

回生 ニュース

特定医療法人斎寿会回生病院

K a i s e i N e w s

51号

2010.3月発行

発行/特定医療法人斎寿会回生病院

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/TCN Nagoya

- 1 医療の現場から
臨床検査技師の役割紹介
- 2 あなたの街のお医者さん
「のぼのクリニック」
- 3 鈴鹿回生病院診療担当医師一覧表
鈴鹿回生病院専門外来担当医師一覧表
- 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
鈴鹿回生病院附属クリニック専門外来担当医師一覧表
- 5 健康コーナー「医食動源」
・シリーズ スポーツ障害～アキレス腱炎～
・沢煮椀
- 6 回生.com
「糖尿病教室」
- 7 Information
・新型MRI導入他

第3回 桜 フォトコンテスト開催!

昨年も好評だった桜フォトコンテストも、今回3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

- ・申込用紙に必要事項をご記入の上、作品と併せてクリニック受付に設置してある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。
- ・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。

受付期間

3/23(火)～4/9(金)まで

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。

※作品数は先着30点とさせていただきます。

※応募して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。

第2回 入賞 作品



臨床検査技師の

役割紹介

Medical laboratory technician



臨床検査技師の主な役割は、患者さんの血液や尿の成分を調べたり、心電図や細菌検査などを通して、病変のために体内で起きている変化を客観的な情報として提供し、患者さんの病気の予防・診断・治療の手助けをすることです。

臨床検査技師の仕事とは？

医師が、診断・治療・予防などの処置を行う際に必要な科学的検査データを提供したり、研究したりすることが主な仕事です。例えば、血液や尿を扱う生化学的検査、細菌やウイルスを調べる微生物学的検査、血液成分を調べる血液学検査、癌細胞など調べる病理学的検査など、体から取り出した材料の検査だけでなく、心電図検査、脳波検査、超音波検査などのように、体に直接器具を装着して状態を調べる生理学的検査も臨床検査技師の重要な仕事です。私たち臨床検査技師は、迅速かつ正確な検査データを提供することを使命とし日々取り組んでいます。



普段心がけていることは？

医療は日進月歩ですから、臨床検査技師としても高度な技術や知識を要求されます。医師との議論も多いため、勉強会、学会などに積極的に参加し自身のスキルを高める努力をしています。さらに、全員に専門分野の資格認定取得を義務

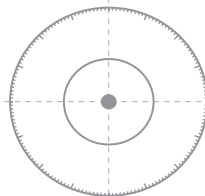
付けています。

認定資格は細胞検査士、超音波検査士、輸血検査技師など20以上と多岐にわたります。現在21名の技師が在籍しており16名がさまざまな分野の資格認定を有しています。病院は、いかなる緊急にも対処できなければならないため、各人2種類以上の業務習得を目標に日々研鑽しています。また、患者さんは病気やけがなどで精神的に不安定になっています。そうした不安をすこしでも取り除くことができるよう、丁寧でわかりやすい説明を心がけています。



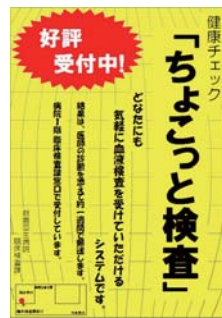
県下初 健康チェック
ちょこっと検査

昨年の10月から「ちょこっと検査」を始めました。日ごろ、ご自身の健康状態で不安なことはありませんか？「時間が無い」「自分は健康だと思っているけど、



診療関連部 臨床検査課
部長 西川 恭弘
臨床検査技師
国際細胞検査士
日本細胞検査士

少し気になる」「自営業で健康診断を定期的に受けていない」「半日もかかるのは困る」「もうすこし簡単に検査を受けられないか」などという声を多く聞きます。そんな方のために、その名の通り簡単に検査ができる「ちょこっと検査」です。臨床検査課窓口で申し込みをして、採血を受けていただくだけで約一週間後、医師の診断を添えた検査結果を郵送させていただきます。検査内容は、「健康が気になる方へ25項目の全般的な検査」をはじめ「貧血の検査」まで、全部で9種類あります。料金は検査内容によって異なりますが、実費で700円～2500円です。お見舞いなど、来られたついでを利用して気軽に受けてください。



