

## 鈴鹿市の救急医療体制と当院の役割

こんにちは。日頃は当院をご利用いただきありがとうございます。さて、季節は秋、気候としては体が一番ベストな時期ではありますが、救急隊の出動件数や当院の救急外来受診件数は冬季のピーク時を除き、季節変動は見られません。また、その件数も年々増加傾向であり、地域の皆様がより効率的な医療を受けていただけるよう行政・医師会と共に検討・整備しております。これまでの重要課題としては、①夜間休日の小児救急 ②二次救急（開業医からの紹介患者・救急搬送患者）と一次救急（二次以外の飛び込み患者）の混在による救命救急活動への悪影響であります。そこで地域開業医の先生方の結集により、今までの休日応急診療所（総合保健センター内）をグレードアップし「鈴鹿応急診療所」つまり、休日だけでなく終日夜間診療が可能となりました。鈴鹿市医師会の先生方の輪番により、急病に対する一次診療を365日受け入れて頂き、必要に応じ二次の当番病院に紹介する体制で円滑な運用がされております。

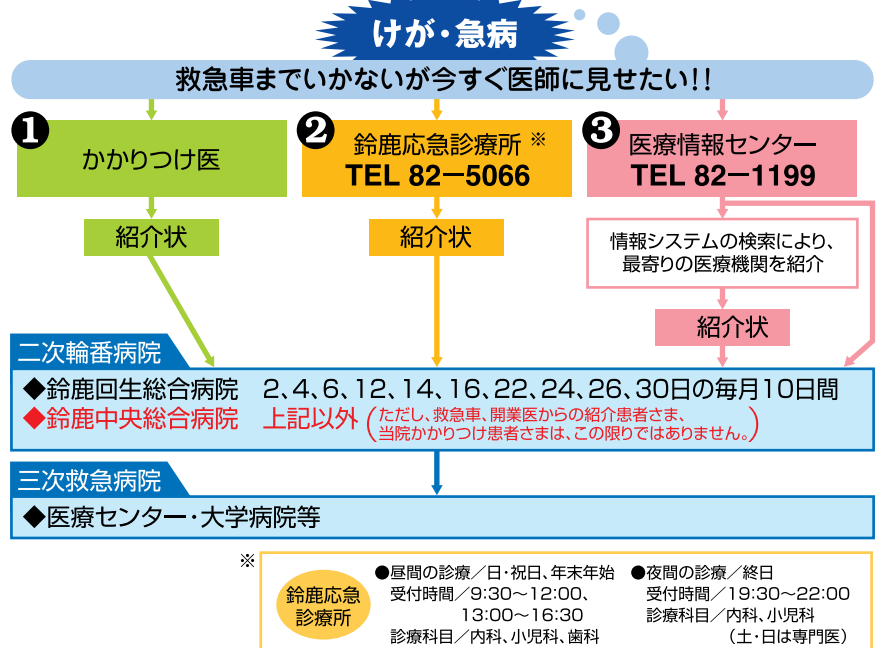
救急医療は人々が安心して暮らしていける環境の一つであり、鈴鹿市は行政、救急隊、開業医、地域中



看護部長 池田 博子

核病院と三次救急病院がしっかりと連携し、市民のためのシステムとして構築できたと感じています。今回は、その体制と当院の役割を図表でご案内します。

### \* 鈴鹿市の救急医療体制 \*



### 当院の役割

- ・毎月20日間の二次救急当番日の救急車の受け入れ。
- ・非当番日の当直医の専門分野に関する紹介の受け入れ。
- ・当院かかりつけ患者さまの365日、24時間受け入れ。
- ・紹介患者さまの365日、24時間受け入れ。

このように各医療機関が自施設の機能を明確にし、機能分担することにより、病気・けがの部位や程度で適切な医療機関を選択して、地域の皆さまに平等に効率的な医療を受けていただけるよう努力しています。

