



# 徳島県立海部病院

2024.11  
広報  
Vol.33



## CONTENTS

- ▶ 糖尿病内科より
- ▶ 事務局より
- ▶ 看護局より
- ▶ 外来診療体制より



県立病院基本理念 県民に支えられた病院として、県民医療の最後の砦となる

# 糖尿病内科より

病院で出来る代表的な糖尿病の検査項目には「血糖値」と「HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）」があります。

## 血糖値とは

私たちが食事で摂取した炭水化物は体の中で消化吸収されてブドウ糖になり、血液と一緒に全身に運ばれてエネルギーの源になります。血糖値とは血液中に含まれるブドウ糖の濃度を表しています。食事によって変動するので食後はみんな血糖値が上がりますが、インスリンというホルモンの働きにより約2時間かけて徐々に食前の血糖値に戻っていきます。糖尿病になるとこのインスリンの働きが悪くなり、時間が経過しても血糖値が下がらず高血糖の状態が続くこととなります。このように食事時間の影響を受けるため、採血の時に「血糖値」の検査が入っている時は、最後に取ったお食事の時間を確認させていただいています。

## HbA1cとは

赤血球の内部にあるヘモグロビンというタンパク質に血液中のブドウ糖がくっついた「糖化ヘモグロビン」の量を%で表したものです。血液中にブドウ糖がたくさんあるほど糖化ヘモグロビンも多くなり、HbA1cの値は高くなります。また糖化ヘモグロビンは赤血球の寿命（約120日）が尽きるまで血液中に存在し続けます。そのためHbA1cを測定することで直近1-2ヶ月の血糖の状態がわかります。

## 血糖コントロールの目標値（HbA1c）

日本糖尿病学会は次のように目標値を設定しています。

血糖正常化を目指す際の目標	合併症予防のための目標	治療強化が困難な際の目標
HbA1c 6.0% 未満	HbA1c 7.0% 未満	HbA1c 8.0% 未満

【参考】日本糖尿病学会編・著「糖尿病ガイドライン2019」p25より一部改変

治療目標は年齢・罹病期間・臓器障害・低血糖の危険性・サポート体制などを考えて個人別に設定します。65歳以上の方は加えて、認知機能や日常生活の活動レベル、服用しているお薬なども考慮して目標値を設定しますので、かかりつけ医の先生にご確認ください。

糖尿病の適切な診断、治療判定は正しい検査から！  
ご協力よろしく申し上げます。



## 糖尿病に対する運動の考え方 ～毎日の生活の中から少しずつ～

糖尿病に対する運動の重要性は主治医の先生だけでなく、テレビ・パンフレットやご家族からの叱咤激励など、様々な場面で見聞きしたことがあると思います。「食後1時間以内に運動する」ことや「有酸素運動・筋トレを20分以上する」と頭で分かっている、中々行動に移すことができない方が多いのではないのでしょうか。

そして、続けられたことは主治医の先生やご家族に話しましょう。

小さな事から積み重ねて継続していくことで、モチベーションを保ち、そこから更に運動を増やしたり、内容を変えてみたりするのもよいでしょう。

そこで、まずは生活の中から“少しずつ”運動する習慣をつけることがポイントです。

例えば、朝夜の歯磨き中に膝の屈伸運動（スクワット）をしてみる、スーパーに買い物に行ったら店内を2周歩く、テレビの体操を真似してみる、など自分の生活にあったものから少しずつ始めてみましょう。

運動が中々始められない方は、生活の中から“少しずつ”できることを見つけていきましょう。

# 事務局より

## 徳島県病院局×徳島県サーフィン連盟による連携協定を締結しました



左・北畑病院事業管理者 右・武知事務局長



協定締結式

令和6年8月3日(土)、徳島県病院局と徳島県サーフィン連盟は「地域ブランディングによる徳島県立海部病院の医療従事者確保に係る連携協定」を締結しました。また、プロサーファーで県サーフィン連盟事務局長の「武知実波」さんに「県立病院・魅力発信アドバイザー」に就任いただき、プロの目線から県立病院や県南部のサーフィンの魅力発信に御支援をいただくこととしております。

内妻海岸は、全国有数のサーフポイントとして知られています。徳島県立海部病院は、こうしたサーファーにとって魅力的な立地を生かして、仕事とサーフィンをともに楽しめる環境が整備された「#サーフホスピタル」として、SNSなどで地域の魅力を発信していくとともに、ブランド化をしていくことを目指しています。



### 徳島県立海部病院公式Instagramを始めました!

この度、徳島県立海部病院では、当院の最新情報や地域の魅力を発信するため、Instagramアカウントを開設しました。「サーフ・ホスピタル」に関する情報や、当院の素敵なスタッフのお仕事の様子などを投稿していきますので、みなさん、ぜひフォローをお願いいたします!

