

回生 ニュース

社会医療法人 峰和会

K a i s e i N e w s

81号

2015.3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/TCNagaya

- 1 医療の現場から
「手術部門」
- 2 あなたの街のお医者さん
「くまざわクリニック」
- 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 ~全身編~
・ひじき煮
- 6 回生.com
「ドクターズリスト」
- 7 Information

ほっと smile 他

第7回入賞作品
「桜姫」

第8回 桜 フォトコンテスト開催!

今回で8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
 - 3/23(月)~4/8(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。
- 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7回入賞作品



「闇夜の時間 (とき)」



「爽春」

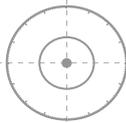


「春うらら」



「透析室の外」

手術部門

紹介!
introduction

バイオクリーン2室を含む5室の手術室で、整形外科、脳神経外科、外科、胸部外科、耳鼻咽喉科、形成外科、腎臓内科、神経内科の手術に対応しています。中央材料室では、器械類の洗浄・滅菌から物品の払い出しまでを分担して行っています。

特徴

手術部門には、手術室と中央材料室があります。手術室では全科の手術（年間約2500例）が行われており、中央材料室では手術や病棟での処置で使う器械類の洗浄や滅菌、さらに滅菌がなされているかの評価を行っています。器材1つ足りないだけで手術もできませんし、病棟では処置ができませんので病院の中では

大変重要な業務です。

万が一手術中に器材洗浄

ができていなかったり、器械が足りない

ということは許されません。中央材料室では不備のないように全ての手術にどの器械が必要かのマニュアルが整備されており、マニュアルは術式等が変更されればリアルタイムに書き換え、常に更新しています。

体制

看護師（パート含む）21名、助手4名体制で手術室、中央材料室を担当しています。当部署の仕事は全科の疾患知識がなければ、術式もわかりません。また、術式がわからなければ器械出しもできないため教育には1年半以上はかかります。当部署に配属されるナースは病棟で患者さんとのコミュニケーションがとれるようになった段階で配属されるケースが殆どです。ただ、手術室に配属されてからは長く、10年以上のベテランの方が多いです。そのベテランの方たちがいないと手術室は回らないと言っても過言ではありません。私自身はここに配属されて1



年半ですが、手術室の仕事は係長にフォローしてもらい、私の主な役目はスタッフのメンタルケアとドクターたちのコンタクトをとることです。特に手術室の仕事は患者さんの命に直結しますので緊張の連続です。したがってスタッフのメンタルケアはとても重要と考えています。

手術部門の
こんないいところ!

うちのスタッフは向上心があり勉強家です。「この先生の時にはこうした方がいいんじゃないか?」「この器械が足りない」等、日々気がついて指摘してくれます。私がひとりの意見を聞いて、「それはいいな!」と思っていると、「いや、それはこうだからだめでしょ」とエビデンスに基づいて討論してくれるので、私も勉強になります。また、手術室は、病棟に比べるとエビデンスが少ない為、院外研修に積極的に出向いてくれます。さまざまな講習会で得られたヒントを伝達講習し、いいところを吸収するというのを自発的に取り組んでくれるので、私はとても楽をさせてもらっています(笑)。

快適に過ごして
いただくための工夫

手術室に来られる患者さんは、不安を抱えて来られる方ばかりです。2回3回と手術を経験された方は「あの時、ここが痛かった」などの記憶がよみがえり特に不安が強くなります。私たちは、少しでも安心していただけるよう、細かい丁寧な説明などを心がけています。また、入り口の無機質な無地のガラスに緑の葉のシールを貼ったり、入り口や手術室内では音楽をかけてリラックスしていただけるよう工夫しています。

患者さんに伝えたいこと

手術前に何か言うと手術がうまくいかないんじゃないかと不安に思うかもしれませんが、そんな事はありません。遠慮なく希望をおっしゃって欲しいです。また、ご家族の方も心配な事がたくさんあると思いますので、どんどん話していただき少しでも不安を軽減できたらと願っています。



連携医療機関紹介

くまざわクリニック



▲ 院長の熊澤祐一先生

看板に熊がかけています！

くまざわクリニックは、東名阪道鈴鹿ICより車で約10分ほどのところにあります。院内はとても明るく清潔で、小さなお子さんにもお年寄りにも喜ばれる広い畳コーナーがあります。ドクター熊というハンドルネームから院内にもくまのぬいぐるみなどが飾ってあり、優しい雰囲気を醸し出しています。

