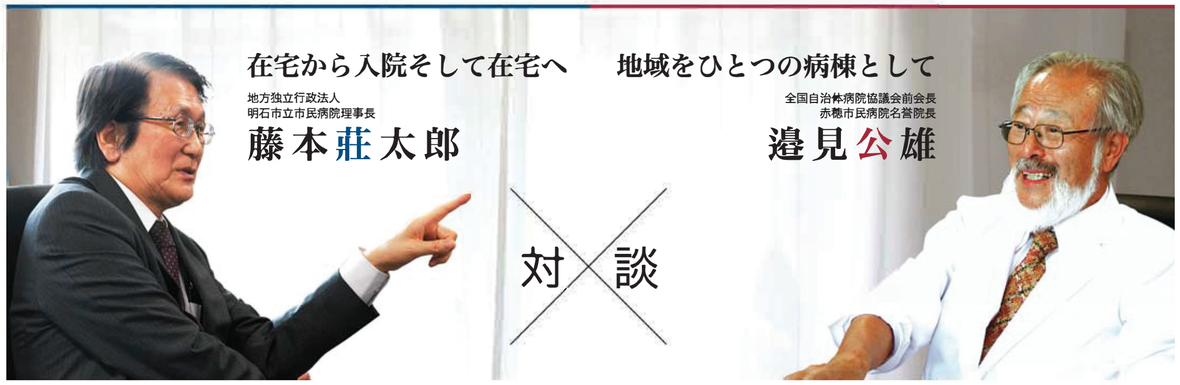
### ③財務状況の改善




3年連続経常黒字で設備投資も可能になりました

### ④退院患者さんの分布

明石市のほか、神戸市の西区・垂水区からもご来院いただいています



# 在宅から入院そして在宅へ　地域をひとつの病棟として

地方独立行政法人
明石市立市民病院理事長
**藤本荘太郎**

対談

全国自治体病院協議会前会長
赤穂市民病院名誉院長
**邉見公雄**

## これからの超高齢社会において、自治体病院が果たすべき役割

**藤本：**近年の国の医療費抑制の流れのなかで医療機関の経営は非常に厳しくなっています。私どもの規模の自治体病院は、これからの超高齢社会においては以前のように急性期医療だけで運営できる時代ではなくなってきたと考えており、**「在宅から入院そして在宅へ」**を合言葉に新たな地域医療に貢献したいと考えています。全国で約880病院を束ねる全国自治体病院協議会の会長を10年以上にわたり務めてこられた先生はどのようにお考えでしょうか。

**邉見：**その通りですね。これからの地域医療は**「地域をひとつの病棟」**と考えるシステム、すなわち**地域包括ケアシステム**(図参照)で医療を再構築するわけです。今年度の診療報酬改定でもそのような強いメッセージが示されています。

### 明石市立市民病院が自治体病院として目指すべき方向性

**藤本：**私どもの病院は、8年前に医師不足による経営危機を迎えましたが、地方独立行政法人化(独法化)することにより経営の自由度を得て、なんとか診療体制と財務の健全化の道筋を立ててまいりました。この再生の過程で、市民の皆様、さらには医師会の先生方からの「私たちの市民病院が昔のように良くなってほしい」という切実なお声に励まされてやってきたわけです。これからの自治体病院はどうあるべきか、先生のお考えをお聞かせください。

**邉見：**自治体病院にも大小さまざまな規模があり、地域から求められる機能も様々です。明石市立市民病院のような地域密着型の総合病院の場合、この日進月歩の医療革命の時代において急性期医療だけで運営することは、人的確保や財政支援の面でもなかなか困難であると思います。国が示す**地域医療構想**では、急性期・回復期・慢性期の大きく分けて三つの入院機能で病院を再整備することになっています。地域密着型の自治体病院は医療介護一体改革の道筋に沿って、**「ときどき入院、ほぼ在宅」**という超高齢社会において求められる回復期・慢性期(在宅)の地域医療をどこまで支援できるかも重要なポイントになると思います。

