

～日本一笑顔あふれる昌林会をめざします～

しょうりん



第116号 2023年6月4日発行

社会医療法人昌林会

職員募集

2024年度4月採用職員

病院
見学会

2023. **6.24** [土] **8.5** [土] **8.19** [土] 9:00～12:00
【応募締切】6/24・・・6/14締切 8/5・・・7/26締切 8/19・・・8/9締切

採用
試験

2023. **7.8** [土] **8.26** [土] **9.16** [土] 8:30～12:30
【応募締切】7/8・・・6/28締切 8/26・・・8/16締切 9/16・・・9/6締切
【応募書類】履歴書、成績証明書、健康診断書、卒業見込証明書

募集
職種

看護師 薬剤師 介護福祉士 理学療法士 作業療法士 言語聴覚士 社会福祉士
精神保健福祉士 臨床検査技師 臨床工学技士 診療放射線技師 歯科衛生士 管理栄養士 栄養士
調理師 保育士 事務総合職 ケアワーカー（介護福祉士養成）

勤務
時間

8:30～17:30（1日8時間）
※職種等により夜勤、
時差勤務があります

給与

当会規程によります

中途採用職員 上記職種以外にも、いろいろなお仕事があります!

- 資格を活かして働きたい!
- 資格取得を目指しながら働きたい!
- 医療福祉に興味がある!
- とにかく働く意欲がある!

パート勤務も可能です
ご相談に応じます

給与は経験年数を考慮し優遇します

【事業所数】 16事業所

【職員数】 女性521名 男性251名 合計772名

【年間休日数】 2023年度/121日

【資格取得】

働きながら養成校への通学や資格（看護師、准看護師、介護福祉士、等各種資格）取得が可能です。奨学金制度もあります。介護未経験の方も大歓迎!

病院見学会はお電話、WEBでお申込下さい。応募書類はご持参頂くか、郵送して下さい。

〒692-0011 安来市安来町899-1 社会医療法人昌林会

総務部総務課宛（担当：田中・秦） ☎ 0854-22-3411



認知症講演会

【日時】7月30日(日) 15:00～

【講師】鳥取大学医学部保健学科認知症予防学講座 浦上 克哉 教授

【会場】安来市総合文化ホールアルテピア（大ホール）

■お問合せ先■ 認知症疾患医療センター ☎0854-22-3432

昌林会の理念
生命の尊重と人間愛を基本とした、
保健・医療・福祉にわたるサービスを提供し、
地域社会に貢献する

発行所 社会医療法人 昌林会

安来第一病院	介護老人保健施設 昌寿苑
安来訪問看護ステーション	介護医療院
安来市在宅介護支援センター	ケアプランやすぎ
ヘルパーステーション	やすき
認知症高齢者グループホーム	きららの
認知症高齢者グループホーム	昌寿の
認知症高齢者グループホーム	やすぎの
小規模多機能型居宅介護事業所	やとぶきの
デイサービスセンター	フィットネ
安来地域活動支援センター	アステ
コミュニティハウス	にし
コミュニティハウス	はし
コミュニティハウス	はし
ふれあい工房	ふれん



地域のために一緒に働きませんか

募集要項の詳細は
ホームページで
ご確認ください

仕事内容等、お気軽にお問合せ下さい
随時見学もできます。
お電話、またはWEBから
お気軽にお問合せ
下さい。



令和5年度の安来市の
健(検)診が始まります!

年に一度の体のチェック!

