

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

78号

2014.9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.kaisei.jp
編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「3A病棟紹介」
- 2 あなたのお医者さん
「豊田クリニック」
- 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」
・パートナーストレッチング〜こむらがえり〜
・パンプキンレア豆腐ケーキ
- 6 回生.com
「今年の夏祭り報告!!」
- 7 Information

ほっと smile 他

第6回 脳卒中 市民講座 を開催します。

平成26年11月2日(日) 13:00~
亀山市文化会館にて

昨年も多数の市民の皆さまにご参加いただきました。当院金丸憲司脳卒中センター長をはじめ4名の専門医より脳卒中に関する話題をわかりやすくお話しする講座となっています。皆さまお誘いあわせの上、お気軽にご参加ください。

テーマ 「脳卒中を克服しよう!!!」

1. 「どう見つけて、どう治すか」
鈴鹿中央総合病院 脳神経外科医長 安田 竜太
2. 「あきらめない!!!」
鈴鹿回生病院 神経内科部長 松浦 慶太
3. 「今、できることをやりましょう」
鈴鹿回生病院 副院長 荒木 朋浩
4. 「脳卒中とアンチエイジング」
鈴鹿回生病院 脳卒中センター長 金丸 憲司

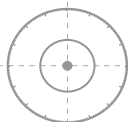
第6回 亀山市 脳卒中 市民講座
「脳卒中を克服しよう!!!」
入場 無料!

1. 「どう見つけて、どう治すか」
安田 竜太
2. 「あきらめない!!!」
松浦 慶太
3. 「今、できることをやりましょう」
荒木 朋浩
4. 「脳卒中とアンチエイジング」
金丸 憲司

開催日時・場所
平成26年11月2日(日) 13:00~
亀山市文化会館

主催/鈴鹿回生病院 後援/亀山市、亀田建設会、日本脳卒中協会

3A病棟

紹介!
introduction

内科、整形外科の混合病棟(53床)です。糖尿病、循環器疾患、消化器疾患や、先天性及び後天性の整形外科的疾患の方など、小児から高齢者まで、幅広いライフステージの患者さんが入院されています。

特徴

3A病棟は平均在院日数が14日と入院が多く、一般内科の中で、手術に関わる整形外科の患者さんもみえます。新卒者や中途採用者にとっては、仕事内容を覚えると共に疾患の複雑さも学んでいなくてはなりません。時には沈みがちになりますが、得た知識は部署が異動になっても「強みになるよ」と励ましています。そして、

そんな気持ちを支えてくれるのがスタッフの明るさです。

また、子育て世代

も多く、急な休みや、突

然の勤務交替があったりします。そんな中でも、スタッフ同士が支え合って勤務してくれています。患者さんへの看護ケアがしっかり出来る環境を整えることが私の仕事だと思います。自分自身も子育てしている時に支えてもらったので、支える側、支えられる側双方の気持ちがわかります。「ありがとう」という気持ちはもちろん、処遇、ライフワークバランスを大切にしています。

体制

看護師36名(内3名助手)体制で患者さんのケアにあたっています。昨年の4月より、2人1組で患者さんのケアにあたる「PNS(パートナーシップナーシングシステム)」体制を導入しています。そもそもPNSとは「看護師が安全で質の高い看護を共に提供することを目的に、互いに良きパートナーとして、対等な立場



← 3階A病棟(301~325)

で、互いの特性を活かし、相互に補完し協力し合って、その責任と成果を共有する」というものです。先輩のいいところを学んだり後輩のできていないところを引き上げてあげたり、先輩と後輩がベアになって患者さんを見ることで、看護レベルも上げていきたいとの考えで取り組んでいます。まだ日勤帯だけの導入ですので、完全ではありません。体制だけ整えてもスタッフのマインドが合致していないと成り立たないものなので、これを確立できればと思っています。PNSを導入したことで、新人看護師や中途採用者が安心して患者さんのケアにあたることでできています。

3A病棟の
こんないいところ!

