

ありのままをお伝えする季刊誌

2012

# SUZUCHU VOL.30 NOW

夏

- 発行日 2012年7月1日
- 発行 鈴鹿中央総合病院
- 編集 鈴鹿中央総合病院広報委員会  
〒513-8630 鈴鹿市安塚町山之花1275-53  
TEL 059-382-1311  
URL [http://www.miekosei.or.jp/2\\_sch/](http://www.miekosei.or.jp/2_sch/)
- 編集協力 TCK名古屋



# 道

## 「連携」医療のあり方

…その先にあるもの

### ■Salon de news

- 第12回鈴鹿市脳卒中市民講座開催
- 第17回病院祭・看学祭開催
- 第18回EKIDEN for LIFE (生命の駅伝) 募金活動

### ■教えてQ&A

## 膝関節症について

### ■院内【知っ得!辞典】

## 患者サロンのご案内

### ■誌面でクッキング

## 揚げなすのポン酢おろし



3月までいなべ総合病院の事務部長であった  
嶋田部長。  
病院の規模は違えど  
事務のトップとしての重責には  
変わらないという。  
今号では今年度中完成を目処にした  
さまざまな目標を伺った。



事務部長 嶋田 弘也

「鈴鹿市は三重県の中でも元気のいい地域です」こう切り出したのは、この4月から鈴鹿中央総合病院の事務部長に就任した嶋田部長である。地域の更なる発展のためには当然医療福祉の充実が求められるが、鈴鹿市は医療に対する考え方が柔軟で、進んでいるという。人口約20万のこの地域における高機能な病院。その施設に見合った医療という点において、行政や開業医との「つながり」「連携」は不可欠である。いずれ全国に情報発信できる街づくりを目指して、積極的に行政とタッグを組み、病院と開業医間の情報ネットワーク

## 地域発展に 求められること

を統一していくことが望ましいと嶋田部長は語る。  
「より多くの詳細な情報がコンピュータ上で扱える三重医療安心ネットワークはその第一ステップでもあり、今年度中に完全整備される予定の、『電子カルテ導入』もそこに一役買うことになるでしょう」。

電子カルテにおける最大のメリットはまず、患者さん全ての病状や状態を継続的かつ総合的に診ることで、今まで以上に質の高い医療サービスを提供できるように。さらに、ペーパーレスによる省エネ・省スペースや業務の効率化が著しく進むなど。しかし、カルテをデータ化する作業を短期間で推し進めていくのは思った以上に大変な作業だという。濱田院長の強靱なリーダーシップのもと、皆で協力しながら目標の平成25年1月へと一気につき進む。



…その先にあるもの

# 「連携」医療のあり方

## 「保育所に期待すること」

「実際、当院のドクター、看護師を始め職員は常に前向きで、団結すると大きな力を発揮するのです」。

9月に控えた今回で4回目となる機能評価（※1）受審の前に、職員一丸となって準備を進めている。病院にとって、そのように育ててきた優れた人材は宝も同然。その職員がここで働いて良かったと思えるような福利厚生も重視していかなければならぬ。そのためにも年内中を目前に職員専用の院内保育所建設を予定している。

「運用はまず定員を30名とし、職員の要望、需要にできるだけ応えながら見合わせていく予定です。これが女性医師や看護師の復帰のきっかけにもなれるとありがたいですね。人材の定着がひいては患者への利益にもつながるのだ」。

## 「医療のあり方」について

鈴鹿中央総合病院も来年度で築20年になる。良質で高度な医療提供継続のためにはハード面では機器の更新などを行う必要がある。ではソフト面ではどうか。嶋田部長はこう続

けた。  
「当院の理念でもある『良質で高度な医療を提供することにより、地域の皆様に信頼され選ばれる病院でありたい』という精神を常に念頭においていた患者さん中心の医療をこころがけられるよう、職員一同が同じ方向を向いていけることが大切だと思います。この病院に赴任し、その理念に則り行動する職員たちをみて、こ鈴鹿中央総合病院の事務部長であることを誇りに思っています。今後さらなる質の向上に努め邁進してまいります」。

