

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。病気と上手につ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

5/22 (金) 14:00~15:00
7/24 (金) 14:00~15:00

腎臓病教室開催日程

5/19 (火) 14:00~15:20
6/16 (火) 14:00~15:20

お申し込みまたはお問合せ先

栄養管理課：059-375-1329

※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。



売店が新しくなりました

鈴鹿回生病院1階に院内売店（ヤマザキYショップ）が開店しました。これまでよりも売り場スペースが大きくなり、旧売店ではご利用いただけなかったクレジットカードや電子マネーがご利用いただけるようになりました。



より一層便利になった院内売店を、是非ご利用ください。



営業時間

平日 9:00~17:00
土・日・祝 9:00~13:00

LINE 公式アカウント @588uhbko はじめました

友達募集中



ほっと smile 特定技能人材4名を受け入れました

令和7年12月1日から特定技能の在留資格を持つインドネシア人女性4名が看護助手として、鈴鹿回生病院で働き始めました。彼女たちに、仕事に対する意気込みや（挑戦したいこと）、日本の好きな食べ物を伺いました。

- ①仕事に対する意気込み（挑戦したいこと）
- ②日本の好きな食べ物



プリア

- ①困っている人を手伝えること
- ②カレーライス



ユスビタ

- ①食事介助やお風呂の介助
- ②抹茶アイス



マリヤ

- ①患者さんとの会話
- ②サーモンのお寿司・うどん



ユリヤ

- ①看護学校を卒業した経験を活かしてがんばります
- ②抹茶アイスといちご

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

2026.3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/TCKnagaya

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

1 医療の現場から「患者支援センター」完成

2 医療の現場から「臨床検査課 学会発表」

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

健康コーナー「医食動源」

- ・5分間ストレッチ 腰体操
- ・減塩カレー

6 病院薬剤師によるくすりと健康情報局vol.9

・新たな国民病「慢性腎臓病」を知っていますか?
~病気と注意すべき薬について~

7 Information ほっと smile 他



病院の理念

病院の方針

生命への奉仕

- ▶ 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

令和8年2月完成 「患者支援センター」新設

地域医療連携室
医療相談室
居宅介護支援事業所

患者サポート相談窓口
入退院サポート窓口
がんの相談窓口
脳卒中・心臓病等相談窓口
患者相談窓口

患者さんを支える3つの機能 「入退院療養支援、地域連携、医療福祉相談」 を集約し安心して治療・療養を患者支援センターが サポートします。

患者支援センターでは、入院から退院後の外来通院や在宅療養まで切れ目のない療養支援、患者相談、地域の医療連携の支援などを行い、患者さんへの医療・保健・福祉を含めた包括的なサービスを提供するため新設いたしました。患者・家族のみならず不安や思いに寄り添い、安心して治療に向き合っていただけることをなにより大切にしています。医療スタッフが情報を共有し、チーム一丸となって関わることで入院中も安心して過ごせる環境を整え、退院後も地域の関係機関と連携しながら、患者さんが安心して、それぞれが目指すゴールへと導いていきます。



患者支援センター待合



患者支援センター待合



他職種が連携できるように広くなった事務室



相談室①



相談室②



相談室③



病院薬剤師による

くすりと健康情報局



新たな国民病「慢性腎臓病」を知っていますか？ ～病気と注意すべき薬について～

慢性腎臓病 (CKD : Chronic Kidney Disease) の国内患者数は、2024年の時点で成人の5人に1人 (約2,000万人) と増加傾向にあり、新たな国民病ともいわれています。今回は、CKDと注意すべき薬について紹介します。

慢性腎臓病 (CKD) ってなに？

さまざまな原因により、腎臓の働き (腎機能) の低下した状態が続く病気です。初期には自覚症状がほとんどありませんが、進行すると夜間尿や貧血、倦怠感、むくみ、息切れなどが現れます。こうした症状がある場合には、すでに腎臓病がかなり進行している可能性があります。発見が早期であれば改善が期待できることもありますが、腎機能がある程度まで低下すると元に戻らないといわれています。早期発見のためには、健診や診察での定期的な尿検査・血液検査が重要です。

自覚症状に乏しい腎臓の病気を、早期から適切な治療を受けることが大切です。

健診結果を見直してみましょう

尿検査	糖 (-)	蛋白 (1+)	潜血 (-)
血液検査	尿素窒素 12.1	クレアチニン 1.1	e G F R 56.9

60未満は医療機関の受診を

自分の腎臓と長くつきあうための第一歩
かかりつけ医に相談しましょう。

「腎疾患対策」(厚生労働省) (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iry-ou/kenkou/jinshikkan/index.html) を加工して作成

市販薬、健康食品、サプリメントにご用心!

