

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

75号

2014.3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
「栄養管理課」
- 2 あなたの街のお医者さん
「竹島医院」
- 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」
・ちょこっと体操シリーズ ～腰痛体操PART2～
・春野菜入りスパニッシュオムレツ
- 6 回生.com
「携帯型無呼吸検査導入」
- 7 Information

ほっとsmile 他

第6回入賞作品
「寿！紅白桜」

第7回 桜 フォトコンテスト開催！

毎年ご好評いただいております桜フォトコンテストも、今回7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。
- ・作品はお一人1点までとさせていただきます。

受付期間

3/24（月）～4/9（水）まで

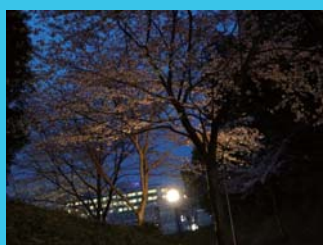
※開花時期により期間は変更になる場合があります。

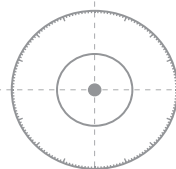
選考方法

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。

第6回入賞作品





栄養管理課の

役割紹介

registered dietitian



課長 岡 久美子

当院の栄養管理課は、管理栄養士が4名、委託側の栄養士が6名、調理師が5名、調理員が11名の26人体制で患者さんの栄養管理

を行っています。

栄養管理課の役割としては、大きく分けて「フードサービス」「クリニカルサービス」の二つに分けられます。「フードサービス」とは、献立作成及び（献立の）栄養管理、衛生管理、労務管理など、給食提供に関わることで、「クリニカルサービス」とは、栄養指導や（患者個々の）栄養管理、委員会の出席など臨床に関わることです。現在「フードサービス」の一部においては、5年ほど前から委託側にお任せできる体制が整い、私たち病院側の管理栄養士は患者さんの栄養管理に力を入れることができるようになりました。

■ 管理栄養士ってどんな仕事？

「栄養士＝給食のおばちゃん」とわれがちです。確かに給食を作る事も大切な業務のひとつですが、病院に於ける管理栄養士には患者さんの「栄養管理」が重要です。ただ少ない人数で、給食調理全般を担っていた頃は、患者さんの栄養指導や嗜好調査が思うようにできませんでした。現在は、給食調理全般を委託側にお任せできるので、病棟へ足を運ぶ回数が増え、病院の管

理栄養士としての役割を担えるようになりました。昔から「栄養士さんってどこに

いるの？」と良く言われるのですが、厨房は特に病棟から離れていますので、職員ですら、栄養管理課に立ち寄ることは少ないのが現状です。現在は、患者さんのところへ出向く機会が増えましたし、糖尿病教室や褥瘡委員会への参加など、多職種との交流により、少しは、認知され始めたように思います。



問題のある患者さんについては、少なくとも1週間に1回は摂食量や、食事の量が適量であるか否か、体重の増減等毎回確認し、そこで問題がある場合は担当看護師とその患者さんの食事形態やエネルギーアップ方法などを話し合い患者さんの早期退院に向けて取り組んでいます。

■ 普段心がけていること

美味しい食事を提供することは私たちの使命だと思いますが、病院食では栄養バランスが何より重視されるため、レストランや旅館のようにはいきません。ただ、その中でも味のばらつきをなくすための努力として、病院の食事

の一部の献立を見直して、レシピ化していく取り組みを行っています。また、残食が多かった時



は、何が原因なのか常に話し合います。検査は栄養士だけではなく院長をはじめとする先生方や看護師及び事務部門など多職種で実施しており、それぞれの意見を伺いながら、美味しい食事が提供できるよう努力しています。常食の患者さんを対象に月・水・金曜日と選択メニューを追加料金なしで提供しておりますので、是非利用いただければと思います。

今年は糖尿病教室を始めて、10周年を迎えます。昨年から始めた腎臓病教室もこのように続けられるよう、頑張っていきたいと思います。

今後も目に見える管理栄養士をめざし、研鑽してまいります。



連携医療機関紹介

竹島 医院



▲ 院長の竹島 英介先生

ミレニアム開院から早14年

竹島医院は、鈴鹿市駅から徒歩約7分ほどのところにあります。

院長の竹島英介先生は、昭和57年（1982年）藤田保健衛生大学をご卒業後、名鉄病院での研修を経て名古屋大学第2外科へ入局されました。主に消化器外科を専門とし名古屋大学附属病院・土岐市立総合病院・蒲郡市民病院にて外科医として研鑽を積み、平成12年（2000年）4月、この地に開業されました。

この地では、以前祖父母さまが開業されていたのですが、昭和54年にご祖母さまが他界され、一時閉院されておられたのだそうです。ご祖父さまが外科医、ご祖母さまが小児科医、ご尊父さまは名古屋大学麻酔科教授と藤田保健衛生大学麻酔科教授を歴任された方です。そんなご祖父母さまとご尊父さまの背中をみて、迷うこと無く医師をめざされたといえます。