取材・撮影 TCK名古屋

## こちら 解説室

### ※1機能評価

公益財団法人日本医療機能評価機構による、我が国の医療機関の機能または、医療の質の向上を図るために、第三者機関が中立的な立場で医療機関を評価するもの。病院機能評価の審査の結果、一定の水準を満たしていると認められた病院が「認定病院」です。すなわち認定病院は、地域に根ざし、安心・安全、信頼と納得の得られる医療サービスを提供すべく、常日頃努力している病院であると言えます。すでに全国の病院の約3割が認定されています。

# SUZUCHU 外来診療担当表

※裏面の外来のご案内もご覧ください

(24年7月1日現在)

診療科目	診察室	月	火	水	木	金
内科	1診 新患	(循) 大村 崇	(呼) 山本伸仁	(循) 岩崎仁史	(循) 森 拓也	(循) 北村哲也
	2診 新患	(消) 向 克巳	(血) 矢崎 晃	(消) 齊藤知規	(血) 伊藤竜吾	(消・肝) 岡野 宏
	3診 予約	(肝) 西村 晃	(肝) 西村 晃	(肝) 西村 晃	(呼) 山本伸仁	(肝) 西村 晃
	4診 予約	(消・肝) 岡野 宏	(血・腫) 川上恵基	(循) 大村 崇	(消) 松崎晋平	(循) 濱田正行
	5診 予約	(呼) 山本伸仁	(消) 向 克巳	(血) 矢崎 晃	(循) 濱田正行	(腎) 高木幹郎
	6診 予約	(循) 森 拓也	(消) 佐瀬友博	(循) 北村哲也	(消) 齊藤知規	(循) 森 拓也
	7診 予約	(循) 北村哲也	(血) 伊藤竜吾	(消) 向 克巳	(血・腫) 川上恵基	(消) (初診) 午前・佐瀬友博
	8診	(血・腫)(初) 川上恵基	(呼) (予約) 午後・大西真裕	(腎) (初診) 高木幹郎	(循) (予約) 岩崎仁史	(呼) (予約) 小林裕康(大学医)
	9診 予約	(腫) 大学医	(消) 竹内俊文	(血・腫) 午前・戸野泰孝 (循) 午後・松山苑子	(消) 午前・新田真吾 (消) 午後・熊澤広朗	(循) 午前・大森 拓
	10診 予約	(消) 代務医	(消) 田中宏樹	(消) 石原禎子	(消) 磯野功明	(消) 松崎晋平
眼科	1診	(初診) 有馬美香	有馬美香	(初診) 湯浅 湖	(初診) 有馬美香	有馬美香
	2診	佐野 徹	(初診) 佐野 徹		佐野 徹	(初診) 佐野 徹
	3診	湯浅 湖	(初診) 湯浅 湖		湯浅 湖	(初診) 湯浅 湖
	午後	手術	予約検査	予約検査	手術	予約検査
小児科	1診	藤原 卓	西 英明	西 英明	西 英明	藤原 卓
	2診	下野吉樹	宮城千晴	藤原 卓	下野吉樹	宮城千晴
	3診 特殊外来				第1・3・5中野千鶴子	
