

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配布もあります。

糖尿病教室開催日程

5/24 (金) 14:00~15:00
7/26 (金) 14:00~15:00
8/23 (金) 14:00~15:00

腎臓教室開催日程

6/18 (火) 14:00~15:20
8/20 (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

※やむを得ず中止させていただく場合がございます。
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。



今般の能登半島地震により被災をされた方々、ご家族の皆様へ、心よりお見舞いを申し上げます。

今回の大震災に際し、被災された方々に対して募金箱を設置し御来院された方々からの、温かい支援を頂きました。2月22日、日本赤十字社三重県支部に皆様からの義捐金 36,861円と職員からの義捐金を併せ回生病院として100万円の寄付を行いました。事をご報告いたします。



健康セミナーを開催しました

3月9日(土)健診セミナーを開催しました。今年は、ロコモについての講演、健康運動指導士によるロコモチェック、保健師による各種計測、健康相談、ヘルシーメニューの試食をフロアイベントで行いました。来年のご参加もお待ちしております。



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



新任医師を紹介します

循環器内科
影山 輝 (かげやま ひかる)

腎臓内科
辻本 佳世 (つじもと かよ)

腎臓内科
酒井 唯梨 (さかい ゆいり)

血液内科
原田 和佳 (はらだ わか)

外科
多田 章太 (ただ しょうた)

整形外科
伊達 大雄 (だて ひろのり)

整形外科
岡 寛二郎 (おか かんじろう)

脳神経外科
伊藤 翔太 (いとう しょうた)

リハビリテーション科
安川 元道 (やすかわ もとみち)

編集後記

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 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

132号

2024.5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「ゆめ在宅訪問クリニック」
- 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)
鈴鹿回生病院附属クリニック診療担当医師一覧表
- 4 健康コーナー「医食動源」
・ちょこっとダイエット Part6 腹筋編
・スパイス香る減塩まぜ塩蒸しそば
- 5 ^{新連載} 病院薬剤師によるくすり与健康情報局 VOL.1
・どうして起こる?医薬品供給不足について
- 7 Information ほっと smile 他



今年も新入職員が入職しました

2024 新入職員紹介



健康管理課

(コンドウ リン)
近藤 鈴



派遣社員としてお世話になりましたが、縁あって4月より正社員で働くこととなりました。私の職場の良いところは職種関係なく協力し、業務効率や受診者満足度を向上させていく雰囲気があるところです。この雰囲気を大切にし、スタッフ、受診者様から信頼されることを目標に正確で丁寧な仕事を心がけます。今後ともよろしくお祈りします。

臨床工学課 / 臨床工学技士

(ススキ セイム)
鈴木 聖武



四月から当院で臨床工学技士として働かせていただくことになりました。新社会人となり、春から一人暮らしを始め、慣れない環境の中不安を感じています。自分から様々なことに挑戦、吸収し、一人の臨床工学技士として当院のチーム医療の一役を担えるよう努めてまいります。精一杯頑張りますので、ご指導の程どうぞよろしくお願いいたします。

看護部 / 看護師

(タテイシ ハツホ)
建石 初穂



4月から新人看護師として働かせて頂くことになりました。新しい環境に身を置き不安も感じますが、学生生活を通してようやく看護師になれたことに嬉しさも感じています。今後は、先輩方のご指導や患者さんに関わる姿を見て、学び成長していきたいです。そして、患者さんに寄り添い、他のスタッフに信頼してもらえるような看護師を目指して頑張ります。

看護部 / 看護師

(ミウラ リョウカ)
三浦 綾香



新たな環境の中で緊張と不安の毎日ですが、憧れであった看護師として働くことを大変嬉しく思います。至らない点も多いと思いますが、先輩方にご指導を頂きながら同期の皆さんと支え合い成長していきたいです。日々の学びを大切にし、笑顔を忘れず信頼して頂ける看護師を目指して精一杯頑張ります。よろしくお祈り致します。

看護部 / 看護師

(イシカワ ヒメコ)
石川 媛子



この春から新たな環境で看護師の仕事をするのは不安でもあり、それと同時に楽しみでもあります。常に学ぶことを大切にし、一つ先のことを考え、テキパキ行動できるようにになりたいと思っています。この看護師さんでよかったなと思っていただけるような、私らしい関わりを患者様とできるよう励みたいです。ご指導のほどよろしくお願い致します。

