



公立宍粟総合病院

〒671-2576 宍粟市山崎町鹿沢 93 TEL : 0790-62-2410



CONTENTS

- P1 …… ▶公立宍粟総合病院で「産後ケア」を利用してみませんか？ P4 …… ▶将来、宍粟市の医療を担う若い世代を育てる取組
P2 P3 …… ▶「正しい食事」が健康への第一歩！
～当院の栄養指導のご案内と、肥満治療の正しい知識～
▶医療サービスの質や患者満足度を向上させる取組
▶TOPICS 兵庫県薬剤師出向制度を活用
▶地域連携室だより

Headline Contents

公立宍粟総合病院で「産後ケア」を利用してみませんか？

出産後は、赤ちゃんの授乳や夜泣き、慣れない育児などで、心も体も疲れやすい時期です。

「少し休みたい」「誰かに相談したい」「ちゃんとできているかな」そんな不安や悩みを感じることは、決して特別なことではありません。当院では、心身の不調、育児への不安を抱えるお母さんを対象に、「産後ケア事業」を実施しています。助産師や看護師が寄り添いながら、育児相談や授乳指導、休息などを通して、安心して子育てをしていただけるようサポートします。

【対象】

生後4か月未満の乳児と母親

【サービス種類】

宿泊型と通所型をあわせて7日以内

宿泊型 宿泊して利用

通所型 日帰りで利用(9時～17時)

【自己負担額(宍粟市に住民票登録がある方)】

宿泊型 1,250 円 / 日(住民税課税世帯)

通所型 0円

※里帰り出産など市外に住民票登録がある場合は、自己負担額が異なります。

詳しくは住民票がある自治体までご確認ください。



宍粟市産後ケア
くわしくはコチラ



<利用方法・連絡先>

ご利用には手続きが必要です。

まずは、当院までご相談ください。

その後、申請窓口までご連絡をお願いします。

公立宍粟総合病院 3階北病棟

電話番号：0790-62-2410 (代表)

電話受付：平日15時～17時



【利用された方の声】

- 久しぶりにゆっくり眠ることができ、心も体も楽になりました。また利用したいです！
 - お風呂の入れ方やミルクの飲ませ方などを丁寧に教えていただき、自信につながりました。
- ※育児で悩んだ時や、少し疲れた時に「ひと休み」できる、お母さんにとって心強いサポート制度です。
- ※産後ケアを実施するとともに、母親の食事の提供などを行います。

※お電話の際に「産後ケアについて」とお伝えください

※申請窓口は次のとおりです

保健福祉課：0790-62-1000 一宮保健福祉課：0790-72-2100

波賀保健福祉課：0790-75-8800 千種保健福祉課：0790-76-8600

知っていますか？

「正しい食事」が健康への第一歩！

～当院の栄養指導のご案内と、肥満治療の正しい知識～

最近、「少しお腹周りが気になってきた」「やせたいけれど、方法が分からない」とお悩みではありませんか？
肥満は「意志の弱さ」ではありません。「やせるためには、ただ食べる量を減らせればいい」と思っていませんか。実は、極端に食事を減らすだけでは、なかなか長続きしません。肥満には、普段の食生活だけでなく、運動不足、日々のストレス、生活のリズムなど、さまざまな原因が絡み合っています。決して「あなたの意志が弱いから」ではありません。

無理なく続ける！

当院の栄養指導

当院では、医師と管理栄養士がしっかりと連携し、みなさまの無理のない減量や健康づくりをサポートしています。

●当院の栄養指導でお伝えしていること●

- 1 食べ方のちょっとした工夫
- 2 コンビニや外食の上手な選び方
- 3 無理なく、楽しく続けるコツ など

一人ひとりのライフスタイルに合わせた栄養指導を行っています。
「続けられる食事の改善」を一緒に考えましょう！
栄養指導をご希望の方は、お気軽に次の方法でご相談ください。



なかなか体重が減らない…
それは「肥満症」かもしれません



がん化学療法室「急変時シミュレーション訓練」

6月5日に急変時シミュレーションを実施しました。がん化学療法室では、患者さんが安心・安全に抗がん剤治療を受けられるように多職種が連携して診療に取り組んでいます。また、あらかじめ定められた救急対応フローチャートに基づき急変時にも適切な対応ができるよう毎年訓練しています。



医療サービスの
質や患者満足度を
向上させる取組



感

5月28日、
した。正しい
その後、手
よるチーム
楽しんで学
種連携の強



栄養指導を受けるには？

当院に通院されている方

いつもの外来の主治医（担当医）にご相談ください。

当院を受診されたことがない方

「内科」をご受診ください。肥満の原因がどこにあるのかをしっかりと調べます。もし病気が隠れていた場合は、その治療とあわせて栄養指導を行います。

大切なお知らせ

～肥満症の新しい「お薬」について～

最近、肥満症の新しいお薬が使えるようになったというニュースを耳にしたことはありませんか。このお薬の保険適用（健康保険を使つての治療）には、厳格なルールがあります。

