

外来診察担当医表

平成25年1月1日現在

診療科		月	火	水	木	金	
内科	午前	1診	中井	竹林	中井	竹林	中井
	午後	2診	鈴木(健診他)	鈴木(健診他)		鈴木(健診)	鈴木(健診)
整形外科	午前	1診	佐藤	佐藤	三重大学医師	佐藤	佐藤
	午後	2診	湯浅	湯浅	処置	湯浅	湯浅
胃腸内科	午前	1診	清水(武)	清水(武)	金子 (松阪中央総合病院)	清水(武)	清水(武)
	午後	1診	清水(武)	清水(武)		清水(武)	清水(武)
泌尿器科	午前			丸山 (松阪中央総合病院)			
眼科	午前		森山 (松阪中央総合病院)			片岡 (松阪中央総合病院)	
皮膚科	午前		伊藤 (三重大学病院)				
耳鼻咽喉科	午後 (午後2時~4時)			山際			
脳神経外科	午前	清水(健)	清水(健)	清水(健)	清水(健)	清水(健)	
	午後		脳ドック		脳ドック		

※整形外科からのお知らせ・・・初診の方もお電話にて受付します。
 ※胃腸内科水曜日午前の部診療開始

バス時刻表 平成24年4月現在

発車時刻	三重交通バス		南紀特急バス		大台町営バス		Cバス			
	松阪方面 病院裏発	松阪行き 大台町役場前発	三瀬谷駅方面 病院裏発	熊野方面 大台町役場前発	大杉方面 病院裏発	道の駅奥伊勢 おおい方面 病院裏発	紀勢方面 (月~金) 病院前発	七保方面 (月~金) 病院前発	大内山方面 (火・水・金) 病院前発	阿曾・滝原方面 (火・水・金) 病院前発
6	45									
7		21	41			38				
8	0			11						
9	45	21	08			44				
10			33	51	17	28	25			
11	45	21	43	51	25			25	45	20
12		21			54	08				
13	17						30			
14		21								
15				21	39(総合支所止)	18				
16		31								
17	22		05	21	22					
18										
19		31	08	21						

病院の理念

基本理念

全職員で心が通い合う医療を提供し、
奥伊勢地域の皆様の健康と福祉の充実に貢献します。

編集後記

患者さまとの繋がりを大切にしたい広報誌「すまいる」。大台厚生病院からのニュースやお知らせ、季節のトピックスなどをお伝えしていきたいと考えております。本誌へのご感想やご意見、ご要望などございましたらお気軽にご連絡ください。

TEL : 0598-82-1313 FAX : 0598-82-1783

当院の紹介、最新情報はホームページでも公開しております。
当院の機能、情報が掲載されていますのでご覧ください。
アドレスはhttp://www.miekosei.or.jp/okhです。

診察受付時間

午前8:30~
11:30(皮膚科11:00)
午後1:00~3:30
(内科・胃腸内科のみ)

休診日

土曜日・日曜日・
祝日・年末・年始

お断り

※緊急手術、医師出張
等で診察日・休診日
を変更する場合があります。

※内科は16歳以上の
患者様を対象として
おります。

面会時間

14:00~20:00

お願い

保険証を毎月一度
受付に提出願います。

TEL : 0598-82-1313
FAX : 0598-82-1783

JR三瀬谷駅発車時刻表

上り		下り	
発車時刻	行先	発車時刻	行先
5:57	多気	6:14	新宮
6:54	亀山	7:42	新宮
特急 7:57	名古屋	特急 9:46	紀伊勝浦
8:40	多気	10:18	新宮
10:35	多気	特急 11:49	紀伊勝浦
特急 10:55	名古屋	13:48	新宮
13:47	多気	特急 14:45	紀伊勝浦
特急 14:22	名古屋	15:54	新宮
16:53	多気	17:09	新宮
17:47	亀山	18:04	新宮
18:48	多気	20:05	新宮
特急 19:05	名古屋	20:56	熊野
20:24	多気	特急 21:21	新宮

2013年1月発行

発行/三重県厚生連大台厚生病院
編集/大台厚生病院
編集協力/TCI Nagoya
所在地/三重県多気郡大台町佐原63-8
TEL/0598-82-1313 FAX/0598-82-1783
ホームページ/http://www.miekosei.or.jp/okh

すまいる

TOP NEWS

新年明けまして おめでとうございます。

～よき新春をお迎えのことと、お喜び申し上げます。



院長 中井 久太夫

本院が無事新年を迎えることが出来たのも、ひとえに地域の皆様のお陰と大変感謝しております。

さて、皆様、職員の方々のご尽力により外来、入院共に昨年は、更に多数の方々にご利用して頂くことができました。昨年度、診療面では今まで休診となっておりました水曜日の胃腸内科にも専門の医師(松阪中央総合病院より)が来て頂けるようになりました(大腸内視鏡もして頂けます)。透析にも腎臓専門医(火曜日午後のみ)が来て頂けるようになりました。医療機器では、

心臓の最新の超音波診断装置(四次元心エコー)が新しく導入されました。睡眠時無呼吸症候群の一泊入院検査(睡眠時無呼吸症候群の正確な診断が可能な終夜睡眠ポリグラフィ検査)が可能となりました。地域の様々な医療需要に応えるべく訪問看護、訪問診療等の在宅医療や病診連携、啓蒙活動等を推進してまいります。

