

糖尿病・腎臓病教室についてのお知らせ

当院では糖尿病・腎臓病それぞれの教室を開催しています。
病気と上手く付き合うために楽しく学べる教室です。
当院通院中の方だけでなく、ご家族の方や他院に通院中の方、関心のある方ならどなたでも参加していただけます。
要予約制、参加費は無料で食事療法に役立つサンプル品のお土産付きです。

糖尿病教室開催日程

9/12 (月) 14:00 ~ 15:00
10/28 (金) 14:00 ~ 15:00

腎臓教室開催日程

9/20 (火) 14:00 ~ 15:20
10/18 (火) 14:00 ~ 15:20

お申し込みまたはお問合せ先

栄養管理課：059-375-1313

※三重県内に緊急事態宣言及びまん延防止等重点措置対象区域の実施、
県独自の緊急警戒宣言の実施、感染状況によって中止が適当と判断された場合は中止となりますのでご了承下さい。
最新情報につきましては病院ホームページをご確認下さい。



亀山市

脳卒中市民講座開催のお知らせ

日時 令和4年10月16日 日曜日 午後1:00～

場所 亀山市文化会館にて

すてきな絵画を 寄贈いただきました



白子港



霞ヶ浦の埠頭



右：角谷 孝子さん



千曲川

救急日が変更になります

令和4年9月20日(火) 二次救急日：鈴鹿回生病院 ⇒ 鈴鹿中央総合病院

令和4年9月27日(火) 二次救急日：鈴鹿中央総合病院 ⇒ 鈴鹿回生病院

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

ぽっと smile

脳卒中療養相談士資格を取得



社会福祉士 トシマ ケイタ
富山 恵資

コメント

この度、脳卒中療養相談士資格を取得しました。脳卒中療養相談士とは、脳卒中になられた患者、家族に対して相談支援を行い、その方の困り事に応じた情報提供を行います。必要に応じて各関係機関と連携し、その方の暮らしに寄り添った支援体制が確立できるよう働きかけます。なにか困り事がありましたらお気軽に御相談ください。



編集後記

今回は「外部サポート企業」「連携医療機関」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
〒513-0836 三重県鈴鹿市国府町112番地の1
TEL059-375-1212 ✉mailto:info@kaiseihp.com

回生 ニュース

社会医療法人 峰和会

K a i s e i N e w s

123号

2022.9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/TICKnagoya

- 1 外部サポート企業紹介
「日本ゼネラルフード」
- 2 あなたのお医者さん
「みやむら耳鼻咽喉科」
- 3 鈴鹿回生病院診療担当医師一覧表
- 4 交通案内(三重交通バス・シャトルバス時刻表)
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」
・部位別ちょこっと体操 Part2
・簡単なす豚ロール ヤンニョムソース
- 6 回生.com
「回生Families List」
- 7 Information ぽっと smile

入院患者さんとの面会禁止のお願い

新型コロナウイルス感染症に対する感染防止対策として当面の間、入院患者さんとの面会を禁止しています。

洗濯物等に関しましては、病棟入口にて病棟職員にお渡しいただきますようお願いいたします。

今後の情勢によって面会規制については更に変更となる可能性もありますので、詳しくは病院ホームページをご覧ください。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

ご来院の皆さんへ

来院時にはマスクの着用をお願いします。診察時は医師や看護師の指示があるまでは、マスクを外さないでください。

皆様のご理解ご協力をお願いします。

日本ゼネラルフード

当院の給食業務を担っている日本ゼネラルフードさんは、給食サービスを専業とし、一貫した事業を展開されている給食サービスのプロ集団です。コロナ禍で院内感染予防の観点からも衛生的な給食業務は病院にとって非常に重要です。今回は日本ゼネラルフードさんに気になる質問にお答えいただきました。