### 病院の理念

良質で高度な医療を提供する事により、地域の皆様に信頼され、選ばれる病院でありたい。

### 病院の目標

1. 患者さまの尊厳重視と、公正な医療の提供
2. 最新で高度な医療の提供
3. 医師の説明と、患者さまの選択に基づく医療の提供
4. 情報の開示と、セカンド・オピニオンの推進
5. 地域医療ネットワークの推進

## 当院内視鏡室の紹介

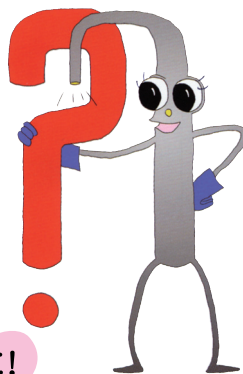
日本における消化器がんの代表的なものは胃がんと大腸がんですが、近年胃がんの死亡率は減少してきています。これにはさまざまな要因がいわれていますが、最大の理由は検診が盛んに行なわれ内視鏡等の進歩により早期発見、早期治療が行なわれるようになったためです。しかし、胃がんになる人の数【罹患率】は減少していませんし、大腸がんは食習慣の欧米化により増加しています。また、がんはある程度進行するまで症状が出ません。それゆえ定期的に検査を受けて早期に発見する必要があります。

当院内視鏡室では経験豊かな専門医師、看護師、内視鏡技師が揃い、スタッフは充実しています。また4月より専門医師が1名増員され検査から治療までよりスムーズに行なえるようになりました。検査に関しては最新の内視鏡スコープ（ハイビジョン）等を用い専門の医師が1日40件ほどの内視鏡を行なっています。また、希望の患者さまには楽に検査を受けていただけるよう軽い安定剤を使用させていただいています。

内視鏡検査は、  
がんの早期発見の心強い  
手助けになります。

人にやさしく、確かな診断につながる…  
それが、内視鏡検査です。

内視鏡検査で、小さな不安を大きな安心に!



●掲載イラスト/オリンパス株式会社



■前列左より齋藤 内科医長、加藤 副院長、佐瀬 医師 後列左より岡野 内科医長、向 内科医長

検診の増加に伴い発見される癌も増加していますが、早期の胃がんは開腹手術せずに内視鏡を用いて治療することが可能です。当院においても粘膜切開・剥離法【ESD】等を導入し最新の内視鏡治療を行なっています。

大腸がんのほとんどはポリープより癌になりますが、前がん病変のポリープや早期の大腸がんは胃と同様に内視鏡で切除することにより治療が可能です。

内視鏡の消毒に対しては今年より最新の内視鏡洗浄器を使用し、厚生労働省のガイドラインに沿った消毒を行なっています。

又、当院内視鏡室は医師も看護師も当番制で24時間、緊急止

血術、小児の異物除去などの緊急内視鏡に対応できる体制をとり患者さまに御満足頂けるように頑張っています。

▼参考



【内視鏡粘膜・切開剥離法 ESD】

内視鏡を用い病変の全周を切開し、剥離を進めます。この手法により病変の大きさの適応の拡大と一括で完全に切除することが可能になりました。

(ITナイフとも呼ばれます)

内科医長 向 克己

# 鈴鹿中央総合病院外来担当表

(平成16年10月1日現在)