健康診断



安来市の受診券が届いた方が対象

特定健康診査

メタボリックシンドロームや高血圧、糖尿病などの生活習慣病の前兆を見つけるための健診です。

【検査内容】問診・診察・身体測定・血圧測定・血液検査（脂質・肝機能・血糖・腎機能）・尿検査・心電図

【所要時間】1時間30分～2時間 【自己負担額】無料

【健診期間】R5年7月1日～R5年11月30日

※後期高齢者医療保険加入者は「後期高齢者健診」（R5年9月1日～）になります。

乳がん検診

乳がんは早期発見・早期治療で95%以上が治癒されています。
セルフチェックとともに検診を受けましょう。

【検査内容】問診・診察・乳房X線検査(マンモグラフィ)・超音波検査(当院では無料です)

【所要時間】1時間 【自己負担額】2,000円 【健診期間】R5年6月1日～R6年2月29日

※より精度の良い3Dマンモグラフィを使い、短時間で受診できる「時間外乳がん検診」も行っています。
所要時間は20～30分です。受診券をお持ちでない方も、当院の3D乳がん検診(10,000円)で同様の内容を受診して頂けます。

受診券なしで受けられる健(検)診

大腸がん検診

大腸がんは40歳からかかる人が増えます。早期では自覚症状がないため、年1回検診を受けるようにしましょう。※40歳以上の安来市民の方が対象

【検査内容】便検査2日法（容器をお渡しします。事前に採便しご持参いただき、結果は後日郵送となります。）

【自己負担額】500円 【健診期間】R5年6月1日～R6年2月29日

脳健診

脳梗塞などの脳血管疾患を早期発見し、
発症の予防や進行の防止が目的の健診です。

※S22年4月1日～S58年3月31日生まれの
安来市国民健康保険加入者が対象

【検査内容】問診・身体測定・血圧測定・
脳検査（MRI・MRA）・診察

【所要時間】1時間30分

【自己負担額】5,000円

【健診期間】R5年6月1日～R6年2月29日

肝炎ウイルス検査

肝炎ウイルスに感染しているかを検査します。
適切な健康管理と治療で、肝炎から肝硬変や
肝がんが悪化するのを予防できます。

※40歳以上で過去に受けたことがない安来市
民の方が対象

【検査内容】問診・血液検査(B型・C型肝炎)

【自己負担額】無料

【健診期間】R5年7月1日～R6年2月29日

※脳健診、肝炎ウイルス検査は安来市へのお申込が必要です

上記健診以外にも、各種健診を実施しています。お気軽にご相談下さい。

- ・一般健康診断（定期・入学・入社時）
- ・生活習慣病予防健診
- ・脳ドック
- ・胃がん検診
- ・肺がん検診
- ・特定保健指導

【お申込・お問合せ先】安来第一病院 一般科総合受付 ☎0854-22-5555



健診結果 に合わせた 生活習慣改善 を!

「要経過観察」生活習慣や食事の改善を図り病気の予防や健康維持を心がけましょう。
 「要精密検査」「要治療」医療機関をなるべく早く受診して、検査や治療を受けましょう。

高血圧

基準範囲

【血圧】収縮期血圧129mmHg以下
 拡張期血圧 84mmHg以下

高血圧の状態が続くと動脈硬化が進み、さらに動脈硬化が進むと、血管の弾力性が失われ血流も悪くなり、さらなる血圧上昇を招くという悪循環に陥ります。

改善のポイント

- 1 減塩を心がけましょう
 だしや酸味など味付けに工夫して、1日6g未満を目標に。
- 2 禁煙・節酒をしましょう
 たばこに含まれるニコチンは血管を収縮させ血圧を上げます。飲酒習慣も血圧上昇を招くので適量に。

脂質異常症

基準範囲

【中性脂肪】30~149mg/dL
 【HDLコレステロール】40mg/dL以上
 【LDLコレステロール】60~119mg/dL
 【Non-HDLコレステロール】90~149mg/dL

血液中の脂質が増えると動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳梗塞の原因になります。ただし善玉コレステロールと呼ばれるHDLコレステロールは、血管内にこびりついた脂質を減らして動脈硬化を予防します。

改善のポイント

- 1 脂肪をとり過ぎない工夫をしましょう
 肉、卵のとり過ぎに注意!また「蒸す・煮る・ゆでる」調理方法が良いでしょう。
- 2 サバやイワシなどの青背の魚を食べましょう
 青背の魚は動脈硬化予防に効果的なものを豊富に含んでいます。

