

### 第29回 生命の駅伝

がん研究支援の啓発を目的とする生命の駅伝が5月15日から5月30日にかけて開催されました。今年は5月18日(木)に鈴鹿市役所をスタートし各協力施設をまわりながら当院を経由していただきました。駅伝当日は院内で募金活動をして集めた募金箱の贈呈を行いました。



### 令和4年度 接遇大賞

令和5年4月10日に職員接遇大賞表彰式を行いました。職員の中から接遇が優れている者の投票を行い、各部署から医師1名、看護師4名、看護補助者1名、リハビリ課1名、事務員1名の計8名に接遇委員長の斎藤副院長から表彰が行われました。



### 第21回 脳卒中市民講座

6月11日(日) イスのサンケイホール鈴鹿にて第21回鈴鹿市脳卒中市民講座を開催致しました。多くの市民の皆様にご参加頂き、4名の演者による脳卒中に関する講演を行いました。また、当日は健康相談コーナーを設けたくさんの方にご利用いただきました。



## 人間ドック受診後の精密検査受診状況(2022年度)をお知らせします

健康管理センターでは健康診断で要精査(D2)や要治療(D1)、要再検査・生活改善(C)判定に該当した項目については、次回の健康診断(できれば一年以内)までに医療機関への受診をお勧めしております。特に要精査や要治療となった項目については、精密検査の結果やその後の治療経過について把握させて頂いております。把握の方法は、当院外来を含めた受診先医療機関から返送された精密検査依頼書や、受診者本人への手紙や電話での聞き取りなどで行っております。受診率が十分上がっていない項目も見受けられますので、ご自身の健康維持のため、病気の早期発見・早期治療をめざし、健康診断の「受けっぱなし」にならないようにしましょう。

2022年度 人間ドック(4254名) 要精密検査(D2)判定 医療機関受診把握 集計

2022年度	検査実施数(人)	要精検数(人)	要精検率(%)	精検受診数(人)	精検受診率(%)
上部消化管X線	1,430	63	4.4	26	41.3
上部消化管内視鏡	2,267	186	8.2	184	98.9
便潜血	4,149	188	4.5	77	41.0
胸部X線	4,246	218	5.1	112	51.4
マンモグラフィー	1,065	36	3.4	32	88.9
乳房超音波	853	48	5.6	31	64.6
子宮頸部細胞診	1,076	1	0.1	1	100
腹部超音波	4,241	190	4.5	112	58.9
心電図	4,254	83	2.0	39	47.0
眼底	4,247	148	3.5	57	38.5

2023年4月30日現在

**病院の理念**

**生命への奉仕**

**病院の方針**

- ▶ 個人の尊厳を守ります
- ▶ 地域の基幹病院として医療機関と連携し健康の増進に貢献します
- ▶ 災害時に救援活動を行います
- ▶ 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
- ▶ 働きやすく健全な病院運営に努めます

**編集後記**

皆さんから本誌へのご意見・ご感想・ご要望等ございましたら、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 mailinfo@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

127号

2023.7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「研修医紹介」
- 2 あなたの街のお医者さん「もみの木整形外科」  
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)  
鈴鹿回生病院附属クリニック診療担当医師一覧表
- 3
- 4 健康コーナー「医食動源」  
・ちよこっとダイエット Part1 ウォーキング編  
・豚しゃぶうどん ピリ辛もずくごまだれ
- 5
- 6 回生.com  
「マンモグラフィ装置が新しくなりました」
- 7 Information



# 初期臨床研修医

「臨床研修指定病院」として、今年も新たに7名を迎えました。希望に胸を膨らませた、明日を担う若い医師たちを紹介します。



## QUESTION 2

- Q.1 医師を目指したきっかけ
- Q.2 研修病院に回生病院を選んだ理由



一色 美沙  
(いちいき みさ)

**Q.1** 友人に誘われていったオープンキャンパスで現役の医師と対談する機会があり、「全ての病気を治せるわけではないが、最期まで患者さんの人生に寄り添うことができる」という言葉に感銘を受けたことがきっかけです。

**Q.2** 回生病院の温かい雰囲気の魅力を感じたからです。病棟や外来で関わる医療従事者の方々だけでなく、臨床研修部からのサポートも手厚いので、医師としての基盤となる初期研修に適した指導環境が整っていると感じました。



今田 翔也  
(いまだ しょうや)

