

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

58号

2011.5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/TCK Nagoya

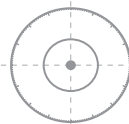
- 1 医療の現場から
看護部長就任のごあいさつ
- 2 あなたの街のお医者さん
「しもむら内科」
- 3 鈴鹿回生病院診療担当医師一覧表
鈴鹿回生病院専門外来担当医師一覧表
- 4 交通案内（三重交通バス・シャトルバス時刻表）
鈴鹿回生病院附属クリニック診療担当医師一覧表
鈴鹿回生病院附属クリニック専門外来担当医師一覧表
- 5 健康コーナー「医食動源」
・疾患別シリーズ ～嚥下体操（えんげたいそう）～
・カロリーダウンノンオイル調理
いかのトマトスパゲティ
- 6 回生.com
「2011' 新入職員紹介」
- 7 Information
・鈴鹿市脳卒中市民講座を行いました。

第4回 桜 フォトコンテスト各部門受賞作品

みなさんからの御意見

- 桜に対する各々の感じ方が楽しめました。回生病院の桜はとてもきれいだと思います。また来年見に来たいと思います。
- どの作品もすてきでした。タイトルにも思いが込められていてよかったです。
- 病院でこのような展示会があると心が和みます。患者さん達、早く元気になってね！





看護部長就任の

ごあいさつ

Greeting

この4月より、竹口看護部長からのバトンを受け継いだ焼本看護部長。今号は就任のごあいさつをお送りします。

この4月より、新しく看護部長に就任しました焼本由美と申します。前任者である竹口看護部長がここまで育てあげられた看護部を受け継ぐ大任に、身の引き締まる思いです。「看護は患者さんやご家族の声を聞くことから始まります」という前看護部長の言葉を継承し、今後心温まる看護の提供に努めて参ります。

私たちは、患者さんと医師との架け橋的な役割だけでなく、患者さんやご家族の気持ちを受け止めることから始まります。私自身は、人に優しくできる心、人を好きになる心を大切にしています。患者さんやご家族はもちろんのこと、医師、コメディカル、同僚スタッフに対しても同じことが言えます。人を愛おしく思う気持ちというのは皆共通していると思います。その気持ちを持つことで、自然とコミュニケーションが図れるのだと考えております。

第一に人財育成

「人」を雇い入れる時は、その「人」を財産だと思って受けとめなければなりません。そしてその「人」を育てるのは私たちの責任です。教育面においては継続教育のフォローとなる新人教育システムの構築をしました。厚生労働省が出している新人教

育カリキュラムに則って、そこにプラス達成レベルを示す今年度評価基準を作成いたしました。現場と話し合いながら、確保と定着を重点的にさらに良いものを構築して参りたいと思っております。

職場環境の整備

当院は、個人に合わせた就業時間が選べるような工夫をしています。また院内保育所があり子育てをしている人にも働きやすい環境を整え、さらには、夜勤看護師たちのモチベーションをあげる工夫など、できる範囲で創意工夫しています。ただ、働きやすい環境の一番のポイントはサポート体制だと思います。プリセプターにはプリセプターが。プリセプターには、先輩看護師といった具合に、自分たちの後ろにはサポート役がいるという安心感から充実した職場環境が



看護部長
焼本 由美

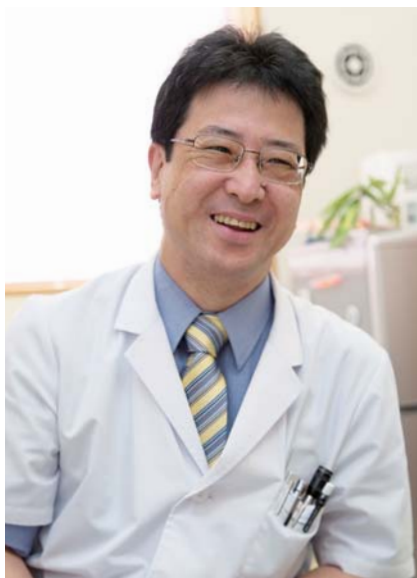
くられます。具体的な問題点のサポート役がいないと、皆つぶれてしまいます。私自身も周りにサポートされて今があります。

この病院の良いところは、各自の能力を高めていくことに惜しみなく看護師ひとり一人の仕事を認めてもらっていることです。やりがいある職場環境を今後も継承して参りたいと思います。



連携医療機関紹介

しもむら内科



▲ 院長の下村 敦先生

開院4年目の新しいクリニック

しもむら内科は、ビバホーム北隣の閑静な住宅街にあります。車いすの方でも利用しやすいように院内は全面バリアフリーで、高い天井と窓で明るく開放的な待合いです。

院長の下村 敦先生は昭和61年（1986年）三重大学医学部をご卒業後、三重大学附属病院、松阪中央総合病院、塩浜病院、榊原温泉病院、南勢町立病院、村瀬病院にて循環器内科医として研鑽を積み、平成20年1月、この地に開業されました。いつでも診られる地域密着型の「かかりつけ医」となれるよう、クリニックの近くに居を構えられたとか。患者さんもいざという時安心です。現在、先生を筆頭に、看護師3人事務4人の8人体制で診療しています。

