

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

106号

2019.5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/059-375-1212
FAX/059-375-1717
URL/http://www.kaiseihp.com
編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「新入職員紹介」
- 2 あなたの街のお医者さん
「すずか泌尿器科・腎クリニック」
- 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Part6 ～ロコモと身体活動～
・ヨーグルトムース～キウイソース添え～
- 6 回生.com
「ドクターズリスト」 整形外科 副部長 中空 繁登
- 7 Information ほっとsmile 他

第12回 桜 フォトコンテスト 展示会のご案内

鈴鹿回生病院附属クリニックの多目的室にて、第12回桜フォトコンテストにご応募いただいた作品の展示会を5月16日(木)午前まで開催しています。患者さん部門が17点、職員からは携帯部門が38点、デジカメ部門32点、一眼レフ部門5点と合計92点の作品が展示されております。

力作ぞろいの展示会にぜひ足をお運びください！



鈴鹿市

入場
無料

脳卒中 市民講座

脳卒中・リハビリテーションの専門医と社会福祉士が、治療から社会復帰までの話題をわかりやすく講演いたします。どなたでも参加自由となっていますので、是非ご参加ください。

テーマ

「脳卒中で困らないために
何かできるか」

日時

6月1日(土) 午後1時00分
～3時30分

場所

鈴鹿市文化会館 けやきホール

鈴鹿市飯野寺家町 810

☎059-382-8111

2019 新入職員紹介

Suzuka kaisei Hospital



看護部／看護師



生田 レビアン

看護師になり、ようやくスタート地点に立つことができた実感しています。鈴鹿回生病院の一員としての自覚を持ち、患者さんに愛される看護師を目指す所存です。先輩方にご指導いただきつつ、一日一日成長していけるよう精進していきます。お見かけの際は、遠慮なくお声掛けください。元気な挨拶をお返します！

リハビリテーション課／理学療法士



牧野 夢大

中学生の頃からなりたかった理学療法士になれて、大変嬉しく思っております。理学療法士は、リハビリをして体の機能を良くすることはもちろんですが、辛いリハビリを共に行い、心の支えとなる職種であると考えております。患者さんから「牧野くんとならリハビリを頑張れる」と言っていただけるような理学療法士を目指したいです。

薬剤管理課／薬剤師



杉本 舜

日々新しい薬が開発され、それに伴い患者さん個人に適した薬を考え提案することが求められるようになってきました。薬剤師として、より良い提案や適した助言ができるよう成長していきたいです。また薬剤師の業務が対物から対人に移っている昨今、患者さんの力になるだけでなく、チーム医療の一員としても活躍できるよう、多くの事を学んでいきたいです。

診療支援課／社会福祉士



米本 麻由佳

私は当院で社会福祉士として、働けることに喜びを感じています。患者様が退院した後、快適な生活ができるように、他職種と連携しながら問題解決することに努めたいと思います。入職してから分からないことばかりですが、制度の活用や相談技術を磨き、信頼・安心していただける相談員を目指します。

医事課／事務員



佐原 寛太

4月より医事課に所属させていただきました。分からない事ばかりではありますが、いち早く業務に慣れ、自らのスキルを磨けるよう努力していきたいです。また、他職種の方との連携を大切に、チーム医療の一員としての自覚を持ち仕事に従事していきたいと思っています。未熟者ではありますが、よろしく願いいたします。

臨床工学課／臨床工学技士

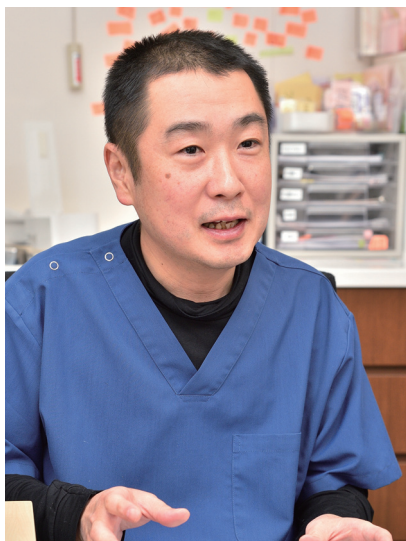


西田 優花

4月から臨床工学技士として働かせて頂きます。チーム医療の一員として不安や緊張はたくさんありますが、先輩方からご指導して頂きながら日々努力し、成長していきたいです。そして、患者さんや職員の方とのコミュニケーションを大切に、医療機器のスペシャリストとして患者さんに貢献できるよう、笑顔で明るく頑張りますのでよろしくお願い致します。

