

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

82号

2015.5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.kaisaihp.com
編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「2015' 新入職員紹介」
- 2 あなたのお医者さん
「さかえ整形外科」
- 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」
・パートナーストレッチング ～姿勢改善、リラクゼーション編～
・塩分控えめ 豚ニラ炒め
- 6 回生.com
「ドクターズリスト」
- 7 Information

ぽっとsmile 他

第8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

- 桜は日本にいて味わえる事であり、1年で少ない期間しか見られません。どれもとてもよい作品で、選ぶのが難しかったです。
- みなさんの作品がとても素晴らしいものでした。今後もこのような企画はぜひ続けて下さい。
- 毎年楽しみにしています。来年も桜の季節を待っています。

2015'新入職員紹介

Suzuka kaisei Hospital



薬剤管理課／薬剤師
園田 萌

1年目で覚えることが多く、不安な気持ちで一杯ですが、職員の方々や患者さんから信頼される薬剤師になれるように、自分の仕事に責任を持ち、日々一生懸命勉強していきたいと思えます。よろしくお願いします。



看護部／看護師
青木 千夏

新しい環境となり、不安も大きいですが目の前にある課題をしっかりと取り組み、一つひとつの仕事丁寧になさるようになりたいです。また、安全・安楽な看護を考え信頼される看護師を目指します。よろしくお願いします。



リハビリテーション課／作業療法士
萩野 創

社会人1年目としてとても緊張していましたが、先輩や上司の方々、同期から優しく接して頂いて貰い、今はホッとしています。新人らしく、元気に積極的に学び行動し、患者さんに新鮮さを感じて頂けるよう頑張ります。



放射線課／放射線技師
前村 亜生

入職式を終え、学生から社会人となりました。まだまだ緊張や不安の気持ちでいっぱいですが、社会人としての責任感を持って常に患者さんを第一に考えた技師でありたいと思います。これから鈴鹿回生病院の医療チームの一員として頑張りますので、よろしくお願いします。



臨床検査課／臨床検査技師
堀部 早希

4月より、臨床検査技師として働かせていただきます。わからないことばかりで、不安ではありますが、“笑顔”と“挨拶”を忘れずに仕事に励みたいです。早く仕事になれば、患者さんや医療スタッフの方から信頼してもらえるように精一杯頑張ります。よろしくお願いします。



栄養管理課／管理栄養士
大久保 美里

希望であった回生病院に入職することができました。新しい環境で慣れないことばかりですが、与えられたことを一つひとつ大切にこなしていきたいと思っています。少しでも早く、信頼される管理栄養士を目指して頑張ります。よろしくお願いします。

連携医療機関紹介

さかえ整形外科



▲ 院長の名越 豊先生

開業5年が経過しました。

さかえ整形外科は、306号線沿いのマクドナルドのすぐ隣にあります。温かみのある木のぬくもりを感じさせる院内は、全面バリアフリーで清潔感あふれる真っ白なソファが印象的です。

院長の名越 豊先生は、平成12年（2000年）昭和大学医学部をご卒業後、三重大学での研修を経て、鈴鹿中央総合病院、市立伊勢総合病院、



亀山市立医療センターなどの医療機関で研鑽をつまれたのち、平成22年（2010年）この地に開業されました。亀山市立医療センターに勤務し診療も習熟してきた頃、この亀山の地での診療を続けたいという思いが膨らみはじめた先生。そんな時、医局の人事で転勤の話がでたそうです。噂を聞きつけた患者さんから、「この地に残って欲しい」といわれた事もあり、ここ亀山での開業を決意されたと言います。

大学では関節外科・軟骨の研究をされていたという先生ですが、ここでは骨粗鬆症の患者さんを診ることが多いのだそうです。「骨粗鬆症は、この病気になったから、診てください!」というものではありません。殆どの場合が『腰の痛み』で診察に来られ

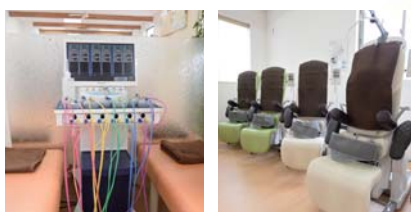
ます。まずレントゲンを撮り、その場で骨密度を測定すると、骨密度が低い場合が多いですね。診断の結果、治療の必要性があるか否かを説明させて頂き、必要な場合は治療がスタートします。治療内容としては、飲み薬・注射などの治療になります。次に多いのが『ひざの痛み』ですね。ひざは、衝撃を和らげるクッションの役割をする関節軟骨に覆われています。この軟骨は、現段階では、再生されない組織といわれています。そのため予防と早期発見・早期治療が有効です。おかしいな?と思ったら、悪化する前に早めの整形外科の受診をお勧めします」。

