

# 病院だより

## 高齢者歯科健診って ご存知ですか？

### オーラルフレイルとは

お口の健康は、「食べる」「話す」「笑う」といった毎日の生活を支えるだけでなく、全身の健康にも深く関わっています。最近むせやすくなった、食べこぼしが増えた、食欲がない、軟らかいものばかり食べる、滑舌が悪い、歯が抜けたままになっているなど、お口の『軽微な衰え』を放置していると、**オーラルフレイル**のリスクになります。

### 口腔機能低下症とは

オーラルフレイルを放置していると、噛む力や飲み込む力の低下などが起こりやすくなります。こうしたお口の機能低下は**口腔機能低下症**と呼ばれ、将来、低栄養、肺炎、転倒、要介護状態につながる可能性があります。



### 高齢者歯科健診とは

高齢者歯科健診では、歯や歯茎の状態だけでなく、入れ歯の適合、お口の清潔状態、噛む力や飲み込む機能なども検査します。早めに異常を見つけることで、治療やお口のトレーニング、適切なケアにつなげることができ、健康寿命の延伸にも役立ちます。

また、お口の細菌は誤嚥性肺炎や糖尿病、心臓病など全身の病気とも関係しています。毎日の口腔ケアと定期的な歯科健診を受けることで、感染症予防や体力維持にもつながります。「歯があるから大丈夫」「痛みがないから問題ない」と思っている、気づかないうちに口腔の機能低下が進んでいることも少なくありません。

いつまでも自分の歯で食事を楽しみ、元気に過ごすためには、定期的な歯科健診が大切です。この機会に高齢者歯科健診を受け、お口と全身の健康を見直してみませんか？ ご自身のため、そしてご家族の安心のためにも、ぜひ高齢者歯科健診を受けてみてください。

#### 理念

#### 1. 信頼される病院 2. 心温まる病院 3. 楽しく働ける病院

#### 基本方針

- 地域における医療福祉の向上につとめ、地域住民のいのちと健康を守ります。
- 地域の中核病院として、地域の医療機関と連携・協調を図ります。
- 二次医療を中心に担当します。
- 医療需要の増大と多様化に対応できる病院づくりを目指します。
- 超高齢社会における治す医療と支える医療の両立を目指します。

5月12日は「看護の日」

# 看護の日フェア を行いました

フローレンス・ナイチンゲール生誕の5月12日は「看護の日」として制定されています。当院では令和8年5月12日に【看護の日フェア】を開催しました。

骨健康度測定・血管年齢測定・最終糖化産物測定や、看護師と一緒に健康体操を行い、ご自身の健康状態を知っていただく機会となりました。また、当院看護師の写真を掲示し、来場者の皆さまに看護の魅力を伝えました。

延べ103名の方が参加され、順番待ちになるほど大盛況でした。参加者の方から「座ってできる体操なら続けてみたい」「体を動かします」など感想が寄せられ、健康に関する関心が高まったようです。



骨健康度測定



最終糖化産物測定



健康体操

## 食中毒に ご注意

6月に入り、気温の高い日が増えてきました。暑さによって食品の傷みが早くなったり、食中毒の原因となる細菌が活発になり増殖しやすくなるなど、食中毒になる原因が重なる時期です。食中毒を引き起こさないためにも予防対策を行うことが重要です。

### 食中毒の原因菌を つけない



食品や調理器具に食中毒の原因となる菌を付けないようにするためにも、調理前、生の肉や魚などを取り扱う前後や食事前に手洗いをするようにしましょう。

また、生の肉や魚などに使用する調理器具は使用の都度きれいに洗い、できれば殺菌するようにしましょう。

### 食中毒の原因菌を ふやさない



細菌の多くは約20～50℃の高温かつ多湿な環境下で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりになり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食品についた菌を増やさないためにも、すぐに冷やすことが重要です。

### 食中毒の原因菌を やっつける



細菌やウイルスのほとんどは加熱すると死滅します。肉や魚など食材は中まで熱をとることが重要です。中心温度75℃で1分以上が目安です。食べ残しを食べる時も、再度加熱しましょう。

包丁やまな板などの調理器具の殺菌は、熱湯をかけることでも可能です。

# 職員募集のお知らせ

現在、看護師(令和9年4月採用予定)および臨床検査技師(令和8年8月採用予定)を募集中です。募集の詳細や指定の様式のダウンロードなどは、当院ホームページの職員募集をご覧ください。

## 看護師

令和9年4月  
採用予定

募集ページ



看護局  
紹介ページ



## 臨床検査技師

令和8年8月採用予定

募集ページ



採用予定人数

13名程度

1名程度

募集期間

令和8年5月11日(月) \ 締切間近! /  
～ 6月15日(月) 17:00必着

令和8年5月20日(水) \ 締切間近! /  
～ 6月18日(水) 17:00必着

応募資格

昭和42年4月2日以降に生まれた方で、  
看護師の免許取得者  
(令和9年3月末までの取得見込者含む)

昭和57年4月2日以降に生まれた方で、  
臨床検査技師の免許取得者

提出書類

- 職員採用試験申込書・自己紹介書※
- 看護師免許証の写し(取得者のみ)
- 成績証明書(卒業見込者のみ)

- 職員採用試験申込書・自己紹介書※
- 小論文※
- 臨床検査技師免許証の写し

上記の書類を鳥取市立病院へ郵送または持参して下さい。

※ 職員採用試験申込書・自己紹介書、小論文原稿用紙(臨床検査技師のみ)は、指定の書式があります。  
当院ホームページの募集ページからダウンロードしてください。

試験日

令和8年7月11日(土) 9:00～

令和8年6月22日(月) 13:30～

試験方法

- 論文試験(当日試験)
- 面接試験(当日試験)
- 職場適性検査(事前試験)

- 面接試験(当日試験)
- 小論文(事前提出)

お問い合わせ

鳥取市立病院 総務課  
TEL. 0857-37-1522(代表)

最新の採用情報は、  
当院ホームページをご確認ください。

🔍 鳥取市立病院 採用情報

採用情報ページ

