

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

87号

2016.3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「感染対策課」
- 2 あなたの街のお医者さん「いちかわ内科クリニック」
- 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)
- 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」
・ロコモシリーズ ～ロコトレ(ロコモーショントレーニング)～
・さわらの黒酢焼き
- 6 回生.com
「ドクターズリスト」腎臓センター長 の村 信介
- 7 Information

ほっとsmile 他

第8回入賞作品
「Sakura no 雫」

第9回 桜 フォトコンテスト開催!

今回で9回目を迎えます。皆様のご応募お待ちしております。

応募方法

- ・申込み用紙に必要事項をご記入の上、作品と併せて応募箱へ入れていただくか、当院広報委員会宛へ郵送してください。

応募箱設置場所

- ・クリニック受付・小児科プレイルーム・クリニック処置室・病院総合受付

その他

- ・写真はA4サイズで印刷してください。縦、横どちらでも結構です。
- ・作品には必ず回生病院敷地内の桜を入れてください。
- ・作品は一人1点までとさせていただきます。

受付期間

3/22(火)～4/8(金)まで

※開花時期により期間は変更になる場合があります。

選考方法

作品は附属クリニック多目的室に掲示し、患者さんと審査員の投票結果にて選考します。

※ご応募いただいた作品は返却いたしませんので予めご了承ください。

応募者全員に参加賞を進呈します。また、投票の結果でお二人の方に賞状と副賞を進呈します。

第8回入賞作品



「灰明かり」



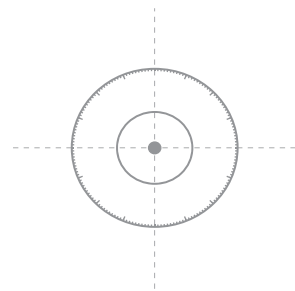
「ベストドレッサー」



「95歳+5歳=100歳の桜見」



「病床で花見」



感染対策課の 役割紹介

Infection Control

感染対策課の役割

院内感染対策の目的は、「さまざまな感染症から患者さん、ご家族、医療従事者、病院に関わる全ての人達の安全を守る」ことにあります。当院では、2012年4月から感染対策課を発足し、感染管理認定看護師である私が、専従で感染に関する活動をしています。私の役割は、院内における感染症発生の監視、感染対策に関する相談、実践、指導、職員への教育などを行っています。

感染対策課の活動

当院には、私を含め8人でICT(※)というチームを結成し活動しています。当院のICTは、感染制御医師1名、感染管理認定看護師2名、感染制御専門薬剤師1名、感染制御認定薬剤師1名、薬剤師1名、臨床検査技師2名のメンバーです。さまざまな職種が集まり、横断的に病院全体の感染対策活動を実施しています。ICTでは、週1回の感染ラウンド、月に1回環境ラウンドをしています。週1回の感染ラウンドでは、患者さんが入院され抗生剤を使うようになった場合には、「この抗生剤で果たして良いのか？」或

いは、感染症の患者さんが入院した場合には、「この感染対策で良いのか？」などを評議し、患者さんにとって一番良い対応を選択しています。また、月に1回の環境ラウンドでは、院内全ての部署を対象に、問題のある部署をラウンドしています。ラウンドの内容は、環境面、手指消毒状況などをチェックしています。例えば、手指消毒の仕方など、かなり細かい点まで指摘することもあります。これが私達の使命だと思い指導しています。ICTのように多職種が集まることによって、それぞれの分野の専門的な話ができて、あらゆる方向から考えることで、より効果の高い感染対策に繋がります。また、当院には、各部署にリンクナース(LN)を配置しています。LNは、感染対策の模範となる看護師で、感染対策手技を教育・実践し、部署内で解決できない感染対策に関わる問題点を感染対策課へ報告する役割を果たしてくれています。

患者さんに伝えたいこと

当院の特徴としては、職種を問わず速乾

鈴鹿回生病院は高度で安全な医療を提供するために、院内感染対策推進への取り組みを行っています。職員一人ひとりが院内感染対策に取り組み、病院全体として包括的に対策を行うことで、質の高い医療を提供できるよう努めています。今号ではその中枢的役割を担う感染対策課を紹介します。



感染管理認定看護師
課長 横田和美

性アルコール製剤を携帯していることです。何時でも、何処でも、手指消毒ができるように携帯しています。医療関連感染の多くは、手を介して伝播されていると言われています。感染対策として、石鹸と流水による手洗いや速乾性アルコール製剤による手指消毒など手指衛生を日頃から徹底することが大切です。当院では、患者さんに関わる前には、必ず手指消毒を行うことを全職員が心がけています。