**Q.1** 「将来はやりがいのある仕事をしたい」と漠然と考えていたところ、高校の進路指導で「医学部に行ったらどうか」と言われたことをきっかけに医学に興味を持ち、医師を目指すようになりました。

**Q.2** 病院見学の際に、回生病院は上級医やコメディカルの方との距離が近く、相談しやすい雰囲気であると感じました。中規模の病院でじっくり研修を行いたいと考えていた私にぴったりな研修先であると思いました。



北川 彪雅  
(きたがわ ひゅうが)

**Q.1** 怪我などで通院する機会が多く、中学生の頃から医療に興味を持っていました。医療職の中でも医師は様々な業務に携わる事ができるため、私も医師として患者さんの力になりたいと思い、医師を目指しました。

**Q.2** 整形外科に興味があり、後期研修に向けて十分に経験を積むことができる回生病院に魅力を感じました。病院見学に来てみると、研修医を病院全体で育成する雰囲気が伝わり、ここで研修を受けたいと思い、当院を選びました。



小倉 拓真  
(おくら たくま)

**Q.1** 病気を患った際に受診したクリニックの先生の優しく丁寧な接し方や、正確な診察、治療に憧れを抱くと共に、病気が治る体験を通じて生物の仕組みに面白さを感じたので、医師を目指そうと思いました。

**Q.2** 地元である鈴鹿で研修病院を探しており、家族がお世話になった回生病院が候補に挙がりました。見学の際に診療科間の垣根が低く、先生方や、コメディカルの方々とも話しやすい雰囲気だったので、研修する上でとても良い環境だと思い選びました。



中村 奈津美  
(なかむら なつみ)

**Q.1** 祖父ががんを患った際に、お世話になった先生に憧れたことがきっかけです。幼かった私にも丁寧に接していただき、人としても尊敬できるその先生のようになりたいと思い、医師を志しました。

**Q.2** 部活の先輩が回生病院で研修されており、その先輩の紹介で興味を持ちました。また、実習の際には先生方に優しく教えていただき、私もこの病院の一員になりたいと思い、回生病院を選びました。



金児 若奈  
(かねこ わかな)

**Q.1** 小中学生の頃から怪我が多くスポーツを続けていくことに苦労しました。そんな中当時の先生方には怪我そのものはもちろん、運動が出来ない苦悩、どちらにも寄り添っていただきました。私も心身共に寄り添える医師になりたいと思い、医師を志しました。

**Q.2** 決め手は病院全体の雰囲気の良いことと研修プログラムの自由度が高いことです。専門研修を見据え、様々な選択肢の中から自分で組み立てて、研修できる環境が魅力的に感じました。



西山 輝  
(にしやま ひかる)

**Q.1** 幼い頃から医師である父の背中を見て育つため、漠然と憧れを抱いていました。成長するにつれて、こんなにも人に直接感謝される仕事はなかなか無いと思うようになり、医師を目指しました。

**Q.2** 見学に伺った際に県外出身の私に対しても懇切丁寧に接していただき、病院全体の雰囲気が非常に良いと感じました。研修に集中する上で病院の雰囲気は最も大切だと考えていたため、この病院を選びました。

## 検診センターのマンモグラフィ装置が新しくなりました



当院では、2022年12月にデジタルマンモグラフィ装置 GEヘルスケア製 Senographe Pristina (セノグラフィプリステーナ)を導入しました。この装置は、わずかな被ばくで質の高い写真を撮影でき、小さな病変の描出に威力を発揮します。受診者様が直接触れる撮影台は不安や負担を和らげるために丸みを帯びたデザインになっており、従来の装置に比べ痛みが軽減したとのご意見を頂いております。また、写真表示もよりスピーディーになり検査時間の短縮に繋がりました。



マンモグラフィ検査は、乳房の中にある乳腺を引き伸ばしながら圧迫し撮影を行う検査です。圧迫時に多少痛みを伴いますが、乳腺を薄く均一に広げることで触ってもわからないような、腫瘍や微細な石灰化を描出する事ができ、乳がんの早期発見にも役立ちます。