**藤本：**私は、病院再建の過程でまずは救急医療を充実させて、地域住民および診療所の先生方に安心していただけるような診療体制の確保に努めさせていただきました。結果として、救急車の受け入れ台数はここ数年で2倍になり、年間3,400台に増加しています。それに伴い検査件数や手術件数も著しく増加しましたが、入院診療の効率化により入院患者様の平均在院日数は、独法化前の13.5日から10.2日へと短縮しました。一方、退院される患者様が自信を持って自宅へお帰りいただくために、そして自宅で急変された際に迅速に対応させていただくために、平成26年10月から**「地域包括ケア病棟」**を運用して、回復期から慢性期に向けての診療の充実も図ってまいりました。

**邉見：**地域包括ケア病棟は、4年前から新設された入院機能ですが、これからの超高齢社会における医療を考えるうえで、大変重要なシステムです。先生の病院でいち早く導入されたということは正しい判断であったと思います。

### 医療と介護を一体で考えることの必要性

**藤本：**今年は、医療介護一体改革元年といわれています。介護に医療が寄り添いなさいという国からのメッセージであると思います。今までの総合病院は自宅へ往診することもなく、在宅医療の実態が十分に理解できていなかったことを痛感していますが、これからは病院と在宅との垣根をなくして病院が果たす入院医療の延長線上で在宅医療にも一定の責任を担っていく必要があるのではないかと考えますがいかがでしょうか。

**邉見：**これからの超高齢社会の医療を考えるうえで、それは重要なポイントです。従来から在宅医療を支えるための**「訪問看護ステーション」**というシステムがありますが、その機能をより充実させて在宅医療の質を向上させるために、「総合病院に併設する訪問看護ステーション」が重要視されるようになってまいります。そのステーションに一定の資格を持った認定看護師や訪問リハビリを行う療法士が所属して在宅医療に直接かかわることにより、病院での入院医療と在宅医療を継続させる絆になるものと考えます。

**藤本：**私どもも、本年5月より「病院併設型の訪問看護ステーション」を立ち上げたところです。既存の訪問看護ステーションやかかりつけ医、ケアマネージャーの皆様との連携を密にして地域医療の質の向上にお役にたちたいと思います。

先生、本日は有難うございました。私ども明石市立市民病院が独法化後に「いかにして市民のための市民病院になるか」を考え、職員みんなで試行錯誤しながら努力してきたことが間違いではなかったと改めて自覚させていただきました。これからも**地域密着型の市民病院**として頑張ってまいります。ご指導のほどよろしくお願い申し上げます。

医療の基礎知識

### 地域包括ケアシステムとは

入院が必要になったら病院へ、退院できる状態になったら「住まい」へ戻り、訪問診療・訪問看護・訪問リハビリテーション・訪問介護などの様々なサービスを利用しながら、住み慣れた地域で自分らしく生活をできるよう、切れ目のない支援を行うしくみです。

当院では、医療と介護の一体改革のなか、市民病院として「在宅から入院、そして在宅へ」を合言葉に、介護の分野にも気配りしながら市民の皆さまに信頼される診療体制を確立させてまいります。

# 「今ドキ」の入院生活 ～退院後の「生活」を見据えて～

## 入院から退院まで、だけではありません

突然のケガや病気で病院に運ばれたら、なかなか退院できなかった…なんてことはもう昔の話。医療の技術や治療のレベルが日々高くなるにつれて医療の役割分担が進み、患者さんの入院期間はどんどん短くなっています。「住み慣れた自宅や地域で暮らしたい」という患者さんのニーズも大きくなっている今、明石市立市民病院では医療ソーシャルワーカーや看護師がかかわって、入院前から退院後の地域での「生活」を見据えた患者さん中心の入院計画を立てています。

## 病院の役割分担！患者さんに必要な治療を最適な病院で

ひとことに「病院」といっても、実はそれぞれ役割や機能が違うことをご存知でしょうか？

状態がどんどん変わる **「急性期」の病院** ▶ リハビリを行い治癒を目指す **「回復期」の病院** ▶ 長期的な治療と向き合う **「慢性期」の病院**

当院では「急性期」の医療を主に提供していますが、「急性期」を脱した後も、患者さんの状態に合わせてその時期に最適な治療を受けられるよう、サポートします。

## さまざまな「プロフェッショナル」が入院をサポート！

病院にいるたくさんの「プロフェッショナル」が先を見据え、入院当初からさまざまなサポートをします。突然入院することになって不安なAさんといっしょに、入院からの流れを見てみましょう。

夫と二人暮らしのAさん(80歳)