▲アルコールを携帯

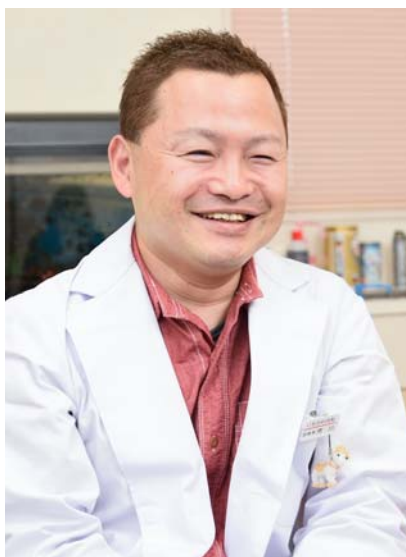
患者さん、ご家族が感染についての説明を受けて分からないことがあれば、どんなことでも説明させていただきますので遠慮なくご相談いただければと思います。

※ICT:Infection Control Team(感染制御チーム:インフェクション・コントロール・チーム)の略



連携医療機関紹介

いちかわ内科クリニック



▲ 院長の市川 和人先生

開院8年を経過しました

いちかわ内科クリニックは、県道645号線沿いの栄小学校西方交差点の程近くにあり、院内はとても明るく、全面バリアフリー。靴を脱いであがれる畳コーナーなど、小さなお子様連れやお年寄りにも配慮された優しいクリニックです。



院長の市川和人先生は、三重大学医学部を平成元年（1989年）にご卒業され、三重大学第一内科に入局されました。大学院を出た後、米国アリゾナ大学で2年間の留学をご経験。その後、中勢病院（現鈴鹿中央総合病院）、松阪中央総合病院、永井病院などの医療機関にて循環器専門医として高血圧や動脈硬化、心臓疾患などにおける心臓カテーテル治療などに従事し、平成19年6月、この地に開業されました。当時この近辺には内科は少なく、奥さまのご実家の近くでもあるこの地を選ばれたのだそうです。直近の勤務先は津市だった先生。この地に開業するのはほぼ落下傘開業でした。そのため何人かの患者さんは津から来院くださったそ

うですが、開業当初は患者さんも少なかったといいます。しかし先生のお人柄で徐々に患者さんが増え、今では道路を挟んだ南側の第二駐車場も一杯になるほど、多くの患者さんが訪れています。現在、先生を筆頭に、看護師3名、事務員2名の6名体制で診療を行っています。

医師を目指したきっかけ

具体的に将来の職業として医師を考えるようになったのは高校生の頃だったとおっしゃる先生ですが、子供の頃は体が弱く、自宅近くの倉本内科病院（津市）の先生がかかりつけ医だったのだとか。「子どもながらに、患者さんの話をじっくり聞き診療する先生の姿勢に憧れていました。医師を目指したきっかけは、倉本先生の影響が大きいと思います。開業を決めたのも患者さんの話をじっくり聞く時間が欲しいと思ったからなんです。大きな病院には大きな病院の役割がありますので、仕方の無いことなのですが、患者さんを診る時間を十分にとれないことが多く、しっかり話を聞いてあげたいのにそれができないジレンマが続きました。開業すればその時間を設けることができるようになると開業を決意しました。すなわちそれが開業医の役割であると思っています」。

自慢のポイント

質の高い医療の提供はもとより、質の高いサービスを提供するためにはスタッフ教育は必須ですが、先生は、スタッフに恵まれているとおっしゃいます。「患者さんは何かしら不安を抱え来院されます。そこで、スタッフが優しく対応することは当然の事かもしれませんが、それが当たり前のできるスタッフに感謝しています。私自身が教えられる事も多々あり、勉強させられます」。

院内待合には7周年記念の職員旅行写真が飾ってありました。これはスタッフの方々が作ってくださったそうです。

DATA

TEL 059-380-0810

住所

鈴鹿市秋永町763-1

診療科目

●内科●循環器科●呼吸器科●胃腸科
●アレルギー科●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2時00分～5時00分

休診日

木曜、日曜、祝日



患者さんへのメッセージ

～患者さんから「先生の顔をみたら落ち着いたよ」とお言葉をいただくと、とても嬉しく思います。私のモットーは、心の通じた医療の提供です。患者さんが話しやすい雰囲気を作り、できるだけ話を切らずに傾聴し、少しでも心の満足を得られるよう診療すること。「病気を診て患者を診ず」の医療ではなく、「心医」の精神で臨んでおります。当院で対応が難しい緊急を要する場合などは、鈴鹿回生病院さんなどの基幹病院にご紹介させていただきますので、ご安心ください。～
今後もこの地域のかかりつけ医としてご活躍されることでしょう。