院長の熊澤祐一先生は、平成7年（1995年）三重大学医学部をご卒業後、三重大学大学院生理学第2講座にて4年間研究されたのち、三重大学第三内科（現消化器・肝臓内科）にご入局されました。その後、村瀬病院、四日市社会保険病院（現四日市羽津医療センター）、桑名市民病院（現桑名市総合医療センター）などの医療機関にて研鑽をつまね、平成21年10月この地に開業されました。先生のご尊父さまは鈴鹿市算所でくまざわ整形外科を開業しておられます。一般的に、ご尊父さまと一緒に診療をするスタイルが多い中、先生がこの地に開業するには理由がありました。「この地区は非常に医療機関が少なく高齢者が多いとのことで、地域に貢献できれ

ばと、父にも相談しこの地区に開業を決めました。また、こちらの地区は整形外科は更に少ない為、父には週に1回木曜の午前のみですが、整形外科の診療をお願いしています」。現在先生を筆頭に、看護師1名、事務兼看護補助員3名の5名体制で診療を行っています。

医師をめざしたきっかけ

ご尊父さまの背中をみて迷うことなく医師をめざされた先生ですが、内科を選んだ理由をうかがうと、「私が大学院生の頃、母が胃がんを患い、亡くなりました。当時の私は無力でした。少しでも力になりたかったという、その思いから消化器内科を志すことを決めました」と当時を振り返られます。

普段心がけていること

「できるだけ患者さんにわかりやすい説明を心がけ、そして医療を提供するだけではなく、患者さんからフィードバックしてもらい、結果がどうだったかを必ず確認するというスタンスで診療を行っています。患者さんが不満に思っていることがあればそれが改善すべき点です。スタッフ全員で患者さんの言葉を傾聴するよう取り組んでいます。また、院内のかざりや清掃等をふくめ、自主的にやってくれるスタッフに感謝しています」。

患者さんへのメッセージ

～大病院と開業医にはそれぞれ役割があります。大病院は限られた時間の中で診療・検査等を行わなければならないため、1人の患者さんに多くの時間を費やすことが困難です。ですので大病院の先生方の負担が減るように、例えば受けた検査結果については、説明をしてフィードバックしてあげること、それが私たち開業医の責任かもしれません。そして、当院でできることは限られていますので、少しでも異常があれば大病院へご紹介させていただいております。ある意味、これが地域連携な

DATA

TEL 059-371-6990

住所

鈴鹿市東庄内町3882

診療科目

●内科 ●消化器内科
●整形外科(木曜午前のみ)

診療時間

午前／9時00分～12時00分
午後／3時00分～6時30分

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

★内科・整形外科共に診療しています。
△木曜午後は2時00分～5時00分

休診日

土曜午後、日曜、祝日



のではないかと思います。また、医療機関を受診しない、「医療機関が嫌い・怖い」という方がみえるのですが、そのような方にお伝えしたいことがあります。それは病気を知らないことが一番危険であるということです。どんな病気でも早期発見早期治療が大変重要です。手遅れになってからでは遅いのです。そのために開業医がいます。私は患者さんの話しをしっかりと傾聴し、敷居を低くしてお待ちしておりますので、些細な事でも構いません。健康相談のつもりで当院をご利用ください。～今後もドクター熊として地域医療に貢献されることでしょ。