女性の受診者様が安心して検査していただくために、女性のマンモグラフィ撮影認定技師取得者が撮影を行っております。マンモグラフィは、痛い、怖いという印象をお持ちの方が多くかと思いますが、不安や緊張を少しでも和らげ、安心して検査を受けていただけるよう努めております。検診マンモグラフィの読影は、検診マンモグラフィ読影認定医師が行っており、二人の医師でダブルチェックすることで診断精度を高めております。



▲5名の女性技師



また、当院の乳腺外来では Senographe Pristina を用いたマンモトーム検査を行っております。マンモトーム検査とは、超音波、マンモグラフィなどの検査でなんらかの異常が発見された際、針を刺して吸引することで組織を採取し、乳がんかどうか判別する検査です。針を刺す位置や方向を確認しながら精密に目的箇所アプローチしていくので、検査中は乳房を圧迫したままの状態となります。従来の装置では30分から数時間検査にかかっていましたが、Senographe Pristina では3D断層撮影機能を搭載しており、より早く、より効率的に組織を採取しマンモトーム検査の大幅な時間短縮により患者様の負担軽減に繋がっています。



近年、日本人が乳がんにかかる割合は9人に1人と年々増加しており女性のがん罹患率は第1位です。マンモグラフィは乳がんの死亡率減少効果があると証明された検査です。早期に発見し治療を行えば死亡率も低減できます。乳がんの早期発見のため定期的に検診を受診していただくことをおすすめします。

検査について何かわからないことがあれば、スタッフに気軽に相談下さい。

# 医 食 動 源 Part1 ちょこっとダイエット ウォーキング編

今年度のテーマは「ちょこっとダイエット」生活習慣病の予防にも適度なダイエットは効果的です。ダイエットには、軽い運動を継続して続けられる「有酸素運動」がおすすめ!

その中でも、今回は手軽に始められるウォーキングのコツをご紹介します!



作業療法士 葛西菜々子



## Point

1. 背筋を伸ばして正しい姿勢で!
2. できるだけ歩幅を大きく!
3. 手を大きく振ろう!
4. 無理はせず、水分補給をしっかりと!

ウォーキング（時速 4 km）における時間と消費カロリーの関係

	（例）60 kgの人	
30分（約 2 km）	約 95kcal	（約バナナ 1 本分）
1時間（約 4 km）	約 189kcal	（約バナナ 2 本分）

## 発信@ 栄養管理室



管理栄養士 北林 明代

お昼は何を食べているかたずねると、7割程度の人が麺類と答えます。一般的に麺類はつゆに塩分が多く含まれ、かけ麺の汁を残しても1杯分で塩分相当量 3g以上摂取することになります。男性においては汁を残すと腹を満たせず物足りないと感じる方もおり、それを補うと共に栄養バランスを整えるため、今回は主食（うどん）、主菜（豚肉）、副菜（レタス、トマト、アスパラ等）が揃った麺ワンディッシュレシピを考案しました。1玉のゆでうどんには食塩相当量 0.6gの塩分があるため、更に減塩される場合は食塩不使用の麺や日本そば、スパゲティ等を利用するとよいでしょう。食事バランスや塩分摂取量が気になる方は是非お試しください。

## 豚しゃぶうどん プリ辛もずくごまだれ



### 材料（2人分）

- うどん（ゆで）..... 2 玉
- 豚ももスライス（しゃぶしゃぶ）..... 140g
- サニーレタス..... 4 枚
- トマト..... 小 1 個
- アスパラ..... 2 本
- 玉葱..... 中 1/4 個
- ブロッコリースプラウト..... 適量
- 味付もずく（汁切り）..... 大さじ 4
- ねりごま..... 大さじ 2
- 白すりごま..... 大さじ 2
- だしわりしょうゆ..... 大さじ 1
- 穀物酢..... 大さじ 1
- 砂糖..... 小さじ 2
- 豆板醤..... 小さじ 1/2
- おろし生姜..... 適量

### 【作り方】

- ① サニーレタスは1cmの千切り、玉葱は薄めのスライス、トマト、ブロッコリースプラウトは適度な大きさに切っておく。アスパラは適度な大きさに切り色よく茹でて水気を切っておく。
- ② 豚肉、うどんは茹でて、冷水に取り水気を切っておく
- ③ 味付けもずくは汁気を切りAの調味料と混ぜ合わせる
- ④ 器に①のブロッコリースプラウト以外の野菜を盛り付け、②のうどん、豚肉を盛り、③のたれをかけ、ブロッコリースプラウトを天盛りして出来上がり