禁煙外来

近年、メディアでも「禁煙」が謳われていますが、しもむら内科でも禁煙外来を行っています。年末は薬がたりなくなってしまうほど多くの患者さんからの問い合わせがあったそうです。禁煙外来で保険が適用されるには、さま

ざまな施設基準をクリアした医療機関でなければならないため、禁煙外来を標榜しているクリニックはまだ少ないのが現状です。「当院での禁煙成功率は、約7割くらいですね」とおっしゃる先生ご自身も実は9年前に2ヶ月くらいかけて禁煙にトライし、現在に至るそうです。「禁煙を始めた頃は、ニコチンパッチだけでは我慢できず、ガムを噛んだり、たばこを吸う夢を見ながら苦しんできたので、患者さんと禁煙の大変さを共感できますね」とおっしゃいます。毎月、さまざまなテーマで院内新聞〈お元気ですか?〉を発行されている先生ですが、VOL. 30 では『禁煙について』をテーマに発行されています。（バックナンバーは診療所においてあります）ぜひご活用ください。



患者さんへのメッセージ

幼少の頃病気がちだったという下村先生。南勢町立病院での、「町医者のような何でも診る勤務医時代」が開業のきっかけだといいます。そんな先生に患者さんへのメッセージを伺いました。「開業前の十数年は地域医療を中心に、“患者さん一人ひとりに向き合った医療、病気ではなく患者さんをみる医療”を行ってきました。今後さらに“かかりつけ医”としての役割を推し進め、私自身は循環

DATA

TEL 059-375-6111

住所

鈴鹿市住吉二丁目17-7

診療科目

●内科●循環器内科●胃腸内科

診療時間

午前／9時00分～12時00分

午後／3時30分～6時30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/shimomura/pc>

器専門ですが、そこにこだわることなく、何でも気軽に頼んでもらえる町医者でありたいと思っています。また、当院で対応の難しい疾患、専門的かつ高度医療は、鈴鹿回生病院や鈴鹿中央総合病院のような大きな病院に紹介させていただきます」。今後も、何でも頼める町医者としてのご活躍を期待しています。



疾患別シリーズ 嚥下体操 (えんげたいそう)

「嚥下」とは食べ物や飲み物を「飲み込む」ことで、広い意味では、食欲・嚥む・等食べることに関わる機能が含まれます。通常は、気管に唾液や食べ物が入っても、むせて咳き込むことで気管の外へ排出し、肺炎になることはほとんどありませんが、「嚥下」の機能や咳き込む力が加齢や脳卒中等の病気で低下すると飲み込みにくくなったり、むせたりすることが増え、肺炎を引き起こす原因になります。そこで、食事の前に体をほぐし、口を動かしやすい状態にするために考えたのが嚥下体操です。食事前のウォーミングアップとして取り入れてみてください。

ウォーミングアップ6STEP

- ① 深呼吸
- ② 首を左右に回す、曲げる
- ③ 頬をふくらます、へこませ
- ④ 舌をだす、引っ込める、左右の端につける
- ⑤ 「パパパ…」 「タタタ…」 「カカカ…」 とゆっくり発音する
- ⑥ 深呼吸



リハビリテーション課
言語聴覚士
高岡 由美

② 首を左右に回す・曲げる



③ 頬をふくらませ
へこませ。



④ 舌をだす・引っ込める
左右の端につける



発信@

栄養管理室

管理栄養士
岡 久美子



ピックアップ食材
いか (烏賊)

カロリーダウンノンオイル調理

いかの
トマトスパゲティ



●いか (烏賊)

いかは多くの種類がありますが、日本近海で最も多く漁獲されているのはすめいかです。いかは1年を通して購入できるので旬がないように思われがちですが、剣先いかややりいかなど種類によって旬が異なるためです。

いかは良質なたんぱく質を豊富に含み、低脂肪であるのが特徴です。また、コレステロールを多く含むことでも有名ですが、タウリンというアミノ酸の一種を豊富に含んでおり、これはコレステロールや血圧の低下などが期待できますので生活習慣病が心配な人でも過剰に食べない限りは安心して食べることができます。

●他の食品との組み合わせ

いかは多くの栄養素を豊富に含む食品ですが、ビタミンB1、C、カルシウム、鉄などはごくわずかです。これらの栄養素を豊富に含む人参やほうれん草など色の濃い野菜と一緒に組み合わせると良いでしょう。

【材料】4人分

スパゲティ	300g
いか	2ハイ
カットトマト	固形量で500g程度
人参	1本
玉葱	1個
しめじ	1P
パセリ	10g程度
チキンコンソメ	8g
塩・黒コショウ	少々

