

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

108号

2019.9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/059-375-1212
FAX/059-375-1717
URL/http://www.kaiseihp.com
編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「RI検査機器更新」
- 2 あなたの街のお医者さん
「すずかこころのクリニック萩原内科」
- 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「食医動源」
・フレイルシリーズPart2 セルフチェックでフレイルを予防しましょう
・異国風イワシのグリル
- 6 回生.com
「ドクターズリスト」脳神経外科 医長 中塚 慶徳
- 7 Information

ほっと smile 他

各種教室のお知らせ

糖尿病教室

糖尿病と上手に付き合うために楽しく学べる体験型の教室です。教室では食事療法に役立つ昼食やおやつを用意させていただきます。この機会に一緒に糖尿病について学びませんか？

10/24 (木)	14:00 ~ 16:00
11/1 (金)	14:00 ~ 16:00
12/20 (金)	11:30 ~ 13:45
2/21 (金)	11:30 ~ 13:45
3/13 (金)	11:30 ~ 13:45

※10/24は糖尿腎臓合同開催です



糖尿病教室バイキングの様子

昼食付き(指示範囲内でお好きな料理を選んでいただきます)

10月11月は手作りお菓子付き

参加費:

10月11月 お一人様500円(おやつ代込み)

12月~3月 お一人様1,000円(食事代込み)

腎臓病教室

「食事と運動こそすべての養生の基本」であるということを楽しんで学べる体験型の教室です。3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。

10/24 (木)	14:00 ~ 16:00
11/28 (木)	11:45 ~ 13:30
12/26 (木)	11:45 ~ 13:30
1/30 (木)	11:45 ~ 13:30
2/27 (木)	11:45 ~ 13:30
3/26 (木)	11:30 ~ 13:45

※10/24は糖尿腎臓合同開催です



腎臓病教室弁当

参加費:

お一人様 1,000円(食事代込み)

※10月のみ500円(おやつ代込み)

お申し込みまたはお問合せ先

各教室どなたでもご参加いただけます。お気軽にお問い合わせください。

栄養管理課: 059-375-1329 ※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。

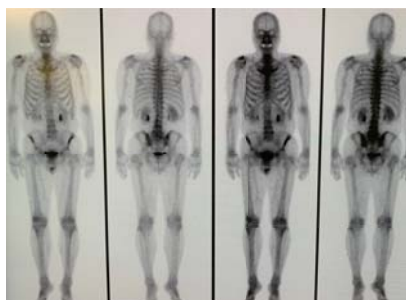
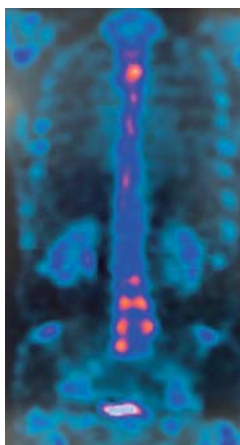
R I 検査機器 更新

Introduction

病院には医師・看護師だけでなくさまざまな医療従事者が携わることで1つの医療が成り立っています。今号では、放射線科に更新されたRI検査機器の紹介と、当院の放射線科のRIチームを紹介します。

RI検査とは

「RI」はRadio（ラジオ）Isotope（アイソトープ）の頭文字で、核医学検査、アイソトープ検査とも呼ばれています。放射線を放出する特殊な薬を注射して目的臓器や病変部に集まった薬を専用のカメラで撮影して診断します。外から放射線をあてるのではなく、投与した薬から出てくる放射線を捉えて、体の外から見えない病気の場所や機能を検査します。具体的にはがんの骨転移・炎症などを調べる「骨シンチ」、脳の血流状態を調べる「脳血流シンチ」などがあります。今回導入した装置はGE社製最新型装置



▲骨シンチの画像

で短時間での撮影が可能となり患者さんの負担も少なく、より質の高い画像診断が期待できます。昨今、認知症の増加は著しく三重県も例外ではありません。当院ではパーキンソン病や認知症などの検査も行っています。RI検査は認知症の早期発見に有用であり、MCI（※）の状態から診断することが可能です。おかしいな？と思ったら、認知症外来、物忘れ外来、神経内科など専門医に受診しましょう。