高血糖

基準範囲

【血糖】99mm/dL以下(空腹時・随時)
 【HbA1c】5.5%以下
 【尿糖】陰性(-)

血糖値が高い状態が続くと糖尿病と診断されます。放置すると、失明、人工透析、動脈硬化など様々な重い合併症を引き起こします。糖尿病に進行する前に血糖値を下げるのが重要です。

改善のポイント

- 1 バランスの良い食事をとりましょう
 腹八分目を意識して、甘いもの、脂っこいものは控えめに。野菜や海藻、きのこなどを多くとるようにしましょう。

肝機能障害

基準範囲

【AST(GOT)】30U/L以下
 【ALT(GPT)】30U/L以下
 【γ-GT(γ-GTP)】50U/L以下

肝臓は症状が現れにくいので、異変に気付いた時には症状がかなり進行していることもあります。受診をして原因を調べることが大切です。

改善のポイント

- 1 適度な飲酒を守り、休肝日をつくりましょう
 飲酒の目安(1日あたり):ビール500ml、ワイン240ml、ウイスキー60ml、焼酎110ml、日本酒180ml
- 2 食べ過ぎに注意しましょう
 食べ過ぎると肝臓に余分な脂肪がたまり、肝機能が低下する脂肪肝の原因になります。

大事なポイント



運動をしましょう!

ウォーキングなどの有酸素運動と筋トレを行うのが効果的です。少しずつでも毎日行うことが大事です。

健康な体づくりに!

ヘルスケアセンター

アクティブ

健康の維持・増進、生活習慣病の予防、未病の改善等を目的とした施設です。理学療法士のサポートのもと、健康状態・体力の評価、健康相談、運動を中心とした健康プログラムが実践できます。



健康増進教室 (パワーリハビリ)

対象者	65歳以上で介護認定を受けていない方
利用料	同月内2回目まで 1回200円 同月内3回目以降 1回500円
所要時間	30分~40分程度

上記以外に、1回300円でご利用いただける各種マシン(ウォーキングマシン、バイク他)もあります。健康のために、楽しく運動しませんか?

【お申込・お問合せ先】
 アクティブ(安来第一病院内)
 ☎ 0854-22-3523



精密検査や治療は早めに!

安来第一病院

健診で異常があった...

- 高血圧
- 脂質異常
- 高血糖
- 貧血
- 肝機能
- 便潜血
- 心電図異常
- 尿検査



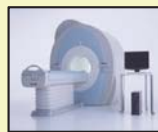
安来第一病院の外來は、19の診療科があり、常勤医や大学医による専門診療科もあります。健診結果を踏まえた精密検査や治療を行うことができます。また必要であれば他専門医療機関にご紹介させていただきます。