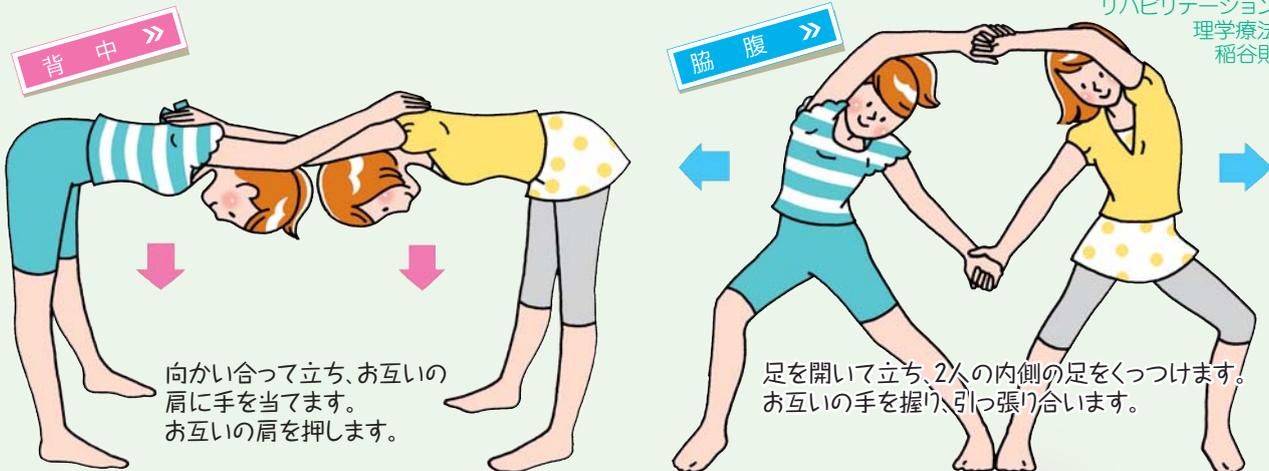


パートナーストレッチ全身編



リハビリテーション課
理学療法士
稲谷則徒

同じ姿勢で仕事をしたり運動不足が重なると、筋肉は硬く縮んだ状態になり、その結果、筋肉内の血液循環が悪くなります。背中など大きい筋肉を全身動かしてストレッチをし、筋肉内の血液量を上げ、寒い体を温めましょう！是非ご夫婦や親子、友人でチャレンジしてみましょう。



- 特 徴**
- ① 1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
 - ② 1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

- 注 意**
- 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
北林 明代



ピックアップ食材 ひじき

ひじき煮



●ひじきの特徴

海藻の中でも特に栄養価が高いことで知られており、女性にとっては強い見方の食材の一つです。とりわけ多く含まれるのは鉄で、乾燥ひじき大さじ1杯(5g)は、ほうれん草のお浸し2皿分(100g)以上の鉄を含みます。ひじきに含まれる鉄は非ヘム鉄で、肉・魚などに含まれるヘム鉄に比べ吸収率は劣ります。しかし、同時に摂取する食品によって吸収率が異なりますので、肉、魚などの蛋白質や、緑黄色野菜などに含まれるビタミンCを多く含む食品と一緒に摂取すると良いでしょう。また身体の中の貯蔵鉄が少ないほど吸収率は高くなるとも言われています。

●ひじき煮をリメイクして積極的な摂取を

ひじき煮を多めに作り、さまざまなメニューに加えて利用することをお勧めします。

ご飯に混ぜてひじきご飯、溶き卵に加えて卵焼き、ほうれん草と和え物、ポテトサラダに加えるとアクセントになります。



【材料】(6人分)

- 乾燥ひじき..... 1/2カップ(30g)
- ごま油..... 大さじ1
- 酒・みりん..... 各大さじ1
- しょうゆ..... 大さじ1.5杯
- 酢..... 大さじ1
- 顆粒だし..... 小さじ0.5杯
- すりごま..... 大さじ1

【作り方】

- ① ひじきをたっぷりの水に浸けて戻し、水気を切っておく(ドライパックを使用する場合は200~250g)
- ② 熱したフライパンにごま油をひき①のひじきを炒め、Aを入れて煮切る。

【栄養成分】1人分あたり

エネルギー.....	48kcal	塩分.....	0.8g
たんぱく質.....	1.2g	食物繊維.....	2.3g
脂質.....	2.9g	鉄.....	2.9mg

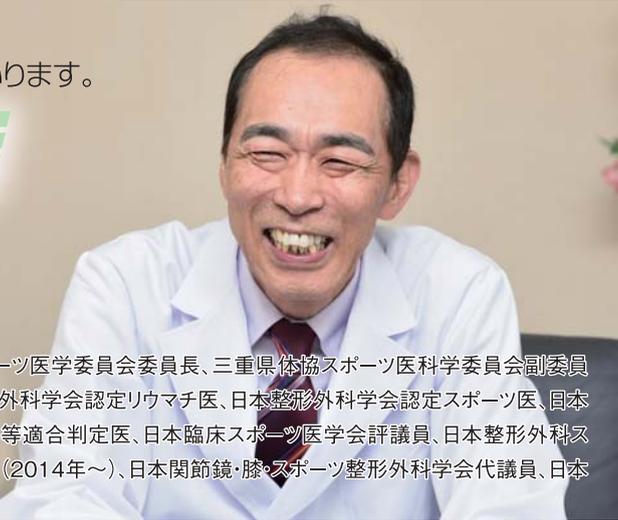
このコーナーでは毎号当院のドクターを紹介してまいります。

Doctors List

加藤 公 かとう こう 整形外科 病院長

専門領域:関節外科 スポーツ整形

資格:日本オリンピック委員会強化スタッフ(1994年～)、三重県医師会スポーツ医学委員会委員長、三重県体協スポーツ医科学委員会副委員長、日本ハンドボール協会医科学委員、日本整形外科学会専門医、日本整形外科学会認定リウマチ医、日本整形外科学会認定スポーツ医、日本体育協会公認スポーツドクター、日本医師会認定健康スポーツ医、義肢装具等適合判定医、日本臨床スポーツ医学会評議員、日本整形外科学会スポーツ医学会代議員・理事(2008～2013年)・学会活性化検討委員会委員(2014年～)、日本関節鏡・膝スポーツ整形外科学会代議員、日本整形外科学会 スポーツ医学委員会委員(2011年～)・委員長(2013年～)