営業本部 第2事業部 三重エリア
エリアマネージャー
水谷 伸吾

営業本部
第2事業部長
岩間 幸生

Q

日本ゼネラルフードさんは、コントラクトフードサービス、メディカルフードサービス、デリバリー、ケータリングなど、幅広いフードサービスを展開されているようですが、回生病院ではどのような業務に当たって頂いているのでしょうか？

A

回生病院さんの患者さんや職員の方のお食事を提供する給食業務を行っております。毎食230～240食を、常食から一口、刻み、ペーストなど各病態に合わせた食事を回生病院さんの厨房で現地調理を行っています。現地調理を行うため、病態による急な食事内容の変更にも臨機応変に対応が可能です。弊社は、中部地区を中心に地域医療を担う行政病院や大型総合病院、大学病院など、数多くの受託実績があります。積み上げた経験とノウハウを多くのお客様からご評価頂き永く継続した運営をお任せ頂いております。衛生管理、安全で安心な食材の調達など、病院給食における高度なノウハウの提供はもちろん、病院経営に最適な給食運営をご提案させて頂いております。

Q

感染予防をするための教育や衛生的に作業する手法を教えてください。

A

弊社は、社是の2番に掲げている「ピカピカの厨房」にある通り、衛生管理の基本は「整理・整頓・清掃・清潔・しつけ」の5Sに重きを置いています。社長自らが監修した「ピカピカの厨房5Sマニュアル」を基に、全事業所を対象とした半期に一度の5S点検審査を行う「ピカピカの厨房5S認定制度」を運用しています。全従業員への「2分間の手洗い」の徹底をはじめ、作業従事者の体調管理についても、始業時チェックシートと体温計を使用し、従前の確認にも最新の注意を払っています。また、独自に「夏の食中毒防止強化月間」「ノロウィルス食中毒防止強化月間」を設け、食中毒事故防止に対する意識向上に努めるなど高い衛生レベルの維持を促しています。また、名古屋本社内に併設されている「食品衛生検査室」※では、食品と厨房環境の細菌検査を年間約25,000件実施しております。

※食品衛生検査室とは

エリアマネージャーや衛生部員が事業所を巡回した際、厨房設備などにフードスタンプ環境細菌検査（細菌の有無を調べるためのスタンプ）を実施し、食中毒菌のチェックを行います。外部委託では検査結果がでるまでに10～14日の時間を要しますが、当室では48時間以内に結果をだすことができ、事業所へ直ちにフィードバックすることで、食品事故を未然に防ぐ迅速な対応が可能です。

Q

利用者さまへのホスピタリティを高めるために心がけておられることは何ですか？

A

弊社が掲げる3つの社は「美味しい料理は愛情と工夫から」「ピカピカの厨房」「笑顔の接遇」を意識し、お客様ごとの美味しい味を徹底して追求し業務を行うように心掛けています。朝礼等で唱和を行い、全従業員が常に意識できるようにしています。

Q

給食業務における付加価値とは何ですか？

A

食事をすることは生きて行く上で欠かせない行動です。1食1食の食事が召し上がる方のかげがえのない経験となるため、「おいしい料理」の提供を通じてみなさまを幸せにするお手伝いが出来ると考えております。

Families List

このコーナーでは毎号当院のコメディカルを紹介してまいります。

理学療法士



前田 幸子 Sachiko Maeda

資格/認定:認定理学療法士



頑張ります！

2022年4月
認定理学療法士
領域名:運動器

Q1. なぜ理学療法士をめざしたのですか？

高校生の時、理学療法士という仕事があることを知り、人の身体の仕組みなど勉強してみたいと興味を持ちました。病院見学を行い、自分でも調べる中で生活や仕事・スポーツなどに復帰するまでを応援することができるこの仕事をやりたい!と思い進学先に理学療法学科を選びました。

