

ありのままをお伝えする季刊誌

2013

SUZUCHU VOL.35 NOW

- 発行日 2013年10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/
- 編集協力 TCK名古屋

【道】

…その先にあるもの
患者さんの満足のために

■Salon de news

- 救急医療功労者厚生労働大臣表彰
- 災害訓練
- すずフェスの参加
- 小児科病棟夏祭り

■教えてQ&A

足がつる!!こむら返り

■院内【知っ得!辞典】

内視鏡室がリニューアルしました!

■誌面でクッキング

豆腐の肉あんかけ



ES満足 (Employee Satisfaction)とは「従業員の会社に対する満足度を高めることが企業の業績を向上させることに繋がる」という考え方である。それを踏まえ、今回は看護部トップである看護部長に話を聞いた。



看護部長 豊田 妙子

道

……その先にあるもの

患者さん満足のために



院内保育所「あおぞら」

働きやすい環境 ワークライフバランス

この11月で丸1年を迎える保育所の利用者が非常に増えた。保育所利用第一号の職員がまもなく二人目の産休に入る。産休に入れば、保育所に来ることは無くなるのだが、ここぞでできたお友達の話で涙山してくれる子供をみていると、逆に可愛そうだと話してくれたのだという。現在利用者は、看護師だけでなく医師をはじめコメディカルの利用も増え安心して働けると好評だ。

鈴鹿中央総合病院では、早くから短時間勤務の受け入れを行ってきたが、待機児童の問題で働きたくても働けない職員もいた。しかし病院敷地内に「院内保育所あおぞら」が完

成したおかげで、それを理由にした退職が減っている。パートの方も可能な限り各々のライフスタイルに合わせた勤務ができる。例えば、「扶養の範囲で働きたい」「午前中だけならできる」「夜勤ならできる」などの業務分化。

しかし、ひと昔前までは夜勤ができてフルで働ける人が病棟、短時間勤務の人は外来、という棲み分けがあったのだという。看護部長は

「当院の看護師の最多年齢層は、20代後半です。この時期は、ナースとしても一番成長する力のある時期であるのと同時にライフ設計の中でも結婚・出産などが重なります。従来であれば、このタイミングで辞めてしまう傾向にありましたが、この力のあるナースが短時間でも来てくれることが、病院としてもプラスです。この柔軟な勤務体制が、働くナースもありがたいと話してくれます」。

何年も医療の現場に携わっていないと、医療の進歩が早すぎて復帰への一歩が踏み出せなくなる。この短時間勤務で少しずつでも医療に関わること、スムーズな復職が抵抗なく可能になった。また、例えば子供が大きくなったのでパートから職員

へ、などといった本人または家族のライフサイクルにあわせて処遇も変えていけるので、その時々で働ける。

「ただ、ここまで細かい希望に対応する勤務表ソフトがなく、勤務表を手作業で作成する師長や総務には大変感謝しています」と看護部長。

看護提供体制の変更

現在は、固定チームナーシングシステムでの看護提供体制であるが、来年の4月から提供体制を変える準備をしている。それは福井大学が考案したパートナーシップナーシングシステムというもの。従来のものと比べ、このシステムは言葉通りペアを組んで患者さんを見るのだが、プライマリーのように一人の患者さんを二人で担当するため、より密度の高いケアが可能となる。ナースとしても二人で動くので不安感がない。医療事故防止のため今の医療の現場では確認事項が非常に多い。確認のために誰かを呼ばなければならない事も多々ある。しかしこのシステムであれば必ず二人でいるので確認作業もスムーズであり業務時短に繋がる。「今日見た患者さんを明日も

アで見る」というこのシステムを4月から導入するために、9月からは勉強会を始め、今年度後半にモデル病棟にて稼働する予定である。

「私たちは、患者さんからありがとうと喜んでくださる言葉が、とてもうれしくて自らの満足に繋がっているんですよ。患者さんに満足していたら、自らも満足できるこれこそが本当の「まんぞく」ですよ」と。看護部長。

