

外来担当医表  平成 26 年 12 月 1 日現在

診療科		月	火	水	木	金
内科	1 診	大橋 (循環器)	三木 (一般)	小嶋 (循環器)	角南 (呼吸器)	鈴木 (神経内科)
	2 診	市川 (一般)	角南 (呼吸器)	角南 (消化器)	亀嶋 (消化器)	小嶋 (循環器)
	初診	鈴木 (神経内科)	亀嶋 (消化器)	大橋 (循環器)	市川 (一般)	三木 (一般)
	午後(要予約)			鈴木 (神経内科)		
外科	1 診	齋藤	舟橋	品川	舟橋	品川
	2 診	武田	岩井	齋藤	武田	岩井
整形外科	1 診	加藤	代務医師	加藤	宮下	代務医師
	2 診	宮下		宮下	寺田	宮下
脳神経外科		上田	上田	上田	今村	上田
小児科	午前 1 診	安藤	安藤	岡田	安藤	安藤
	予防接種 乳児健診 慢性外来	安藤	安藤	安藤	安藤	
	16時~17時	安藤	安藤	安藤	安藤	安藤
		救急対応 ※事前に電話連絡してください。				
眼科	1 診	松田	松田	松田	松田	松田
	2 診	鈴木(克)	鈴木(克)	鈴木(克)	鈴木(克)	鈴木(克)
	3 診	鈴木(識)	鈴木(識)	鈴木(識)		鈴木(識)
泌尿器科		西尾	最上	最上	西尾	最上
皮膚科		代務医師		代務医師	代務医師	
耳鼻咽喉科			代務医師			代務医師
婦人科	午前	出原	竹中	竹中	竹中	小林
	午後		竹中		竹中	

診察受付時間

午前8:30~11:30

面会時間

13:00~20:00

お願い

保険証を毎月一度受付に提出お願いします。

医療機関さまへ
お知らせ

内科への紹介患者さまは、初診担当医(3診)となりますので、初診担当医の専門領域に合わせて、ご紹介いただければ幸いです。
また、呼吸器内科の紹介につきましては事前予約も受付しておりますので内科外来までご連絡ください。

 三重厚生連 菰野厚生病院
ふじだな通信
k o m o n o k o s e i n e w s



TOPIX 

◆今月のぽっかぽか情報

- ・いきいき健康講座
- ◆こもの日和
 - ・集団災害訓練
 - ・デイケア運動会
 - ・菰野町健康フェスタ
- ◆ふじの絆
 - ・新人歓迎バーベキュー
- ◆Pick up News
 - ・救護所活動
- ◆いきいき健康レシピ
 - ・もちもちれんこんつくね
- ◆外来担当医表
- ◆呼吸器内科初診外来のお知らせ

今号のぽっかぽか情報

今後の「いきいき健康講座」についてお知らせします。

日時	平成27年1月16日(金曜日)	日時	平成27年3月20日(金曜日)
●14:00~15:00	●本館4階会議室	●14:00~15:00	●本館4階会議室
講座内容	「前立腺肥大症について」 泌尿器科/西尾医師	講座内容	「おしりの病気」 外科/齋藤副院長
講座内容	「くすりの話」 薬剤師	講座内容	「皮膚・排泄ケア」 看護師

事前のお申込は必要ありませんので、ぜひご参加ください。



呼吸器内科初診外来のお知らせ

今年度より新たに呼吸器内科初診外来を開設致しました。
毎週 木曜日 午前 9:30 より 11:00 まで受け付けしております。
緊急を要しない呼吸器内科的疾患(たとえば健診で胸部異常陰影を指摘された、睡眠時無呼吸症候群が疑われる、症状は軽いもの持続する等)の患者さまがおられましたら、是非とも上記時間にご来院いただき、受診されることをお勧めします。
尚、緊急を要する場合や、どうしても都合がつかない場合に関しましては、従来通りに対応させていただきますので、よろしくご願致します。



内科部長
(呼吸器)

私が診察いたします。

角南 明
つなみ あきら

病院の理念

キラリと光る医療を提供し、地域の皆さまから愛され信頼され選ばれる病院をめざして職員一同努めてまいります。

編集後記

今回は「集団災害訓練」などを中心にお送りいたしました。皆さんから本誌へのご意見・ご感想・ご要望等がございましたら、広報委員会までお寄せください。

菰野厚生病院 広報委員会
〒510-1234 三重郡菰野町福村75 TEL059-393-1212 FAX059-394-2679

こもの日和

集団災害訓練 総務課長 長野 靖

平成 26 年 10 月 31 日（金）に菰野町・菰野町消防署・聖十字看護専門学校等と合同で集団災害訓練を実施しました。訓練は自然災害を含む事故等で局地的かつ短時間に多数の傷病者が発生し、通常の出勤体制では対応できない事案を想定することにより、効率的な運用や関係機関との密接な連携を構築し、実際の災害において、その経験をもとに迅速かつ安全に傷病者の救出救護を図ることを目的に平成 19 年より実施しており、今回で 8 回目となります。今回の訓練は夏祭りの最中に、屋台のガスコンロが爆発し、多数の負傷者が発生したという想定で行いました。

