

回生 ニュース

K a i s e i N e w s



社会医療法人 峰和会

102号

2018.9月発行

発行/社会医療法人 峰和会

編集/鈴鹿回生病院

所在地/鈴鹿市国府町112番地の1

TEL/059-875-4212

FAX/059-875-1717

URL/http://www.kaiseihp.com

編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「回生キッズ紹介」
- 2 あなたの街のお医者さん
「新田外科内科」
- 3 鈴鹿回生病院診療担当医師一覧表
交通案内（三重交通バス・シャトルバス時刻表）
- 4 鈴鹿回生病院附属クリニック診療担当医師一覧表
- 5 健康コーナー「医食動源」
・ロコモシリーズPart2 ロコモと腰痛
・ピリ辛鶏の唐揚げサラダ
- 6 回生.com
「ドクターズリスト」外科 診療部長 岩佐 真
- 7 Information

ほっと smile 他

第10回 脳卒中市民講座 開催のお知らせ 亀山市

テーマ

脳卒中と対峙する!!!

平成30年10月27日 土 午後1:00～

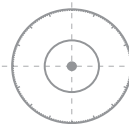
亀山市文化会館にて

三重県亀山市東御幸町 63 TEL0595-82-7111



皆様のおかげを持ちまして、今年で第10回を迎えることができました。

昨年も多数の市民の皆様にご参加頂きました。この講座は脳卒中の専門医が病気についてわかりやすくお話する講座となっています。講演の最後には、皆様からのご質問をお受けするコーナーもございます。入場無料となっていますので、皆様お誘い併せの上、お気軽にご参加ください。



院内保育所

回生キッズ
Introduction

当院には、当院で働く職員の為の保育施設「回生キッズ」が併設されています。今号では、回生キッズについて、宇佐美 正子園長に伺いました。

回生キッズとは？

院内保育園は、病院職員のお子様をお預かりする保育園です。一般のお子様はお預かりしないのが大きな特徴です。保育体制は月曜から土曜、朝7時45分から、18時が基本保育で、最長20時までお預かりしています。現在、24名のお子様をお預かりしております。



シャボン玉きれいだね～

回生キッズは、託児所ではなく、保育園という考え方でお子様をお預かりしておりますので、保育計画、保育理念や保育目標を掲げ、民間園と同じように指導計画、月案もたてて保育をしています。24名のお子さんを同じ空間で保育するのは難しいので、大まかではあり

ますが月齢別に3クラスくらいにわけさせていただいております。現在一番多いのは1歳児のお子さんです。

働く職員の為の保育所として

安心してお子さんを預けて、安心して仕事をしていただける保育園でありたい、というのが一つ。もう一つは、親御さんのための保育園ではあるのですが、ひとり一人のお子さんのリズムを重視しお子さん目線の保育を提供することです。たとえば、小さいお子さんにとって一番大事な食事や睡眠ですね。勤務シフトの関係で早く園に来られるお子さんは、どうしても午前中眠たくなってしまったり、早くおながすいてしまいます。そんな時は午前中にお昼寝をさせてあげたり、早めに食事をとらせてあげるなど、なるべくひとり一人のお子さんの生活のリズムに合わせた保育の提供を心がけています。家庭のようにはできませんが、できる範囲で柔軟に対応させていただいております。

園長
宇佐美 正子

患者さんとの関わり

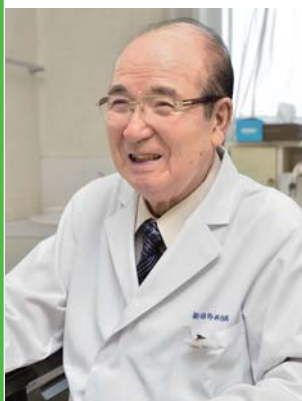
職員向けの保育園なので、患者さんとは直接的には関係がないのですが、患者さんが、折り紙で作ったこまを紙袋いっぱい持ってきて下さったことがありました。お見かけしたことのない方だったので、「いただいてもよろしいのですか？」と伺ったところ、回生病院で手術をし、その後のリハビリでたくさん作ったので、回生キッズの子にもらってもらおうと思って、との事でした。また、古墳のあたりを乳母車で散歩したりするのですが、そんな時も、クリニックに来られた患者さんにお声をかけていただくこともあります。直接的に関係がなくても、患者さんもお子さんに癒やされ、お子さんたちも患者さんのあたたかさに触れさせていただいているように思います。