登録画面はこのQRコードから飛べるんじょ! よろしくね!



@TOKUSHIMA\_KAIFU\_HP

# 看護局より

## 「訪問診療・訪問看護」のご案内

- 当院では、寝たきりなどにより病院の通院が困難な患者様に訪問診療や訪問看護を行っています。
  - ・海部郡内にお住まいの方(一部地域を除きます)
  - ・医療保険をお持ちの方(医療保険による有料の訪問となります)
  - ・海部病院の医師が主治医の方
  - ・厚生労働大臣が定める病気(詳細はご相談ください)

- 訪問診療**は当院の医師が自宅に訪問します。

診察を行ったり処方箋をお渡しします。

(自宅で行えないレントゲンなどの検査が必要な場合は病院に受診していただくこともあります。)

- 訪問看護**は当院の看護師が自宅に訪問します。

血圧や脈拍などを測定し体調管理を行います。

床ずれ予防、酸素・膀胱留置カテーテルなどのチューブ類の管理、がんの痛みなどをやわらげる緩和ケアなども行っています。

訪問診療や訪問看護を希望される方は、外来受診時などに医師や訪問看護師にご相談ください。



# 県立海部病院 外来診療体制

診療日時 月曜日から金曜日まで 午前8時30分から午後5時15分(祝日・年末年始除く)  
 電話番号 ☎0884-72-1166 (代表)  
 受付時間 午前8時から午前11時30分まで (予約・救急患者除く)  
 予約時間 午後3時から午後5時まで  
 ※担当医や休診については、ホームページや電話等で御確認ください。



診療科 / 曜日	月	火	水	木	金
内科	●	●	●	●	●
外科	●	●	—	●	●
整形外科	●	●	●	●	●
脳神経外科	●	●	●	●	●
産婦人科	●	●	●	●	●
小児科	—	—	●	—	—
耳鼻咽喉科	—	●	—	—	●
専門外来	心臓血管外科 第1・3週	呼吸器外科遠隔診療 第3週	皮膚科 毎週	泌尿器科 毎週	脳神経内科 月2回※1
	糖尿病外来 月1回	糖尿病遠隔診療 月2回	膠原病・リウマチ 毎週	腎臓専門外来 月1回	リウマチ 月3回
	もの忘れ外来 毎週※	もの忘れ外来 毎週※			甲状腺外科 第3週
		心療内科 毎週※1	形成外科 毎週※2		
※1:専門外来は完全予約制ですので、受診希望者は各診療科へお問い合わせください。 ※2:隔週で遠隔診療実施。					

## 看護師等募集中



地域医療の中核を担う海部病院で一緒に働きませんか。  
 詳しい採用・勤務条件等は当院ホームページでご確認ください。

### 看護師(フルタイム)の場合

- 必要資格** ● 看護師免許、もしくは准看護師免許
- 勤務内容** ● 外来・病棟等での看護
- 給与** ● 経験年数に応じて算定
- 待遇** ● 年次有給休暇 1会計年度ごとに20日  
通勤手当、健康保険、厚生年金、労災、失業保険等  
勤続6ヶ月以上で退職手当
- 必要書類** ● 履歴書、免許証の写し
- 応募方法** ● 郵送、または持参
- 選考方法** ● 書類選考、面接



徳島県立海部病院  
看護師等採用情報ページ

発行 令和6年11月

## 徳島県立海部病院 広報委員会

〒775-0006 徳島県海部郡牟岐町大字中村字杉谷266番地  
 ☎0884-72-1166(代) FAX:0884-72-3521  
 HP:インターネットで海部病院を検索してください。



海部病院

検索



3 すべての人に  
健康と福祉を



SDGsアイコン