看護部 / 看護師

(ハットリ リョウタ)
服部 凌太



春から回生病院の看護師の一員となれること、大変嬉しく思います。知識不足でまだまだ分からないことが多く戸惑う毎日ですが、先輩方にご指導いただきながら学びを深めていきたいと思っています。笑顔で患者さんと向き合い、患者さんご家族に寄り添える看護師になれるように日々努めていきたいです。



病院薬剤師による

くすりと健康情報局

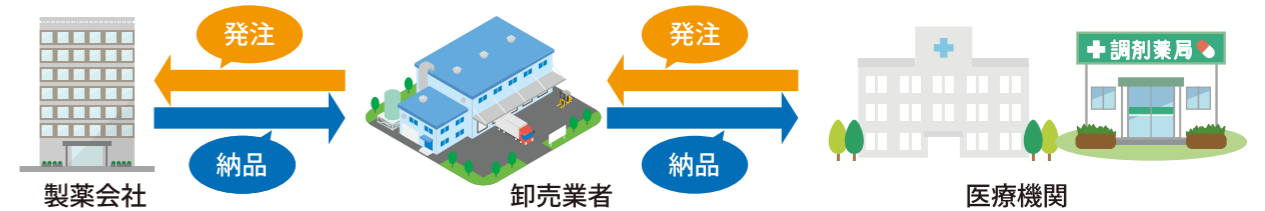


どうして起こる？医薬品供給不足について

最近、ニュースでも医薬品供給不足の問題について取り上げられるようになってきました。いったい医薬品の供給についてどのようなことが起きているのでしょうか？

医薬品の流れ

医薬品がどのように私たちの手元へ届けられるかご存知ですか？医薬品の供給は、製造する「製薬会社」、製薬会社から医療機関へ届ける「卸売業者」、患者さんに薬を提供する「医療機関」から成り立っています。医療機関が卸売業者に薬を発注することで、卸売業者は製薬会社に発注をします。



供給問題の原因

新型コロナウイルス感染症の流行による解熱鎮痛剤（カロナール®）や咳止めの需要の増加、2020年12月に発生した「小林化工」を始めとした製薬会社の不祥事など、様々な原因で出荷停止・出荷調整となっています。2024年1月の日本製薬団体連合会が行った「医薬品供給にかかる調査」では、このような薬が約4600品目あるといわれています。

医薬品供給問題に対して薬剤師が行っていること

連日、各医療機関の薬剤師は「薬が納品されてこない！どうしよう！」と頭を悩ませています。来院（来局）される患者さんが次に来られるまでになんとか納品できるように手配したり、別の製薬会社の同成分の薬の発注を試みたりとできる限りの対応をしています。それでも用意が難しい場合は患者さんの了承を得たうえで、処方医に処方日数の短縮や効果の似ている他の薬への変更の相談をしています。なにより患者さんが安心して服用を継続できるよう丁寧な説明を心がけています。

患者さんにご協力いただきたいこと

- **かかりつけの薬局で調剤してもらう**
出荷調整が続いている今、医療機関の実績に見合った配分でしか納品されません。いつもと違う薬局に行っても用意ができない可能性があります。
- **残薬があれば持参する**
薬が簡単に手に入りにくい状況になっています。ご自宅に飲み忘れて余ってしまっている薬があれば、受診時に持参し、ぜひ医師や薬剤師に相談してください。

筆者プロフィール

薬剤師 出口 奈緒美

薬剤管理課・主任。注射室責任者。医薬品の発注・在庫管理の業務なども担当。抗菌化学療法認定薬剤師、栄養サポートチーム専門療法士、日病薬病院薬学認定薬剤師。

医 食 動 源

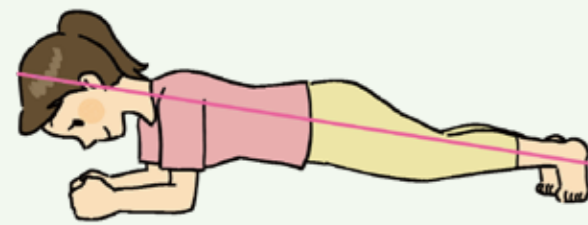
ちよこっとダイエット Part6 腹筋編

今回は、普段意識して使うことのないお腹周り(腹筋)の効率的なシェイプアップ法をご紹介します!腹筋を鍛えることでスタイルよくきれいな姿勢を見せることができます。お腹の深部を鍛えることでダイエット+腰痛予防にもなります