医師をめざしたきっかけ

「具体的には高校生のころに人の役に立ちたいという思いから、医師をめざしたように思います。ただ、両親は『人の命を預かる大変な仕事は、絶対的な責任感をもって臨まなければならない。もっと楽な仕事があるのでは?』と、勧めなかったですね。医師となった今、たしかに苦勞もありますが、後悔はありません」。また整形外科を専攻した理由と伺うと「元々スポーツが好きで整形外科に興味をもっていました。私が大学の頃、加藤公院長は助教授というお立場で整形外科医として活躍されていたので、影響されましたね」と、当時は振り返られます。

開業当初の想い出

「亀山には、リハビリ機器を多く整備しているクリニックが少ないと聞いていましたので、ここは重視しなければと思い準備をすすめました。また、整形外科は、高齢者の方の受診率が非常に高いので、開業当初からスタッフ全員、親切・丁寧を徹底しています。ここのスタッフさん優しいですねと言われると、嬉しいです」



DATA

TEL 0595-97-3335

住所

亀山市栄町1488-17

診療科目

●整形外科 ●リウマチ科
●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00分～6時00分

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

休診日

水曜午後、土曜午後、日曜、祝日



患者さんへのメッセージ

～患者さんは、どこの医療機関にかかったらいいかわからないという方も多いと思います。気軽な気持ちで相談も含めてお越しいただければ、と思います。必要があれば、大病院に紹介させていただきますので、安心してご来院ください。

私たち医師はさまざまな経験をすることが必要だと思います。特に、コミュニケーションが大切だと思うんです。例えば、『手術』は重要です。でもその術前のコミュニケーションがとても大切だと思うんです。相手は人ですので、その人その人に合わせた対応をし、満足していただける医療をめざしてまいりたいと思います。～今後もこの地域のホームドクターとして、ご活躍を期待しています。





パートナーストレッチング

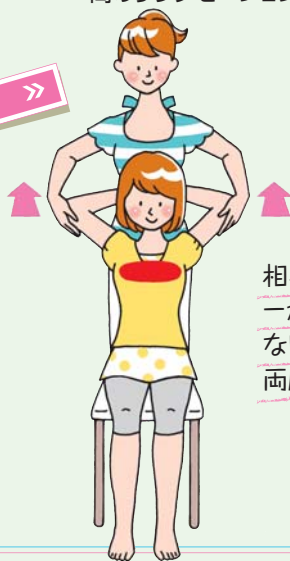
(姿勢改善・リラクゼーション編)

パソコン作業や携帯電話を見るなどの日常生活が多い現代。猫背や肩コリの解消、作業の合間のリラクゼーションに下のようなストレッチングを取り入れてみてはいかがでしょうか？



健康運動指導士
北村綱為

前胸部 >>



相手の背中をパートナーがお腹で後ろに倒れないように押さえながら両肘を引きます。

体側 >>



ストレッチされる方は頭を中心に円を描くように体を回します。息を吐きながらゆっくと片方20〜30秒程度づつ。

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することができる
- ②1人では伸ばしきれない方向へ筋肉をストレッチすることができる
- 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

注意

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
岡本 弘平



ピックアップ食材 ニラ

塩分控えめ

豚ニラ炒め



●ニラ

ニラは色と食用する部分によって「葉ニラ」「黄ニラ」「花ニラ」に分類され、店頭でよく見かけるのは葉ニラです。家庭でも栽培しやすく、ひとつの株から年3〜4回収穫することができ、色々な料理に使われています。

ニラ独特の香り成分であるアリシンは、ビタミンB1と一緒に摂ることでB1の効果を高めてくれます。ビタミンB1はエネルギー代謝を活発にし、疲労回復に効果を発揮します。また、緑黄色野菜である葉ニラや花ニラはβカロテンが豊富で、油と一緒に摂ることで吸収率が高くなるという特徴があります。今回はビタミンB1が豊富に含まれる豚肉の中でも、特に含有量の多いモモ肉とニラを組み合わせた料理を紹介します。

【材料】 (4人分)

ニラ	1束(120g)
豚ももスライス	240g
まいたけ	1パック
卵 (Sサイズ)	2個
酒	大さじ1杯
オイスターソース	小さじ1杯
砂糖	小さじ1杯
醤油	小さじ2杯
油	小さじ2杯
糸唐辛子	適量

【栄養成分】 1人分あたり

エネルギー	210kcal
たんぱく質	21.5g
脂質	11.2g
塩分	0.9g
食物繊維	2.1g

【作り方】

- ①ニラを1〜2cmに切る。
- ②まいたけを食べやすい大きさにほぐす。
- ③Aの調味料を合わせる。
- ④熱したフライパンに油 (小さじ1杯) を入れ、溶いた卵を流し込みスクランブルエッグを作り器に盛り付ける。
- ⑤熱したフライパンに油 (小さじ1杯) を入れ、まいたけを炒める。
- ⑥まいたけが少ししんなりしたら、豚肉を加え炒める。
- ⑦豚肉にある程度火が通ったらニラを加え炒める。
- ⑧③を加えて味付けし、器に盛り付ける。
- ⑨最後に唐辛子をトッピングする。