親子ふれあい会 親御さんもお子さんも笑顔です

連携医療機関紹介

新田外科内科



◀ 新田直樹院長

▶ 新田真吾医師



まもなく開業40周年です

新田外科内科は、国道23号線磯山2丁目の交差点を200mほど北上した所にあります。



院長の新田直樹先生は昭和32年（1957年）三重大学医学部をご卒業後、三重大学附属病院、尾鷲総合病院、桑名市民病院などの医療機関にて研鑽を積まれた後、昭和54年（1979年）12月、この地に開業されました。もともとご尊父さまが、この隣で内科・小児科医院を開業しておられました。

「6人兄弟で私はたったひとりの男児でした。父は内科医で、兄弟6人のうち3人は医師となり長女は亡くなりましたが、妹は津の吉田クリニックにて現役の小児科医師をしております。なるべくして医師の道へ進みましたが、ゆくゆくは内科医師がやる

ことは少なくなるだろうと判断し、私は外科医を目指しました。時代と共に外科は、胃腸外科、脳神経外科、胸部外科などのように専門分野に細分化され、先進医療における外科の発展は大きいと思います。しかし開業医となりますと、内科分野の診療の方が多く、外科を診ることは少なくなりました。駆け出しの頃は外科ばかり診ていたのですが、尾鷲総合病院時代には近くでトンネル工事をしていたこともあり、外科に限らずあらゆる疾患の患者さんが搬送されてきました。この経験は後に生かされましたね」。

外科医から内科医へ

ご子息の真吾先生は、平成14年（2002年）、順天堂大学医学部をご卒業後、大学の外科研修医として残られます。研修終了後、乳腺一般外科に尊敬する教授がおられたとのことで、迷わず外科の道に飛びこんだそうです。その後は関連病院の越谷市立病院、順天堂練馬病院の外科（主に消化器・乳腺）で経験を積み、外科専門医を取得されました。

「潰しの効く医者になりたいと思い医局を離れて総合的な外科と内科を学べる環境にある埼玉のイムス三芳総合病院でお世話になりました。ここでは、内科医の常勤がゼロになった時期が半年くらいあったんですね。その時はこれも運命なのかな？と思うほど、救急から入院まですべてを外科でみなければなりません。内視鏡などさまざまな経験をすることで、外科だけでなく内科分野も学びたいと、欲が出てきました。しかし2011年、父が病気で一時入院することがあり、これを機に三重に戻ることにしました。帰ってから、一度診療を共にしましたがまだまだ元気でしたので、私は鈴鹿中央総合病院でお世話になりました。そこで自分の将来像を考えた時、いずれは父をサポートしたいというビジョンがありましたので外科から整形外科、内科

DATA

TEL 059-386-0137

住所

鈴鹿市磯山3丁目13-20

診療科目

●外科●内科●胃腸科●整形外科
●皮膚科●肛門科●小児科

診療時間

午前／9時00分～12時00分

午後／3時00分～7時00分

	月	火	水	木	金	土	日
午 前	○	○	○	○	○	○	×
午 後	○	○	○	×	○	○	×

休診日

木曜午後、日曜、祝日



とローテーションさせてもらったのです。ちょうど医師になって10年目の頃だったのですが、いい経験をさせていただきしました。その後、親戚の吉田クリニックにて慢性期の療養病棟・在宅医療・介護保険、多職種連携等多くの刺激を受けました。そして昨年の6月から、新田外科内科の一員として加わりました」。

患者さんへのメッセージ

～お体のことで心配事があれば、何でもご相談ください。医療連携・多職種連携を重視し、必要に応じて急性期病院、施設などにご紹介させていただきます。まだまだ未熟ものではあります。父のように何でも診られる医師をめざし、今後は在宅医療の分野でも地域に貢献できるよう努めてまいります～

今後もこの地域のかかりつけ医として、ご活躍されることでしょう。

「腰が痛い」と感じたことは誰でも一度はあると思います。「日本人で一生涯にわたり腰痛を感じない人はいない」とも言われているほど腰痛に悩む人は多く、国民病の1つとなっています。