職員満足が患者さん満足に繋がると実感した瞬間だった。

取材・撮影 TCK名古屋

こちら 解説室

キャリアアップ支援

今大学院に在籍しているナースは4人。そのうち3人が専門看護師コース。彼女達が大学院で学んだことを、現場に持ち込みリアルにフィードバックするため、若いナースの反応が違います。彼女たちに感化され、新たに専門を目指すナースも増えていきます。このような取り組みが看護部全体の底上げになります。「医学が進歩し社会が進んでいく中で、勉強し続けることが医療従事者の役目である」という院長の方針で大学院で学ぶことについて病院側からの支援があるのもありがたいことです。

SUZUCHU 外来診療担当表 ※裏面の外来のご案内もご覧ください

(25年10月1日現在)

診療科	診察室	月	火	水	木	金
内科	1診 新患	(循) 大村 崇	(呼) 山本伸仁	(循) 香川芳彦	(循) 森 拓也	(循) 北村哲也
	2診 新患	(消) 向 克巳	(血・腫) 矢崎 晃	(消) 齊藤知規	(血・腫) 伊藤竜吾	(消・肝) 岡野 宏
	3診 新患	(血・腫) 川上恵基		(腎) 高木幹郎		(消) 佐瀬友博
	予約		(血・腫) 川上恵基		(血・腫) 川上恵基	
	4診 予約	(肝) 西村 晃	(肝) 西村 晃	(肝) 西村 晃	(消) 松崎晋平	(肝) 西村 晃
	5診 予約	(循) 北村哲也	(消) 佐瀬友博	(循) 北村哲也	(循) 濱田正行	(循) 濱田正行
	6診 予約	(消・肝) 岡野 宏	(消) 向 克巳	(消) 向 克巳	(消) 齊藤知規	(腎) 高木幹郎
	7診 予約	(循) 森 拓也	(血・腫) 伊藤竜吾	(循) 大村 崇	(循) 香川芳彦	(循) 森 拓也
	8診 予約	(呼) 山本伸仁	(呼) (予約) 午後・大西真裕	(血・腫) 矢崎晃	(呼) 山本伸仁	(呼) 小林裕康(大学医)
	9診 予約	(腫) 水野聡朗(第2・4週のみ)	(消) 午前・竹内俊文(腎) 午後・玉田香介	(血・腫) 午前・戸野泰孝(循) 午後・松山苑子	(消) 午前・新田真吾	(循) 午前・大森拓(循) 午後・高崎亮宏
10診 予約	消化器	(消) 田中宏樹	(消) 熊澤広朗	(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) 宮田良平	(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		(初診) 宮田良平		宮田良平	(初診) 宮田良平
	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	篠木敏彦(第2週のみ)
午後	検査(予約制)	予防接種(予約制)	乳児健診 1~4M		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	大倉康生	田岡大樹
	2診 予約	金兒博司	田岡大樹	濱田賢司	金兒博司	大森隆夫
	3診	伊藤貴洋	野口大介	大倉康生	大森隆夫	伊藤貴洋
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) 濱口貴彦	山田浩之	池村重人
	2診 予約	柿本拓也	濱口貴彦	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	濱口貴彦
午後手術	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	紹介のみ	川口健司
	2診	安田竜太	第1・3・5週 田中克浩 第2・4週 安田竜太			田中克浩
	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	牧 聡樹	伊藤伸朗	牧 聡樹
	2診	(午前新患) 高島慎吾	牧 聡樹	伊藤伸朗	第1・2・5週 牧 聡樹 第3・4週 高島慎吾	高島慎吾
	3診				第1・3週 葛原茂樹	
皮膚科	1診 8:30~10:30	川端栄理子(代務医)	明田智子(代務医)	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	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) 完全予約制	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(8:30~11:00)	荒木富雄	担当医(8:30~10:30)	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	(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) 田村 健	(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
TEL 059-382-1311(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)
水曜日 午後 肥満・成長ホルモン外来(要予約)
第2金曜日 午後 小児リウマチ膠原病外来(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14:00~(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

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します。
- ◇腎臓内科(高木医師)への紹介は水曜日にお願します。
- ◇消化器内科への紹介は月・水・金曜日(新患)にお願します。
- ◇循環器内科への紹介は月・水・木・金曜日(新患)にお願します。

