

み お うた 水脈の詩

南島メディカルニュース

37号

2018年11月発行

発行人 センター長 式田 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.



水脈(みお)とは、河川や海で、船の通ったあとに残る泡や水の筋。航跡。古いことばで、万葉集でも歌われています。



9月13日水脈の郷にて、地域のボランティア「ムラタスタジオ」さんをお招きし、毎年恒例の敬老会を開催しました。ギターやキーボードなど本格的な器材を使用し、懐しのメロディ5曲を歌っていただきました。演奏の合間の進行も楽しく、みんなで一緒に手を叩き大盛り上がりでした。



後半は当施設の看護職員による三線演奏とスタッフ全員で歌い踊る琉球民謡ライブ!です。この日の為に何度も練習を重ね臨みました。最終曲の『豊年音頭』は豊年大漁を願う琉球民謡(カチャーシー)です。カチャーシーには、「喜びや悲しみをすべてかき混ぜてみんなで分かち合いましよう」という意味があるそうです。敬老の日のお祝いの最後に、皆で喜びを分かち合う楽しいひと時でした。

TOPICS 敬老会を開催しました

診療担当医

10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		
泌尿器科	午前のみ	(毎月・第1、3、5週 予約可)				岩本
脳神経内科	午前/午後	(毎月1回・予約制)			小久保	

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・阿曾・東宮方面		棚橋・古和・神前方面		阿曾浦・古和方面		東宮・阿曾方面		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	道行竈 (スクールバス乗場)	8:50	棚橋 (旧農協前)	8:15	阿曾浦 (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	阿曾浦 (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	贅浦 (バス停前)	9:00	古和浦 (役場前)
8:55	阿曾浦 (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	阿曾浦 (合同ビル前)	9:15	村山 (農協前)	9:10	方座 (漁協市場前)	8:55	阿曾浦 (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	阿曾浦 (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	贅浦 (バス停前)	9:40	贅浦 (バス停前)	9:35	東宮・奈屋浦 (バス停前)	9:40	贅浦 (バス停前)	9:40	贅浦 (バス停前)
9:25	慥柄浦 (バス停前)	9:45	センター 玄関	9:40	贅浦 (バス停前)	9:40	贅浦 (バス停前)	9:45	センター 玄関
9:25	センター 玄関			9:45	慥柄浦 (バス停前)	9:45	センター 玄関		
				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

平成最後の夏は残暑も厳しく、驚異的な暑さでした。かと思つたら急に秋が深まったように感じます。こんな時は体調も崩しやすいもの。くれぐれもお体に気を付けてお過ごしください。

ムラタスタジオ紹介

高齢者施設などの慰問活動(ボランティア)
心温まる懐メロライブを目指しております
代表:村田 幸一 連絡先:090-1418-6412



▲ムラタスタジオの皆さんと一緒に



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慥柄浦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



泌尿器科外来の開設について (診療日時/第1、3、5金曜日 9時~13時)

2018年8月より泌尿器科を開設いたしました。担当医の岩本陽一と申します。今まで泌尿器科専門医・泌尿器科指導医として、三重大学・伊勢赤十字病院・三重中央医療センター・済生会明和病院等に培った知識、経験を生かして、地域の皆様の立場にたつた、わかりやすく温かい診療を心がけてまいります。

● 陰嚢、男性性器の症状
● 陰嚢の痛み、しこりを触れる、腫れるなど
● 検診で異常を指摘された
● 尿潜血、尿蛋白などの異常、前立腺腫瘍マーカー
● PSAが高い
● 排尿カテーテルに関する相談や管理
● 定期的なカテーテル交換、自己導尿の指導・継続
● 男性外来
● 男性更年期、ED治療、男性不妊の相談