ご尊父さまが竹島医院を継ぐこと無く教授の道を選ばれたため、先生は祖父

母さまから期待の星でした。開業した際は、天国で喜んでおられたことでしょう。ただ、閉院期間が長かったこともあり、開業当初は患者さんは十数人。開業前に勤務していた蒲郡市民病院から鈴鹿に来られる患者さんはさすがに遠過ぎていませんでした。「偶然ですが、私が蒲郡市民病院で手術をした人の親戚の方と、お母さんが私にヘルニアの手術をしてもらったという方が神戸におられて、私を覚えてくださり、当院に来てくれましたね」と当時を追想される先生。今では、先生を頼りに来られる患者さんが増え、この取材の日も、「先生の診察を受けた後はとても元気になるんですよ」と患者さんが笑顔で話してくださったのが印象的でした。現在、先生を筆頭に、看護師3名、事務員3名、の7人体制で診療しています。

患者さんへのメッセージ

先生の趣味はスキーとダイビングととてもアクティブ。普段はウォーキングで体調管理をされているそうですが、娘さんにスキーの腕は抜かされてしまったそうです。

「昔は娘をだっこして滑ったり、滑っているところをビデオ撮影もしていたのに、今では、私を置いて先に滑って行ってしまいます」と苦笑い。そんな先生に患者さんへのメッセージを伺いました。

～祖父母が診療していた頃の話ですが、診療時間外に『先生診てください』とやってくる患者さんを、休日だろうが夜間だろうが診ている祖父母の姿がありました。現在は鈴鹿の応急診療所がありますので、時間外診療はほとんどなくなり

DATA

TEL 059-381-1500

住所

鈴鹿市神戸2-21-15

診療科目

●内科●胃腸科●外科●肛門科
●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



ましたが、そんな祖父母の患者さん思いな姿勢を、私も継承して参りたいと思っています。そのためには患者さんのニーズに応えられるよう、患者さんの言葉に耳を傾けることが大切だと思っています。かかりつけ医を持つということは重要です。何でも相談していただけるかかりつけ医をめざし、地域の皆さんの健康保持に少しでも手助けできたら幸いです。～今後も地域のかかりつけ医として、ご活躍されることでしょう。





リハビリテーション課
作業療法士
塩田紀之

腰痛の種類はさまざまですが、特にからだを前に倒した時、後ろに反らした時、その両方で症状が出る場合の大きく3つに分けられます。その腰痛のタイプによって、原因疾患も異なりますので、正確な診断は整形外科の受診をお勧めいたします。今回は、からだを後ろに反らした時に腰痛が出る方のストレッチ第2弾をご紹介します。

Step 1 >>



仰向けになり、脚を上げて体をひねるように膝を反対の手で引っ張る。

Step 2 >>



椅子に座り、片方のつま先を立てながら伸ばし、体を前に倒す。手は、足首またはつま先を目標にして伸ばす。



Point

- 左右10秒～15秒を各3～5セット実施しましょう。
- お風呂あがり、寝る前などに行うと効果的です。
- 腰痛が悪化したり、下肢にしびれが出る場合は中止してください。
- 筋肉を伸ばす時は息をゆっくり吐き、戻す時は息を吸うようにしましょう。

発信@
栄養管理室

管理栄養士
岡 久美子



ピックアップ食材
たまご

春野菜入り
スパニッシュ
オムレツ

材料 5人分

卵(M)	6個
合挽肉	50g
キャベツ	100g(2枚)
たけのこ	100g
たまねぎ	100g(中1/2個)
しめじ	100g(1P)
南瓜	100g
アスパラ	70g(中3本)
ブラックオリーブ	30g
塩	小1/6
荒挽黒コショウ	少々
オリーブ油	大2

簡単トマトソース

完熟カットトマト缶詰	1缶(400g)
たまねぎ	100g(中1/2個)
おろしにんにく	小2杯
オリーブ油	大2
塩	小1/3
こしょう	少々
砂糖	小1～2



- ①野菜は食べやすい大きさに切り、たまねぎとしめじ以外は下茹でしておく。
- ②フライパンを熱しオリーブ油大1を入れ、たまねぎを炒め、透明になったら挽肉を加え色が変わったら残りの野菜(南瓜以外)とオリーブを加え炒める。
- ③ボウルに卵を割り溶き、塩・こしょうで味付けし、南瓜と熱いままの②を加える。
- ④フライパンにオリーブ油大1を入れ、③を入れて中火にし、箸で全体的に混ぜる。卵が半熟状になったら弱火にし、蓋をして5～6分程蒸し焼きにする。フライパンに大きめの皿を被せ、フライパンを逆手に持って一気にひっくり返し、焼けていない面を下にしてフライパンに戻し、蓋をして2～3分焼く。
- ⑤トマトソースを作る。耐熱ボウルにカットトマト、みじん切りのたまねぎ、おろしにんにく、オリーブ油を入れ、軽くラップし600Wで5分加熱する。一度取り出して、トマトを潰しながらよく混ぜ、ラップせずに600Wで8分加熱する。塩・こしょう・砂糖で味付けする。