スタッフがみんな明るく協力的なところ
です。勤務外で食事や旅行に行ったり、
子育て世代は家族ぐるみで付き合っ
ているようです。良い看護を提供するには
家庭が充実していることですからね。ま
た、やる気のあるスタッフばかりで大変

助かっています。PNSで2人で患者さん
を看るので、視野が広がりより患者さん
の状態を観察できます。ベッドサイドの
環境を整えたり、洗髪をする回数は増え
ました。1人ではなかなかできないことも、
2人だから、「やろう!」と思えるよう
です。どんなに医師がよい治療を施しても、
患者さんが今何に困っているかを読み
取れなければ、意味がありません。ス
タッフには、そこだけは忘れないでと伝
えています。

患者さんに伝えたいこと

患者さんが何でも言える雰囲気心を心が
けて、細かなことに気づけるよう工夫し
ています。患者さんには「みんな優しい
ね」とおっしゃっていただく事も多く、嬉
しく思います。今後も、患者さんの変化
や、何がおっしゃりたいのかを、私たち
がキャッチできるように心がけていきま
すので、何でもお声かけください。



あなたの街のお医者さん

連携医療機関紹介

豊田クリニック



◀ 入山紀美子先生



▶ 入山拓平先生

開業67年の歴史

豊田クリニックは、JR亀山駅のほどちかくの閑静な住宅街にあります。



▲ 豊田長正先生

院長の入山紀美子先生は、昭和41年に三重大学をご卒業後、三重大学病院第二外科へ入局され、昭和45年、父で院長だった故豊田長正先生が築かれた豊田病院に医師として診療に加わりました。長正先生が引退され、平成21年5月より紀美子先生が院長となりました。

豊田クリニックは、昭和22年、長正先生が豊田産婦人科内科外科として開業したのが始まり。豊田病院にされたのは昭和35年で、当時はこの地に25床の病床があったのだそうです。「父は93歳まで現職で働いていましたから、父が辞めると聞いた時、きっと息子は豊田クリニックをこのまま消滅させるのはいやだと思ったのか、戻ってきてくれたんですね。帝王切開で大変な思いをして産まれて来てくれた息子、生きていてくれるだけで奇跡だと思っていましたので、勉強なんて二の次でした。好きなよ

うにさせてきた息子が、医者になってくれたのはうれしい事です。私が息子に教えられることは、患者さんに真摯に向き合うことくらいでしょうか。今後は息子のサポート役に回りたいと思っています」。

入山拓平先生は、平成9年藤田保健衛生大学医学部をご卒業後、三重大学病院第二外科へ入局され、四日市社会保険病院、三重大学病院、遠山病院、にて外科医として研鑽を積まれました。胃、大腸の内視鏡検査、内視鏡下手術等において多く症例をこなされた後、平成20年7月より豊田クリニックの診療に加わりました。

「大病院の忙しさは十分に理解しています。少しでも勤務医の先生方のご負担を軽減したいとの思いから、内視鏡に関してはレベルを落とすこと無く、ここで診療できればと、産婦人科の診察室を内視鏡の診察室に改装し、対応させていただいております」。現在も週に1回、遠山病院にて非常勤医師として活躍されています。

医師をめざしたきっかけ

子どもの頃は、野球ばかりだったとおっしゃる拓平先生。医者にはなりたくなかったのだそうです。「普通の家庭の日曜日に憧れましたね。家に帰ってきて、当然両親はいません。正直寂しい思いもし、本当に医者という仕事はいい仕事なのか？と自問自答していた時期もありました。両親も医者になれとは言いませんでした。しかし、高校3年の時、恩師が『浪人してもいいから医学部を受けてみろ！勉強できるだけじゃだめなんだ。お前みたいな医者が必要なんだ』と、背中を押してくれたんです。その先生は中学の時の野球部の監督でもあり今でも親しくさせてもらっています。あの時の言葉がなかったら、母と一緒に診察などできなかったでしょう」と当時を追想されます。

患者さんへのメッセージ

「昔は入院施設もある病院でしたので、母はよく夜中に呼び出されていました。患者さんの為に、昼夜問わず診療をする祖父や両親の背中を、知らず知らずのうちに見

DATA

TEL 0595-82-1431

住所

亀山市南野町4-15

診療科目

●内科●外科●消化器内科●肛門外科
●小児科午前のみ●皮膚科午前のみ

診療時間

午前／9時00分～12時00分

午後／3時00分～6時00分

	月	火	水	木	金	土	日
午 前	○	○	○	×	○	○	×
午 後	○	○	○	×	○	×	×

休診日

土曜午後、木曜、日曜、祝日



ていたんでしょね」と話す拓平先生に、患者さんへのメッセージを伺いました。～患者さんのホームドクター的な役割を担って行きたいと思っていますので、何でも相談していただきたいですね。例えば整形外科ならどこへ雇ったらいいい？と、聞いてもらえる医者にならなければならないと思います。母はまさにそんな医者ですからね。当院に来院される患者さんは近くて便利なクリニックを選んでこられるのだと思いますので、なるべく通いやすいクリニックを目指しています。また、重篤な患者さんや、より高度な検査が必要な時は、鈴鹿回生病院さんなどの大きな病院に紹介させていただいています。～
今後もこの地域のホームドクターとして、ご活躍される事でしょう。