身体の機能低下は、痛みによっても引き起こされます。たとえば、腰が痛いと思う気にならな
いのですよね。そんな人はまず、ストレッチから始めてみてはいかがでしょうか？



理学療法士
加藤 俊宏

腰・背中のストレッチング

息を止めずに、筋肉の伸びを感じながら
10秒キープを3回



太ももの裏側のストレッチング



2種類の運動を10回1セットとして、1日に2セット以上行いましょう。

発信@

栄養管理室

管理栄養士
北林 明代



●鶏胸肉

筋肉をつくるバリン、ロイシン、イソロイシンという分岐鎖アミノ酸（BCAA）がバランスよく含まれ、中でも筋肉を作り出しやすくする機能が強いとされるロイシンがトップクラスです。最近クローズアップされることが多いサルコペニア（加齢による筋量及び筋力低下）予防には運動のほか、筋肉をつくるたんぱく質が欠かせませんが、高齢になると主食に偏った食事となりやすいため、ロイシンが多い豚ヒレ、マグロ、卵、チーズなどを積極的に取り入れるようにしましょう。

【栄養成分】1人分あたり

エネルギー	243kcal
たんぱく質	20.2g
（ロイシン）	1503mg
脂質	8.0g
食塩	1.4g

鶏胸肉

ピックアップ食材



ピリ辛鶏の唐揚げサラダ

【材料】（4人分）

皮なし鶏胸肉	1枚 250g
酒	大さじ1
生姜	1かけ
黒コショウ	適量
小麦粉	大さじ1
片栗粉	大さじ2
揚げ油	適量
白いりごま	小さじ1
コチュジャン	大さじ2
にんにく	1かけ
しょうゆ	大さじ1
はちみつごま油	各小さじ2
茄子	2本
パプリカ(赤・黄)	半個
エリンギ	1本
菜種油	小さじ1
サニーレタス	3〜4枚
青ねぎ	2本

【作り方】

- ①生姜、にんにくはすりおろし、野菜は適度な大きさに切り、青ねぎは小口に切っておく
- ②鶏肉は適度な大きさに切り、Aと混ぜてしばらく置いておく
- ③Cの野菜は油を引いたフライパンでしんなりするまで炒める
- ④②に小麦粉、片栗粉の順番で粉をまぶし、油で揚げる
- ⑤鍋によく混ぜたBを入れて火にかけ、④が熱いうちに満遍なくまぜる
- ⑥器にレタスをしき、③、⑤を盛り付け、最後にねぎを天盛りして出来上がり

このコーナーでは毎号当院のドクターを紹介してまいります。

Doctors List

岩佐 真

いわさ まこと 外科 診療部長

専門領域:一般外科、消化器外科

資格:日本外科学会専門医・指導医、日本消化器外科学会認定医・指導医、日本消化器病学会専門医・指導医、日本医師会産業医、日本乳がん検診精度管理中央委員会マンモグラフィ読影医、日本産業衛生学会認定医、三重大学医学部臨床講師、東海外科学会評議員



Q1. 出身地はどちらですか？ 幼少時の思い出を聞かせてください

雪の多い富山出身です。雪の思い出といえば、昭和38年、小学2年の時です。自宅の1階部分がほぼ雪で埋まってしまうという経験しました。父が雪かきをし、隣で小学5年の姉が手伝っていたんですね。父が掘り進めようやく道路が見えてきた時、雪が崩れ姉が埋まってしまったんです。怪我もなく無事でしたが、その後姉と一緒に外から我が家を見たときに、自分の目の高さに1階の屋根がありました。そんな富山の雪の時期は、朝、昼、夜と、父が雪かきをしていました。懐かしい思い出です。



Q2. なぜ医師をめざしたのですか？

小学校の3・4年くらいまで病氣ばかりで、入院も経験し、運動できるよう体ではなかったんです。身体の弱さと、勉強ができるところは母の血をひいていたので(笑)医師を目指したように記憶しています。

Q3. 学生時代の思い出をお聞かせください

私はスキー部ではなかったのですが、当時のスキー部には一般の方や初心者を募って行くお正月のツアーがあり、誘われて行ったんですね。ツアーの最後の日にタイムを競うのですが、1年の部員以外のメンバーの中では1位でした。「お前、上手いから教えてやってくれ」とスキー部でもないのに初心者の指導もしていました。それ以来、臨時スキー部員として毎年ツアーに参加し、6年の時には名誉スキー部員として大きなトロフィーをもらったのを覚えています。



Q4. 外科を専門にしたのはなぜですか？

スポーツが好きだったこともあり、第一志望は整形外科でした。ただ親戚が外科医で「お前は外科に来い。命を助けるのは外科だ!」といわれたんですね。当時はブラックジャックも流行っていたこともあるかも知れませんが、脳も心臓も肺も、当時は外科の領域でしたから、大変そうだったから、外科を選んだのかな?(笑)