Q2. 認定を取得するのに苦労したことや、今後にかしいたいことがあれば教えてください

苦労というほどではありませんが、普段から仕事と家事・育児を行うことで精一杯な中、研修の受講・症例報告の提出・試験勉強などを家族に協力してもらったおかげで受験できたと思いますので、とても感謝しています。理学療法やリハビリテーションの分野だけではないと思いますが、研究によって今まで常識だと言われていたことが今は違うということがあります。また、理学療法士は患者さまの機能回復だけでなく、働く人の健康増進や予防といった分野でも関わることができることがわかってきていますのでそのような仕事もしたいと思っています。今後も勉強を続けて正しい情報を分かりやすく伝えたいです。

理学療法士



鈴木 寛之 Hiroyuki Suzuki

資格/認定:認定理学療法士



頑張ります！

2020年4月
認定理学療法士
領域名:脳卒中

Q1. なぜ理学療法士をめざしたのですか？

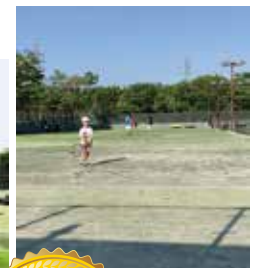
平成15年に高所からの転落事故により、当院に2ヶ月入院しリハビリを経験しました。恥ずかしながら理学療法士・作業療法士のことは全く分かっておらず、リハビリの専門職があることを知り、特に理学療法に興味を持ちました。退院後は近くの病院へ通院し、徐々に痛みや身体機能が回復していくにつれ、理学療法士になりたいと強く思うようになりました。その後、社会復職しましたが、理学療法士になることを諦めきれず退職し、養成校を受験し無事に理学療法士の免許を取得することができました。

Q2. 認定を取得するのに苦労したことや、今後にかしいたいことがあれば教えてください

認定試験を受験するためには必須講習会や指定講習会を受講することが必須条件でしたが、定員が少ないため受講することができませんでした。最近ではWebでの研修会が普及し始め、eラーニングで上記研修会を受講ができるようになり、2020年に脳卒中認定理学療法士免許を取得することができました。急性期脳卒中患者の病態理解を深め、より効果的な理学療法をチームで探索しながら日々の臨床を行っています。免許取得後は、助言を求められる場面が増え、解剖学的知識、理学所見、画像所見などから後輩指導するように努力しています。また脊椎脊髄疾患患者に対する理学療法にも視野を広げ取り組んでいるところです。今後は、これまで苦手でしてこなかった学会発表・研究などにも力を入れていきたいと考えています。

Q3. 趣味や好きな事は何ですか？

週1回のテニスやピラティスの勉強などで、身体を動かすことが好きです。今は家族5人(夫と子ども達)がテニスレッスンを受けて各々のレベルで楽しんでいます。正直、運動神経は良くない方でテニスも決して上手ではありません。ストロークに追い込む運動はできませんが、適度に身体を動かすことが習慣になってから体調が良くなったと感じていますので、今後も楽しみながら続けたいです。



Q3. 趣味や好きな事は、何ですか？

ワークショップや体験会など物作りに興味がありホームセンターで木材などを購入し、収納箱の作製、ペイント、モザイクタイル貼り、駐車場のレンガ敷きなどDIYすることが好きです。子ども達が成長してきたため、子ども部屋の仕切り壁をセルフで行いたいと考えています。ただ、雑な一面や失敗しそうと妻や子供からは心配(反対)されています。もう一つの楽しみは、6月からメダカを飼い始め、餌やりや水槽の掃除などを行い、家族でメダカの成長を観察することです。現在では大人メダカ10匹、子どもメダカ10匹、赤ちゃんメダカ20匹、卵20個くらいに増えています。