RI members

最後に、最近テレビで話題になったラジエーションハウス。回生病院のラジエーションハウスの実際をRI

チームのメンバーに聞いてみました。

（瀧田医師）

放射線科医と放射線技師との関係が良く、お互いに困った時に相談できる風通しの良い環境です。

（南）ドラマでは見えない場面でしたが、技師たちは様々な認定資格を取得しています。長谷川は核医学専門技師の認定を取得しています。



診療放射線技師（主任）
南 紀夫

（長谷川）

実際の現場は、ドラマのよう

に暇ではありません（笑）当院では23名の技師が担当機器を操作しています。女性技師も7名おり、マンモグラフィの検査などで活躍しています。

（岩本）放射線科医の先生と技師との関係は良好です！助言をいただきながら、チーム医療を実践しています。役割分担もしっかりできて

います。



診療放射線技師
核医学専門技師
長谷川 新



診療放射線技師
岩本 健児



※MCI（軽度認知障害）とは

軽度認知障害は認知症の一手手前の状態で、MCI（Mild Cognitive Impairment）とも呼ばれます。認知症における物忘れのような記憶障害が出るものの症状はまだ軽く、正常な状態と認知症の間。アルツハイマー病によるMCIの対策・治療は、早期であればあるほど効果が高いとされています。

連携医療機関紹介

すずかこころのクリニック萩原内科



▲ 萩原 正芳 院長

内科診療も行っています

「すずかこころのクリニック萩原内科」は、鈴鹿市駅前徒歩20秒と、とても便利な場所にあります。院長の萩原正芳先生が昭和58年（1983年）に開業された萩原内科・胃腸科が前身で、2018年11月新しく生まれ変わりました。1階では今まで通り院長が内科診療を行っており、3階では、副院長の片岡正隆先生が心療内科を担当されています。正面入り口左手が内科の受付となっており、奥のエレベーターで3階に上がると心療内科・精神科の受付があります。内科を受診される方と心療内科・精神科を受診される方が必要以上に接触することがないよう、プライバシーの配慮がされています。

開業から36年が経ちました

医師会の理事に就任されてから21年の萩原院長は、現在でも産業医を務め、地域医療に貢献されています。院長は開業時に『全人的医療の提供、つまり患者の病気だけを診るのではなく、“個別の歴史を背負った病む人”として診療していくこと』を固く心に誓ったそうです。近年、内科的疾患に加え、ストレスに起因する疾患で受診される患者の増加が目立ち、益々全人的

医療の大切さを毎日実感しておられるのだとか。

「内科的疾患を主に診療して参りましたが、ストレス社会となった現在は、ストレスに起因する疾患の相談が随分増えましたね。そこで昨年11月より、心療内科、精神科を併設いたしました。病気の身体面での診察、治療を十分に踏まえた上で、心理的・社会的な因子の役割を正しく評価し、こころと体の両面からの治療を初心に戻って、より充実した形で患者さんに提供していきたいと考えております」。

心療内科・精神科について

副院長の片岡正隆先生は、東京医科歯科大学をご卒業後、知多市民病院、可知記念病院などの医療機関にて研鑽を積まれ、2018年11月より「すずかこころのクリニック萩原内科」の副院長として診療に加わりました。うつ病、不眠症、パニック障害、などを中心に診療をされています。

「『気分が悪くてお仕事に行けない』『お腹が痛い』などの身体症状があって、内科等で診療を受けても異常がない場合は、心療内科・精神科の受診をおすすめします。うつ病、不眠症、パニック障害や、一旦離職した方が復職を目標とした治療（復職支援）に関してはこれまで長く関わってきましたので、お越しいただければしっかり対応させていただきます。つらい時にすぐに相談できるように、平日は18時、土曜日は9時～15時まで



DATA

TEL 059-383-0011

住所

三重県鈴鹿市神戸1丁目11-2

診療科目

● 内科 ● 心療内科 ● 精神科

診療時間

● 内科 8時45分～12時15分
15時00分～18時30分
● 心療内科 9時00分～12時30分
14時00分～18時00分

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

△は内科のみ診療

▲は内科のみ休診 心療内科15時まで

休診日

内科：

木曜午後（第2、3木曜日は終日休診）

土曜午後・日曜・祝日

心療内科：

木曜・日曜・祝日



で診療しておりますので、お休みの日や仕事帰りなど、ご都合の良いお時間に受診していただけます。また、心療内科・精神科を受診されるにあたり、お薬の不安を感じる方は少なくありません。当院では、出来るだけ少ない種類と量のお薬を効果的に使うことや、認知行動療法（考え方から変える治療法）を取り入れた精神療法も行っておりますので、ご不安な方は遠慮なくお申し付けください。また、症状や患者様のご希望、ご要望に応じて、漢方による治療の提案も出来ますので、お気軽にご相談ください」。