<注意点>

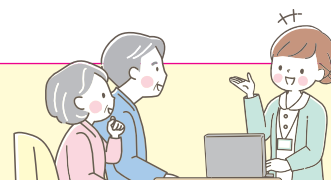
- ❗ 美容や単なるダイエット目的では、健康保険を使うことはできません。
- ❗ 健康保険を使つてお薬が処方されるためには、医師の診察を受け「肥満症」と診断されるなど、一定の条件を満たす必要があります。
- ❗ このお薬は「6か月以上にわたる定期的な通院と、医師や管理栄養士の指導のもとで食事・運動療法を続けても、十分な改善が見られない」などの条件を満たした人のみを対象に、基準を満たした病院でしか処方できません。

【重要事項】

新しいお薬が出たからといって何もしなくて良いわけではなく、肥満症の治療には「定期的に栄養指導を受け、食事と運動を見直すこと」が重要です。

いつまでも元気で、おいしくご飯を食べるために。

お悩みの方は、ぜひ一度お気軽にご相談ください！



感染対策研修「手指衛生訓練」

院内感染対策研修「手指衛生訓練」を実施しました。手指衛生の手技と実施のタイミングを再確認し、手指衛生のタイミングを習得するため、ゲーム形式に對抗訓練を行いました。職種を超えて協力しながら学ぶことで、感染予防に対する意識の向上と、多職種連携につながる有意義な研修となりました。



BLS研修（一次救命処置）

6月29日、BLS研修を実施しました。院内のあらゆる場面で職員が迅速かつ適切に一次救命処置を行えるよう、シミュレーションを取り入れた実践的な研修を実施しました。全職員が共通の手順を理解し、緊急時にも円滑に連携して対応できる体制を整えることで、患者さんに安心して医療を受けただけの環境づくりに努めています。



将来、宍粟市の医療を担う若い世代を育てる取組

地域医療夏季セミナー（医学生）

8月6日、7日、地域医療を志す医学生10名を受け入れました。医師会や地域住民の皆さん、へき地診療所など多くの方々のご協力のもと、宍粟市の地域医療の現状や魅力を伝える充実したセミナーとなりました。本セミナーがきっかけに医師となり、当院で活躍している先輩もいます。将来の宍粟市の地域医療を担う医師の育成・確保



につながる機会として、今後とも継続して取り組みます。



兵庫県臨床研修病院合同説明会（医学生）

6月6日、医学生の方を対象としている合同説明会に参加しました。当院の初期臨床研修プログラムや地域医療の魅力、教育体制などを紹介し、多くの医学生の方に当院への理解を深めていただく機会となりました。



山崎高校医療体験（高校生）

8月5日、山崎高校から14名の高校生を受け入れ、医療体験を実施しました。看護師、助産師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士など、さまざまな職種を横断的に体験し、医療現場への理解を深めていただきました。



千種高校医療実習（高校生）

7月27日～29日の3日間、千種高校から3名の実習生を受け入れました。

専門性を兼ね備えた実習を通して、医療現場で求められる知識や技術、チーム医療の大切さを学んでいただきました。



トライやるウィーク体験（中学生）

6月1日から5日までの5日間、地域の中学生5名を受け入れました。医療従事者との交流や職業体験を通して、病院がチーム医療によって支えられている

ことを学んでいただきました。将来の夢や進路について考えるきっかけとなることを願っています。



TOPICS

兵庫県薬剤師出向制度を活用

「兵庫県薬剤師出向制度」により、令和8年4月から神戸市立医療センター西市民病院の薬剤師を受け入れています。病棟業務や服薬指導などに携わり、豊富な経験を活かして医療の質の向上と医療提供体制の充実に取り組んでいます。



メッセージ

派遣薬剤師 久保嘉靖
宍粟市で働きはじめて、多くの方々の温かさに触れ、この地域の魅力を実感しています。市民の皆さまが安心して暮らせるよう、地域医療を支える一員として、薬剤業務を通じて精一杯お手伝いさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

地域連携室だより

休診・代診情報

最新の休診情報は、こちらのQRコードからご確認ください。



生活習慣病予防教室のご案内

当院では、地域の皆さまの健康を守るため、「生活習慣病予防教室」を開催しています。今年度第2回となる予防教室では、**心不全療養指導士**と**慢性腎臓病療養指導士**が、「心不全」と「腎臓病」をテーマに、病気の予防や日常生活で気を付けたいポイントについて分かりやすくお話しします。健康に関心のある方ならどなたでもご参加いただけます。ぜひお気軽にご参加ください。

● 日時 ●

令和8年11月14日（土）
10:00～11:30（受付 9:30～）

● 会場 ●

公立宍粟総合病院 別館3階 講堂

● 申込方法 ●

予約専用ダイヤル 電話：0790-62-2448
受付時間：平日15時

※お電話の際は、「生活習慣病予防教室の申込み」とお伝えください。



公立宍粟総合病院

SHISO MUNICIPAL HOSPITAL

URL https://www.city.shiso.lg.jp/shiso_hp/

代表番号 0790-62-2410

予約専用ダイヤル 0790-62-2448



病院案内
サービス



外来診療
ご案内