理学療法士
南 隼人

下肢筋力をつけるロコトレ「スクワット」

転倒しないように必ずつかまるものがある場所で行います。

床につかない程度に片脚を上げます。

バランス能力をつけるロコトレ「片脚立ち」



- 動作中は息を止めない
- 膝に負担がかかり過ぎないように、膝は90度以上曲げないようにする
- 太ももの前や後ろの筋肉にしっかり力が入っているか、意識しながらゆっくり行う
- 支えが必要な人は、十分注意して、机に手をついて行う

①はじめは肩幅より少し広めに足を広げて立ち、つま先は30度くらい開きまっすぐ立ちます。

②膝が出ないように注意し、膝が足の人差し指の方向に向くように注意して、お尻を後ろに引くように身体をしずめます。



※次号ではロコトレプラスをご紹介します。ご了承ください。

発信@
栄養管理室

管理栄養士
北林 明代



黒酢

ピックアップ食材

●黒酢を取り入れたメニュー

黒酢は熟成が進むにつれて黒味が増し、その色調が褐色であることから「黒酢」と呼ばれており、穀物酢と比べるとアミノ酸が多く含まれています。健康によいイメージがあり、一度は購入したことがある方もいらっしゃるのではないのでしょうか？しかし、なかなか上手く活用できず、そのまま保管されている方は是非利用して頂きたいと思い、このメニューを紹介させていただきました。魚を黒酢にさっと浸けて焼くだけで、とてもきれいな焼色になり、酢が苦手な方もそれほど酸味を感じず、臭みがとれて薄味でも美味しく仕上がります。煮魚であれば一切れあたり1.5g程度の塩分が必要ですが、黒酢を使って焼くことで半分以下に塩分を減らすことができますので、食卓の一品にどうぞお試しください。黒酢のサプリメントなど健康食品としても市場に多く出ていますが、実際のところ食事以外から一度に過剰摂取するときは注意が必要です。御注意ください。

薄味でも
美味しく
仕上がるよ



黒酢は、美容や
ダイエットに
大敵な
便秘予防にも
最適!!

【材料】(4人分)

さわら	4切れ
黒酢	大・小さじ各1
しょうゆ	小さじ2
酒	大さじ1/2
みりん	大さじ1/2
砂糖	小さじ1強
ごま油	小さじ2
片栗粉	小さじ1
水	小さじ1
ゆでたけのこ	小2個

さわらの黒酢焼き

【作り方】

- ①さわらをさっと黒酢(分量外)に漬ける
- ②フライパンを熱しごま油をひき、魚を両面焼き火を通す
- ③②のフライパンの油をキッチンペーパーで拭き取り、Aの調味料とゆでたけのこを入れ、火にかけ満遍なく調味料をかけて、表面に味をつける
- ④③の調味料にとろみをつけるため、水溶き片栗粉を入れて加熱する
- ⑤お皿に盛り付けてできあがり

【栄養成分】 1人分

エネルギー	191kcal
たんぱく質	17.7g
脂質	9.8g
塩分	0.6g

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

の村 信介

のむら しんすけ

腎臓内科 腎臓センター長

専門領域:腎臓内科、人工透析

資格:日本内科学会総合内科専門医・指導医、日本腎臓学会専門医・指導医、日本透析医学会専門医・指導医、三重県慢性腎臓病(CKD)対策検討会委員長、三重大学客員教授、三重大学医学系研究科リサーチアシスタント、三重県透析研究会会長、日本腎臓財団発行誌「腎不全を生きる」編集同人



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

出身は奈良県山辺郡山添村です。伊賀上野に隣接する小さな村です。

田圃や山河で遊びまわっていました。森に「基地」を作ったり、野良犬を拾って来て仲間と育てたり、川魚やカブトムシを採ったり。やんちゃ坊主でした。

Q4. 趣味や好きな事 (ストレス発散方法など)は何ですか?

50歳を過ぎてから乗馬を始めました。今、これに打ち込んでいます。スポーツとしても最高ですが、馬とつきあうことは、自分の気持ちをコントロールしたり、同僚たちとの人間関係を保つうえでもとても参考になります。



Q2. なぜ医師をめざしたのですか?

やっぱり「父も母も医者だった、祖父も曾祖父も医者だったから」ということになります。世の中の息子というものは、親父のようにはなりたくないと思うもの。私の場合も父親は反面教師のような存在でしたが、齢を重ねるに従い、「医師としての父親には敵わない、まだまだ半人前だ」と思うようになってきました。父にとって患者さんを診るということは、まるで、ご飯を食べたり風呂に入ったりするのと同じように、無理のない日常の一部のようでした。まだ私はそういう域には至っていないのです。

Q5. 今後力を入れて行きたい事は何ですか?