**看護師**
医師の診療の補助と患者さんの療養のお世話を担当します。「あなたに会えてよかった」といっていただける看護を提供します。

**入　院**

病気の種類にかかわらず、入院中の安静によって筋力や体力の低下が起こり始めます。

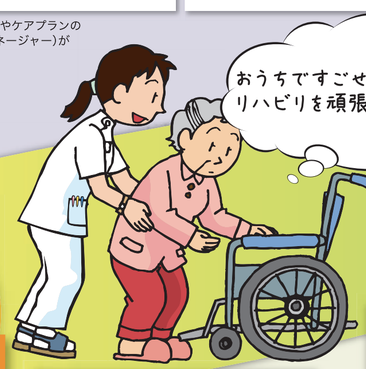


**放射線技師**
CT・MRIなどの医療機器を用いて撮影や検査を行います(P.8に関連記事)。チーム医療の一員として病気の早期発見や患者さんの治療に役立つ画像を日々提供します。

**医　師**
診察と治療を行います。チーム医療のリーダーとして、患者さん中心の安全で高度な医療を提供します。

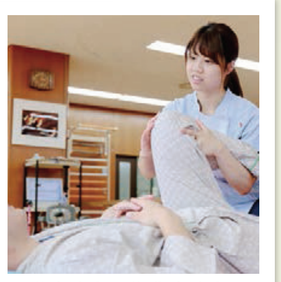
**治療・手術 検査・リハビリ**

発熱や食事の進み具合を確認、早く回復するようサポートします。また、生活に戻ることを目標にリハビリをすすめます。

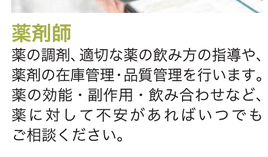



**退　院（転院）**

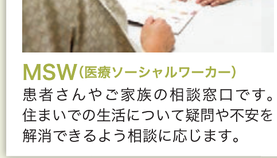
まだまだ退院は…という場合は転院なども視野に入れます。



**理学療法士・作業療法士**
生活の質の向上をめざし、機能回復や日常生活動作の改善をはかります。住み慣れたまちで自分らしく暮らしたいという一人ひとりの思いを大切にし、リハビリに取り組んでいきます。



**薬剤師**
薬の調剤、適切な薬の飲み方の指導や、薬剤の在庫管理・品質管理を行います。薬の効能・副作用・飲み合わせなど、薬に対して不安があればいつでもご相談ください。



**MSW(医療ソーシャルワーカー)**
患者さんやご家族の相談窓口です。住まいでの生活について疑問や不安を解消できるよう相談に応じます。

# チーム医療でしっかりサポート！

## チーム医療ってなに？

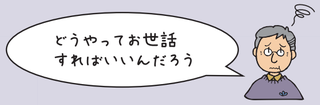
患者さんの一刻も早い回復と退院を目指して、入院後すぐに様々な職種が連携しての「チーム医療」がはじまります。患者さんによって、同じ病気や怪我でも症状に違いがあるため、治療方法は異なります。
また、多くの方が病気や怪我のほかにも、住まいに戻った後の生活、介護についてなど、さまざまな悩みを抱えています。病院にいるたくさんの職種のスタッフが患者さんと悩みを共有し、専門的な知識を活かして連携することで、患者さん一人ひとりの問題解決のお手伝いをします。

## それぞれの専門職が集まって特殊なチームを組むことも！

医師や看護師、管理栄養士、薬剤師など、それぞれのプロフェッショナルが協力して患者さんの回復の妨げになる危険因子を早期に見つけ、さまざまな予防対策をすすめています。たとえば、患者さんや職員を感染から守る感染制御チーム(ICT)、長期間の安静により発生する床ずれを防ぐための褥瘡(じょくそう)対策チーム、患者さんに合った栄養を考える栄養サポートチーム(NST)など、さまざまなチームが活動しています。

■チームで治療に取り組んでいます！

# 暮らしを支えるサービス




## 家に帰るのはちょっと不安…

病気やケガの状態が落ち着いて退院できるようになっても、患者さんやご家族の方が自宅での暮らしに不安を抱えていることがあります。さまざまな不安を抱える患者さんやご家族に情報を提供し、安心して暮らせるようにサポートします。些細な不安でもご相談ください。
自宅の生活や自宅に近い暮らしを支えるさまざまなサービスがあり、ニーズに合わせてご紹介します。