Part2 セルフチェックで フレイルを予防しましょう



理学療法士
三谷 将史

日本の人口は25%が高齢者となっており、高齢者における介護の原因の第1位はフレイルと言われています。早期にフレイルを発見し、適切に介入することで介護の予防ができると考えられています。

そのチェック項目を下記に示しますので、皆様もチェックしてみましょう。

1	半年間で意図しない2〜3kg以上の体重減少	はい ・ いいえ
2	この2週間、わけもなく疲れた感じがある	はい ・ いいえ
3	散歩などの運動を週1回以上していない	はい ・ いいえ
4	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思う	はい ・ いいえ
5	握力測定(男性26kg以下、女性18kg以下)	はい ・ いいえ

(Friedの分類を参考)



5項目のうち、3項目が当てはまればフレイル、1〜2項目ならプレフレイル(フレイルになる手前)の可能性あります。

※次号ではフレイルを予防するための運動をご紹介します。

発信@

栄養管理室

管理栄養士
村上 清香



● ココナッツオイル

少し前に海外のセレブの方々が食べているなど話題となりましたが、どんな効用があるかご存じですか？

ココナッツオイルの主成分は「中鎖脂肪酸」といって、他の油と消化吸収の回路が違い、脂肪になりにくく、すぐエネルギーとなり、消化吸収の負担が少ないという特徴があります。そのため普通の油よりは太りにくく、下痢になりにくいと言われています。ココナッツオイルには種類があり、香りが少ない精製されたものと、今回使用した香りの強い未精製のものがあります。酸化されにくいですが加熱しすぎると発火するので注意が必要です。

● ポイント

今回はにんにくを使い、独特の香りを生かしました。その他にハーブやカレー粉とも相性がよいです。簡単に取り入れるならばパンにぬったり、ヨーグルトに入れてもよいでしょう。

ピックアップ食材 ココナッツオイル



異国風イワシのグリル

【材料】(4人分)

イワシ	50g×8切れ
塩	4つまみ
赤パプリカ	1個
黄パプリカ	1個
パン粉	大さじ2
にんにく	1片
ココナッツオイル	大さじ2.5
粉チーズ	大さじ2

【作り方】

- ①イワシの腹わたをとり、開く
※開いたものを購入してもよい
- ②①に塩をふりし、しばらく置いておく
- ③パプリカは食べやすい大きさに切っておく
- ④ニンニクはみじん切りにする
- ⑤ボールにAを混ぜて②の上ののせる
- ⑥オーブンの鉄板に③と⑤をのせ200℃15分焼く
※オーブンがない場合はフライパンで焼いてもよい

【栄養成分】 1人分

エネルギー	298kcal	タンパク質	22.2g	脂質	18.7g	塩分	0.9g
-------	---------	-------	-------	----	-------	----	------

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

中塚 慶徳

なかつか よしなり 脳神経外科 医長

専門領域:脳神経外科一般、脳血管内治療

資格:日本脳神経外科学会専門医・指導医、日本脳神経血管内治療学会専門医、日本脳卒中学会専門医



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

長野県飯田市出身です。3人兄弟の長男です。高校卒業までは飯田市で過ごしました。自然に囲まれた田舎で育ったので、幼少時は川で遊んだり虫を捕ったりして遊んでいました。身体を動かすのが好きでした。ウィンタースポーツが盛んな長野県ですが、私の住む地域ではスケートが盛んで、小学校の中庭にスケート場があり、全員マイスケート靴を持っていて休み時間には中庭でスケートするのが日常的でした。また近くの湖は凍ってスケート場になり、冬休みはみんなでスケートをしていました。



Q2. なぜ医師をめざしたのですか？

実は、初めは名古屋大学の工学部に進学し大学院を含め8年間、研究に没頭していました。工学部の中でも生物関係だったので薬の開発などに従事したいと思っていたのですが、研究職は結果を直接みることが困難でかなり時間がかかります。そこで直接患者さんとふれあって自身も結果と向き合える医師の道にシフトしたいと思い立ち、大学院在学中に改めて医学部を受験し三重大学医学部へ進学しました。