	午後	検査 (予約制)	予防接種 (予約制)	乳児健診 1~4M	予防接種 (予約制)	乳児健診 7M~
耳鼻咽喉科	1診 予約	鈴木慎也	新患のみ	藤田祐一	藤田祐一	鈴木慎也
	2診	藤田祐一		鈴木慎也	鈴木慎也	藤田祐一
呼吸器外科	1診	手術	幸 大輔	川野 理	手術	深井一郎
	2診 新患		深井一郎	深井一郎		
心臓血管外科						平野弘嗣(大学医)
外科	1診 新患	田岡大樹	濱田賢司	金兒博司	金兒博司 (紹介患者さまのみ)	田岡大樹
	2診 予約	金兒博司	田岡大樹	濱田賢司	(初診) 岡本篤之	早崎碧泉
	3診	岡本篤之	第2・4坂口充弘 第1・3・5野口大介	岡本篤之	早崎碧泉	坂口充弘
整形外科 8:30~11:00	1診 予約	池村重人	山田浩之	(第2・4週初診) 横山弘和	山田浩之	池村重人
	2診 予約	柿本拓也	横山弘和	稲田 均	稲田 均	稲田 均
	3診 新患	山田浩之	池村重人	(第1・3・5週初診) 柿本拓也	柿本拓也	横山弘和
		午後手術	午後ギプス	手術	手術	検査
脳神経外科	1診	川口健司	森川篤憲	森川篤憲	田代晴彦	田代晴彦
	2診	安田竜太	第1.3.5週 田中克浩 第2.4週 安田竜太	川口健司	(初診・紹介)	川口健司
	午後		手術		手術	
	午前・午後		(頭痛外来午後予約) 川口健司	アンギオ・検査	(頭痛外来午後予約) 川口健司	アンギオ・検査
神経内科	1診 新患	伊藤伸朗	高島慎吾	梶川博之	伊藤伸朗	梶川博之
	2診	(午前新患) 高島慎吾	梶川博之	伊藤伸朗	第1・2・5週 梶川博之 第3・4週 高島慎吾	高島慎吾
皮膚科	1診 8:30~10:30	川端栄理子(代務医)	高木恵美子(大学医)	休診	川端栄理子(代務医)	休診
精神科	1診 (完全予約制)			(予約) 松本卓也		(予約) 松本卓也
産婦人科 完全予約制	1診 (一般初診)	早川滋彦	矢納研二	丹羽正幸	早川滋彦	矢納研二
	2診 (妊婦12w以降)	丹羽正幸	早川滋彦	矢納研二	丹羽正幸	早川滋彦
泌尿器科	1診 新患	鈴木竜一	荒木富雄	担当医(8:30~11:00)	荒瀬栄樹	長谷川万里子(代務医)
	2診 予約再来	荒瀬栄樹	鈴木竜一	(予約のみ) 荒木富雄	鈴木竜一	荒木富雄
麻酔科	1診 完全予約	(再診予約) 橋本 宇	(初診予約) 橋本 宇		(再診予約) 橋本 宇	(再診予約) 橋本 宇
放射線治療	1診 完全予約	(予約) 村田るみ	(予約) 眞鍋良彦	(予約) 村田るみ		(予約) 村田るみ
健診センター		西村・川原田	西村・川原田	西村・川原田	西村・川原田	第1・3週 西村 第2・4・5週 川原田
				(脳ドック) 森川篤憲		(脳ドック) 森川篤憲