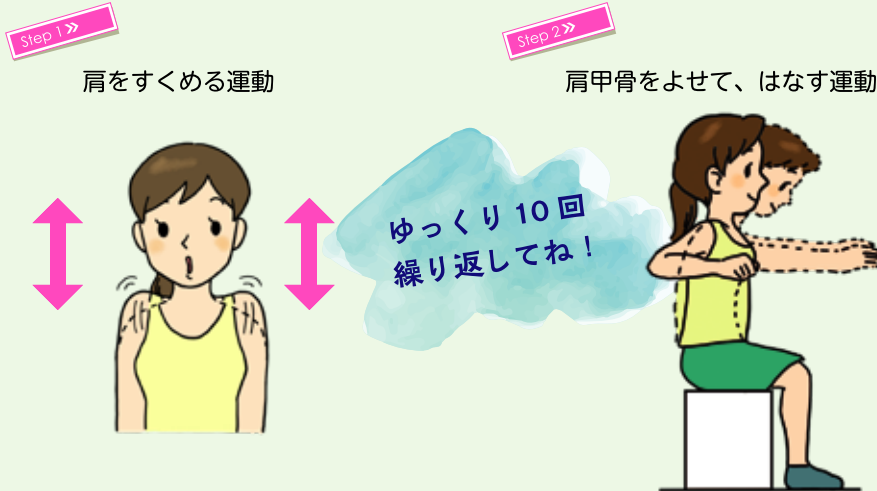


医 食 動 源 部位別ちょこっと体操 Part2 肩甲骨

肩こりとは、肩周囲の筋疲労、血行不良、不良姿勢などにより起こるとわれています。これにより筋肉のこわばり、疲労感、ときには痛みを感じることがあります。肩こりの原因となる筋肉は首から肩甲骨につながって存在しています。肩甲骨を動かすことで、肩周囲の筋肉をほぐし、肩こり解消を行いましょう。



作業療法士
表谷香奈



Step 1 ▶▶ 肩をすくめる運動

Step 2 ▶▶ 肩甲骨をよせて、はなす運動

ゆっくり10回
繰り返してね！



各10回/1日3セット
◎呼吸を止めて行うと
血圧が上がる可能性
があるため、呼吸をし
ながら行いましょう。
◎痛みがある場合は無
理のない範囲で行い
ましょう。

肩をすくめて、力を抜いて肩を下す。
ゆっくり、呼吸をしながら行う

胸をはって肩甲骨をよせる
背中を丸めて、肩甲骨を引き離す

発信@ 栄養管理室

管理栄養士
北林 明代



なす

ピックアップ食材



簡単ナス豚ロール ヤンニョムソース

材料（2人分）

茄子（中）	1 本
豚ロース肉（しゃぶしゃぶ用）	140g
こしょう	少々
ジンジャー（粉スパイス）	少々
コチジャン	大さじ 1
ケチャップ	小さじ 2
しょうゆ	小さじ 1
みりん	小さじ 1
すりおろしにんにく	小さじ 1/2
白いりごま	小さじ 1
あさつき	1-2 本
レタス各種	適量
赤パプリカ	1/4 個
黄パプリカ	1/4 個

【作り方】

- ①なすはスライサーで縦に長く薄切りにし、ラップ等で覆い、空気に触れないようにしておく
- ②あさつきは小口切り、レタスは適度な大きさに、パプリカは縦に4等分に、にんにくはすりおろしておく
- ③Aを全て混ぜ合わせ、耐熱容器に入れ電子レンジで温める(600W 30-40秒)
- ④豚肉を広げ、こしょうとジンジャーを振り、①のなすを3枚重ねクルクル巻く(巻き終わりに豚肉が少し出るようになすを置く)と焼いても巻きが外れにくい
- ⑤耐熱皿かアルミホイルに④と②のパプリカを並べ、トースター1000W、20-25分で焼く(オーブンの場合は200℃、10-15分で焼く)
- ⑥お皿に添えの野菜と⑤の肉とパプリカを盛り付け、あさつきを散らして出来上がり

※ソースは付けてお召し上がりください

●なす

なすは好き嫌いが分かれる食材ですが、強力な抗酸化作用のあるアントシアニン系のナスニンを含み、老化やがん、動脈硬化予防が期待される手軽な野菜です。ナスニンは水溶性であるため、今回はナスを水にさらさず使用しました。野菜とたんぱく質源を組み合わせた簡単なメイン料理です。ソースは全体的にからめるより、小皿に入れたソースを付けて食べると使用料が少なくても美味しく減塩出来ます。