連携医療機関紹介

すずか泌尿器科・腎クリニック



▲ 矢崎順二院長

すずか第一メディカルモール内にあります

すずか泌尿器科・腎クリニックは、国道23号線柳ランプウェイ下を東へ500mほどのコンビニのある交差点を右折してすぐ、近鉄柳駅からは徒歩5分ほどの、すずか第一メディカルモール内にあります。



院長の矢崎順二先生は、鈴鹿市若松のご出身。平成12年（2000年）福島県立医科大学をご卒業後、福島県立医科大学泌尿器科へ入局され、その後14年ほど福島県で泌尿器科医として研鑽を積まれました。代表的な医療機関の福島赤十字病院では副部長を務められましたが、ゆくゆくは地元の鈴鹿で開業したいとの思いもあり、平成26年（2014年）、三重に戻り、三重大学病院の腎泌尿器科外科に入局の後、平成28年（2016年）7月、この地に開業されました。身近に医師が多く、実兄も医師、ご祖父さまも医師という医師一族で、特に迷うことなく医師をめざされたといえます。なかでも泌尿器科を選択された理由を伺うと、「もともと外科系に進みたいという希望は

あったのですが、全身が診られて、透析・腎臓内科も網羅する泌尿器科が面白いと思い、進んだのがきっかけです。学位論文は排尿障害がテーマでした」。



予約制ではありません

この地域には泌尿器科クリニックはもともと少なかったため、開業当初から多くの患者さんが訪れたそうです。男性だけでなく女性も多いのが特徴。また、予約制を設けていないのも特徴の1つです。

「あえて予約制にしなかった理由は、予約制はクリニック側としてはメリットは多いのですが、患者さん目線で考えるとご自分のペースで通いにくいと思ったんです。予約時間をうっかり忘れて再度予約をしなければならなかったり、他の予定を組みずらかったり。ですので、当院は『次回受診は約1週間後くらい』といった具合に時間も日にちもアバウトなんです。そうすることで、ご自分のペースで通っていただけます。ただ、そうなると当然ですが混み合う時間帯が必ず出てきて、かなりお待ちせしてしまうこともあります。そこで、当院HPにご来院人数の少ない時間帯をお知らせしておりますので、ご参考になさってください」。

排尿障害

おしっこが近い、時間がかかる、もれる、などの排尿障害。泌尿器科専門医として先生は市民講座などで講演もされとのことですが、注意する点を伺いました。「おしっこの症状があれば、内科を受診し、症状にあったお薬を処方して頂ければと思います。ただ、お薬で治らない方は、怖い病気がかくれていることがあります。このような時は専門医の受診をおす

DATA

TEL 059-383-1000

住所

三重県鈴鹿市柳町字森1665-2

診療科目

● 泌尿器科

● 腎臓内科

診療時間

午前／9時00分～12時00分

午後／3時00分～6時30分

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

休診日

木曜午後、土曜午後、日曜、祝日



すめします。当院では痛くない超音波検査、尿検査がメインです。更に精査する必要がある場合は、CT、レントゲンなどの検査になります。また、最近はテレビなどでも尿漏れ防止に効果があると言われる骨盤底筋体操が紹介されていますが、なかなか難しいんですね。『この運動やってね!』とパンフレットを渡されて出来る人って少ないんです。当院では、運動の仕方をスタッフが無料で直接指導させて頂いております。女の人は特に出来ない方が多いので、こちらは評判がいいです。当院は排尿に関する一般的なお悩み相談から、前立腺検査、尿潜血、尿路結石の精査など専門性の高い診察まで行っております。心配事があれば、遠慮なくお越してください。必要に応じて、鈴鹿回生病院さんなどの基幹病院へも紹介させていただきます」。

今後も地域に根ざした医療の提供を期待しています。



理学療法士
加藤 俊宏

1日の中で、身体を動かしている時間はどれ位でしょうか？

身体を動かすことは筋肉をつけるだけでなく、腰痛・膝痛の予防にもつながります。ほどよく動くことで睡眠の質もあがりますね。定期的に運動をすることが難しい人は普段の生活に加えて10分だけ動く時間を増やしてみましょう。身体活動量が増加し、ロコモ予防につながります。