### 特殊外来

ご予約は各科外来へお願いします  
TEL059-382-1311(代)

### 眼科

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  
(但し、初診は予約不可のため  
外来診療受付時間内に来院してください)  
予約時間は検査開始時間になります

### 小児科

水・金曜日 午後 乳児健診(要予約)  
第1・3・5木曜日 午後 発達神経外来(要予約)  
火曜日 午後 予防接種(要予約)  
第2・4木曜日 午後 ポリオ(要予約)  
水曜日 午後 肥満・成長ホルモン外来(要予約)

### 耳鼻咽喉科

FNA検査 木曜日 午後(要予約)

### 外科

ストーマ外来 水・木曜日14:00~(要予約)  
乳腺外来 月曜日14:30~(要予約)

### 整形外科

リウマチ科 水・金曜日(要予約)  
受付時間 8:30~11:00

### 脳神経外科

頭痛外来 火・木曜日  
13:00~16:00(要予約)

### 神経内科

特殊外来 第1・3木曜日午後(完全予約制)  
物忘れ外来 第1・3・5木曜日14:00~16:00要予約

### 皮膚科

受付時間 8:30~10:30  
入院・手術不可

### 精神科

水・金曜日 完全予約制(要予約)

### 産婦人科

妊婦健診 月~金曜日完全予約制(要予約)  
妊婦健診第2木曜日休診  
助産師外来 月~金曜日(要予約)

### 麻酔科

ペインクリニック 月・火・木・金曜日  
完全予約制 (予約のみ)

### 放射線診療

CT・MRI・RI・放射線治療・MMG(要予約)

### 健診センター「オリーブ」

人間ドック・脳ドック・肺がんドック  
月・火・水・木・金曜日(予約制)  
\*健診センターにて受付致します。  
TEL:059-384-1017

### 内科よりお願い

◇呼吸器内科(山本医師)への紹介は火曜日  
にお願いします。  
◇腎臓内科(高木医師)への紹介は水曜日  
にお願いします。  
◇消化器内科への紹介は月・水・金曜日(新患)  
にお願いします。  
◇循環器内科への紹介は月・水・木・金曜日(新患)  
にお願いします。

### 泌尿器科よりお願い

◇毎水曜日の受付8:30~11:00迄に  
お願いします。



◀ 社会福祉士  
今尾 真理  
(いまおまり)

**社**会福祉士とは、ソーシャルワーカーの国家資格であり、精神保健福祉士、介護福祉士と並ぶ福祉の国家資格のひとつです。地域包括支援センター、特別養護老人ホーム、老人保健施設、病院デイサービスセンター、社会福祉協議会、身体障害者施設などさまざまな職場で仕事をしています。

当院では、平成6年4月より社会福祉士が採用され、現在は6名が勤務しています。病院で働くソーシャルワーカーの歴史は、昭和4年に聖路加国際病院に日本で第一号の医療ソーシャルワーカーが勤務したことに始まり、戦後になって普及してきました。昭和62年に制定された社会福祉士よりも歴史は古いこともあり、病院で働くソーシャルワーカーは、医療ソーシャルワーカー、略してMSW (Medical Social Worker) と呼ばれています。当院では、ソーシャルワーカーまたは、

ケースワーカーと呼ばれています。

**私**たちは、社会福祉の視点で患者さんやご家族の方々の相談に乗ることで、経済的・心理的・社会的な悩み等の問題解決のお手伝いをする仕事をしています。具体的には、

- 1 医療費や生活費について**  
適切な社会福祉制度等の情報提供・各相談機関との連絡調整。
- 2 退院後の生活や転院について**  
介護保険や障害者制度の活用の援助や情報提供、具体的な転院先の紹介。介護保険の居宅介護支援事業所を併設しており、鈴鹿市・亀山市の方々の介護保険申請の受付。
- 3 病気や療養についての悩み**  
適切な医師や看護師などの専門職に紹介し情報を得られるよう援助。当院は、地域がん診療拠点病院でもあり、がん相談窓口も設

置しています。

**4 がんサロンの開催・運営**  
毎月第3金曜日にがんサロンを開催しています。療養中の患者さん、ご家族の方々に集まっていただき、自由な語り、さまざまな情報提供の場とさせていただきます。  
(今号の院内知っ得で紹介してます)

**病**気は、身体上の苦痛に加えて、生活上の思いもかけない心配事を引き起こすものです。患者さん、ご家族の方々と話し合い、より良い解決方法を見つけ、安心して療養生活を送れるように私たちは一緒に考えていきたいと思っています。療養生活に関する悩みやその他お困りのことがございましたら、どうぞお気軽に医療福祉相談センターをご利用ください。

### 各種サービスをご活用ください

#### 母親教室

- 前期 (妊娠4~5ヶ月)  
●毎月1回/7月9日・8月20日・9月3日
- 後期 (妊娠8ヶ月の終わり)  
●毎月1回/7月23日・8月27日・9月24日
- 場所: どちらも2階講義室 午後1時より3時まで
- ※詳しくは産婦人科外来  
TEL 059-384-1024まで