待合室の紀美子先生の作品



パートナーストレッチング

こむらがえり

スポーツ中や気温の高い季節、汗を大量にかくと脚（ふくらはぎ）がつることがよくあります。この現象は「こむらがえり」と呼ばれますが、これに対する応急処置や再発防止にもストレッチングが有効です。

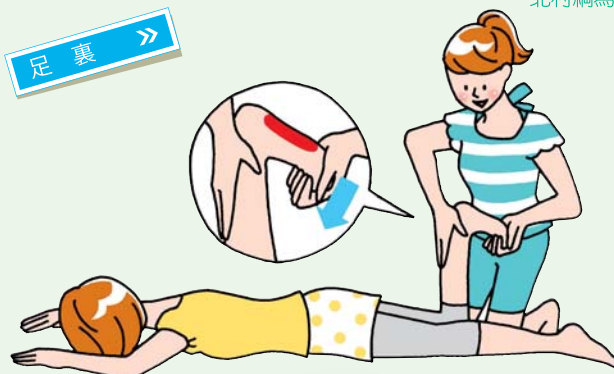


リハビリテーション課
健康運動指導士
北村綱為

下腿部



足裏



特徴

- ①1人では十分に強く伸ばしきれない筋肉をストレッチできる
- ②1人では伸ばしきれない方向へ筋肉をストレッチできる
- ③筋肉の力を抜いた状態でストレッチすることでさらにリラックスできる
- ④パートナー相互のコミュニケーションをはかることができる

Characteristic

Caution

- 我慢や無理をしない
- 息を止めない
- 反動や弾みをつけない

発信@

栄養管理室

管理栄養士
村上 清香



豆腐ピックアップ食材

低カロリー手作りデザート
作ってみませんか?!

パンプキン レア豆腐ケーキ



●豆腐

豆腐という低カロリー食品というイメージがありますが、肉や魚と同じように体の筋肉のもとになるタンパク源です。また、カルシウムも豊富で、木綿豆腐1/4丁（約100g）で牛乳コップ1/2杯と同じくらい含まれます。

●ポイント

市販されている同じサイズのレアチーズケーキの場合300kcal程度ありますが、今回はクリームチーズの代わりになめらかな絹ごし豆腐を使用することでカロリーカットを図りました。

ケーキ以外にもハンバーグのかさ増しや、ホワイトソースなど様々な料理に使用でき、カロリーを抑えることができます。

【材料】15cm丸型1台分

かぼちゃ	150g
絹ごし豆腐	200g
プレーンヨーグルト	150g
液体マービー※	90g
レモン汁	小さじ1
粉ゼラチン	小さじ2
牛乳	1/4カップ
ハードビスケット	50g
バター	20g