診療科目	診察室	月	火	水	木	金
内科 (新患) (新患)	1	院長(循)	山本(呼)	坂井(循)	宮原(循)	北井(循)
	2	齊藤(消)	川上(血)	渡邊(血)	高木(腎)	岡野(消)
	3	西村(肝)	西村(肝)	西村(肝)	山本(呼)	AM 田口(呼吸器) PM 西村(肝)
	4	岡野(消)	渡邊(血)	北井(循)	暮石(循)	坂井(循)
	5	山本(呼)	齊藤(消)	川上(血)	院長(循)	高木(腎)
	7	宮原(循)	佐瀬(消)	不動(消)	齊藤(消)	宮原(循)
	8	藤田(循)	加藤(消)	加藤(消)	川上(血)	加藤(消)
	9	暮石(循)			大学代務医	
	健診センター		西村	西村	西村	西村
眼科	1	有馬	有馬	大学医師	有馬	有馬
	2	泉	泉		泉	泉
	午後	手術	予約検査	予約検査	手術	予約検査
小児科	1	西	西	西	西	西
	2	新藤	伊藤	新藤	伊藤	新藤
			ワクチン外来 (予約制)	乳児健診 1~4ヶ月	ワクチン外来 (予約制)	乳児健診 7ヶ月以上
耳鼻咽喉科	1	足立	新患のみ	藤田	藤田	足立
	2	藤田		大学医師	足立	藤田
	午後				予約検査(午後)	
呼吸器外科・心臓血管外科	1				(代務)	
外科	2	今井	今井	新患のみ	谷川	田岡
	3	金兒	信岡	担当医	担当医	信岡
	1	谷川	田岡	金兒		今井
整形外科	1	佐藤	高橋	高橋	佐藤	岡本
	2	山田	岡本	稲田	稲田	稲田
	3	岡本	山田	佐藤	山田	高橋
		午後手術	午後ギプス	手術	手術	検査
脳神経外科	1	久我	森川	久我	森川	森川
	2	佐藤	石垣	佐藤	石垣	久我
		手術	脳ドック結果説明	手術	脳ドック結果説明	
神経内科	1	賀川(初診)	賀川	賀川(初診)	紹介患者初診のみ	賀川
	2	朝日	朝日(初診)	朝日		朝日(初診)
皮膚科	1	野内	大学医師	野内	野内	野内
	2	大学医師				
	午後	手術			手術	
産婦人科 (婦人科) (産科)	1	早川	田中	丹羽	早川	田中
	2	丹羽	早川	田中	丹羽	早川
泌尿器科	1	日置	日置	(代務)	坂田	佐谷
	2	坂田	佐谷		佐谷	日置
精神科	1	川喜田	川喜田	川喜田	(代務)	川喜田
麻酔科	1	橋本	橋本	橋本	橋本	橋本
放射線科		大学医師(午後)		大学医師(午後)	大学医師(午前)	

特殊外来	
循環器外来	月・水・木・金曜日
消化器外来	月・火・木・金曜日
呼吸器外来	月・木曜日
肝臓外来	月・火・水・金曜日
血液・免疫外来	火・水・木・金曜日
腎臓外来	木曜日

レーザー治療	火・水・金曜日 午後 要予約
斜視・弱視外来	火・水・金曜日 午後 要予約

乳児健診	水・金曜日 午後
予防接種	火曜日 午後 (BCG木曜日午後)
慢性疾患外来	水曜日 午後
育児相談	金曜日 午後予約 無料

補聴器外来	第2・4水曜日
午後予約検査	木曜日 14:00~16:00

ストーマ外来	毎週木曜日 14:00~(予約制)
乳腺外来	毎週月曜日 14:00~(予約制)

リウマチ科	水・金曜日
-------	-------

人間ドック	月・火・水・木・金曜日(予約制)
脳ドック	月・火・水・木・金曜日(予約制)
※健康管理室にて受付を致します。	

乳房外来	火・木・金曜日午後 予約制
助産婦外来	月~金曜日(予約制)

予約・再来	
-------	--

○母親教室・前期(妊娠4~5ヶ月)	毎月1回(10月18日・11月15日・12月13日)
○母親教室・後期(妊娠8ヶ月の終わり)	毎月1回(10月25日・11月22日・12月20日)
場所…どちらも2階講義室午後1時より3時まで	
○乳房マッサージについても受け付けております。 (詳しくは産婦人科外来0593-84-1024まで)	

ペインクリニック	月~金曜日
----------	-------

CT.MRI.RI.放射線治療	要予約
-----------------	-----

○福祉サービス説明会	毎月第3水曜日 (10月20日・11月17日・12月15日)
介護保険を中心に、福祉の制度、居宅サービス等 場所…2階講義室 午後1時30分より2時30分まで (詳しくは在宅介護支援センター0593-84-2226まで)	

※担当表は予告なく変更となる場合がありますのでご了承ください。

# バス時刻表

(平成15年7月1日現在)