管理栄養士による
 栄養指導
 も受けられます

※医師の指示による



■ 各種検査機器 ■



MRI



高速マルチヘリカルCT



心電図検査



内視鏡



超音波診断装置

まずは
 お電話下さい

新館地域連携室 ☎ 0854-22-3495

社会医療法人昌林会 安来第一病院 外来担当医表

2023年 6月

診療科		月	火	水	木	金	土		
新館・東館	内科専門外来	一般内科	初診 午前	卜蔵 浩和	加藤 和宏	森 正剛	加藤 和宏	島大第3内科 島大第3内科 (12:00迄)	
			再診 午前	玉井 瑛子 江原 真理子	安達 裕宣 大西 千恵 (2-4週)	安達 裕宣	井上 雅之		玉井 瑛子 安達 裕宣
		消化器 (内視鏡・超音波検査・予約制) (予約制)	午前	井上 雅之 島大放射線治療科	森 正剛 大西 千恵 (2-4週)	足立 洋心	江原 真理子	加藤 和宏	
			午後		安達 裕宣	安達 裕宣	井上 雅之	安達 裕宣	
		呼吸器	午前		河崎 雄司	加藤 和宏	鳥大第3内科 (12:00迄)	河崎 雄司	鳥大第3内科 (12:00迄)
			午後	加藤 和宏				加藤 和宏	
	循環器	午前	森 正剛	森 正剛	森 正剛	鳥大第1内科 加藤 雅彦 三明 淳一郎 (16:30迄)	森 正剛		
		午後		森 正剛					
	内分泌・代謝・ 糖尿病内科(予約制)	午前	鳥大第1内科 (9:00~16:30)	鳥大第1内科 (9:00~16:30)					
		午後							
	乳腺外科・腫瘍内科 (予約制)	午前	杉原 勉	杉原 勉	杉原 勉		杉原 勉		
		午後							
	緩和ケア内科 (予約制)	午前	杉原 勉	杉原 勉	杉原 勉		杉原 勉		
		午後							
	神経内科	午前	卜蔵 浩和	卜蔵 浩和	卜蔵 浩和 島大第3内科 (1-3-5週)	卜蔵 浩和		島大第3内科	
		午後					島大第3内科 (15:00~)		
	小児科	午前	鳥大小児科 (17:00迄)	奈良井 榮	奈良井 榮	奈良井 榮	奈良井 榮	奈良井 榮	
		午後							
	泌尿器科	午前	鳥大泌尿器科 武中 篤 (初診10:30迄)		高間 総一郎		高間 総一郎		
午後									
整形外科 (一部予約制)	午前	賀川 武(予約) 島大整形 (9:00~13:00)	賀川 武	賀川 武(予約) 島大整形 (9:00~12:30)	賀川 武	賀川 武	島大整形		
	午後			島大整形 (13:30~16:00)					
リウマチ科	午前	賀川 武	賀川 武	賀川 武	賀川 武	賀川 武			
	午後								
リハビリテーション科	午前	島大整形 一般内科担当医	一般内科担当医	島大整形 一般内科担当医	一般内科担当医	一般内科担当医	島大整形 一般内科担当医		
	午後	一般内科担当医							
外科	午前		足立 洋心		足立 洋心	足立 洋心			
	午後								
皮膚科 (予約制)	午前	鳥大皮膚科 (10:00迄)			鳥大皮膚科		鳥大皮膚科		
	午後								
形成外科	午前		松江日赤形成外科 (9:00~16:30)						
	午後								
脳ドック(予約制)	午後	卜蔵 浩和	卜蔵 浩和		卜蔵 浩和				
	午後								
健診	午前	中井 勲 島大放射線治療科	中井 勲 鳥大胸部外科	中井 勲	宮本 誉子	中井 勲			
	午後								
アネックス(本館)	精神科・ 心療内科 (思春期・アルコール・ うつ病・もの忘れ等)	初診 午前	新宮 左知子	小村 文明	竹下 久由	小村 文明	新宮 左知子	当日担当医	
		再診 午前	杉原 克比古 小村 文明	竹下 久由	杉原 克比古 新宮 左知子	松下 棟治 片山 征爾	鎌田佳代子	当日担当医	
	認知症疾患 医療センター	初診 午後	鎌田佳代子	杉原 克比古	松下 棟治	片山 征爾	鎌田佳代子		
		再診 午後	片山 征爾	鎌田佳代子	竹下 久由	新宮 左知子	松下 棟治 小村 文明		

※予約制の診療科でも、急患の場合は診察致します。 ※予約制の診療科につきましては、お電話等にて事前に予約をお願い致します。

受付時間 平日 8:30~12:00 13:30~17:00
土曜日 8:30~12:00

※精神科初診の場合 8:30~11:30 13:30~16:30
※一般科は診療科によって受付時間が異なりますので、
一般科総合受付にお問合せ下さい。

診療時間 平日 8:30~12:30 13:30~17:30
土曜日 8:30~12:30

ご予約・ご相談 精神科:地域連携室(本館)
電話(0854)22-3411
FAX(0854)22-3454

精神科:地域連携室(新館)
電話(0854)22-3495
FAX(0854)22-3457