



水脈の詩

南島メディカルニュース

34号

2017年4月発行

発行人 センター長 武田 年晴
発行 南島メディカルセンター
編集 広報委員会
編集協力 TCK Nagoya Inc.



▲マシントレーニング

南島メディカルセンターに地域唯一の通所リハビリが開設して、もうすぐ二年目を迎えるよう
としていきます。
開設当初は、あまり知れ渡って
おらず、その都度説明するの
が少し大変でしたが、二年が経
ち、ケアマネさんを初め皆様に
知られるようになり、現在では
定員を上回る申し込みを頂いて
おります。
振り返ると、この二年は、リハ
ビリの専門職として、通所リハ
ビリを通じて、地域の皆様は何



▲理学療法士による専門的な治療



▲またぎ動作訓練

▲全身運動中

▲栄養士による食事指導

化など、様々な問題があります
が、「地域住民の笑顔の為に」
という目標の元、これからも精
進していきたいと思ひます。

通所リハビリ、もうすぐ二年が経ちます。

TOPICS

診療担当医

4月1日現在

診療科目		月	火	水	木	金
内科1診	午前	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤
	午後	伊藤				伊藤
内科2診	午前のみ		山添			
整形外科	午前のみ	式田	式田	式田	手術・検査	式田
眼科	午前のみ	(受付は11:00まで)		代務医		
神経内科	午前/午後	(毎月1回・予約制)			小久保	

ご協力
ありがとう
ございました

平成29年1月29日(日)に
開催されました、「福祉ふ
れあい広場」でのバザーに
ご協力いただきありがとう
ございました。売上金は
全額、南伊勢町社会福祉
協議会に寄付させていた
だきました。

バス運行表

4月1日現在

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
道行・阿曽・東宮方面		棚橋・古和・神前方面		阿曽浦・古和方面		東宮・阿曽方面		棚橋・古和・神前方面	
時間	地区名	時間	地区名	時間	地区名	時間	地区名	時間	地区名
8:35 ↓	道行電 (スクールバス乗場)	8:50 ↓	棚橋 (旧農協前)	8:15 ↓	阿曽浦 (バス停前)	8:35 ↓	東宮 (JA倉庫前)	8:50 ↓	棚橋 (旧農協前)
8:40 ↓	大江 (旧農協前)	8:55 ↓	棚橋 (憩いの家)	8:20 ↓	阿曽浦 (合同ビル前)	8:35 ↓	奈屋浦 (バス停前)	8:55 ↓	棚橋 (憩いの家)
8:45 ↓	道方 (南ガソリンスタンド)	9:00 ↓	古和浦 (役場前)	8:30 ↓	センター 玄関	8:40 ↓	賛浦 (バス停前)	9:00 ↓	古和浦 (役場前)
8:55 ↓	阿曽浦 (バス停前)	9:10 ↓	方座 (漁協市場前)	9:00 ↓	古和浦 (役場前)	8:45 ↓	センター 玄関	9:10 ↓	方座 (漁協市場前)
9:00 ↓	阿曽浦 (合同ビル前)	9:15 ↓	村山 (農協前)	9:10 ↓	方座 (漁協市場前)	8:55 ↓	阿曽浦 (バス停前)	9:15 ↓	村山 (農協前)
9:10 ↓	センター 玄関	9:20 ↓	神前 (バス停前)	9:15 ↓	村山 (農協前)	9:00 ↓	阿曽浦 (合同ビル前)	9:20 ↓	神前 (バス停前)
9:15 ↓	東宮 (JA倉庫前)	9:25 ↓	河内 (農協前)	9:20 ↓	神前 (バス停前)	9:10 ↓	センター 玄関	9:25 ↓	河内 (農協前)
9:15 ↓	奈屋浦 (バス停前)	9:35 ↓	東宮・奈屋浦 (バス停前)	9:25 ↓	河内 (農協前)			9:35 ↓	東宮・奈屋浦 (バス停前)
9:20 ↓	賛浦 (バス停前)	9:40 ↓	賛浦 (バス停前)	9:35 ↓	東宮・奈屋浦 (バス停前)			9:40 ↓	賛浦 (バス停前)
9:25 ↓	槌柄浦 (バス停前)	9:45 ↓	センター 玄関	9:40 ↓	賛浦 (バス停前)			9:45 ↓	センター 玄関
9:25 ↓	センター 玄関			9:45 ↓	槌柄浦 (バス停前)				
				9:45 ↓	センター 玄関				
11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り

編集後記

景色も彩り、外に出るのが心地よい季節になってきましたね。

NANTOU MEDICAL NEWS

南島メディカルセンター

医療機関併設型 小規模老人保健施設

水脈の郷



三重県度会郡南伊勢町槌柄浦1番地1

南島メディカルセンター 検索 http://www.miekosei.or.jp/6_nah/

Tel :0596-72-0001 Fax :0596-72-2312

訪問看護ステーション あじさい / 居宅介護支援事業所

Tel :0596-72-4000 Fax :0596-72-4001



目薬使用の注意点について

今回は薬局より、複数の目薬を使用する場合の順番についてお話しします。

目薬には、液の性状により主に水溶性、懸濁性、油性に分類されています。それぞれには特徴があり点眼する順番に注意が必要となります。



1 水溶性目薬を併用する場合

効果を一番期待したい目薬を後にさすようにします。後にさした目薬が外に流れ出て効果が薄まる可能性があるためです。例えば、花粉症の時期ですと、目のかゆみを抑える薬と、目の乾燥を抑える薬が出ていた場合、目のかゆみを抑える事を期待したい場合は、まず目の乾燥を抑える薬、次に目のかゆみを抑える薬の順番になります。