## 平日時刻表

行先	時刻	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
【02】 桜島四丁目経由			18	8	B 10	B 28	B 28	B 28	B 28	B 28	8	B 28	B 28	0
【82】 白子駅西				30	25						B 28			
【81】 白子駅西経由 スポーツガーデン						8	8	8				8		
【81】 白子駅西経由 亀山駅前					8				8	8			8	8
【71】 回生病院経由 亀山駅前				38	38	38	38	38	38	38	38	38	38	
【02】 文化会館経由 鈴鹿市駅・白子駅					A 49	A 49	A 49	A 49	A 49	A 49	A 49		30	

B:B循環(白子駅→鈴鹿市駅→中央病院→白子駅) A:A循環(白子駅→中央病院→鈴鹿市駅→白子駅)

12月30日～1月4日の間は土日祝日ダイヤで運行します。

鈴鹿中央病院01のりば

## 土日祝日時刻表

行先	時刻	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
【02】 桜島四丁目経由			18	8	B 10	B 28	B 28	B 28	B 28	B 28	8	B 28	B 28	0
【82】 白子駅西				30	25						B 28			
【81】 白子駅西経由 スポーツガーデン						8	8	8				8		
【81】 白子駅西経由 亀山駅前					8				8	8			8	8
【71】 回生病院経由 亀山駅前				38	38	38	38	38	38	38	38	38	38	
【02】 文化会館経由 鈴鹿市駅・白子駅					A 49	A 49	A 49	A 49	A 49	A 49	A 49		30	

B:B循環(白子駅→鈴鹿市駅→中央病院→白子駅) A:A循環(白子駅→中央病院→鈴鹿市駅→白子駅)

鈴鹿中央病院01のりば

# 外来ご案内

### ■診療受付時間／午前8:30～11:30

※再来受付機ご利用の場合は、午前7:30～11:30迄

### ■休 診 日／土曜・日曜・祝日

年末・年始(12月30日～1月3日)

※救急の場合は、休診日や診療時間帯に関わらずお問い合わせください。

### ■診療申込み

初診の方及び受診する科が初めての方は診療申込用紙に必要事項を記入し、保険証を添えて新患受付にお出し下さい。

※保険証の変更がある場合は、必ず受診前に受付にお出し下さい。

### ■患者さまへのご案内

- 診察券は、各科共通で、永久使用しています。ご来院の際は、必ずご持参下さい。
- 毎月1回保険証の確認を行っております。2ヶ月以上確認されていない場合は、再来受付機での受付ができません。
- 駐車整理券をお持ちの方は、受診後会計にて無料の磁気処理を受けて下さい。

### ■紹介状をお持ちの方

- 紹介患者用受付を設置致しました。紹介状をお持ちの患者さまはこちらの受付へお越しください。紹介状をお持ち頂いた当日に限り診察時間を優先させていただきます。

### ■特定療養費について

- 紹介状をお持ちでない初診の場合、特定療養費として1,575円(税込み)を頂戴させていただきます。  
《特定医療費》国が病院と診療所の機能分担の推進を図るため定めた制度です。  
200床以上の病院に紹介状を持たずに初診で受診した場合、初診料以外に徴収できる制度です。

## 高血圧症の食事療法



管理栄養士  
仕田原 由里

高血圧症は、生活上の注意を守れば十分コントロールできる病気です。特に食事療法は重要です。食事療法だけで血圧を下げることもできますし、薬が必要な場合でも薬の効き目を助け、飲む量を減らすこともできます。又、血圧のコントロールだけでなく、動脈硬化や脳卒中、心臓発作のリスクを高める高脂血症や糖尿病など他の生活習慣病の予防にも有効です。食事療法にはいろいろと制限があり不自由な思いをしますが、これが生活習慣病予防のきっかけと前向きに考えて、積極的に取り組みましょう。

### ●食事療法のポイント

#### ①塩分は1日6～8gに!

日本人の一日の平均塩分摂取量は13gくらい。高血圧の人は、この半分にするようになります。塩分は、すべて「塩」からとっているわけではなく、半分は加工食品に含まれる塩分。残りが、みそ・しょうゆ・ソースといった調味料からとっています。