受付：月曜～金曜 9時～16時半

連携医療機関紹介

のぼのクリニック



院長の一見 和良先生

12人体制で診療しています。

のぼのクリニックは、白鳥橋付近、名越の交差点手前にあります。院内は全面バリアフリーで靴のまま診察を待つことが出来るので足腰の弱い方にはとても助かります。広々とした明るい待合には空気清浄機や大きなテレビ。掲示コーナーには毎日の気象情報・紫外線情報・花粉情報・健康予報などを掲載されており、患者さんへのさまざまな配慮が伺えます。院長の一見和良先生は昭和60年（1985年）名古屋大学医学部をご卒業後、名古屋大学病院、名古屋掖済会病院、小牧市民病院、中津川市民病院などで勤務医をご経験後、平成18年（2006年）9月、故郷であるこの地に開院されました。名古屋で勤務医をされていた為、開院当初は患者さんが少なかったようですが、今では朝早くから駐車場はいっぱいです。現在、先生を筆頭に看護師2名、理学療法士1名、マッサージ師3名、リハビリ助手2名、事務員3名の12人体制で診療を行っています。



気象予報士の資格を持っています。

4年ほど前、気象予報士の資格を取得された一見先生。待合の掲示コーナーの気象情報が掲載されていたのも納得です。脳の老化防止のために取得されたとおっしゃる先生。脳神経外科医の先生ならではのお言葉ですが、実は人の健康は気象条件に大きく左右されているのだとおっしゃいます。「寒くなると、脳卒中、心筋梗塞が起こりやすくなるなど、医学と気象は密接に結びついています。実際に激しい雷雨が通過した時に、くも膜下出血の患者さんが急増した経験もあります。ドイツの天気予報では、『今日は喘息の方は気をつけてください』などと注意を促しているそうです。そのあたりの勉強はまだまだ不十分ですが、少しでも患者さんのお役に立てたらと思っています」と、気象予報士の資格をお持ちの先生ならではのサービスです。



患者さんへのメッセージ

～最近注目されているメンテナンスリハビリを行っています。いわゆるリハビリの維持療法で、自己流のリハビリで歩行が悪くなった慢性期の患者さんなどに、リハビリのアドバイスや筋リラクゼーションを施します。当院にはマッサージ師もおりますので、人の手でマッサージをしてあげることで随分楽になると評判もいようです。専門は脳神経外科ですが、かぜ・高血圧・肩こり・腰痛・子供の熱発など、何でも診ています。脳について心配があれば気軽に相談してください。片頭痛や緊張型頭痛などの慢性頭痛でお困りの方や認知症が心配な方にはCTなどの検査も行いながら、治療しています。また、回生病院さんなどへの

DATA

TEL 0595-85-3636

住所

亀山市能褒野町79-22

診療科目

●内科●外科●脳神経外科
●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／4時00分～7時00分

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	×
午後	○	○	○	×	○	×	×

休診日

木曜午後、土曜午後、日曜、祝日
ホームページ

<http://www.myclinic.ne.jp/nobono>



紹介が必要な患者さんには迅速に対応させていただきます。専門の脳神経外科の分野を生かし、皆さんのお役に立ちたいと思います～



のぼのクリニックの「白鳥のシンボルマーク」は「能褒野の地にゆかりの白鳥が元気に飛び立つように、患者さんに元気を与えられる医療サービスを提供したい」という思いが込められています。今後も地域に根ざしたホームドクターとしてご活躍されることでしょう。

誰でも受けられる糖尿病教室

ライフスタイルの変化に伴って急増する糖尿病患者さんに対し、医師による治療が日々行われています。しかし、短い診察時間内には限られています。

そこで当院では、患者さんやご家族が糖尿病に対する正しい知識と療養への意欲を持っていただく場として、平成16年に糖尿病教室を開始しました。毎回、糖尿病の方にお薦めの食事を召し上がっていただき、日常生活で実践しやすいような献立を心がけ、バランスのとれた栄養配分と味付けを体験していただいています。また、参加者とスタッフが一緒に楽しく運動をしたり、日常生活や薬、検査などの勉強をしています。