2 懸濁性目薬と水溶性目薬とを併用する場合

懸濁性目薬には、「よく振ってお使いください」と指示があります。薬の成分が水には溶けにくい懸濁しています。薬の成分の吸収には、時間がかかると考えられます。順番は、まず水溶性目薬、次に懸濁性目薬となります。

3 油性目薬とその他の目薬とを併用する場合

油性目薬は、水をはじくため、他の目薬の吸収を妨げる可能性があります。順番はまず油性目薬、次に他の目薬になります。

使用する順番について分からなければ、遠慮なく薬剤師にお問い合わせください。

目薬の保管場所について

直接日光が当たらない、涼しい場所に保管するようにしてください。目薬によっては冷蔵庫で保管するものや、光が当たらないように保管する場合があります。薬の成分が光で影響を受ける目薬の袋は、光を遮るようにつくられています。

目薬の使用期限について

開封後は、1か月を目安に使い切ってください。衛生上、清潔さを保つためです。

スタッフを紹介します。



看護師長
野田朱美(のだけみ)



看護師
河村美樹(かわむらみき)



臨床検査技師
山内みゆき(やまうちみゆき)

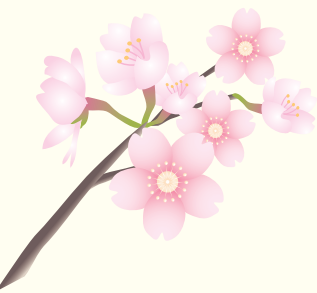
10月1日付けで松阪中央病院より看護師長として赴任いたしました。2年ぶりにまたここに勤務することになり嬉しく思っています。看護職の役割は、医療・介護においてますます大きくなっています。専門職として、確かな技術と知識をもち、患者さま一人一人に必要な看護の提供ができるようにスタッフとともに努力していきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

出産・子育てが落ち着き、10月から正職員として勤務させていただきますことになりました。

現在は訪問看護師として、患者様の自宅を訪問し体調管理・内服管理また入浴介助やリハビリなどを行っています。

患者様やご家族に寄り添いながら、心の安らぎにつながる看護を提供していきたいと思っています。

そして、地域の方々に親しまれ信頼される病院づくりに少しでも貢献できるよう努力していきますのでどうぞよろしくお願いいたします。



昨年の10月から検査室を担当しております臨床検査技師の山内です。松阪中央総合病院より転勤してきました。患者様のお体の状態を知るために大切な検査データを提供しています。患者様をなるべくお待たせすることのないように迅速に検査データを提供できるよう努めてまいります。なかなか皆様に直接接することが少ない部署ではありますが、心電図をとる時にはお会いすることになりますので、その際はよろしくお願いいたします。

NEW訪問看護車の紹介

長年に渡り使用していたダイハツムーブの劣化（海風による錆、オイル漏れ等）が目立ち、ダイハツタント（車椅子対応）の新车に昨年末変更しました。

特に、高齢化が進む南伊勢町にとっては、周辺の事業者様も福祉車両を使用しているのが現状です。主に訪問看護と通所リハビリ利用者の送迎等に使用しています。当センターの通所リハビリの送迎時には、理学療法士と事務員が利用者様宅への送迎を行っています。車の乗降時には、必ず支えてあげないと車に乗降



できない利用者様もいて、何かいい方法はないかと検討しておりました。そこで福祉車両（車椅子対応型）があれば、スムーズに対応できるのではないかと、また車椅子を使用しない場合は、後部座席として使用することができるという利点も含めて今回、初めて福祉車両を購入することになりました。

今後も引き続き、訪問看護及び通所リハビリの利用を頂き、少しでも地域住民の皆様へ快適で安心できる生活を送っていただくお手伝いができるよう、スタッフ一同努めてまいります。

簡単♪

いちごのヨーグルトムース

材料 カップ6個分

- | | | |
|---|-----------|---------------|
| A | いちご | ヘタをとった状態で200g |
| | プレーンヨーグルト | 450g |
| | 砂糖 | 70g |
| B | ゼラチン | 10g |
| | いちご | ヘタをとった状態で100g |
| | 砂糖 | 15g |

作り方

- ①ゼラチンを大さじ4の水でふやかしておく。
- ②Aをフードプロセッサーに入れて滑らかになるまで攪拌する。
- ③ゼラチンをレンジで30秒チンして溶かし、②に加えてすぐに攪拌し、カップに流し入れ、冷蔵庫で冷やす。
- ④いちごソースを作る。Bをレンジで3分チンしてからフードプロセッサーで攪拌し、冷めてから上にかける。最後に刻んだいちご（分量外）を乗せたら完成♪



Let's Cooking

季節の食材で

春の味覚 レシピ

いちごを洗う時の

POINT

いちごはヘタをとった状態で洗うとビタミンCが流れ出てしまうため、ヘタを取る前にさっと洗うようにしましょう！