### 募集しています

#### 看護職員募集

看護師さん・助産師さんを募集しています。「病院見学」および「職場復帰支援研修」を随時行っています。  
お気軽にお問い合わせください。  
担当: 看護部 豊田  
TEL 059-382-1311 (代)

### 募集しています

#### 看護学生募集

鈴鹿中央総合病院に隣接する三重県厚生連看護専門学校では、入学生を募集しています。詳細は学校までご連絡ください。  
直通電話  
TEL 059-384-1000

## 外来のご案内

- ◆ 診療受付時間/午前8:30~11:30  
(皮膚科午前8:30~10:30迄)  
(整形外科新患のみ午前8:30~11:00迄)  
※再来受付機のご利用は  
午前7:50~11:30まで
- ◆ 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対応いたします。
- ◆ 診療申込み  
初診の方および、受診する科が初めての方は診療申込用紙に必要事項をご記入の上、必ず保険証とあわせて新患受付にお出ください。
- ◆ 患者さんへのご案内  
●診察券はご来院の際、必ずお持ちください。各科共通で永久使用しています。  
●毎月1回、保険証の確認を行っており

ます。3ヶ月以上、確認が取れない場合は再来受付機での受付ができません。保険証に変更がある場合は必ず受付までお申し出ください。

- 受診の際、お車でお越しの方は駐車整理券を会計後お出しいただき、駐車料金無料の磁気処理をお受けください。
- ◆ 紹介状をお持ちの方  
●紹介患者さん専用受付を設置いたしております。紹介状をお持ちの場合は紹介受付へお越しください。係の者がご案内させていただきます。
- ◆ 初診時の保険外併用療養費について  
●初診で紹介状をお持ちでない場合は、保険外併用療養費2,100円をいただきます。紹介状をお持ちいただければ保険外併用療養費の2,100円は不要となります。

## 病院の理念

良質で高度な医療を提供することにより、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

地域医療支援病院  
がん診療連携拠点病院 三重厚生連  
**鈴鹿中央総合病院**

TEL (059) 382-1311

# 地域連携NOW!!



## INFORMATION

鈴鹿中央総合病院／2階講義室にて

### 研修会を行います。

本研修会は、地域の医療従事者を対象に新しい医療のあり方や見識を高めるため、毎月定期的に勉強会を行い地域医療技術向上を目的としています。

お問合せ先 地域連携室 TEL059-384-1057 (直通)

#### 学術講演会

日時 平成24年9月27日(木曜日) ●18:15～

演題 「病態からみた気管支喘息の治療戦略」(仮)

講師：三重大学附属病院  
呼吸器内科／小林裕康先生

#### 呼吸器疾患相談会 ●19:00～

平成24年  
7月12日  
(木曜日)



平成24年  
8月9日  
(木曜日)



平成24年  
9月20日  
(木曜日)

#### RCC ●午前7:00～8:00

※事情により予定変更する場合があります

演題 「臨床研修医の経験症例発表」

平成24年  
7月4日  
(水曜日)

平成24年  
7月18日  
(水曜日)

平成24年  
8月1日  
(水曜日)

平成24年  
8月22日  
(水曜日)

平成24年  
9月5日  
(水曜日)

平成24年  
9月19日  
(水曜日)

#### BCT ●午前7:00～8:00

※事情により予定変更する場合があります

日時 平成24年7月11日(水曜日)

演題 「急性腎不全」

演者：内科医師／高木 幹郎

日時 平成24年7月25日(水曜日)

演題 「気胸と胸部外傷」

演者：呼吸器外科医師／川野 理

日時 平成24年8月8日(水曜日)

演題 「不整脈」

演者：内科医師／岩崎 仁史

日時 平成24年8月29日(水曜日)

演題 「肝機能障害」

演者：内科医師／岡野 宏

日時 平成24年9月26日(水曜日)