当院の患者さんだけでなくご家族や、ご興味のある方は是非参加してみてください。



フットケア

爪を切ったり、マッサージをしたり足のお手入れを実際に体験していただきます。



お花見弁当

彩り鮮やかなお花見弁当。これだけ入っていてもなんと約600kcal。



バイキング

摂取カロリーを考えたあなたの目安がわかるバイキングです。



運動療法

運動前に血糖値を測定し、運動後の血糖値と比べます。数値を見て効果が分かるのでやる気が増します。桜を見ながら楽しく歩いてみませんか？

来年度のスケジュール

	時間	担当	
4/7 (水)	11:45～	管理栄養士	理学療法士
5/11 (火)	14:00～	〃	医師
6/8 (火)	14:00～	〃	〃
7/14 (水)	11:45～	〃	看護師
9/8 (水)	11:45～	〃	薬剤師
10/13 (水)	11:45～	〃	検査技師
11/10 (水)	11:45～	〃	理学療法士
12/8 (水)	11:45～	〃	薬剤師
2/9 (水)	11:45～	〃	看護師
3/9 (水)	11:45～	全職種	

お申し込みは

栄養管理課 059-375-1329

担当:北林/堀川

参加費/¥1000 (食事代含む)

※準備の都合上、お申し込みは開催日の1週間前までにお願いします。



教室の様子

献立例を実際の食材を使って紹介します。

いしそつう
医志蘇通

C o l u m n

ご意見箱にお答えします。

Q 入院中(気分悪く)ベッドで寝ていたら、掃除の人がモップでガンガンうるさかった。もう少し静かにしてほしい。トイレにジェットタオルなどを付けてほしい。便座クリーナーの除菌アルコールもほしい。

A ご迷惑をおかけして申し訳ございませんでした。清掃担当者に十分配慮するように指導いたします。ジェットタオル等の御意見につきましては設置に向けて準備を進めます。

◆◆ お褒めの言葉をいただきました ◆◆

看護師さんはもちろん、主治医・研修医さん共、いろいろお世話になりました。いろいろと細かいことが行き届き、ありがとうございました。まずは優しさ、言葉ですね。行動はもちろん、何かにつけて親切で、入院生活よかったです。皆さんに感謝。ありがとうございました。

A お褒めのお言葉ありがとうございます。これからも患者さんに安心して入院生活を送っていただけるように努力してまいります。



シリーズ スポーツ障害 ～アキレス腱炎～



リハビリテーション課
理学療法士
伴 さやか

アキレス腱は、ふくらはぎの筋肉（腓腹筋、ヒラメ筋）とかかとの骨をつなぐヒトの体の中で一番太い腱です。アキレス腱炎とはスポーツ活動や長時間の作業等によって、慢性的なアキレス腱のストレスで腱自体が微細な断裂を生じ、炎症を起こした状態と考えられています。主な症状は痛みや腫れで、治療はまずは誘因となったスポーツや作業を一時中止して薬物療法、温熱療法、ストレッチングなどを行いますが、ここではストレッチングの方法をご紹介します。

● ヒラメ筋のストレッチング

後ろの足は膝を**曲げ**、
かかとは床につけて伸ばす。



● 腓腹筋のストレッチング

後ろの足は膝を**伸ばしたまま**、
かかとは床につけて伸ばす。



Point

急性期（～1, 2週）

：安静をとりアイシングを施行する。

亜急性期（2～4週）

①運動前には温め、練習後は冷やす。（アイシング）

②ヒラメ筋・腓腹筋のストレッチングを行う。（反動はつけず30秒ほど伸ばす）

発信@

栄養管理室

管理栄養士
安田 明代



ピックアップ食材 たけのこ

沢煮椀



● たけのこ

「古事記」にも記述があり、古くから食べられていたようです。現在国内でもっとも多く生産されているのは中国より伝えられた孟宗竹で、たけのこの種類の中でも香が高く、軟らかいのが特徴です。

たけのこの部分により調理の方法を変えることで、酢の物や和え物、炊き込み御飯、煮物、炒め物など幅広く使えます。旬のものなので、収穫後すぐ食べる季節は限られますが、炊き込み御飯の素として調理し、冷凍しておけばしばらくは味を楽しむこともできます。

栄養素としては腸内環境の改善に効果がある食物繊維が豊富に含まれる他、旨みのもととなっているグルタミン酸、チロシン、アスパラギン酸を含みます。切り口に見られる白い粉は灰汁（あく）ではなくチロシンというたんぱく質を構成するアミノ酸の一種で、食べても害はありません。