【栄養成分】1人分

エネルギー	251Kcal
たん白質	16.1g
食塩相当量	1.45g

連携医療機関紹介

みやむら耳鼻咽喉科



▲ 宮村 朋孝 院長

通いやすいクリニックをめざして

みやむら耳鼻咽喉科は、柳町のすずか第一メディカルモール内にあります。2021年2月、コロナ禍に開院されたこともあり、設計の段階から空調システムや、正面入り口に手洗い場を配置するなど、感染対策に配慮されており、安心して通院できるクリニックです。



院長の宮村 朋孝先生は、川崎医科大学を平成11年（1999年）ご卒業後、三重大学医学部附属病院、三重中央医療センター、伊勢赤十字病院、市立四日市病院などの医療機関にて研鑽を積まれました。最後に勤務されていた市立四日市病院では耳鼻咽喉科部長を務められました。開業から1年半が経過した今では広い駐車場が埋まってしまうほど、多くの患者さんが通院されています。開業して一番感じたことを伺うと、「患者さんにお子さんが多いことですね。子どもが好きなので、うれしく思います」。現在は、コロナ禍で利用を中止していますが、キッズルームも完備されています。

医師をめざしたきっかけ

ご尊父さまが眼科の開業医だったこともあり、特に迷うことなく医師の道を歩まれた先生。3人兄弟の末っ子で、2人のお兄さまはご尊父さまと同じ眼科医になられたのだそうです。先生だけが耳鼻咽喉科に進まれた理由を伺うと「さまざま理由はありますが、大きくは兄2人は父と同じ眼科の道へ進んだので、私は眼科にこだわらず違う科を選択しようと思ったんですね。そこで実習で回ったときに耳鼻咽喉・頭頸部外科領域に興味を持ち、選択しました」。

耳鼻科専用のCTを導入

みやむら耳鼻咽喉科では、県下初耳鼻科専用のCTを導入しています。手術の適応があるかを判断する時は、通常、総合病院でCTを撮ってきてもらう必要がありますが、みやむら耳鼻咽喉科では院内で撮影できるため、時間的、経済的な負担を軽減することが可能です。

先生に開業のタイミングについて伺うと「開業のタイミングは以前にもあったのですがそのときはまだ手術手技をもっと経験したいという気持ちの方が強かったんです。しかし、多くの手術を経験していく中で、強く感じるようになったのは、現在の医療背景では、設備の整った基幹病院ではかかりつけ医からの紹介状をお持ちの患者さんが優先され、その後のフォローは、再度かかりつけ医の先生にお任せする事になるということです。このシステムは患者さんによりよい医療をスムーズに受けていただくための施策ですから、とても良いことなのですが、すぐに見て欲しい患者さんの治療や、術後の経過など、その後の患者さんの病状を継続して見続けるのは、基幹病院の医師ではなく、かかりつけ医なんですよね。それなりの経験は積んできましたので、そろそろフォローする側にまわって患者さんに寄り添いたいと考えようになりました」。

DATA

TEL 059-381-3387

住所

三重県鈴鹿市柳町1659-1
すずか第一メディカルモール内

診療科目

● 耳鼻咽喉科 ● アレルギー科

診療時間

午前／9時00分～12時00分
午後／3時00分～6時00分

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

休診日

木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日



患者さんへのメッセージ

～ご高齢の方からお子さんまで、みみ、はな、のどでご心配なことがありましたら、お気軽におこしください。スタッフ一同、患者さんの悩みや不安に真摯に向きあい、丁寧なわかりやすい診療を行います。コロナ禍もあって、何かと不安を抱えている方が多いのですが、診察後「ホッとしました」といわれて帰る患者さんも多くおられます。当院で対応が難しい検査や手術が必要であると判断した場合は、回生病院さんのような基幹病院にご紹介させていただきます。～

今後も益々のご活躍を期待しています。