Q5. 趣味や好きな事(ストレス発散方法など)は何ですか？

運動をすることが好きですね。スキーはもちろん、バスケにテニス、ハンドボールにサッカー、ゴルフと何でもやってきましたが、今は殆どゴルフです。70台が出たこともあります。しかし良いスコアが出た頃は毎日のように練習していました。どんなスポーツでも練習ですね。最近はそこまで練習はできないので、ハーフで45を切ると嬉しいです。長時間の手術に耐えられるように、日頃からの鍛錬の為に運動は続けたいですね。

Q6. 今後力を入れて行きたいことは何ですか？

乳腺外科に力を入れていきたいと思っています。乳腺以外にも、食道がん、胃がん、胆管がんなど手広く手術をおこなっています。乳がんにおいては、15年くらい前から200例近くの乳がんを手術して参りました。H18年10月から乳がん診断のためマンモトーム生検を導入し、乳がんの小病変や石灰化病変の診断が十分できるようになるなど、規模は小さいですが、質は担保されていると思っています。

Message

患者さんへのメッセージ

乳腺外科をメインに幅広く手術を行っています。
ご不安なことがありましたら、ご相談ください。

大規模地震時医療活動訓練

8月11日(土)に大規模地震時医療活動訓練を実施しました。この地域で想定されている南海トラフの巨大地震が発生した時に必要な行動が適切にとれるように多数の患者さんが来院した場合の対応確認と災害対策本部機能の確認、各部門の災害時の行動確認の訓練を行いました。暑い中沢山の職員が参加し、万が一の災害時には地域における当院の役割りを適切に行えるよう真剣に取り組んでいました。



1日看護体験

8月3日、4日県内の病院で看護に関心のある高校生を対象として、「1日看護体験」が実施されました。当院は2日間で男女16名を受け入れ、6部署に分かれて体験をしていただきました。この経験をとおり、健康や看護に対する関心を高めていただき、また将来、看護職を志す方へのきっかけとなって頂ければと思います。



後期腎臓病教室スケジュール

開催の1週間前までに下記までお申し込み下さい。

栄養管理課：059-375-1329

参加費：お一人様 1000円(食事代込み)

※定員になり次第予約を締め切らせていただきますのでご了承ください。

※都合により日時・内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

10/25(木)	11:45～13:30
11/22(木)	11:45～13:30
12/20(木)	11:30～13:45
1/24(木)	11:45～13:30
2/28(木)	11:45～13:30
3/28(木)	11:30～13:45

ほっと smile ハンドボール 国際大会でベスト7

加藤夕貴選手



当院で前十字靭帯再建術とリハビリを行い、ハンドボール競技に復帰した三重バイオレットアイリスの加藤夕貴選手が、平成30年6月に韓国の釜山で開催された国際親善大会で、ベスト7に選ばれました。長いリハビリ期間を乗り越えて得た成果です。本当におめでとうございます！試合は韓国、アメリカ、オーストラリア、セネガル、香港と5試合を戦い、3勝2敗という成績でした。これからも加藤夕貴選手、三重バイオレットアイリスの応援をよろしくお願いします。



サマーコンサート開催

8月4日(土)、入院中の患者さんが、入院生活を少しでも楽しく明るい気持ちで過ごしていただけるようにサマーコンサートを開催しました。毎年恒例の看護師さんによる手あそび歌の披露、三味線サークル「響」による演奏、回生キッズのダンスの披露や、今年はAKITAファミリーギターアンサンブルの皆様にお越しいただき、すばらしい演奏を披露していただきました。来年もたくさんの方のご来場をお待ちしております！



看護補助職員を募集しています。正職員2名

患者さんの日常生活援助、ベッドメイキング等を行って頂きます。経験のない方でも大丈夫です!! 病院見学も随時しております。お気軽にお問い合わせください。

担当：看護部 横田

TEL 059-375-1332(看護部直通)

編集後記

今回は「回生キッズ紹介」を中心に、医療連携紹介などを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。

鈴鹿回生病院 広報委員会

〒513-8505 三重県鈴鹿市国府町112番地の1

TEL 059-375-1212 mail: info@kaiseihp.com

病院の理念

生命への奉仕

病院の方針

- ▶ 地域の基幹病院として医療と健康の増進に貢献します
- ▶ 個人の尊厳を守ります
- ▶ チーム医療を推進し安全で高度な医療を提供します
- ▶ 将来を担う有能な医療従事者の育成に努めます
- ▶ 地域と連携し災害時救援活動を行います
- ▶ 働きやすく健全な病院運営に努めます