演題 「耳鼻科救急疾患」

演者：耳鼻咽喉科医師／藤田 祐一

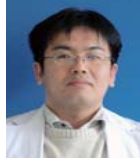
新任  
ドクター  
紹介

精神神経科部長



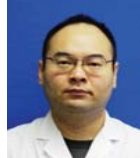
松本 卓也  
(まつもと たくや)

外科医長



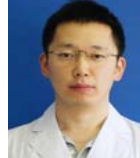
浜田 賢司  
(はまだ たかし)

整形外科医長



池村 重人  
(いけむら しげと)

脳神経外科医長



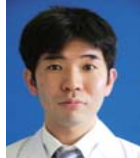
田中 克浩  
(たなか かつひろ)

小児科医員

本人希望にて  
写真は掲載しません。

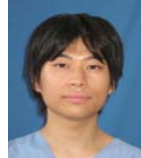
宮城 千晴  
(みやぎ ちはる)

内科医員



竹内 俊文  
(たけうち としふみ)

外科医員



野口 大介  
(のぐち だいすけ)

整形外科医員



柿本 拓也  
(かきもと たくや)

内科後期研修医



熊澤 広朗  
(くまざわ ひろあき)

# ご近所のお医者さま

当院の登録医院を毎回5機関ずつ紹介しております。



## 角田内科外科



医師名  
角田 均

### ◆診療科

●内科●小児科●外科

### ◆特色

### ●休診日

木曜・日曜・祝日

### ●受付診療時間

9:00~12:00 14:00~18:00

### ●所在地

〒510-0305 津市河芸町中別保275

### ●電話 059-245-2217

fax 059-245-5575

## 国立病院機構三重病院



院長  
庵原 俊昭

<http://www.hosp.go.jp/~mieh/>

### ◆診療科

●内科●精神科●神経内科●アレルギー科  
●小児科●整形外科●小児外科●皮膚科●  
眼科●耳鼻咽喉科●リハビリテーション科  
●放射線科●歯科口腔外科●麻酔科

### ◆特色

小児疾患・小児慢性疾患について高度医療の実施、臨床研究、教育研修の機能の他、神経内科・整形外科・リハビリテーション及び重症心身障害についての専門医療を実施する病院です。

### ●休診日

土曜・日曜・祝祭日・年末年始

### ●受付時間

8:30~11:00

### ●所在地

〒514-0125 津市大里窪田町357

### ●電話 059-232-2531

fax 059-232-5994

## こにし歯科



往診可

医師名  
小西 聖一

### ◆診療科

●歯科

### ◆特色

玉垣地区の住宅地でのんびりやっている歯科医院です。  
よろしくお祈りします。

### ●休診日

木曜・日曜・祝日

### ●受付時間

9:00~11:30 15:00~18:30

### ●診療時間

9:00~12:00 15:00~19:00

### ●所在地

〒513-0814 鈴鹿市東玉垣町2555-1

### ●電話 059-369-2603

fax 059-369-2603

## こばやし歯科医院



往診可

医師名  
小林 明寿

### ◆診療科

●歯科

### ◆特色

地域に根ざしたかかりつけ歯科医

### ●休診日

木曜・日曜・祝日

### ●受付診療時間

9:00~12:00 13:30~18:00

### ●所在地

〒513-0801 鈴鹿市神戸1-4-3

### ●電話 059-382-4511

fax 059-382-4511

## 長井歯科



医師名  
長井 俊彦

医師名  
長井 真理子

矯正歯科医  
医師名  
大道 貞祥

### ◆診療科

●歯科●小児歯科●矯正歯科

### ◆特色

Keep the Nature. Make the Future.  
口は災いの元といわれますが、お口は健康の源と考えます。1か月に一度はかならずお口の中の汚れ具合をcheckしていただき、ブラッシング指導をかかさず行っております。歯を削り取る、歯の歯髄を取り去る、歯を抜き取るといったマイナスの歯科治療をなるべくさけられるよう、親からもらった自然の白い歯を大切に、健康な未来を築いていただけるようお手伝いさせていただきます。往診は今後取り組んでいく方向で考えております。