理学療法士 兼子裕之介

Step 1 >> お腹の深部 (インナーマッスル) のトレーニング



- Point
- 顎を軽く引いて肘は直角
 - 耳 - 肩 - お尻 - 足が直線になるように
 - 30秒間は呼吸をしっかりとキープ
 - 難しい場合は膝をつけて行いましょう

Step 2 >> お腹の表部のトレーニング



- Point
- おへそを見るように頭を上げる
 - 最後まで上げなくても大丈夫! (肩甲骨が離れる辺りでもOK)
 - 20回を目安に (可能であれば左右に捻る)

※ 筋トレのみではなく**有酸素運動**と併用することで効果UP

発信@ 栄養管理室



管理栄養士 田川久美子



スパイス香る 減塩まぜ塩蒸しそば

減塩のすすめ ~5月17日は高血圧の日~

日本人の食塩摂取量は1日あたり約10g。世界保健機関(WHO)が推奨している1日5g未満の2倍摂取している状況で、過剰摂取による悪影響を避けるための対策が必要とされています。塩分を摂りすぎると高血圧だけではなく、脳卒中や心臓病、腎臓病などの原因になるため、予防のためにも減塩が必要です。昼食の定番メニューといえば、インスタントラーメンやうどん、焼きそば、丼ものなどで、食材をプラスすることで手軽に栄養バランスを整えやすい一方で、塩分が1食5g以上摂取してしまうなどとても多量になりがち。減塩しつつ塩分を味わうためには、味にメリハリをつけることがとても重要です。今回は電子レンジでつくる減塩まぜ塩蒸しそばを紹介します。

- 材料 (1人分)
- 蒸し焼きそば.....130g(1玉)
 - 豚ロース肉(薄切り).....60g
 - 青梗菜.....70g(1/2束)
 - もやし.....50g
 - 人参.....15g
 - しいたけ.....10g
 - 鶏がらスープ粉末.....2.5g(小さじ1)
 - ごま油.....8.0g(小さじ2)
 - 料理酒(塩分ゼロ).....5.0g(小さじ1)
 - おろしにんにく.....1.0g(小さじ1/4)
 - おろししょうが.....1.0g(小さじ1/4)
 - 塩.....0.5g(ひとつまみ)
 - 干しえび.....2.0g(大さじ1)
 - あらびきブラックペッパー.....お好みで
 - 五香粉※.....お好みで

- 【作り方】
- ①豚肉、青梗菜、しいたけは食べやすい大きさにきる。人参は火が通りやすいよう薄めにスライスしておく。
 - ②耐熱容器に野菜を入れて、その上に肉を重ねるように並べ、よく混ぜたAを入れてふんわりラップをして600Wで4分加熱し、よくかき混ぜておく。
 - ③別皿に焼きそばを入れて、ふんわりラップをして600W1分加熱する。
 - ④3に2をのせて、お好みであらびきブラックペッパー、五香粉をふりかけ、具を麺に絡ませていただきます。

ポイント1: 全体に味をつけない
麺または具のどちらか片方に味をつけ、味の無いものに絡めて食べると食べやすくなります。

ポイント2: 具(特に野菜)は入れすぎない
野菜をたくさん食べることは悪いことではありませんが、入れすぎると塩分濃度が低くなり、美味しく食べられません。1回量の目安は野菜なら120g程度、緑黄色野菜も意識して取り入れましょう。

- ※中国の代表的なミックススパイス:スターアニス、クローブ、花椒など5種類が含まれます。
- 普通で作ると塩分は4~5g程度ですが、今回は半分程度に抑えることができました。
- 栄養成分 (1人分)
- エネルギー.....460kcal
 - たんぱく質.....21.0g
 - 脂質.....20.0g
 - 塩分.....2.2g
 - カルシウム.....250mg