腎機能が低下していると、薬の種類や成分によっては副作用が強くなる可能性があります。そのため、腎機能に合わせて薬の量を調節したり、腎臓への負担が大きい薬の服用を避けたりする必要があります。CKDの方が市販薬の風邪薬 (総合感冒薬) や解熱鎮痛薬、下剤や制酸剤 (胃粘膜を保護する薬)、胃腸薬 (H2 ブロッカー) を使用する場合は注意が必要です。また、カルシウムやビタミンDを含むサプリメントや健康食品も同様に注意が必要です。市販薬を購入する際には、腎機能が低下していることを薬剤師に伝え、服用中の薬の内容が分かるお薬手帳やマイナンバーカード、薬袋、薬の情報提供書などを持参し、確認してもらうことが大切です。

注意が必要な成分名の一例

腎臓病教室に参加してみませんか?

当院では、腎臓病に関する知識の習得を目的として腎臓病教室を開催しています。腎臓病療養指導士の資格を持つ薬剤師や、看護師、管理栄養士を中心に、多職種がそれぞれの専門分野を活かした講義を行っています。参加は無料で、腎臓病に関心のある方であればどなたでもご参加いただけます。開催日程などの詳細は当院ホームページや回生ニュースインフォメーションコーナーをご確認ください。

筆者プロフィール

薬剤師 近藤 健太

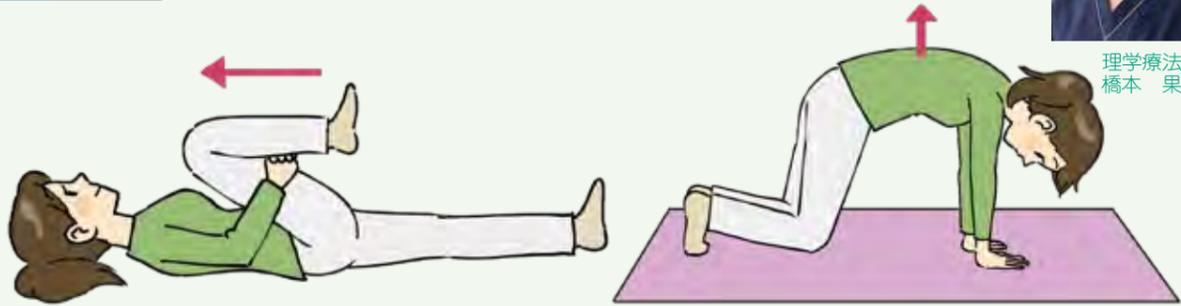
腎臓センターでの業務に従事するとともに、感染制御・抗菌薬適正使用支援なども担当。腎臓病療養指導士、感染制御認定薬剤師、日病薬病院薬学認定薬剤師。

5分間ストレッチ 腰体操

お家でも出来る簡単なストレッチを紹介します。



理学療法士
橋本 果林



①息を吐きながら、片足を抱えて膝を肩に近づけるようにして、20秒とめましょう。お腹の力を抜いて、お尻や腰が伸びるようにしましょう！ 左右ともに行いましょう！

②大きく息を吸いながら背中を丸め、息を吐きながら背中を反りましょう。腰はあまり動かさず、胸の部分をしっかり動かしましょう！

Point



- ・このストレッチは各3～5セット実施してください。
- ・お風呂後など、体が温まっている時にストレッチをすると効果的です。
- ・痛みや辛さを感じない程度にしましょう。
- ・呼吸を止めずに無理のない範囲でゆっくりと行いましょう。

発信@

栄養管理室

管理栄養士
大原 晴花



●世界腎臓病デー

3月12日(3月の第2木曜日)は世界腎臓病デー。慢性腎臓病はかなり進行しないと症状が現れないため早期の発見と治療が大切です。腎臓病予防、治療の第一歩は食生活を含めた生活習慣の見直しで特に食事では腎臓への負担を軽減するために減塩が効果的です。1日6g未満を目標に減塩に取り組みましょう。