〈加工食品を控えめに〉調味料を控えるだけでなく、加工食品を控えることが塩分のとりすぎを防ぎます。

〈汁物は、1日1杯以下〉みそ汁、すまし汁、洋風のスープ類などは、おわん1杯で約2gの塩分が含まれます。なるべく汁物は控え、飲む時も具だくさんにしたり、量を七分目にするなど工夫します。

〈めん類も1日1杯以下、つゆを残します〉うどんやそばなど和風のめん類でも、1人前の塩分は4～5g。ラーメンはもっと多く、1人前で7～8g。つゆを飲まずに食べても、半分は口に入るのでご注意ください。めん類を食べる日は、ほかの食事で汁物を控えます。

〈新鮮な材料で料理を〉料理には、はじめから食塩が含まれる加工食品ではなく、新鮮な材料を使いたいもの。素材が新鮮なら、薄味でもおいしく食べられます。また、レモン、かぼすなどの柑橘類を味付けに使うと、減塩に効果的です。

〈酸味や香辛料、香味野菜を利用〉煮物より酢の物にするなど、酸味や香辛料(わさび、唐辛子など)、香味野菜(しょうが、ねぎ、

しそなど)を上手に使うと、おいしく減塩できます。カレーや辛子も血圧に影響がないので、味付けに利用します。

〈洋風の食事も取り入れて〉洋風の食事は、和風の献立より低塩分。塩分の気になる人は、脂肪をとりすぎない程度に取り入れます。

#### ②栄養バランスのとれた食事を

〈野菜や果物は毎日〉野菜や果物には、血圧を下げる作用があるといわれるカリウムが豊富です。野菜は毎食、果物は毎日1個とるようにします。

〈牛乳は1日1杯〉カルシウムやマグネシウムにも血圧を下げる作用があります。両方を含む牛乳を、1日にコップ1杯～1杯半とりたいものです。

〈肉より魚がおすすめ〉飽和脂肪酸やコレステロールは動脈硬化を進めるため、肉より魚がおすすめです。油を使った料理は1日2品までとし、脂肪のとりすぎに注意します。

#### ③食べすぎに注意!

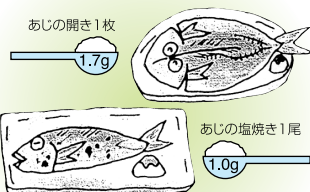
太っている人は、やせるだけで血圧が下がる場合があります。太っていると心臓に負担をかけ、心筋梗塞が起こりやすくなったり、高脂血症になって動脈硬化が進みやすくなります。食事量を適量まで減らして、ぜひ減量を!甘いもの(菓子、果物、ジュースなど)やアルコールの飲みすぎに注意します。

#### ④禁酒・節酒が必要

アルコールをよく飲む人が、アルコールを控えると血圧が下がることは、さまざまな調査で証明されています。どうしても飲みたい人は、毎日飲まず、1回の量を減らしてください。

#### ⑤ぜひ、禁煙を!

たばこのニコチンや一酸化炭素は、動脈硬化を進め、血圧を上げます。高血圧といわれたら、ぜひ禁煙を!



どうしても飲みたい場合は



## 体にやさしいレシピ

### 高血圧症のレシピ

#### ★カレーピラフ

御飯	170g
牛ひき肉	30g
ピーマン	20g
人参	30g
玉ねぎ	30g
油	8g
塩	0.5g
こしょう	少々
カレー粉	4g

塩分0.5g

純カレーを使うことによって塩を半分に減らしました

マヨネーズは塩分の少ない調味料ですが、脂肪とカロリーは多いので取り過ぎには注意が必要です

たれに酢を多く使うことによってしょうゆを減らすことができます

#### ★スパゲティーサラダ

スパゲティー	10g
きゅうり	20g
人参	5g
卵	5g
シーチキン	5g
こしょう	少々
マヨネーズ	10g

塩分0.2g

#### ★中国奴

豆腐	80g
きゅうり	10g
ミニトマト	10g
ねぎ	5g
しょうゆ	5cc
酢	10cc
ごま油	少々

塩分1.0g

#### ★巨峰 50g



#### カレーピラフ

#### 作り方

- ①ピーマン、人参、玉ねぎはみじん切りにする。
- ②中華鍋に油を熱し、ひき肉と①を入れ炒め合わせて火を通し、御飯を加え炒める。
- ③カレー粉と塩、こしょうで調味し、盛り付ける。