泌尿器科よりお願い

◇毎月曜日8:30~11:00、毎水曜日8:30~10:30迄に受付をお願いします。

我々薬剤部は、薬剤師 14 名（うちパート 1 名）と事務補助員 3 名で構成されています。

「医薬品の適正使用と安全管理を実践し、薬物療法の責任者として、皆様に信頼される薬剤師を目指します」を理念に掲げ日々業務に取り組んでいます。

薬剤師の業務

病院薬剤師の業務は、患者さまが使用されるお薬を医師の処方箋に基づいて調剤するだけでなく、その内容は多岐にわたります。

その一例を紹介します。

●注射薬の無菌的な調製【中心静脈栄養・抗がん剤の無菌調製】

●患者さまはもちろん医師・看護師等病院スタッフへのお薬に関する情報提供

【医薬品情報業務】

●入院患者さまへのお薬の説明や常用薬（一般大衆薬や健康食品等）・持参薬・副作用等の確認【薬剤管理指導業務】

●血液中のお薬の濃度を測定して、より適切なお薬の投与方法等を医師と協議する【薬物血中濃度モニタリング】

●医師や看護師等の院内外での多職種と密接に連携し、高度で質の高い薬物療法の提供に取り組む【チーム医療・地域連携の推進】

がん化学療法への関わり

がん化学療法では抗がん剤が使用されますが、抗がん剤は副作用が強く、とてもきついお薬です。我々病院スタッフにとっても取り扱い方法を誤ると大変危険なお薬であり、抗がん剤の管理には十分注意が必要です。薬剤部では特に院内で使用される注射薬の抗がん剤の一元管理を積極的に行っています。

①医師が処方した複雑な抗がん剤処方の確認
②専用の安全キャビネット内で無菌かつ安全に配慮した注射薬の調製
③患者さま



血液検査値の確認④投与されたお薬の情報登録及び管理等、患者さまが適正ながん化学療法を安心して受けていただける皆の役割を果たしています。

また最近では、院内・院外の処方に関係なく『飲み薬』の抗がん剤治療を受けられる患者さまへの関わりを積極的に進めています。

初めて抗がん剤が処方された患者さまには、お薬の飲み方の説明、副作用やその対応に関する情報提供、更には治療に対する不安や悩みを傾聴し、安全・安心な治療を受けることができる為の取組みとフォローアップです。

今後は近隣の調剤薬局さまとも、より地域連携を深め、情報を共有することで途切れのない薬物治療を提供できるように努力していきたいと考えています。

初めまして抗がん剤が処方された患者さまには、お薬の飲み方の説明、副作用やその対応に関する情報提供、更には治療に対する不安や悩みを傾聴し、安全・安心な治療を受けることができる為の取組みとフォローアップです。

今後は近隣の調剤薬局さまとも、より地域連携を深め、情報を共有することで途切れのない薬物治療を提供できるように努力していきたいと考えています。

今後は近隣の調剤薬局さまとも、より地域連携を深め、情報を共有することで途切れのない薬物治療を提供できるように努力していきたいと考えています。

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／10月7日・11月11日・12月9日

■後期（妊娠8ヶ月の終わり）

●毎月1回／10月28日・11月25日・12月16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しいただきます。

◆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。

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 TEL.059-384-1057 (直通)

学術講演会

日時 平成25年10月31日(木曜日) ●18:15～

演題 「ガイドラインから考える再発乳癌薬物療法～患者さんに最適なQOLを提供するために～」

演者：市立四日市病院
乳腺外科部長／水野豊先生

日時 平成25年11月28日(木曜日) ●18:15～

演題 「喘息治療の問題点について」

演者：三重大学医学部附属病院
呼吸器内科 病院教授／田口修先生

呼吸器疾患相談会 ●19:00～

平成25年
10月3日
(木曜日)

平成25年
11月14日
(木曜日)

平成25年
12月12日
(木曜日)

RCC ●午前7:00～8:00

RCC: Resident Case Conference

※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25年
10月23日
(水曜日)

平成25年
11月6日
(水曜日)

平成25年
11月20日
(水曜日)

平成25年
12月4日
(水曜日)

平成25年
12月18日
(水曜日)

BCT ●午前7:00～8:00

BCT: Basic Clinical Teaching

※事情により予定変更する場合があります

日時 平成25年10月9日(水曜日)

演題 「骨折」

演者：整形外科医師／山田 浩之

日時 平成25年10月16日(水曜日)