発信@

栄養管理室

管理栄養士
北林 明代



● ビフィズス菌とオリゴ糖

腸内には400種類1000兆個の腸内細菌が住んでおり、善玉菌・悪玉菌・日和見菌と大きく3種類に分けられ、年齢、ストレス、食事、薬剤など、様々な要因に影響をうけ、腸内環境が変化します。特に老年期になると善玉菌であるビフィズス菌が1/1000以下に減少し腸内環境が悪化しやすいため、ビフィズス菌入りのヨーグルトや乳酸菌飲料、発酵食品などを摂取し、善玉菌の数を増やすと同時に、善玉菌のエサになる水溶性食物繊維やオリゴ糖を摂取してさらに菌数を増やす事により腸内環境が改善されます。ビフィズス菌とオリゴ糖を摂取することで、より腸内環境を整え下痢や便秘の改善が期待できます。

ピックアップ食材 ビフィズス菌とオリゴ糖



ヨーグルトムース ～キウイソース添え～

【材料】(5人分)

キウイ	2個
砂糖	大さじ2
生クリーム	100ml
プレーンヨーグルト	150g
オリゴ糖(カロリー40%オフ)	65g
レモン汁	小さじ1
粉ゼラチン	5g
水	大さじ2
シリアル(ブラン)	25g

【作り方】

《キウイソース》

- ①キウイをミキサーにかけるか、みじん切りにして砂糖を混ぜておく
- ②①を鍋に入れてとろみが付くまで加熱し冷ましておく

《ヨーグルトムース》

- ①指定量の水に粉ゼラチンを振り入れふやかし、電子レンジで加熱して溶かす(600W30秒程度)
- ②生クリームは8分立てにしておく
- ③Aと冷ました①、②を加えて混ぜ合わせる
- ④容器にシリアルを敷きつめ、③を流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める
- ⑤お皿に盛り付け、キウイソースをかけてできあがり

【栄養成分】1人分

エネルギー	182kcal	脂質	10.1g	食塩	0.2g
たんぱく質	3.1g	炭水化物	22.9g	食物繊維	2.1g

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

中空 繁登 なかぞら しげと 整形外科 副部長

専門領域:膝関節・足の外科、スポーツ整形

資格:日本整形外科学会専門医、日本整形外科学会リハビリテーション医、日本整形外科学会スポーツ医、日本体育協会公認スポーツドクター、三重大学医学部臨床准教授、補装具適合判定医、三重県臨床研修指導医



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

京都生まれの大阪豊中育ちです。2人兄弟で4つ年上の兄がいます。高校を卒業するまで大阪で過ごしました。三重大学に進学しそのまま三重県に就職しました。幼少時の思い出としては、とにかくサッカーが好きで、中学、高校とサッカー部でした。体を動かすことが好きで、家族でテニスをすることもありました。



Q2. なぜ医師をめざしたのですか？

中学の頃からスポーツに関わる仕事がしたいと漠然と思っていたのですが、高1の冬に右膝の前十字靱帯を損傷したんです。その時靱帯再建術の手術を受け、またサッカーが出来るようになったことで、整形外科医や理学療法士という職業にしばられ、治療を受けながら、自分もスポーツ障害などでスポーツが出来なくなってしまった人達を、しっかり治せる医師になりたいと思うようになりました。

Q3. 学生時代の思い出をお聞かせください

大学生活では初めての1人暮らし。引っ越しの時は父と一緒に来てくれたのですが父が帰った後泣きそうになってしまったことを覚えています。でもそれも数日のこと。大学でもサッカー部に所属し、ほぼ部活中心の生活。伊勢の朝日餅(ついたちもち)を毎月みんなで食べに行ったり、毎日のように部活の友達と過ごし、勉強は最低限程度でした(笑)。大学時代にサッカーを沢山やってよかったなと思います。こんなにしっかりできる時期はなかったと思います。

Q4. 整形外科を 専門にしたのはなぜですか？

いろいろな科を実習で廻って、最終的に脳神経外科と整形外科で迷いました。決め手となったのは、手術をして元気になっていく姿を見たのと、自身の怪我の経験から、整形外科を選びました。