菰野消防署から一報を受け、災害対策本部を立ち上げ、各治療班、情報班、搬送班、トリアージ班等のチームを編成し、次々に搬

送される負傷者の対応にあたりました。合計約 20 人の負傷者が搬送されましたが、トリアージから治療、入院に至るまでスムーズに対応できました。

また、訓練終了後には、亀山でのバス事故による救急搬送の経験について亀山消防署長より講演を頂きました。今後予定されている大規模災害に備え、より一層スムーズな受け入れ・対応ができるよう今後も継続して訓練を実施してまいります。



デイケア運動会

平成 26 年 11 月 9 日（日）にデイケアいきいき大運動会を開催しました。今年で 10 周年を迎え、利用者さん、ご家族、お孫さん、看護学生の皆さん、多数参加いただき盛大に行われました。利用者さんも日頃のリハビリの成果を発揮し、頑張っていました。



健康フェスタに参加



平成 26 年 11 月 16 日（日）菰野町主催の「健康フェスタ」が開催されました。当日は骨密度や肌年齢等の測定や歯科検診等色々なブースが設けられました。当院も血管年齢、体脂肪率、医療相談等を行い多くの方に入場していただきありがとうございました。健康への意識の向上、関心が高まって来ている事が入場者様の表情、会話から感じることが出来ました。これからも住民の皆様の健康向上に少しでもお手伝いが出来ればと思います。

事務員 伊藤 弘幸

ふじの絆 看護部 新人歓迎バーベキュー 新人看護師 小林奈津希

平成 26 年 9 月 13 日、新人 7 人と看護部長、教育委員の方々、病棟の指導者で親睦研修としてバーベキューを行いました。計画する中では、情報共有の難しさやチームワーク、相手のことを思いやる気持ちの大切さを改めて実感しました。

当日は天候にも恵まれ、バーベキューを開催でき、日頃ご指導いただいている先輩方に感謝の気持ちを持っておもてなしすることができました。最初は緊張しましたがバーベキューやビンゴゲームなど行っていくうちに普段交流することのできない先輩方と会話することができ、楽しい思い出となりました。また実施して

いく中では、仲間の動きを見ながらどうしたらバーベキューが円滑に進んでいくのかを考え、臨機応変に動く必要性を学ぶことができました。

バーベキューの計画から実施は想像以上に大変でしたが、ひとつの事をやり遂げることで築いた深い信頼関係と同時に、達成感を得ることができました。これらの様々な学びは看護の現場にも共通するものがあり、今後も活かしていきたいと思っています。



Pick up News

「救護所活動」 事務員 片岡 孝之

平成 26 年 10 月 19 日（日）「第 9 回鈴鹿山麓かもしかハーフマラソン」が開催されました。雨にたたられた昨年とは真逆の快晴に恵まれランナーにとって絶好な天気、紅葉でつまれた山を見ながら菰野町の街を駆けぬけ、スポーツの秋を楽しめたのではないかと思います。当院も救護所を中心に参加し、万が一の事故に備えておりましたが大きな事故、病気もなく無事大会終了することが出来ました。今後も救護活動を中心に当大会に貢献できたらと思います。



わくわく健康レシピ

管理栄養士 中原 さおり

豆知識

れんこんはビタミンCが多く含まれています。ビタミンCは熱に弱いのですが、デンプンが多いため加熱しても相当量のビタミンCが残ります。疲労回復・美肌効果・風邪の予防・発ガン物質の抑制などの効果が期待できます。また、野菜に含まれることが少ないビタミンB12を含んでいます。これは鉄分の吸収を助ける働きをします。このほかにも造血ビタミンと呼ばれるビタミンB6も含まれているので貧血の予防が期待できます。

Recipe

もちもち! れんこんつくね



材料 10 個分

れんこん	450g
ごぼう	50g
コーン	30g
片栗粉	小さじ2
塩こしょう	適量
醤油	大さじ1
砂糖	大さじ1
みりん	大さじ1
サラダ油	適量

作り方

- ① れんこんは皮をむいてすりおろす。ごぼうはみじん切りにしてレンジで1~2分加熱する。
- ② おろしれんこんとごぼう、塩こしょう、片栗粉をよく混ぜる。
- ③ つくね型にまとめる。水分が多く感じるが焼くと固まるので大丈夫。
- ④ フライパンにサラダ油を熱し、ふたをして中火で焼く。焼き色がついたらひっくり返す。
- ⑤ 合わせておいた醤油、砂糖、みりんを回し入れからめて、できあがり。

Point

お肉なしの野菜だけつくねです。お弁当にも良いです。れんこんはフードプロセッサーでおろすとあつという間にできます。

栄養量 1 人分

エネルギー	57kcal
たんぱく質	1.2g
塩分	0.3g