### 自宅で生活しやすい環境を整える

- 福祉用具のレンタル(ベッド・車いす・歩行器など)
- 福祉用具の購入(ポータブルトイレ・シャワーチェアなど)
- 住宅の改修(段差解消・手すりの設置など)

### 日帰りでかよう

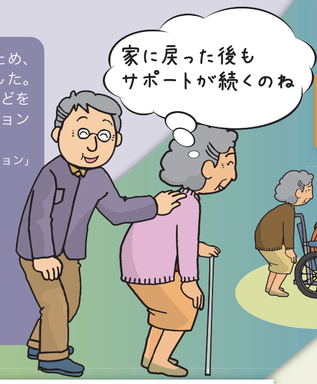
- 通所介護(デイサービス)
- 通所リハビリテーション(デイケア)
  リハビリテーションを行い、ケガや病気でできなくなった行動や作業の回復を行います。

### 自宅に訪問してもらう

- 訪問介護(ホームヘルプサービス)
- 訪問入浴介護
- **訪問リハビリテーション**
- **訪問看護**

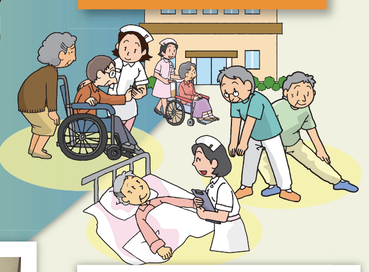
※サービス利用についての相談やケアプランの作成は介護支援専門員(ケアマネージャー)が担当します。

当院でも地域の患者さんを支えるため、訪問看護ステーションを開設しました。看護師やリハビリスタッフがご自宅などを訪問し、生活のケアやリハビリテーションなどを行います。
※詳しくは当院ホームページ「訪問看護ステーション」をご覧ください。



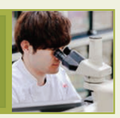

**在宅(自宅) かかりつけ医 デイサービス 訪問看護**

退院後に必要なサービスを選択できます



## まだまだいる！いろんな専門職

**臨床検査技師**



血液や尿など検体の検査や、心電図や超音波などの検査を行います。迅速・正確に検査結果を提供して治療の指針に役立てます。

**臨床工学技士**

病院内の医療機器の専門職です。医師や看護師、技術職とチームを組んで人工心肺など生命維持管理装置の操作および保守・点検・管理を担当しており、医療の質と安全性の向上に貢献しています。

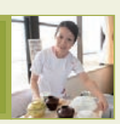
**管理栄養士**

「食」と「栄養」を担当しています。患者さん一人ひとりの栄養状態や症状に応じてメニューを工夫し、毎日の食事から療養生活をサポートします。

**言語聴覚士**

コミュニケーションや飲み込みに問題がある方に、訓練・指導・助言を行います。患者さんと一緒に今後の生活が豊かになる方法を考えていきます。

**ケアアシスタント**



患者さんの身のまわりのお世話と看護師のサポートをしています。患者さんにとっていちばん身近な存在で、「ありがとう」のことばと笑顔をいただけるのがとてもうれしいです。

**視能訓練士**

視力・眼圧・視野などの眼科における検査を担当しています。眼科領域における専門技術者として、皆さまの大切な目の健康を守るお手伝いをしています。

# 診療の一部をご紹介！

## 外　科

### 急なお腹の病気も身体に優しい方法で治します

外科 医長
小泉　範明

外科では、俗に“盲腸”と言われる「急性虫垂炎」や主に胆石が原因で起こる「急性胆のう炎」、胃や腸に穴が空く「胃十二指腸潰瘍穿孔」などの急なお腹の病気の診療に力を入れており、これらの病気にスピーディーに対応することをモットーとしています。当院は時間を問わずいつでも緊急手術が行える体制が整っていますので、手術が必要なお腹の病気にも365日24時間体制で対応しています。

かつて緊急手術というとお腹を大きく切開する開腹手術が行われることが多かったのですが、当院では緊急手術においても小さな傷で治療を行う腹腔鏡手術を取り入れています。病気の程度によってはさらに身体の負担の少ない方法として“単孔式手術”も行っています(右図参照)。この手術はおへそ1ヶ所の小さな傷のみで手術を行う方法で、傷跡も目立たず満足度が高い方法です。急なお腹の病気に対しても身体に優しい治療を心がけておりますので、お困りのことがありましたらご相談下さい。