透析になる人をもっと減らしたい。これに尽きます。そのためには、腎臓病の患者さんは、腎臓専門医に早いうちから受診する必要があります。腎臓病は自分も家族も気づかないうちに進行してしまいますから、検診で腎機能検査や尿所見に異常があれば、必ず専門医にかかるような啓発運動に取り組みたいです。また、無料の腎臓病アプリ(iPhone専用)を作ったので、「腎臓ノート」で検索して、どうぞダウンロードして活用してください。



読み取りが上手くいかない場合はこちらへアクセスしてください
<https://itunes.apple.com/jp/app/shen-zangnote/id1004851185?mt=8>

Q3. 腎臓内科を 専門にしたのはなぜですか?

医師になって3,4年ほどしたら、自然に興味がわいてきたのです。腎臓学を究めたいと。学生時代から何にも強い興味を持ってないでいた自分にとって、びっくりするような感覚でした。それは間違いじゃなかったと、思っています。

Q6. 紹介を希望する疾患を教えてください

腎臓の病気ならなんでも診ます。慢性糸球体腎炎、糖尿病性腎症(糖尿病で尿蛋白がある人)、多発性嚢胞腎、膠原病など。腎臓の働きが悪い低下していると言われたら、まずはお越しく下さい。

Q7. 学生時代の思い出をお聞かせください

野球ばかりしていました。3年生までは鳴かず飛ばずだったのですが、4年生で打撃に開眼し、ついにリーグ戦で首位打者のタイトルを獲得しました。それ以来、なんでも、3年は打ち込まねばならないと考えるようになり、スロースターターになってしまいました。

f 鈴鹿回生病院腎臓センター | Q 私たち腎臓センターのFacebook
を見てください。



Message

患者さんへのメッセージ

腎臓の養生はやりすぎることなんてありません。大事に大事にしてあげたいです。どれくらい大事にしないといけないか誰も知らないから、腎臓に負担をかけてしまうのです。そんな腎臓を助けてあげたいのです。

技能賞を受賞しました

この度、当院で膝関節・足の外科・スポーツ整形専門医として活躍している中空繁登医師が、当院での手術に携わった努力を称えられ、三重大学医学部整形外科同門会より表彰されました。

※中空医師の詳細は本誌85号でも紹介しています。



薬剤師相談外来開設

2016年1月から鈴鹿回生病院附属クリニックに薬剤師相談外来を開設しています。お薬に関する不安や悩みなどについて相談をお受けします。附属クリニックの眼科、小児科、耳鼻咽喉科受付にお声がけください。

日時 月曜日・金曜日 9:00～12:00



2016年

糖尿病教室年間スケジュール

糖尿病と上手につき合うために糖尿病について楽しく学べる体験型の教室です。当院受診の方だけでなく、ご家族の方や他の病院に通院の方、糖尿病ではない方など関心のある方ならどなたでも参加していただけます。教室では食事療法に役立つ昼食やおやつなどをご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？



4/14 (木)	11:45～13:45
5/12 (木)	11:45～13:45
6/2 (木)	14:00～16:00
7/7 (木)	11:45～13:45
9/2 (金)	14:00～16:00
10/5 (水)	14:00～16:00
11/10 (木)	11:45～13:45
12/1 (木)	11:45～13:45
2/2 (木)	14:00～16:00
3/2 (木)	11:45～13:45

都合により日時が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

お申し込みは

開催の1週間前までに下記までお申し込みください。
 栄養管理課：059-375-1329 担当：北林または村上まで。
 参加費：お一人様 1000円（食事代込み）※おやつのみ（6・9・10・2月）は500円
 ※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。



3月10日は、世界腎臓デーです

腎臓病の早期発見と治療の重要性を啓発する国際的な取り組みとして、毎年3月の第2木曜日を「世界腎臓デー」とし、各地で啓発キャンペーンが開催されています。当院においても腎臓病教室スタッフが、それぞれのテーマに沿って作成したポスターを掲示します。ぜひお越しください。

場所 クリニック多目的室 期間 3月7日（月）～4月1日（金）

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医療の質を向上させます
- ▶ より安全で高度な医療を提供します
- ▶ 働きやすく健全な病院運営に努めます

ほっと smile

ロボットスーツHALをご存知ですか？



皆さん、ロボットスーツ HAL をご存知ですか？この HAL とは自立支援ロボットで、立ち上がりの弱い方、歩行困難な方、歩行リズムの再学習目的で使用します。当院では、平成27年8月より鈴鹿市福祉ロボット推進事業の一環として鈴鹿市の助成を受け、鈴鹿ロボケアセンター協力・指導のもと、平成28年3月まで試験的に使用しております。訓練にはリハビリ医師、神経内科医師、脳神経外科医師と協議し専用の歩行器を用い転倒予防にも万全を期し実施しております。



編集後記

今回は「感染対策課」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。



病院のボランティアの方に毎週美しく生けていただいております。（病院玄関）

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1

TEL059-375-1212 mail:info@kaiseihp.com