● 沢煮椀とは

沢山（たくさん）の沢よりきており、具がたくさん入っていることを意味しています。本来は豚の背油を使用し、貴重な黒こしょうを使うことで、お祝いの一品とされていたようです。うどや木の芽を入れるのもっと春らしく仕上がり、好みにより具材を変えてもよいでしょう。

【準備】

たけのこは下ゆでし、
干しシイタケはもどしておく

【材料】5人分

たけのこ（先端部分）	100g（小1本）
A 干しシイタケ	5枚
人参	中1/4本
豚バラ肉	80g
出し汁（かつお）	750cc
B 塩	6g
しょうゆ	小さじ1杯強
酒	小さじ2
シイタケ戻し汁	大さじ2
黒こしょう	適量
みつば	1束

【栄養成分】1人分

エネルギー	79kcal
たんぱく質	3.7g
脂質	5.6g
塩分	1.6g
食物繊維	1.9g

【作り方】

- ①下ゆでしたたけのこは、くし型（繊維に沿って）に切り、Aは千切りにする
- ②沸騰したお湯の中にこしょうを振り入れ、そこへ適当な大きさに切った豚バラを入れ、火が通ったら冷水にとりしばらくつけておく
- ③鍋に800cc程度のお湯を沸かし、鰹節20g程度を入れ再沸騰させ火を止め、鰹節が底へしずんだら静かに濾す（決して絞らない）…Bの出し汁
- ④Bと①を鍋に入れ野菜が軟らかくなるまで煮、②を入れ温める
- ⑤お椀に黒こしょうをふり、④をそそぎ2センチ程度に切ったみつばをかざる

新年会開催しました。

去る、1月21日(木) 鈴鹿サーキットにて新年会を開催しました。当院は鈴鹿の地に開設して30年を経過いたしました。当日は日頃よりお世話になっている来賓の方をお招きし、勤続30年表彰や職員による三味線演奏が披露され、楽しいひとときを過ごすことができました。



脳卒中市民講座開催のお知らせ

平成22年5月9日(日)「第10回鈴鹿市脳卒中市民講座」が鈴鹿市文化会館 けやきホールにて行われます。当院からは金丸副院長が講演します。テーマは「脳卒中! 知っておきたいこと」。入場無料ですので是非ご参加ください。

24時間血圧測定検査導入しました。

この検査では、血圧計をつけて、普段通りの生活を送りながら、一定時間毎に血圧を自動で測定し、一日の変動をみます。検査については主治医にご相談ください。



第5回健康セミナーを開催しました。

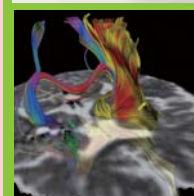
2月20日(土)に開かれた健康セミナーでは、講話や運動実技、測定コーナーで大盛況でした。難病の子供支援募金にも多くの善意をありがとうございました。皆さんのまたのご参加をお待ちしております。

今日の お知らせ

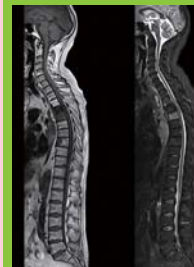
MRI導入

三重県内では、まだ導入されている施設は少なく、特に北勢地区においては初導入となります。従来のMRIよりも強力な磁場を使い、画像の「質」を向上させることができ、より診断に有益な情報を提供できます。新しい撮影法としては、神経系の描出が可能になり頭部・肘関節・手関節の領域で有用とされています。地域の皆さんへ貢献できる情報を提供していきたいと思っております。

3.0テスラMRIを導入します。



◀ 神経系の描出
強い磁場を用いることにより、神経系をとらえ画像化します。



◀ 全脊椎の描出
頸椎から腰椎までの脊髄を1枚の画像で表示することができます。



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)

4月より

二次救急医療当番日が変わります。

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※赤字が当院の当番日です。

編集後記

今回は「臨床検査技師の役割紹介」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。

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

開設の理念

生命への奉仕

病院の方針

- ▶ 地域の基幹病院として皆さんの医療と健康の増進に貢献します
- ▶ 患者さんの生命と個人の尊厳を守ります
- ▶ チーム医療を推進し 患者さん中心の医療を行います
- ▶ 医療の質を向上させ 時代の要請する医療水準を保ちます

私たちの目標

- ▶ 誰もが適切な医療を平等に受けられるようにします
- ▶ 診療内容・医療情報を適切に説明し 患者さんが最適な医療を選択できるようにします
- ▶ 医療環境を整備し 快適に診療が受けられるようにします