Q3. 学生時代の思い出をお聞かせください

名古屋の時は、Jリーグが開幕した時期だったので友達と名古屋グランパスの試合を観に行ったり、フットサルのクラブにも所属していましたが、とにかく研究が大変だったと記憶しています。三重では、サッカー部に所属し4年間しっかりやりました。毎週のように遠征で大阪に行き、練習も週4回ほど、勉強もちろんそれなりにはやりましたが、サッカーがウェイトを占めていました。中空先生が6年生の時に私が1年で、一緒にサッカーをした経験もあります。

Q4. 脳神経外科を専門にしたのはなぜですか？

脳神経系に興味があり、特に脳梗塞の治療や血管内治療が発展し始めていた頃で、脳梗塞の患者さんの状態がすごく良くなる、それが目の前で良くなるということに魅力を感じて脳神経外科を選択しました。

Q5. 趣味や好きな事 (ストレス発散方法など)は何ですか？

身体を動かすこと全般が好きで、院内フットサルにも参加させてもらっています。どうしても不規則で運動不足になってしまうので、時々家の周りをランニングしたりしています。



Q6. 今後力を入れて 行きたいことは何ですか？

脳梗塞になってしまった患者さんに、なるべく後遺症を残さず帰って頂くことです。開頭手術が主流だった時代は脳梗塞のカテーテルの治療などは殆ど無かったのですが、4年前からカテーテル治療が正式なガイドラインに載りましたので、今一番進歩している分野だと言えます。ただ、早期の治療が必要となりますので、患者さんへの啓蒙活動が重要だと感じています。例えば麻痺や失語などの症状がでると「様子を見る」という方が非常に多いのですが、様子をみていたら、手遅れになってしまいます。脳梗塞はどんどん広がってしまいますので、とにかく早く病院にかかるなり、救急車を呼ぶなどの措置が必要です。このような知識を高めていただくためにも、脳卒中市民講座などには、ぜひ皆さん御参加ください。

Message

患者さんへのメッセージ

脳神経外科全般、特に脳血管内治療を専門とし脳梗塞に対する血管内治療を含む急性期治療に力を入れています。地域の脳卒中の予防治療に貢献できるように努力していきます。

令和元年度

大規模地震時医療活動訓練

7月27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くの患者さんが来院した時の対応訓練と対策本部設置訓練、各部門の災害時の対応訓練を行いました。今回は近隣の自治会の皆様にも参加頂き訓練の様子を見学しながら災害時における当院の役割を説明しました。職員や外部企業の職員の方が沢山参加し真剣に訓練に取り組んでいました。



ほっと smile

新たに

アスレティック
トレーナーが誕生!



この度、リハビリテーション課より佐久間雅久(写真左)、坂口弘樹(写真右)に続き、新たに稲谷則徒(写真中央)がアスレティックトレーナー(AT)に合格しました。日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーとは、専門的かつ特殊な知識と技術を身につけ、スポーツドクターおよびコーチとの緊密な協力のもとに、スポーツ分野で競技者やチームが安全に活動する環境を整えていく役目を持ったスペシャリストです。

具体的にはスポーツ現場で競技者の健康管理やスポーツ外傷・障害の評価や応急処置、テーピング、アスレティックリハビリテーション、復帰までのサポート、コンディショニング、障害予防などを行います。

現在当院では、佐久間はハンドボール(MIE VIOLET IRIS)のチームトレーナーおよび高校野球のサポートを、坂口はサッカーおよびソフトテニスへの帯同を、稲谷はバスケットボール大会でのサポートや、三重県バスケットボール少年男子国体チームへの帯同を中心に活動しています。

今後とも様々なスポーツに対応できるよう努めて参りますので、よろしくお願いします。

第11回 亀山市 脳卒中市民講座のお知らせ

皆様のおかげを持ちまして、今年で第11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、皆様お誘いあわせの上、お気軽にご参加ください。

日時 令和元年 11月23日 土 午後1:00～

場所 亀山市文化会館にて TEL0595-82-7111

2019

一日看護体験

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、「一日看護体験」が実施されました。当院は2日間で21名を受け入れ、6部署に分かれて、様々な体験をしていただきました。この経験をとおり、将来看護師を含む医療職に興味を持ってもらえる機会になればと考えています。



点滴の模擬体験



編集後記

今回は「RI 検査機器更新」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