開腹手術　腹腔鏡手術(胆のう摘出)　単孔式手術

## 整形外科

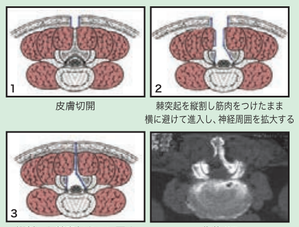
### 整形外科は骨折以外も治します

副院長 兼 整形外科 部長
景山　直人

当科では、骨折などの外傷性疾患のほか、脊椎疾患、関節疾患の治療を積極的に行っています。まず保存的治療を優先し、効果が得られない場合は手術的治療を選択します。

**外傷：**急性期病院としてやはり骨折が多く、骨粗しょう症のある超高齢者では粉砕骨折となり治療に難渋する場合があります。内科との連携も重要です。

**脊椎：**高解像度顕微鏡を用いて体に優しい低侵襲手術を行っています。**腰部脊柱管狭窄症**では、背筋を傷めることによる後遺症状を防ぐため、棘突起を縦割して背筋を側方に避けて脊柱管に進入し神経周囲を拡大する除圧術(右図)を行っています。翌日より歩行開始し、2週間退院が目標です。



1 皮膚切開　2 棘突起を縦割し筋肉をつけたまま横に避けて進入し、神経周囲を拡大する　3 縦割した棘突起を元に戻す　術後CT

**関節：**壮年期以後の肩関節痛の主な原因となる**腱板損傷**に対して関節鏡視下手術を行っています。従来に比べて低侵襲で術後の疼痛や筋力低下の少ない手術です。

股関節や膝関節の**変形性関節症**や**骨壊死症**に対する人工関節置換術(下図)も行っています。術後は十分なリハビリを行います。

人工膝関節全置換術(TKA)　術前X線写真　術後X線写真
単価型人工膝関節置換術(UKA)　術前MRI　術後X線写真
人工股関節全置換術(THA)　術前X線写真　術後X線写真

## 小 児 科

### 食物アレルギーの負荷試験をしています

小児科 部長
貫名　貞之

#### 食物アレルギーの負荷試験とは

アレルギーの原因となる食品を実際に少しずつ食べてみて、どれくらい食べれば症状がでるかを調べる試験です。今までは、食物アレルギーがあるお子さんは原因の食品を完全に食べないようにすることが一般的でしたが、最近では負荷試験で安全に食べられる量を確認し、少しずつ食べるようになってきました。

#### 負荷試験の方法

原因の食品を少量から少しずつ増やして、数回に分けて食べてもらいます。もしアレルギー症状がでたら薬を投与して対応します。検査のあと数時間たってからアレルギー症状がでる可能性もあるため、原則的に入院で検査しています。

検査の希望がありましたら、午前中の外来を受診してご相談ください。ご不明な点があれば、小児科までお問い合わせください。

※重篤な症状を伴う全身性の急性アレルギー反応が起きる場合があるので、必ず医療機関の指導のもと行ってください。
※アレルギーが重症の場合、高次医療機関での検査をおすすめすることがあります。



## 産婦人科

### 当院はウロギネコロジー専門施設です！

産婦人科 部長
草西　洋

#### ウロギネコロジーとは

ウロギネ(ウロギネコロジー)とは泌尿器科と婦人科の境界に位置づけられる新しい診療分野です。

当院の産婦人科は全国でも数少ないウロギネ専門施設として、骨盤臓器脱と尿もれに精力的に取り組んでいます。

#### 骨盤臓器脱とは

女性の骨盤内臓器である子宮や膀胱が下がり、股の間から外に脱出する病気です。

朝起きたときは症状がありませんが、長時間立っていたり外出したりするとだんだん脱出して、何かを挟んだ違和感・尿の勢いが悪い・尿が近いなどの症状に悩まされます。

誰にも相談できず、何科にかかったらよいか悩んでいるうちに病気が進むこともあります。これらの症状に心当たりがある方は一人で悩まず、当科外来を受診することをおすすめします。