栄養成分1人分

エネルギー	250kcal	塩分	0.8g
たんぱく質	11.7g	食物繊維	3.8g
脂質	14.3g		

※トマトソース大3杯で計算

●たまご

3大栄養素のひとつである蛋白質の“蛋”という字は中国語で鳥のタマゴを意味し、蛋白質の語源とされています。卵は8種の必須アミノ酸がバランスよく含まれるため、理想的な蛋白質食品です。目立って多い栄養素はありませんが、ビタミンCと食物繊維以外の栄養素は全て含まれ、古くから栄養食品として利用されてきました。黄身が濃く殻が赤い卵の方が栄養価は高いと思われがちですが、卵の栄養成分は鶏の品種による差はなく、〇〇強化卵などは鶏の食事に特定の栄養素を増やすことで卵に含まれていると言われています。また、殻の色は鶏の品種や飼育方法、年齢によっても異なりますが、栄養の差はないと言われています。

携帯型無呼吸検査導入

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは？

睡眠時無呼吸症候群 (SAS) は、最近テレビや雑誌などでよく取り上げられている病気で、睡眠中に無呼吸と呼吸再開を繰り返す病態のことをいいます。

このような状態が続くと十分な睡眠を得ることができず、日中の眠気を引き起こし、日常生活に支障をきたすことがあります。また心疾患や脳卒中などの生活習慣病のリスクが高くなるといわれています。

SAS を調べる検査の一つに今回導入した携帯型無呼吸検査があります。



この検査では簡単に SAS であるかどうかを調べることができます。耳鼻咽喉科での診察後、検査課にて機械の使い方の説明と貸し出しを行います。自宅に機械を持ち帰り、指先と鼻にセンサーを装着して寝ると睡眠中の酸

素飽和度（血液中に溶け込んでいる酸素）と呼吸・いびきが測定できます。翌日、機械を返却しに来院していただきます。その後、検査結果は当院で解析し、次回診察時に主治医より説明を行います。症状や解析結果によっては睡



眠状態をさらに詳しく調べるため、終夜睡眠ポリソムノグラフィー検査 (PSG 検査) を行うこともあります。当院では携帯型無呼吸検査を月曜日から金曜日に実施していますので、気になる方はクリニック耳鼻咽喉科へご相談ください。



お問合せは



耳鼻咽喉科

月～金 9:00～12:00
TEL: 059-375-1287 まで

いしそつ
医志蘇通

C o l u m n

ご意見にお答えします。

Q 売店をもう少し長い時間、開けてほしい。できればコンビニに。

A ご意見ありがとうございます。今後の療養環境の改善の参考にさせていただきます。

◆◆ お褒めの言葉をいただきました ◆◆

母が入院して、こちらに来ました。お掃除をしている人が挨拶をしてくださいます。廊下がピカピカです。おトイレがピカピカです。落ち込んでいる私に、ピカピカが心を洗ってくれています。ありがとうございます。

A お褒めの言葉を有難うございます。患者さんが気持ち良く療養していただけるように担当者も心がけて清掃を行っております。このような、お言葉を一つでも多くいただけるよう今後も清掃を行って参りたいと思います。

2014年

糖尿病教室年間スケジュール

糖尿病と上手に付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？



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？

4/10 (木)	11:45 ~ 13:45
5/8 (木)	11:45 ~ 13:45
6/10 (火)	14:00 ~ 16:00
7/3 (木)	11:45 ~ 13:45
9/12 (金)	14:00 ~ 16:00
10/2 (木)	11:45 ~ 13:45
11/13 (木)	14:00 ~ 16:00
12/4 (木)	11:45 ~ 13:45
2/5 (木)	14:00 ~ 16:00
3/5 (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：岡本または村上まで。

参加費：お一人様 1000円(食事代込み)※おやつのみ(6・9・11・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13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の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。ぜひご覧ください。



場所 クリニック多目的室

期間 3月4日(火)～4月11日(金)

鈴鹿市脳卒中市民講座のお知らせ

今年も4名の脳卒中専門医により脳卒中に関する話題をわかりやすく講演いたします。どなたでも参加自由となっておりますので、ぜひご参加ください。



日時 5月31日(土)午後1時～ **場所** 鈴鹿市文化会館 けやきホール

かいせいきず info

今月はゆきだるまを作りました。0歳児は保育者がのりをつけた目や口のパーツを貼り、1・2歳児は顔のパーツにのりをつけ、一生懸命貼っていました。2歳児はボタンも選んで上手に貼ることができました。とってもオシャレなゆきだるまさんたちが回生キッズに大集合です!!



ほっと smile

主治医とスリーショット



写真は本誌73号でもご出演いただいた細見さんです。中空医師と主治医の武田医師とのスリーショットおよび、担当看護師とのツーショットです。細見さんは、昨年当院で左股関節の骨切り術を受けられ、一度は介護の仕事に復帰されましたが、今度は反対側が痛くなり、右側も骨切り術を受けられました。入院中にケアマネジャーの資格をとろうと、受験勉強とリハビリの両方を頑張っておられます。ハンディーを克服し、希望に邁進する細見さんにエールをおくります!



担当看護師とツーショット

編集後記

今回は「栄養管理課」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。(病室玄関)

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

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