● 排尿、尿の症状
● 尿の勢いが弱い、排尿回数が多い、排尿時の痛み、尿漏れ、尿意の我慢が出来ない、尿に血が混じる、尿がにごる、お子様の夜尿症など

● 癌治療、術後の経過観察
● 前立腺癌に対するホルモン療法、前立腺癌術後のPSA定期検査
● などで、これらの症状に対する診療を主に行っております。

泌尿器科という「恥ずかしい」「痛いことをされるのでは？」などのイメージがあるかと思いますが、ほとんどの方にそのような検査、処置をすることはございません。プライバシーにも十分な配慮のもと診療を行っております。近年、泌尿器科疾患は増加の傾向にあります。決して男性だけが受診する診療科ではありません。泌尿器科の診療範囲は幅広く、腎臓や尿管、膀胱、前立腺そして尿

スタッフを紹介します。



総務課長兼医事課長 吉田 英記 (よしだ ひでき)

今年の4月に大台厚生病院から南島メディカルセンターへ転勤してまいりました吉田です。松阪市在住で、当センターへは車で峠やトンネルを越え約1時間かけて通勤しております。

今までは、収益やシステム対応の業務を主に行っていましたがいりしましたが、当センターでは上記に加え総務及び施設・資材の業務も行っております。慣れない業務で不安に思っておりましたが、周りの職員に助けられながら楽しく働いております。

今後も、地域の皆様にごセンターが快適に利用できるよう努めてまいりますので宜しくお願致します。



看護師 御邊 益代 (おんべ ますよ)

今年の4月1日より松阪中央総合病院から転勤してまいりました、看護師の御邊(おんべ)です。現在は診療所に勤務し、日々入院患者様の身の回りのお世話をさせていただいております。

私は元々南伊勢町の出身です。名前は難しいですが、地域の皆さまに気軽にお声を掛けて頂ける存在になれるよう頑張っていきたいと思います。これから宜しくお願致します。



中学生の職場体験について



9月5日から7日の3日間、南島中学2年生の生徒さんが、看護師の職場体験に来てくれました。体温や血圧の測定、入浴介助やおむつ交換、訪問看護や老健のレクリエーションなど、看護師の仕事を知る貴重な3日間になったのではないかと思います。



道などの尿の産生から排尿までの尿に関係する臓器のすべてを扱っております。老若男女を問わず、どのような些細なことでもお気軽に当センターにご相談下さい。どうぞよろしくお願いたします。

【告知】

南島メディカルセンター主催の「泌尿器科健康講話」を開催いたします。講師は岩本先生他、日時は平成30年2月1日(金)午後、場所は「ふれあいセンターなんとう」を予定しております。

岩本陽一 医師

みんなで 予防！ インフルエンザ！

インフルエンザの予防には、みんなの「かからない」、「うつさない」という気持ちがとても大切です。マメな手洗いでインフルエンザを予防して、かかってしまったら感染を広げないために「咳エチケット」も忘れないでください。

- その他、有効な対策として
- 十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう
 - 室内は加湿器などを使って、適度な湿度を保ちましょう
 - 流行期にはなるべく人混みを避けましょう

咳エチケットとは

- 咳やくしゃみをするときは他の人から顔をそらせましょう
- 咳やくしゃみが出るときはマスク、ティッシュ・ハンカチ、などで鼻と口をおおひましよう
- 手のひらで咳やくしゃみを受け止めたら手を洗ひましよう

◎流行期には入院患者様、老健入所者様への面会制限を行う場合があります。ご協力お願いいたします。



季節の食材で 秋の味覚 レシピ

鮭の栄養

悪玉コレステロールを減らして動脈硬化などを予防するEPAや、中性脂肪を減らし、脳の健康に役立つDHAが多く含まれます。EPA・DHAは皮膚のすぐ下の脂肪に多く含まれているので皮付きのままいただきます。



鮭の カレームニエル 材料 2人分

鮭	2切れ
塩	少々
こしょう	少々
カレー粉	小さじ1
小麦粉	大さじ2
バター	小さじ2
サラダ油	大さじ1
レモン	10g

作り方

- ①Aを混ぜ合わせ、塩コショウを振った鮭にまんべんなくまぶす。
- ②フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、①を並べて入れ、焼き色がついた裏返し、弱火にして火が通るまで焼く。
- ③フライパンの油を軽くふき取り、仕上げにバターを加えて絡める。
- ④器に盛り、レモンを添えたら完成!