管理栄養士  
勝谷 真裕美

#### スパゲティーサラダ

#### 作り方

- ①スパゲティー、卵は茹でておく。
- ②きゅうりは輪切りにする。
- ③人参は千切りにする。
- ④卵はフォークなどでつぶし、スパゲティー、きゅうり、人参、シーチキンを混ぜ合わせ、こしょうをふり、マヨネーズで和える。

#### 中国奴

#### 作り方

- ①きゅうりはさいの目切り、ミニトマトは半分に切り、ねぎは小口切りにする。
- ②しょうゆ、酢、ごま油を混ぜ合わせる。
- ③豆腐の上に①のをせ、食べる直前に②をかける。

### 1 医療・介護・健康講話JA玉垣支店・稲生支店で開催

今回、JA鈴鹿さんのご協力を得て地域の皆様が安心して暮らしていただくための「知って得する情報」を講話として企画いたしました。お気軽にお出かけくだされば幸いです。

連絡先 鈴鹿中央総合病院 看護部 池田 博子 電話 84-1006

#### ■医療・介護講話予定表

	開催月日	会場	テーマ	講師名
第5回	10月5日(火)	玉垣支店	③生活習慣病とその予防 *介護・医療相談	保健師 山崎 緑
第6回	10月19日(火)	玉垣支店	④医療・介護制度の豆知識 *介護・医療相談	社会福祉士 杉本 淳子
第7回	11月9日(火)	稲生支店	①訪問看護って何? ②鈴鹿市の救急体制 *介護・医療相談	看護師 横山 久美子 看護師 池田 博子
第8回	11月16日(火)	稲生支店	③生活習慣病とその予防 *介護・医療相談	保健師 野田 晴美
第9回	12月2日(木)	稲生支店	④医療・介護制度の豆知識 *介護・医療相談	社会福祉士 畑中 寿美

時間 19:00~20:30

### 2 第6回納涼医局会盛大に開催



7月22日(木曜日)18時より、納涼医局会が開催されました。会は地域医療連携委員や市内・近郊の医療機関の先生方、約70余名の方々にご参加いただき、当院のスタッフと互いに顔をあわせて交歓しました。

第一部では当院の最近のトピックスや治療内容の報告を、第二部では様々な情報交換や新任医師・研修医の紹介等、活発な交流が行なわれました。



### 3 救急フェア

去る9月9日(木)当院総合受付前にて救急フェアを開催致しました。その節には、たくさんのご参加頂きありがとうございました。

内容は、高規格救急車の開放・展示・心肺蘇生法・止血法・固定法・パネル展示・救急クイズ・パンフレット配布などを行いました。

救急隊のご協力もあり、心肺蘇生法の実施などでは「実際に人形を使った訓練ができ、いい体験になりました」との御声もいただきました。またお子様連れのお母様が真剣に小児の蘇生に取り組んでおられた光景は印象的でした。

今年度のまとめを踏まえ、また来年度も市民の方々のお役にたてる内容を検討したいと考えておりますので、よろしくお願いたします。

看護師主任 山手 礼子

### 4 災害訓練



9月5日、鈴鹿市にて震度4の地震があり、他人事とは思えない恐怖感を抱きました。地震災害は何時発生するかわかりません。当院は災害拠点病院として、災害発生時には被災者の救命救急に対応できるよう毎年訓練を実施致しております。

本年度は、9月12日(日)に総人数230名が参加して、医療救護に必要な知識と行動の習得を目的に迫真迫る訓練を実施しました。今回の訓練では、治療の優先順位(トリアージ)と情報伝達に問題点があり、初動マニュアルを変更しました。今後も万一のときには迅速、的確に行動できるよう備えていきます。

副看護部長 小関 由美子