Q5. 趣味や好きな事 (ストレス発散方法など)は何ですか？

サッカー以外にはないんですね。三重県のサッカー協会の医科学委員長をされていて、高校選手権、天皇杯やJFLの試合会場でマッチドクターなど、休日もサッカー関連の仕事をしています。家族は妻と子供が2人、上が男の子で下が女の子。息子もサッカーをやっています。初めは水泳や体操や野球などしていたのですが、一緒にサッカー観戦する機会があり、そこでサッカーに目覚めたようです。低学年の頃にはよく一緒にサッカーをしていましたが、今はチームに所属し、頑張っています。



Q6. 今後力を入れて 行きたいことは何ですか？

今後はスポーツ医学を極めていきたいと考えています。スポーツ医学とは、簡単に言うと日常生活のなかでの歩行から体育やスポーツ競技までを含めた広い意味での身体活動を、医学の面から研究するものです。いいかえれば、疾病の治療や予防、健康の維持・増進、競技力の向上など、すべての身体運動を対象とした総合的な科学といわれています。整形外科の分野だけでなく内科や女性アスリートのための婦人科疾患などさまざまな側面からスポーツ医学に力を入れ、三重県に普及できたらいいなと思っています。

Message

患者さんへのメッセージ

膝と足を専門に手術をしますが、スポーツに関わる怪我全般に対して患者さんと向き合い、ともに治療して行きたいと思っています。

糖尿病教室のお知らせ

糖尿病と上手に付き合うために糖尿病について楽しく学べる体験型の教室です。6・7月はビュッフェ（範囲内で好きな料理を選ぶ）開催し、5・9月：手作りお菓子付きです。参加費：6・7月お一人様 1000円（食事代込み）5・9月お一人様 500円（おやつ代込み）となります。

5/15（水）	14:00～16:00
6/21（金）	11:30～13:45
7/19（金）	11:30～13:45
9/3（火）	14:00～16:00

腎臓病教室のお知らせ

腎臓病ではなくても関心のある方ならどなたでも参加していただけます。9月はオリジナル弁当（範囲内で自分で献立を選ぶ）開催予定です。参加費はお一人様 1000円（食事代込み）となります。

5/30（木）	11:45～13:30
6/27（木）	11:45～13:30
7/25（木）	11:45～13:30
8/29（木）	11:45～13:30
9/26（木）	11:30～13:30

お申し込みまたはお問合せ先

各教室どなたでも参加いただけますので、お気軽にご連絡下さい！
栄養管理課：059-375-1329 ※申し込み期限：教室開催日の1週間前まで

全国誌に掲載されました！

今回、スポーツ医学センターの北村綱為（健康運動指導士）が、健康運動指導士を養成する（公財）健康・体力づくり事業財団が発行した「拓く～健康づくりの現場から～」に全国の病院や施設と共に掲載されました。



おはなしサロン開催のお知らせ

一人で悩んでいませんか？がん患者さんや家族の方と集まって、お話しませんか？同じ病気の人の話を聞いたり、不安なことや自分の悩みを聞いてもらったり、人に言えない心のうちを話しに来てください。第2金曜に開催しています。

日時 6/14 8/9 10/11 12/13 2/14 午後1時～3時

場所 鈴鹿回生病院附属クリニック 多目的室

入場料無料

博士号が授与されました

診療放射線技師 水井雅人技師が放送大学大学院博士後期課程にて内臓脂肪蓄積症のX線CT撮影技術に関する研究を行い、大学より博士（学術）が授与されました。放送大学の博士号は全国で15名程度が授与されており、三重県内では初めての取得です。



ほっと smile

新任医師を紹介します

	循環器内科 角田 健太郎 (かくた けんたろう)	
	消化器内科 奥瀬 博亮 (おくせ ひろあき)	
	消化器内科 塩野 泰功 (しおの やすのり)	
	消化器内科 鈴木 寛人 (すずき ひろと)	
	消化器内科 大内 祐介 (おおうち ゆうすけ)	
	血液内科 加島 江美子 (かしま えみこ)	
	麻酔科 黒淵 源之 (くろふち もとゆき)	
	外科 増田 穂高 (ますだ ほたか)	
	整形外科 小嶽 和也 (おだけ かずや)	
	整形外科 長谷川 貴栄 (はせがわ たかひろ)	
	脳神経外科 宮崎 敬大 (みやざき たかひろ)	

編集後記

今回は「新入職員紹介」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

TEL059-375-1212 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