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。

岐阜県の恵那(山の中です)。

私は医療人ですが、幸いなことに入院したことはありません。でも手術は受けたことがあります。それも小学校1年生の夏休みに2回だけで小さな手術でした。近くの耳鼻科でアデノイド摘出術、その数日後に扁桃腺摘出術を局所麻酔でいただいたのです。最初の手術は何も知らなかったの、おとなしく受けました。しかし、この時の出血と痛さの恐怖で、2回目は、麻酔の噴霧を受けるやいなや、病院から脱走しました。母親たちが追いかけてきたので、道ばたの電話ボックスに立て籠もりました。説得にもかかわらず、かなり長時間立て籠もった末、おとなしく手術を受ければ帰りに普段は買ってもらえないような高級なアイスクリームを買ってくれるという母親の条件を受け入れ、手術を受けました。結局、買ってもらったアイスはどの痛みで食べることができなくて、悔しい思いをした記憶が残っています。

Q2. なぜ医師をめざしたのですか?

私の家系には医師はいません。後にも先にも私だけで、医療関係では母方の祖父が薬剤師でした。そして、中学、高校の頃その祖父から医者か弁護士をめざすように言われていました。恐がりでしたので、人命も犯罪もそれを日常として接することは無理だと思いましたが、二者択一で、医者の方を選びました。

Q3. 整形外科を専門にしたのはなぜですか?

大学6年生の時、臨床実習で各科を順番にまわってみて、消去法で決めたような気がします。動機は不純でしたが、整形外科医になってよかったと思っています。整形外科が患者さんたちの生活の質を守る科であったことやスポーツとの関わりが深い科であったことは大変やりがいがありましたし、今後もさらに必要性が増していく科であると信じています。

Q4. 趣味や好きな事、 (ストレス発散方法など)は何ですか?

趣味は読書、映画鑑賞、スポーツ鑑賞です。

ストレス発散としてテレビ出演しています(写真:2010年から毎週火曜日の18時～19時に三重テレビで生放送されている「とっともワグドキ」という番組にコメンテーターとして月に2回出演しています)。医療関係以外の方と知り合えて、普段と違う自分になれるのととても楽しみにしています。



Q5. 今後力を入れて行きたいことは何ですか?

子どもの頃から、負けず嫌いで、変にがんばってしまうので、これからはできるだけ力を抜いて生きていきたいと思っています。温厚になりたいものです。

Q6. 紹介を希望する疾患を教えてください

膝関節疾患を専門にしています。

Q7. 学生時代の思い出をお聞かせください。

学生時代はバレーボール部に所属、キャプテンもしました。医学部としてはそこそこのレベルまでは行きました。そのほかクラスでの草野球チーム「ブラックスターズ」のエースでした。市民大会などに出場しましたが、名前に違わず、たぶん未勝利に終わったと記憶しています。そのほか、ギター部や文芸部にも所属していました。文芸部では、短編小説3編だけ書きました。三重大学の医学部に文芸部が絶えてしまっていたのを、親友が再興するのに協力したのが主な活動でした。当時、調子によって文芸部再興をいろいろな新聞社に売り込みに行きました。

Message

患者さんへのメッセージ

自分もしくは自分の家族ならどうするのがよいかを考えて、患者さんに医療を提供できるよう努めたいと思っています。診察ではいつも長時間待って頂いてすみません。今後ともよろしくお願いたします。

鈴鹿市脳卒中市民講座のお知らせ

今年は5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 4月4日(土)午後1時～



場所 鈴鹿市市役所公民館 ふれあいセンター

2015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、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？

4/9 (木)	11:45 ~ 13:45
5/14 (木)	11:45 ~ 13:45
6/3 (水)	14:00 ~ 16:00
7/2 (木)	11:45 ~ 13:45
9/11 (金)	14:00 ~ 16:00
10/6 (火)	14:00 ~ 16:00
11/5 (木)	11:45 ~ 13:45
12/3 (木)	11:45 ~ 13:45
2/4 (木)	14:00 ~ 16:00
3/3 (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：岡または北林まで。
 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12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9日(月)～4月3日(金)



かいせいきっず info

今月は今年の干支のひつじを作りました。子供たち一人ひとりの個性が出て、いろいろな表情のひつじが完成しました。



女性技師が対応しました！！



受付窓口スタッフ

編集後記

今回は「手術室」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。



病院のボランテアの方に毎週美しく生けていただいております。(病院長 岡)

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

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