※マービーとは還元麦芽糖からできた血糖が上がりにくいといわれている甘味料です。ドラッグストアでお求めいただけます。

1人前（1/6カット）

エネルギー	170kcal
たんぱく質	6.2g
脂質	6.7g
塩分	0.1g

①絹ごし豆腐、ヨーグルトは水切りをしておく（できれば一晩）

②市販のビスケットを袋に入れ、細かく砕く

③型にクッキングシートをしき、②を入れて溶かしバターを入れ、冷蔵庫に入れ固める

※カロリーカットのため、普通のレシピよりバターの量が少なく固まりにくいので、ビスケットはできるだけ細かく砕く

④粉ゼラチンを4～5倍の水に溶かして湯せんにかけて溶かしておく

⑤かぼちゃは火が通りやすいように皮をむき、薄くスライスしてゆでる

⑥①と⑤をそれぞれミキサーで混ぜる

⑦⑤の荒熱がとれたら①と混ぜ合わせる

⑧鍋に牛乳をわかし、その中に④を入れよく煮溶かし、荒熱をとる

⑨⑦⑧を混ぜ合わせレモン汁を入れて③に流し入れる

⑩冷蔵庫で冷やし固める

※⑨の過程でシナモンを混ぜてもおいしくいただけます



夏祭り開催しました

Summer festival

当院では、毎年患者さんや地域の方々に参加していただき、趣向を凝らし多くの方のご協力のもと、夏祭りを実施しています。夏祭りを通じて、「病気の事は忘れ心身ともにリラックスし楽しんでいただけたら」と思っています。また参加する病院スタッフと良いコミュニケーションの場となるよう期待しています。いろいろな年代の方に季節感を感じて楽しんでいただけるように、コンサートや三味線演奏、保育所の子供たちの出演、レクリエーション、カラオケ、バザーを開催しております。今年は外部演者として「レイラニホニ」さんをお招きしハワイアンバンドの演奏とフラダンスを披露していただき大いに盛り上がりしました。これからも患者さんが楽しんで参加していただける夏祭りを行っていきたく考えています。



ヨーヨー風船つり



健康相談の様子



三味線サークル響の皆さん



加藤院長のご挨拶



レイラニホニさんの皆さん



バザーも盛り上がりしました

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 病院食のメニューがほしいです。デイルームに掲示してください。

A ご意見ありがとうございます。当院では30種類以上の食事を提供しており、全ての患者さんのメニュー掲示や配布することは困難な状況でございます。現在は常食のみデイルームに掲示しておりますが、ご希望があれば個別に対応させていただきますので、お近くのスタッフまでお声かけください。

◆◆ お褒めの言葉をいただきました ◆◆

食事がとてもおいしかったです。ただ、私みたいな大食いには、少々もの足りないかなと感じました。2ヵ月以上も入院していると、食べることもうらやましくなりました。魚の骨が抜いてあったのもよかったと思います。厨房係の方々、ありがとうございました。

A 有難うございます。今後とも、患者さんに満足していただけるお食事の提供を心がけていきます。

タバコセミナー開催！！

肺がんをはじめとする様々な呼吸器疾患予防のため、改めてタバコについて考えてもらいたいとの思いから、7月14日(月)に外部講師の荻野寿美子先生をお招きし、第1回タバコセミナーを開催しました。



糖尿病教室にて低カロリーおやつを試してみませんか？

当院では毎回違ったテーマで教室を行っています。当院受診の方だけでなく、ご家族の方や他院に通院されている方等、どなたでもご参加いただけます。

- 次回予定日→10/1(水) ○時間→14:00～16:00
- 参加費→お一人様500円(お菓子代込み)
- 予約電話番号→059-375-1329

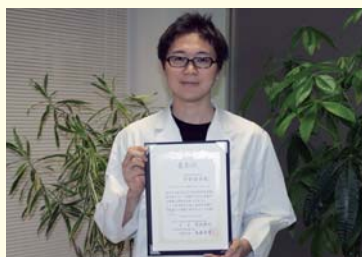


美味しそう



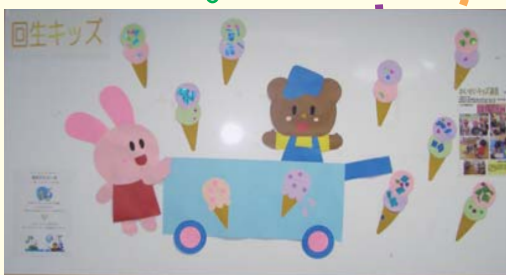
優秀演題賞を受賞しました。

去る平成26年6月15日、第223回日本内科学会東海地方会において研修医 千賀医師が、優秀演題賞を受賞しました。



かいせいきっずinfo★☆☆

今月はアイスクリームにキラキラの紙をたくさん貼りつけて子供たちも大好きなアイスクリームを作りました。「メロン」「イチゴ」と言いながら、おいしそうなアイスクリームを完成させていました。



ほっと smile

理学療法士とツーショット



◆◆◆ 山西さんの言葉 ◆◆◆

あれはいつもと同じようにジャンプしてアタックを打ち、着地の瞬間でした。気付けば横たわる自分、脚に違和感があり、すぐに膝に目を向けると膝関節が脱臼していました。その結果、膝関節の前十字靱帯、後十字靱帯、内側側副靱帯を断裂していたのです。パレーはおろか、普通に歩けるようになるのが不安で仕方ありませんでした。しかし、その5ヶ月後に切れた靱帯を修復する手術を受け、約2年間のリハビリテーションの結果、再びバレーボールができるまで回復しました。スポーツが出来る幸せをお世話になった主治医の先生、看護師さん、理学療法士さん、家族に感謝しながら今後も人生を楽しんで行きたいと思います！



編集後記

今回は「3A 病棟紹介」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)

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