また、尿もれの治療も実施しています。せきやくしゃみでの尿もれは1泊2日の手術治療ができます。さらに当科では、子宮筋腫・卵巣腫瘍などの良性腫瘍に対して体に負担の少ない腹腔鏡手術にも積極的に取り組んでいます。

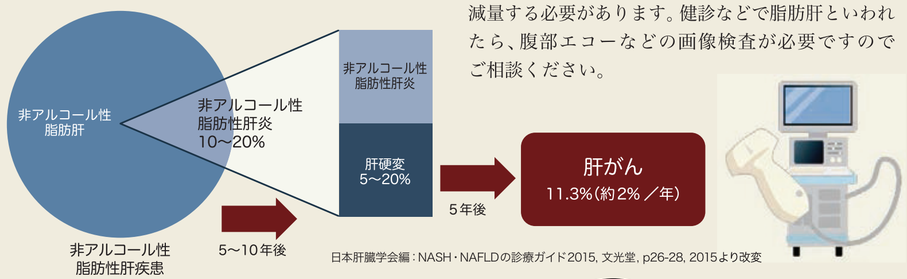
## 消化器内科

### 本当はこわい脂肪肝

消化器内科 副部長
村松　哲

肝臓は肝硬変や肝がんになってもほとんど症状が出ないことから「沈黙の臓器」といわれています。こわい病気を防ぐためには自分で早めに肝臓病だと気付くことが重要です。

生活習慣病である脂肪肝も肝臓病のひとつです。なかでも「たちの悪い」非アルコール性脂肪性肝炎(NASH＝ナッシュ)がこわい病気として注目されています。お酒を飲まない人や若い女性でもかかります。NASH患者の5～20％が肝硬変になり、その後の5年で約11.3％が肝がんになりますので、甘く考えずに真剣に減量する必要があります。健診などで脂肪肝といわれたら、腹部エコーなどの画像検査が必要ですのでご相談ください。




日本肝臓学会編：NASH・NAFLDの診療ガイド2015, 文光堂, p26-28, 2015より改変

## 脳神経外科

### 頭痛外来について

副院長 兼 脳神経外科 部長
齋藤　実

#### 頭痛の原因

脳卒中や脳腫瘍などの怖い病気もありますが、原因の特定できない慢性頭痛も多く、CTやMRI検査などに異常がない場合には「単なる頭痛」や「心配ない頭痛」として投薬をされることが多いようです。

#### 頭痛外来とは

頭痛外来はまず心配な原因などがないかを検査し、原因のある場合には元の病気の治療を行います。
原因のない頭痛（一次性頭痛）では、頭痛の診断とその対処方法について相談しています。

#### 一次性頭痛の治療

片頭痛のことが多く、まず片頭痛についてよく理解してもらい、適切なタイミングで内服をして頭痛回数を減少させます。

#### 片頭痛は治らないのか

完全に治すということは困難です。でも生活習慣の指導・予防薬の投与・適切な内服の使用などにより回数を減らすことができ、日常生活に支障のないように上手に付き合う方法を考えていきます。
「たかが頭痛くらいで…」と思われがちでもいろんな不安なことがあります。適切な知識と治療で過ごしやすくなります。

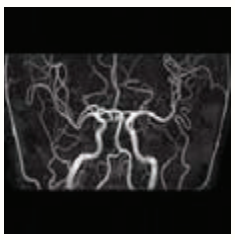
頭痛ダイアリーをつけて自分の頭痛のことをよく知ろう

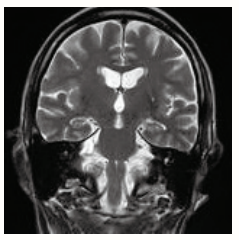
# 高度医療機器のご紹介

各診療科の依頼に応じるために様々な医療機器を完備しています。
代表的なものをいくつかご紹介します。

## MRI装置

MRI検査は、放射線を使わず大きな磁石と電波を使って身体の断面を撮影する検査です。特に頭部や骨盤部の病変に関して優れた描出能(びょうしゅつのう)があります。また、CTではわかりにくい軟骨や靭帯の描出に優れているので、腰椎椎間板(ようついついかんばん)ヘルニアや膝の半月板(はんげつばん)損傷などの評価をすることができます。当院のMRI装置は従来の装置の倍の磁気(3テスラ)があり、高い信号で高画質の画像を得ることができます。