演題 「肺炎」

演者：内科医師／松山 苑子

日時 平成25年10月30日(水曜日)

演題 「抗菌剤の適正使用」

演者：内科医師／川上 恵基

日時 平成25年11月13日(水曜日)

演題 「尿閉・血尿」

演者：泌尿器科医師／荒木 富雄

日時 平成25年11月27日(水曜日)

演題 「脳血管障害」

演者：脳神経外科医師／田中 克浩

日時 平成25年12月11日(水曜日)

演題 「小児の発熱と痙攣」

演者：小児科医師／下野 吉樹

日時 平成25年12月25日(水曜日)

演題 「急性冠動脈症候群 (ACS)」

演者：内科医師／森 拓也

新任
ドクター
紹介

外科医師

伊藤 貴洋
(いとう たかひろ)



精一杯がんばります。

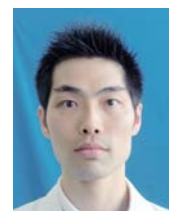


眼科医師

宮田 良平
(みやた りょうへい)



がんばります。



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。



ますずがわ神経内科クリニック



往診可

医師名
真鈴川 聡

<http://www.masuzugawa.com/>

◆診療科

●神経内科●内科

◆特色

当院が目指しているのは、病気の正確な診断と治療ではありません。家庭や社会のサポートの中で、患者さまが病気と共に歩み、患者さま自身の人生の価値を高めることをお手伝いしたいと願っています。地域の皆さまの健康の増進と信頼される医療を目指しております。
※木曜日は訪問診療、往診の予定です。

●休診日

木曜・日曜・祝日

●受付診療時間

8:30~12:00 14:30~18:00

●所在地

〒513-0802鈴鹿市飯野寺家町817-3

●電話 059-369-0001

fax 059-369-0002

野町どい眼科



医師名
土井 素明

<http://www.doiganka.jp/>

◆診療科

●眼科

◆特色

視力低下、視野の異常等の一般眼科、斜視、弱視等の小児眼科、糖尿病網膜症や緑内障などのレーザー治療、コンタクトレンズ相談や眼鏡処方、角膜、ぶどう膜炎、眼科小手術および眼科漢方相談等を行っております。わかりやすく温かい診療を心がけておりますので、どんな症状でもお気軽にご相談ください。

●休診日

木曜・日曜・祝日

●受付診療時間

月~水・金9:00~12:30 15:00~18:30
土 9:00~12:30 14:00~17:00

●所在地

〒510-0217鈴鹿市野町東1丁目11番10号

●電話 059-380-5006

fax 059-380-5557

新藤小児科クリニック



医師名
新藤 啓司

<http://www.masuzugawa.com/>

◆診療科

●小児科●アレルギー科

◆特色

一般小児科診療を行っています。各種相談事もお聞かせいただければと思っています。院内処方でお薬をお出ししますが、軽症の場合なるべく薬にたよらない方法を考えています。

●休診日

水曜 日曜 祝日

●受付診療時間

午前9:00~12:00 乳児健診(要予約) 予防接種(要予約)
午後15:00~18:30 土曜のみ15:00~17:00

●所在地

〒510-0217 鈴鹿市野町東2-4-15

●電話 059-380-0101

fax 059-380-0202

茂理歯科医院



往診可

医師名
茂理 幹人

<http://www.mori-shikaiin.com/>

◆診療科

●歯科●小児歯科●歯科口腔外科

◆特色

患者さんのお気持ちにできる限り耳を傾け、それぞれの方にあった最善の治療を行います。わかりやすい言葉で説明をする事で、安心して治療を受けて頂けるよう心がけています。保育園・小学校の校医を担当し、小さいお子様からご年配の方まで幅広い年齢の診療に対応しています。お身体のご都合で通院の出来ない方の為に、入れ歯の調整やお口のなかのご相談などについても往診での対応も可能です。お口の健康から、健康で楽しい生活を！