連携医療機関紹介

ゆめ在宅訪問クリニック



▲ 矢崎 晃院長

訪問診療に特化したクリニック

ゆめ在宅訪問クリニックは、医師がご自宅に定期的に訪問して診察する、訪問診療に特化したクリニックです。



院長の矢崎晃先生は平成8年(1996年)昭和大学医学部をご卒業後、三重大学病院、山田赤十字病院(現在:伊勢赤十字病院)松阪市民病院、鈴鹿中央総合病院、遠山病院などの医療機関で総合内科・血液内科医として研鑽を積られました。

町医者だった祖父を見て

ご祖父様がこの地域で町医者だったことが影響し医師を目指すようになったという先生、「私のじいさんは戦後すぐに立ち上げた診療所で、内科医ですが、外科でも整形外科でも来られる患者さんは全て診てましたね。お産も取り上げてましたし、鈴鹿回生病院さんには随分お世話になってましたよ」と当時を振り返ります。これまで、血液内科医として抗がん剤の治療を専門に長年診療を行ってきた先生ですが、子どもの頃から見ていたご祖父様の診療スタイルで診療したいという思いがありました。

「一番長く勤務した津にある遠山病院で感じたのは、高齢化が進み、通院できない方が増えているということ。時代の波は在宅へ移行していると実感しました。在宅医療をもっと深く勉強したいと思いましたが、当時の津や鈴鹿市においては訪問診療を専門にしているクリニックは殆どなく、いなべ市にある訪問診療に特化した診療所で約4年間学び、開業の決意をしました。訪問診療は全科診るので、まさにじいさんの診療スタイルで診療ができたと思います(笑)」。1月の開業ですが、既に40件ほどの患者さんが訪問診療を受けておられるそうです。(3月現在)

訪問診療とは

往診と訪問診療は同じだと思われがちですが、その違いを伺うと「訪問診療は外来の空き時間に行う往診とは異なり、例えば週2回定期訪問をし、入院している時に行うような管理を自宅で行う、要するに健康管理ですね。自宅看取りを希望される方や、慢性疾患の継続治療、難病、認知症の方など、症状の良い悪いに関わらず普段から健康管理を行い、なおかつ悪くなった時には往診をするというようなスタイルで、通院が困難な方の体調管理を24時間365日行います。週2回という縛りがあるわけではなく、個々の患者さんに合わせた回数で定期診察をしています」。対象についてもうかがいました。

「厳密な規程はありません。通院が難しくなったと感じるご本人やご家族が対象となります。極端な話、年齢制限もありませんので、1歳2歳の小児の方から、100歳以上の高齢者まで対象です。診察する疾患も多様で、がん患者さん、婦人科、消化器、呼吸器、簡単な整形外科、皮膚科など、これまで培った経験をもとにオールマイティに何でも診ます。自宅で可能な処置は、採血やエコー、検査キットを使った感染症の診断、点滴治療などです」。訪問診療ははじめの契約の際、『症状が悪くなった時にどうするか。自宅で出来る治療を行い、それでも改善しない場合に病院で

DATA

TEL 059-373-6672

住所 鈴鹿市中江島町17番15号
パレスピュアII 102号室

診療科目 ●訪問診療

診療時間 訪問診療/9:00~17:00
一般外来(予約制)/8:30~9:30

	月	火	水	木	金	土	日
訪問診療	○	○	○	○	○	×	×
一般外来	○	○	○	○	○	×	×

休日 休診日

※訪問診療の往診は24時間365日対応
※一般外来:土曜・日曜・祝日



<https://yume-clinic.net/>

の治療を行うか、自宅で看取りを行うか」など、予めご本人や家族の思いを確認し、在宅療養計画を決めるそうです。もちろん途中で気が変わっても変更はいつでもできます。殆どの方がケアマネージャーさんからのご紹介で、契約後も病院、ケアマネージャー、訪問看護、訪問リハビリ、薬局など多職種連携が必須です。医療の面では訪問診療と訪問看護が中心となり、介護の面ではケアマネージャーさんが主体となり、相互連携を図りながら患者さんや家族を支えていくというスタイルです。

患者さんへのメッセージ

~訪問診療について知りたい方、訪問診療を利用したい方は、入院中の方であれば入院先の病院の地域連携室に、ご自宅で療養されている方は、直接お電話いただくか、ケアマネージャーにご相談ください。当院でお力になれることがあると思います~今後も益々のご活躍を期待しております。