【栄養成分】1人分

エネルギー	440Kcal
たんぱく質	30g
脂質	3.5g
塩分	2.3g
食物繊維	6.5g

- ① 人参はいちょう切り、玉葱はスライス、パセリはみじん切りにしておく
- ② しめじは石づきをとってほぐしておく
- ③ いかは胴の中をきれいにし、輪切りにし、ゲソも食べやすい大きさに切っておく
- ④ 圧力鍋にAを入れて蓋をし、強火で沸騰したら弱火にして15分煮たら火を止める
- ⑤ 分銅を傾けても蒸気が出なくなったら蓋を開けて、塩コショウで味を調える
- ⑥ たっぷりのお湯でスパゲティを茹でる
- ⑦ スパゲティが茹で上がったら5に入れてからめ、器に盛り付けできあがり



総務課(ME)
田中 誠人



4月より臨床工学技士として働かせていただきます。出身は鈴鹿市で、趣味はスノーボード、フットサル、ツーリングです。皆さんのお役に立てるように、一日も早く業務を覚えるように精一杯頑張りますので、よろしくお願いします。

放射線課
中野 響子



4月より放射線課に配属となりました。私は人との出会いや笑う事が大好きです。いろいろな方との出会いを大切に、先輩方のご指導のもと一日も早く仕事を覚えて笑顔で頑張りますのでよろしくお願い致します。

リハビリテーション課
雪岡 陽



祖母の骨折によりリハビリの大切さを実感し、この職に就きたいと思いました。慣れないことも多く、患者さん、先輩方に迷惑をおかけすると思いますが、患者さんを笑顔にできるように頑張りたいです。

看護部
青砥 佑希子



4月より6A病棟に配属になりました。入職したばかりで緊張の毎日ですが、一日でも早く回生病院に溶け込めるよう、笑顔を忘れず頑張りますのでよろしくお願い致します。

栄養課
村上 清香



「食べる事が大好き」という動機で選んだ管理栄養士という職業。患者さんに食事で幸せを感じていただくために、日々精進していきます。ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いします。

看護部
辻 清香



小さい頃からの夢である看護師として働けることに嬉しさが一杯です。未熟な部分がたくさんありますが、先輩方にアドバイスをいただき、一人前の看護師になりたいです。

医事課
長谷川 蓉子



患者さんや職員の方から信頼される事務員になりたいです。患者さんに不安を感じさせないような対応ができるよう、これから仕事をしていく中で身につけていきたいです。

薬剤管理課
杉本 恵理



薬剤管理課に配属になりました。鈴鹿回生病院に入職したばかりで不安もありますが、楽しく生き生きと仕事をし、日々成長できるように頑張りますので宜しくお願い致します。

がん診療連携 推進病院に 指定されました。

当院は本年3月31日に、三重県より「がん診療連携推進病院」の指定を受けました。これは「がん診療の充実をはかり地域の皆さまに安心かつ適切な医療が提供されること」を目的としています。詳しくは次号の回生ニュースでお伝えします。



マスタース大会 優勝

2月27日(日)鈴鹿スポーツガーデンにて第30回JSCA東海マスターズにおいて坂倉康夫先生が「自由形16秒17」という好タイムで3連覇しました。



リハビリテーション課 北村 綱為 学術奨励賞受賞

3月12日に名古屋の中京大学で行われた「第15回日本体力医学会東海地方会」にて、健康運動指導士の北村綱為が学術奨励賞を受賞しました。

昨年の9月～12月までの4ヶ月間に渡り、鈴鹿市の体育協会と連携して行ったウォーキング教室とスロージョギング教室の効果について発表。



今号のお知らせ

第11回 鈴鹿市

脳卒中市民講座開催

去る、4月23日(土)鈴鹿市文化会館にて第11回鈴鹿市脳卒中市民講座を開催致しました。小雨が降り足下の悪中にも関わらずたくさんの市民の皆さんにご参加いただき、当院金丸副院長をはじめ4名の医師により脳卒中に関する講演を行いました。講演終了後、質問にお答えするコーナーを設けて有意義なディスカッションが行われ皆さんの脳卒中への関心の高さが伺える良い講演会となりました。



被災地に向け医療救護班を派遣

今回の東日本大震災に対し当院から三重県医療救護班として岩手県陸前高田市へ医療支援に4名の医療従事者を派遣しました。



ご協力ありがとうございます (中間報告)

東日本大震災で被災された皆さんへの義捐金箱を設置した所、温かいご支援をいただきました。皆さんからお預かりした義捐金は3月31日末で72,403円となり、病院職員及び法人からの義捐金を加えて200万円を日本赤十字社へ寄託しました。

かいせいきっず info

今回の作品はチューリップです。

～♪咲いた、咲いた、チュー

リップの花が♪どの花見てもきれいだな♪～次回もお楽しみに!



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)

編集後記

今回は「看護部長就任のごあいさつ」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