【栄養成分】1人分

エネルギー	518Kcal
たん白質	28.5g
食塩相当量	2.0g
食物繊維総量	8.3g

## 連携医療機関紹介

### もみの木整形外科



▲ 須藤 隆夫院長

#### 令和4年9月より継承しました

もみの木整形外科は、伊勢別街道沿いの棕本郵便局の斜向かいにあります。



院長の須藤 隆夫先生は、平成24年、三重大学医学部をご卒業後、初期研修医として2年間、鈴鹿回生病院にて過ごされました。三重大学整形外科にご入局後、桑名医療センター、村瀬病院などの医療機関で研鑽を積まれ、最後にお勤めになられた村瀬病院では脊椎専門医として診療にあたっておられました。そして令和4年9月、もみの木整形外科を継承されます。もみの木整形外科は、前院長である大西医師の急逝により、一時的に代務医の先生方が交代で診療を続けておられました。その間、継承する医師をぼうぼう探されていたといいます。しかし継承医が見つからずこのままでは閉院せざるを得ない状況でした。そんな中、村瀬病院で勤務医をしておられた先生に声がかかります。「令和3年の年末、前院長の奥様のご親戚が私の母と大親友だったことがきっかけで、母から継承の話が舞い込んできました。

た。急なお話ですし、村瀬病院も辞められません。悩んだあげく、半年ほど猶予をいただき何の準備もできないままでしたが、令和4年9月より院長として診療がはじまりました。

令和3年の12月～令和4年8月までは代務医もみつからず、一時的に閉院していたもみの木整形外科。通われていた患者さんたちは、一旦違うクリニックに通院されましたが、この地域には整形外科が少なく、行き先がなく困っている患者さんも多かったといえます。

「いつかは開業したいとは思っていましたが、このような異色な開業となり、まともな準備、広報活動もできませんでした。とはいえ、クリニック再開を心待ちにされていた方が多く、通常の新規開業よりも多くの患者さんにお越しいただいており、何とか助けられています。また、村瀬病院ではぎりぎり迄手術をしておりましたので、自分の担当する患者さんの術後の経過などもこちらで行っています。前院長の時のスタッフはそのまま残ってくれておりますし、地域の方に愛着のあるクリニックですので、あえてクリニック名も変えず継承させていただきました」。

前院長大西先生が培った患者さんとの信頼関係も引き継ぎ、現在約20名体制で診療を行っています。

#### 常勤の理学・作業療法士を配置

勤務医時代は、術後ある程度良くなったらあとは開業医さんにお任せするため、最後まで患者さんを診ることができなかったと先生。一方で開業医は一人の患者さんの経過を最後まで見届けられ、それは一番の利点だとおっしゃいます。「当院には、常勤の理学療法士2名・作業療法士1名がおりますので、急性期の患者さんの受け入れが可能です。また術後のリハビリを早期から行う事もできます。最近ではスポーツリハビリの患者さんも増えています。また地域柄、骨粗しょう症

## DATA

TEL 059-266-2700

住所 三重県津市芸濃町棕本5069-6

診療科目 ●整形外科 ●リウマチ科 ●リハビリテーション科

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	○	○	○	×	○	▲	×

▲土曜午後は午後5時まで

休診日 木曜・日曜・祝日



の患者さんも多いため、注射製剤など非常に治療効果の高い薬剤や、安全性の確立された内服薬をそれぞれの患者さんの生活背景と相談しながら使用し、骨折リスクを下げるお手伝いをさせていただいております。

#### 患者さんへのメッセージ

～例えば、患者さんって、この病気、本当に整形外科でいいのかな?とと思っている方が多くおられると思いますが、遠慮無く受診していただきたいと思っています。私が受けた初期研修医制度とは2年間、全診療科を経験することができる制度です。その制度を経験している整形の開業医はまだ少ないと思います。全診療科一通り勉強してきましたので、診療のトリアージはできます。万が一当院で対応が難しい検査や病気の場合も鈴鹿回生病院のような基幹病院に紹介させていただきますので、安心して受診してください～今後も、益々のご活躍を期待しています。