### ●休診日

日曜・祝祭日

### ●受付時間

9:00~11:30 14:00~18:30

### ●診療時間

9:00~12:00 14:00~19:00

### ●所在地

〒510-0254 鈴鹿市寺家5丁目23-21

### ●電話 059-388-3535

fax 059-388-3536

# SALON DE NEWS

鈴木ニュース

## Coffee Break



5月19日(土)に第17回病院祭を開催しました。日頃、病院を利用していたにいてる患者さんや地域の方々へのサービスとして、皆さんとのコミュニケーションを深め、笑顔で明るく、癒しの場を提供する目的で実施いたしました。会場の1階エントランスでは、白子高校吹奏楽部による演奏を始め、職員によるダンシンググナース鈴木、津軽三味線「わどな」による演奏などが催されました。また、地元

保育園児の皆さんが作成された絵の展示や職員によるバザー、癒しのコーナー、病院見学などが設けられ、250名を越えるたくさんの方々に楽しんでいただくことができました。今後も患者さんや地域の皆さんと一緒に、交流を目的として開催していきたいと思えます。



### 第17回病院祭・看護学校祭開催

平成24年6月3日(日)午後1時30分より、鈴鹿市文化会館けやきホールにおいて開催しました。今回のテーマは、「脳卒中に向き合おう」。一般市民の方々にも「脳卒中」に関心を持っていただき、予防からリハビリテーション、社会復帰も含め、より効果的な医療が行われるように情報を提供し理解を深めていただきました。



今年も5月15日(火)に生命の駅伝実行委員会主催によるがん研究支援の募金活動に参加しました。目的は、生命体である人類の宿敵「病」に対し受動的でなく積極的に闘い、その闘いの対象が「がん」であることから、がん研究を支援するともに、がんを患っている人とその家族を励ますために実施されるもので、当院も毎年募金活動に協力させていただいています。



### 第12回鈴鹿市脳卒中市民講座

### 第8回KIDEN for LIFE 生命の駅伝 募金活動

# 教えてQ&A

〈整形外科部長 稲田 均〉

## 膝関節症について



膝関節症は、一般的に変形性膝関節症のことをいいます。変形性膝関節症とは、関節軟骨が摩耗して炎症を起こし、痛みや腫れを伴いながら関節変形をきたすものです。この軟骨の摩耗の原因としては、年齢による変化、肥満、過度の運動、重労働などがあります。初期の症状としては、運動開始時の痛みで、進行してくると、関節に水がたまったり、O脚等の変形がみられ、和式の生活に支障をきたすようになります。年齢的には50歳代以降に多く、男性に比べ女性に多くみられます。高齢化が進む現代社会において、要介護、要支援の原因疾患に占める膝関節症の割合が増えてきており、生活の質を保つためにも、膝関節症の予防が重要になってきました。

切で、痛いときの重労働、過度の運動は避けるべきです。また杖、押し車の使用、太ももの前面の筋肉(大腿四頭筋)のトレーニングも有効です。

### Q 治療法は?

A 治療法としては、鎮痛消炎剤の内服や湿布、装具の使用、ヒアルロン酸ナトリウムの関節内注射などの保存療法と、これら保存療法を用いても効果が無い場合に行う手術療法があります。手術療法としては、近年治療成績が極めて向上してきた人工膝関節置換術が主流となっています。根強い膝関節痛、変形がみられる方は、一度整形外科にご相談ください。

### Q 予防法は?

A 予防法としては、年齢や性別は変えられませんが、まずは肥満の予防、解消が大

### 質問募集

教えてQ&Aでは皆さんからの質問を募集しています。病院の事、家族の病気の事など「広報委員会」教えてQ&A係「までお寄せください。」  
〒513-8630 鈴鹿市安塚町字山之花1-275番地の503  
鈴鹿中央総合病院 広報委員会「教えてQ&A係」