更に職員増員、各診療科の機能充実、医療機器整備をはかり、より良い医療を目指すとともに皆様に信頼され、親切で、思いやりのある地域に根ざした病院

であるよう職員一同努力させて頂く所存でございます。

今後とも皆様のご指導ご協力をよろしくお願い申し上げます。皆様方のご健康と増々のご発展を祈念して新年のご挨拶とさせていただきます。



胃腸内科

胃がんについて



胃腸内科
金子昌史医師

日本人にとって胃がんはとても身近ながんであり、かつてはがんによる死亡原因の第1位でしたが現在では肺がんについで第2位となっています。早期発見や治療法の進歩により死亡率は低下しつつあるものの、いまだに多くの方が罹患しており依然として日本人に多い病気であるということには変わりありません。

日本人は欧米人に比べて胃炎や胃がんの多い国民と言われており、慢性胃炎やピロリ菌の感染が胃がんとの深い関わりがあることも近年の研究により明らかになってきています。

胃がんの症状としては心窩部痛(みぞおちの痛み)や上腹部不快感などがあげられますが、これらの症状は胃が



んに随伴する胃炎や潰瘍によるものの場合が多く、特に早期胃がんではがんそのものの症状に乏しいことが特徴であり、症状がなくても検診等で定期的に検査を受けることが重要です。

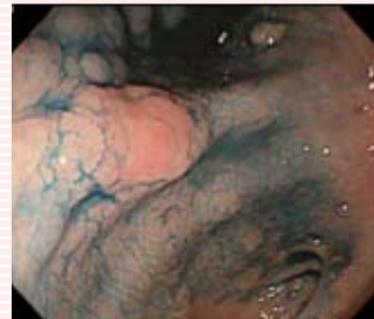
現在、胃がん検診では胃透視検査が行われていますが、上部消化管内視鏡検査(胃カメラ)では病変を直接観察することができ、胃透視検査よりもより詳細な情報を得ることが可能です。また最近、挟帯域光観察(NBI=Narrow Band

Imaging)や拡大内視鏡観察などの内視鏡分野での技術進歩により診断精度が向上しているほか、経鼻内視鏡(鼻からの胃カメラ)の登場により以前よりも苦痛の少ない検査ができるようになりました。



胃がんは早期発見により治癒可能な疾患です。さらに早期胃がんの場合には一定の基準を満たす病変では、内視鏡的粘膜下層剥離術(Endoscopic Submucosal Dissection:ESD)や内視鏡的粘膜切除術(Endoscopic Mucosal Resection:EMR)などの内視鏡治療により治癒が可能となりました。

胃カメラによるがん検診をご希望される方、また胃の痛みや胸焼け等の症状でお困りの方は胃腸内科にご相談ください。



INFORMATION

紹介 訪問リハ事業所

今回は、訪問リハビリテーションについて、お話をさせていただきます。

大台厚生病院の訪問リハビリ事業所は理学・作業療法士による訪問リハビリテーション(介護保険対応)を実施しております。スタッフが直接、ご自宅に訪問し、より自分らしい日常生活を過ごせるよう生活リハビリを行います。具体的な内容は身の回り動作の自立、趣味や生きがいを見つけることなどはじめご家族へも介護方法の指導や家庭でできるリハビリの指導、住宅改修や福祉用具のアドバイスも行っています。退院されて、リハビリを継続したい・身体機能が低下してきたので、リハビリを受けたいけど、どうしたらいいのかわからない方などは、当事業所か包括支援センターなどでケアマネジャーにリハビリ希望を伝え、相談してください。当事業所のご利用をお待ちしております。



健康レシピ

栄養科 管理栄養士 稲葉 恵子



お正月料理のアレンジ
肉がメイン料理

牛肉に巻き込んだ野菜は4種類。香りよくかみごたえ十分です。海藻と青菜のあえ物で、ビタミン類も食物繊維も万全。

海藻は毎日少しずつとりましょう

わかめなどの海藻に含まれる食物繊維は、コレステロールを体外へ排出したり血圧や血糖値を下げる働きにも優れています。魚や海藻を常食する土地には長寿者が多いといわれるのも、うなずけることです。毎日少しずつとるのが健康の秘訣です。

わかめの青菜あえ

材料(4人分)

- 生わかめ 20g
- 小松菜 25g
- 卵 15g
- 砂糖 少量(0.5g)
- 塩 少量(0.1g)
- 酢 小さじ1/2
- 塩 少量(0.2g)
- だし 小さじ1

海藻と青菜のあえ物



牛肉に巻き込んだ野菜は4種類。

作り方

- ①わかめは一口大に切り、さっとゆでる。
- ②小松菜もゆで、水けを絞って3cm長さに切る。
- ③小鍋に卵、砂糖、塩を入れて混ぜ、そのまま弱火にかけて混ぜながら火を通し、細かい卵にする。
- ④酢、塩、だしを混ぜ、わかめ、小松菜を和え、卵をまぶす。

牛肉の野菜巻き

材料(4人分)

- 牛もも薄切り肉 60g
- しょうゆ 小さじ1
- みりん 小さじ1/3
- 玉ねぎ 10g
- にんじん 10g
- さやいんげん 10g
- セロリ 10g
- 片栗粉 少量
- サラダ油 小さじ3/4
- サラダ菜 10g (1~2枚)

作り方

- ①牛肉はAを混ぜた中にしばらく漬ける。
- ②玉ねぎは薄切りにする。にんじんは3cmの長さの繊維切りにしてゆでる。
- ③さやいんげんは沸騰湯でゆで、斜めに細く切る。
- ④セロリはせん切りにする。
- ⑤牛肉を広げ、玉ねぎ、にんじん、さやいんげん、セロリをのせてくるりと巻き、巻き終わりにかたくり粉をつけてくっつける。
- ⑥フライパンにサラダ油を熱し、⑤を巻き終わりを下にして入れ、ころがしながら焼いて中まで火を通す。一口大に切り、サラダ菜と盛る。