●休診日

木曜 日曜 祝日

●受付診療時間

9:00~12:30 14:00~19:00
土曜 9:00~12:30 14:00~16:30

●所在地

〒510-0244鈴鹿市白子町64-1

●電話 059-386-0153

fax 059-386-0848

林歯科医院



往診可

医師名
林 竜一郎
小椋 雅子

<http://www5.hp-ez.com/hp/hdc>

◆診療科

●歯科

◆特色

美しく元気に美味しく食べ健やかに過ごそうを目標に治療をさせていただきます。

●休診日

木曜午後 日曜 祝日

●診療時間

9:00~12:00 14:00~17:00 18:00~20:00
9:00~12:00 14:00~17:00 土曜

●所在地

〒513-0854鈴鹿市末広北2丁目8-20

●電話 059-383-1772

fax 059-395-6480

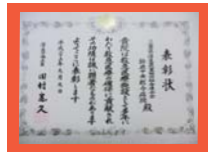
SALON DE NEWS

鈴木ニュース

Coffee Break



災害訓練
 8月31日南海トラフ地震により多数の負傷者が発生したと想定し、職員約200名が参加して被災者の救命救急活動及び医療救護に必要な知識と行動の習得を目的に訓練を行いました。当院は災害拠点病院であり、今後とも万一の時に迅速、的確に行動できるように備えて行きます。



救急医療功労者 厚生労働大臣表彰
 多年に亘り地域の救急医療の確保、救急医療対策の推進に貢献した団体及び個人に対し、厚生労働大臣がその功績を称えるものであり今回三重県知事の推薦を受け受賞しました。東京での授賞式では当院の濱田院長が全国の受賞病院を代表し謝辞を述べ今後の救急医療体制の一層の充実強化を誓いました。



すずフェスの参加
 去る8月3日(土)4日(日)市民参加型のお祭り「すずフェス」が行われ当院スタッフもダンスチームとして約40人が参加し息を合わせて踊りました。賞には縁がありませんでしたが評判は上々だったと自負しております。暑い中応援ありがとうございました。



小児科病棟夏祭り
 小児科病棟では入院している子供達と一緒に恒例の夏祭りを8月7日に行いました。今年は院内保育所の園児達も加わり小児科医師、看護師と共に神輿をひいて全ての病棟を練り歩きました。「わっしょい、わっしょい」と子供達の元気な掛け声に他の入院患者さまからも笑みがこぼれました。他にもヨーヨー釣りやお菓子のプレゼント等あり楽しいひと時を過ごしました。

教えて Q&A

〈神経内科部長 伊藤伸朗〉

足がつる！こむら返り

スポーツをしている時、立ち仕事、夜眠っている時、突然ふくらはぎの筋肉がつって激しい痛みを襲われたことはありませんか？そこで今回は、「足がつる」「こむら返り」にスポットをあてたQ&Aをお送りします。

Q 寝ている時に足が頻りにこむら返ります。病院では、何科に罹ったらいですか？

A 足がつることを、有痛性筋痙攣といい、筋肉の急激な収縮によります。こむら返り、ふくらはぎの有痛性筋痙攣はほとんどの人が経験したことがあると思いますが、他の筋にも起こります。原因を調べるには、神経内科受診をお勧めします。その他、一般内科、整形外科でも対応していただけます。

Q 考えられる原因は？

A ナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウムといった電解質の異常や、筋肉の中の運動神経終末の過度の興奮から筋痙攣が生じます。運動中や運動後、妊娠中によく生じる理由としては、水電解質の不均衡や、同一筋の繰り返し使用により、神経終末の活動性が増すためです。寝た状態での伸びでは下腿筋の急な伸展が筋痙攣を誘発します。ほとんどは誰にでも起こる生理的な現象ですが、病気をもた

生じる場合があり、肝障害、腎不全、血液透析、甲状腺機能異常、脱水症、薬剤性(高脂血症治療薬、降圧剤、利尿薬など多数)、脊椎変形による神経根症、末梢神経障害、筋ジストロフィー症などが原因になります。

Q 対処方法はありますか？

A ふくらはぎのこむら返りでは、膝を伸ばした状態で足関節を背屈させる(アキレス腱を伸ばす)ことが应急处置です。また、ふくらはぎの筋肉を足首側から膝側に向けてマッサージするのも有効です。

Q 予防方法はありますか？

A 生理的な筋痙攣に対しては、ストレッチ、普段からの適度な運動が有効です。また、適切な水分補給、ミネラル補給も必要です。薬物としては、芍薬甘草湯、ビタミンE、筋弛緩剤などが有効です。芍薬甘草湯は眠前の一包で就寝時や寝起きのつりを軽減できることが多いです。肝臓や腎臓疾患など原因があれば適切な治療を受けてください。