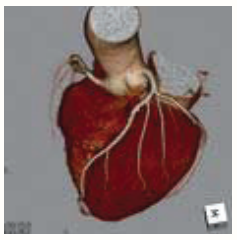

頭部MRA(MIP)


頭部T2強調画像

## マルチスライスCT装置

CT検査は、エックス線を使って身体の断面を撮影する検査です。レントゲンではわかりにくい脳や肝臓・すい臓・腎臓といった臓器も断層像としてとらえることができ、病変や臓器の位置関係を立体的に把握できます。短時間で広範囲の撮影ができるため外傷などの救急検査でも活躍します。

腹部造影(早期動脈相)


冠状動脈CT

### 新しい医療機器も稼働予定！

平成30年冬には最新型320列CT(キャノンメディカル社製AquilionONE)を導入する予定です。このCTは、1回転(最短0.275秒)で今までの4倍(160mm)の範囲を撮影可能なため、短時間に高画質な画像が得られます。特に心臓の検査においては、息止め時間も短くなりきれいに撮影できます。また、最新の被ばく低減技術を搭載しており、被ばくの低減と画質の向上が期待できます。ぜひ、ご利用ください。

320列マルチスライスCT装置

## その他の機器

血管造影撮影装置

RI撮影装置

院内の機器は常に精度管理を行い、バージョンアップや定期的な機器更新をすることで、いつでもより良い検査が行えるようにしています。ほかにも血管造影撮影装置やRI撮影装置など、多くの医療機器を用いて検査を行っています。詳細は当院ホームページをご覧ください。

## オープン検査のご案内

CT検査・MRI検査を含む一部の検査は、地域の医療機関から直接検査を受けることができます(オープン検査)。専門的な知識を持った放射線技師、臨床検査技師がそれぞれの検査に対応します。オープン検査のなかには**平日の夕方や土曜日の午前中**に行っているものもありますので、仕事や学校を休まずに検査を受けていただくことが出来ます。ご利用の際はかかりつけ医を通してお申し込みください。

## 第6回病院まつりのご案内

日　　時：11月3日(土・祝)　午前10時～午後3時
場　　所：明石市立市民病院　外来ホール　ほか
内　　容：①学ぶ、感じる病院のおしごと( 体験コーナー)
②聞く、見る、話す自分のからだ(健康相談コーナー)
③味わう、楽しむ(飲食・遊びコーナー)　ほか
問い合せ先：総務課

(※)内容は変更することもあります。
詳しくは当院ホームページなどを
ご確認ください。

## 市民公開講座のご案内

当院では偶数月に1回「健康明石21市民公開講座」を開講しています。この講座では、市民の皆さまに気になる病気などについて理解を深めていただくことで、日頃の生活に役立てたり病気の予防を図ったりしていただくことを目的としています。事前申込・参加費は不要です。お気軽にご参加ください。

日　　時：2月・4月・6月・8月・10月・12月
第2木曜日　午後2時～午後4時(※)
会　　場：明石市立市民病院　2階講義室
申　　込：不要
問い合せ先：経営企画課

(※)日時は変更することもあります。詳しくは当院ホームページなどをご確認ください。

## 糖尿病教室のご案内

各分野の専門スタッフが関わる当院の糖尿病教室は、参加された方に「わかりやすい」「これなら実践できそう」と感じていただけるような教室を目指しています。
糖尿病患者さんやそのご家族、血糖値が気になる方、糖尿病に興味をお持ちの方などどなたでもご参加いただけます。特別な手続きや参加費は不要(※)ですので、どうぞお気軽にお越しください。　(※)食事会のみ事前申込と参加費が必要

日　　時：毎月第2火曜日 午後1時30分～午後3時
(食事会のみ午後0時～午後1時30分)
会　　場：明石市立市民病院　2階講義室
申　　込：不要(食事会のみ完全予約制)
問い合せ先：栄養管理課または糖尿病内科外来

(※)日時は変更することもあります。
詳しくは当院ホームページなどをご確認ください。

〒673-8501
明石市鷹匠町1-33
☎078-912-2323(代表)
受付時間：平日8:30～11:30
休 診 日：土日祝日、年末年始

明石市立市民病院 ホームページ
http://www.akashi-shiminhosp.jp

地方独立行政法人
明石市立市民病院
AKASHI
CITY
HOSPITAL