●ポイント

カレールーは製品によって異なりますが約10%の塩分量で1かけ塩分1.8～2.4g程度です。今回はルーの使用量を半分に抑え、スパイスや旨味成分のある調味料を加えることで塩分控えめでもコクのある1皿に仕上げました。中でもスパイスは塩分を含まないので減塩の強い味方。クミンは香り高くカレーにぴったりのスパイスです。クミンにはシードとパウダーがありシードは加熱が必要なため②の野菜や肉と同時に炒め、パウダーは加熱なしでも使用が出来るのでどのタイミングで入れても可です。ご自宅にある材料でぜひ作ってみてください。



スパイスと旨味を活かして
美味しさそのままに

減塩カレー

作り方

- ①野菜は好みの大きさに切っておく(小さく切ると火の通りが早いです)
- ②鍋にサラダ油を熱し、野菜と肉に油が回るまで炒める。さらにAを加えて全体になじむまで炒める
- ③②に水を加え野菜が軟らかくなるまで煮込み、その間に別の鍋で卵をお好みの硬さに茹でる(水の量は適宜調整して下さい)
- ④火を止めてカレールーを溶かしとろみが付くまで弱火にかける。とろみがついたらバターを加え全体によく混ぜる
- ⑤皿にカレーとご飯を盛り付け、茹で卵をトッピングして完成

栄養成分(1皿分※ご飯200gで算出)

エネルギー	549kcal
たんぱく質	23.9g
脂質	11.5g
炭水化物	94.1g
食塩相当量	1.7g

材料(4皿分)

豚肉(赤身)	200g
玉ねぎ	中1個
じゃがいも	中1個
人参	小1本
しめじ	1袋
サラダ油	小さじ2
トマト缶	200g
カレー粉	大さじ2
ケチャップ	大さじ2
ウスターソース	小さじ2
おろしにんにく	チューブ2cm
クミン	小さじ2(なくても可)
水	400ml
カレールー(中辛)	2かけ
バター	10g
ご飯	適量

トッピング用

卵	2個
---	----

最前線
One step forward

2025
11/1-2
日

令和7年度 日臨技中部圏支部医学検査学会

正確な検査で地域の安心を支える。～医学検査学会で当院スタッフが複数受賞～
令和7年11月1日・2日、三重県総合文化センターにて「第63回中部圏支部医学検査学会」が開催されました。この学会は、中部6県の臨床検査技師が集まり、最新の検査技術や研究成果を共有する大切な場です。今回は三重県が主催ということもあり、当院の臨床検査課からも多くのスタッフが運営・発表の両面で深く携わりました。

演題座長
岡本 智裕 (課長)



副実行委員長
広瀬 逸子 技師



企業賞
長谷川 有紀 技師



初めてのポスター発表であり、また発表に向けての準備の中で沢山の学びがあり大変貴重な経験となりました。

企業賞
長澤 美紀 技師



尿検査に関する演題を発表させていただきました。これからもよりよい検査のために尽力したいと思います。

座長賞
平尾 早希 技師



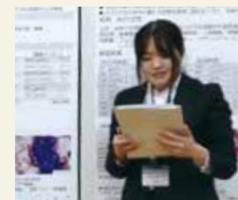
発表するための資料作成は大変でしたが、自分自身の勉強となり、これからの発展のために貢献できたと思います。

伊藤 香 技師



発表・参加を通じて多くの気づきを得られ、サポートをくださった検査課スタッフに心より感謝しています。

伊藤 蒼 技師



自分が取り組んだ症例発表に対し、様々な方からのご助言などをいただき、とても貴重な経験になったと感じています。

■ 3名の技師が栄えある賞を受賞

日頃の検査業務の中から生まれた研究成果を5名の技師が発表し、そのうち3名が優れた発表として表彰されました。

企業賞 受賞:長谷川 技師、長澤 技師

座長賞 受賞:平尾 技師

(発表者:長谷川、長澤、伊藤香、平尾、伊藤蒼の計5名)

■ チーム一丸となって「医療の質」を高める

今回の大きな特徴は、発表者だけでなく、課のスタッフ全員が学会の運営業務や、発表の準備(予演会など)をバックアップしたこと。こうした活動は、一人ひとりの専門性を高めるだけでなく、課全体の結束力を強める貴重な機会となりました。学会で得た最新の知見を日々の診療に活かし、これからも「チームの力」で、地域の皆様により安心で質の高い医療を提供できるよう努めてまいります。