# 院内 知っ得! 辞典

## 患者サロンのご案内

当院は、平成22年に地域がん診療連携拠点病院の指定を受けました。それに伴い、主にがん治療を受けている患者さんやご家族向けに患者サロンを設けました。

治療を受ける際に利用しやすいよう1階化学療法室前にあります。簡単にご利用案内をさせていただきます。

① **なごみの場所**  
なごみの場所としてご利用できるよう、ソファ、冷蔵庫などを設置しました。

② **がんに関する情報提供**  
がん関連冊子の配布、関連図書の見覧、ウィッグ（医療用かつら）のパンフレットの配布、脱毛された方向けの



③ **院内緩和ケアチームなどによる相談や情報提供**

タオル帽子の支給を行います。患者サロンが、患者さんやご家族が集う場所となり、療養生活の一助となるようにさまざまな企画を考えていきます。どうぞ、お気軽にご利用ください。

## ご意見に お答え します!

**Q** 当病院内に通院しておりますが、南部コミュニティバスと白子駅からの時刻が合わず大変困っております。以前、鈴鹿市駅方面からも不便であることと書いた広報誌を見たことがありますが、何とかならないですか。

**A** 貴重なご意見ありがとうございます。当院は鈴鹿市側にコミュニティバスの運行について働きかけを行っており、今後も同様の陳情を継続してまいります。

## 夏バテ 予防のメニュー!!

梅雨が終われば暑い夏の到来です。食欲がないから…とあっさりとしたものばかりでは夏バテしてしまいます。適度に油や酸味を使い、この夏を乗り切りましょう!!



レタスと梅干のチャーハン

揚げなすのポン酢おろし

※スペースの関係で誌面での紹介レシピは1品になります。

### 揚げなすのポン酢おろし

材料 2人分

1人分/110kcal/塩分:1.1g



管理栄養士  
田島 陸美  
(たしまむつみ)

- |      |            |         |      |
|------|------------|---------|------|
| なす   | 120g (1本半) | ポン酢しょうゆ | 大さじ2 |
| きゅうり | 1/2本       | 大根おろし   | 30g  |
| みょうが | 1/2個       | 揚げ油 塩   | 適量   |

- ① なすは乱切りにして180℃の油で素揚げにして、半量のポン酢しょうゆにつけておく。
- ② きゅうりは軽くたたいてから食べやすく切り、みょうがは薄切りにする。
- ③ ボウルに水気を切った大根おろしと残りのポン酢しょうゆを入れて混ぜ、なすときゅうりを加えて和え、器に盛る。

当院ホームページで、その他のレシピをご覧ください。  
[http://www.miekosei.or.jp/2\\_sch/](http://www.miekosei.or.jp/2_sch/)

## 127時間

2010年 米国 94分 監督:タニー・ボイル

「127時間」は、登山家のアーロン・ラッセルの落石事故に巻き込まれ、崖壁で1人身動きが取れなくなってしまった……。主人公が「動けない」はずの映画なのに映像や音楽に工夫が施され、アクション映画のような躍動感があります。思わず目を背けたくなくなる凄惨なシーンもありますが、それでも鑑賞後の後味は爽快。極限状態でも生きることを諦めなかった主人公の強さに心を打たれる「とっておき」の作品です。



作品紹介 総務課 小林 慎平  
実話を題材にしたサバイバル・ドラマ。登山家のアーロンは突然の落石事故に巻き込まれ、崖壁で1人身動きが取れなくなってしまった……。主人公が「動けない」はずの映画なのに映像や音楽に工夫が施され、アクション映画のような躍動感があります。思わず目を背けたくなくなる凄惨なシーンもありますが、それでも鑑賞後の後味は爽快。極限状態でも生きることを諦めなかった主人公の強さに心を打たれる「とっておき」の作品です。