る筋痙攣が生じます。運動中や運動後、妊娠中によく生じる理由としては、水電解質の不均衡や、同一筋の繰り返し使用により、神経終末の活動性が増すためです。寝た状態での伸びでは下腿筋の急な伸展が筋痙攣を誘発します。ほとんどは誰にでも起こる生理的な現象ですが、病気をもた

院内 知っ得! 辞典

内視鏡室スタッフ



内視鏡室がリニューアルしました!

本年6月17日、内視鏡室の拡張・移転が完了しました。

以前の内視鏡室と比較し、検査台が3台から4台に増設され、各々の検査スペースも広くなり、患者さまにより快適に検査を受けていただくことが可能となりました。それに加えて7月中旬にはオリンパス社製最新の内視鏡機器 (EVIS LUCERA ELITE) が導入されました。これによりさらに詳細観察が可能となり、早期癌発見と内視鏡治療の向上を行っていく次第です。



▲ 最新の内視鏡機器
EVIS LUCERA ELITE

現在、消化器医10名、看護師7名、看護補助員2名のスタッフが

在籍しており、昨年度は約10,000件の内視鏡検査治療を施行しました。内視鏡検査室の拡大に伴い、今後さらにチーム一丸となって安全、安楽で質の高い検査治療を患者さまに提供していきたいように努めていきたいと思



ご意見に お答え します!

Q 電子レンジ・オーブントースターを置いてください。

A オーブントースターはありませんが、電子レンジは各階のデイルーム横の流し台に設置されており、場所がわかりづらい場合は、スタッフにお申出ください。今後もどんなことでも結構ですので、ご意見・ご要望等ございましたらお寄せください。

誌・面・で・ク・ッ・キ・ン・グ

秋はおいしい食材がたくさん出回る季節ですので、つい食べ過ぎてしまいませんか? 今回の献立では食物繊維の豊富なさつまいもを使ったレシピです。食物繊維は脂肪の吸収を抑えたり、血糖値の急上昇を抑える働きをします。いろいろな食品を使い、バランスの良い食事を心がけましょう。



※スペースの関係で誌面で紹介レシピは1品になります。

豆腐の肉あんかけ

材料 4人分 1人分エネルギー/330kcal 蛋白質/12g 脂質/22g 塩分/1.1g

- 木綿豆腐 1丁
- 牛ばら肉 150g
- 好みのきのこ 100g
- ねぎ 1本
- 生姜 1かけ
- だし汁 2カップ
- 酒・しょうゆ・みりん 各大さじ2
- 砂糖 小さじ2
- サラダ油 大さじ1/2
- 片栗粉 大さじ1



管理栄養士
山下 静香
(やましたしずか)

- ①豆腐は4等分に切る。ねぎは小口切り、生姜は千切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を引き、中火で牛肉の色が変わるぐらい炒め、好みのきのこ、生姜を加えさっと炒める。
- ③酒、だし汁を加え、煮立ったら弱火にしてあくを取る。砂糖、みりん、しょうゆを加え蓋をして5分ほど煮る。
- ④豆腐を加え、さらに3分ほど煮て豆腐を取り出す。水溶性片栗粉を回しいれとろみをつけ、豆腐にかける。仕上げにねぎを散らす。

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/

パシフィック・リム

2013年 アメリカ 131分 監督:ギレルモ・デル・トロ
日本が失いかけた特撮映画の魂がハリウッドで復活。突如現れた巨大怪獣が世界を蹂躪。存亡の危機に立たされた人類は巨大ロボットに乗って立ち向かう。一歩間違えればB級映画になるこの物語を、怪獣とロボットをこよなく愛する監督が最新のVFXを駆使し、SF超大作として結実させた。人間ドラマが薄いかと口ポットで戦う意味はあるのかとそんな批評は、怪獣とロボットによる重量感溢れる迫力の戦闘シーンの前では無力。新たな進化を遂げた特撮映画の帰還を素直に喜びたい「とっておき」の作品です。



作品介绍 総務課 小林 慎平
とっておき映画