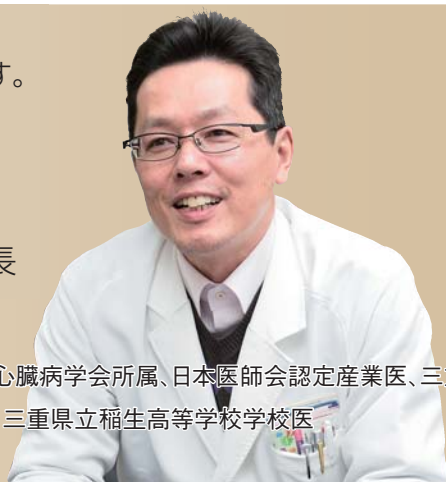
このコーナーでは毎号当院のドクターを紹介してまいります。

Doctors List

齋藤 誉宏 さいとう やすひろ 循環器内科 副院長

専門領域:虚血性心疾患の画像診断、カテーテル治療

資格:医学博士(2000年三重大学)、日本内科学会、日本循環器学会、日本心臓病学会所属、日本医師会認定産業医、三重大学医学部附属病院臨床講師、NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク理事、三重県立稲生高等学校学校医



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。

四日市市出身です。小さい時は落ち着きがなく、あらゆる「悪戯」をして両親を困らせていたようです。我が家には昔ながらの蔵があり、中は厚重な扉と壁に囲まれた真っ暗闇でネズミの住処。両親の私に対するお仕置きは、その蔵への監禁でありとても恐ろしかった記憶があります。当時はソフトボールが全盛期であり、4番サードのポジションを頂きました。その傍ら、当時小学校の間はみな珠算と書道を習う習慣があり、私もその波に乗り、珠算:初段、暗算検定:初段、書道5段まで頑張りました。



悪戯っ子だった幼少期

Q2. なぜ医師をめざしたのですか？

昔から、人との付き合いが大好きであり、幼心に人を相手にする職業に憧れていました。小中学校では教師を夢見ており、進学した四日市高校では弁護士か医師という職業を夢見ました。親から授かった名前「誉宏:やすひろと読みます」に負けない職業を考えるようになり、高校2年生時に医学部進学を目標に掲げました。私ごとですが一つ上に兄(現在は四日市でさいとう歯科開業)がおり、県外の大学歯学部へ進学したため、必然的に私は地元のみに制限され、地元である三重大学医学部一本勝負に出ました。当時マークシート方式の共通一次試験(1,000点満点)があり、目標から100点も足らずボーダーラインを切ってしまいました。涙ながら河合塾の申し込み書を横に置き二次試験での逆転を誓い、一ヶ月間毎日20時間勉強し、運よく現役合格できました。あの一ヶ月がなかったら私は今この鈴鹿回生病院にいなかったと思います。

Q3. 循環器内科を専門にしたのはなぜですか？

学生時代に済生会松阪総合病院に救急実習に行った際、循環器内科の井阪先生(現村瀬病院院長)の姿に憧れ、第一内科の門を叩きました。循環器内科は急性期治療の花形であり休日夜間の呼び出しもままならないですが、自分の手で患者さんを救命でき、一生患者さんに寄り添える科でもあり、選択に後悔はしておりません。

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、スポーツ・格闘技観戦とゴルフです。ゴルフは練習なしで90台維持を目標にしています。また学生時代サッカーをしていたため、現在鈴鹿回生病院フットサル部の主将として月1回の部活動で汗を流しています。

Q5. 今後力を入れて行きたい事は何ですか？

年齢がかさむにつれ、自身の体力維持を意識するようになり、運動不足の解消を心がけようと思います。また接遇委員長の立場から、病院の接遇面の更なる向上に貢献したいです。

Q6. 紹介を希望する疾患を教えてください

循環器病のリスクとなる生活習慣病や、循環器疾患全般(虚血性心疾患・心不全・不整脈など)です。病状・全身状態・社会的背景など総合的に判断してベストな治療法と一緒に考えます。

Q7. 学生時代の思い出をお聞かせください

中学ではソフトテニス部、高校では器械体操部に所属し、大学では団体競技をやりたいとサッカー部に所属していました。決して女子マネージャーに勧誘されて入部したわけではありません(笑)。大学の授業出席は最低限とし日々サッカーに明け暮れていました。いわゆる体育会系でチームワーク、上下関係の厳しさ、芸の極みをご指導頂き、医療人となった今でもその指導が非常に役に立っています。



Message

患者さんへのメッセージ

患者さんの目線に立つ医療を心がけています。一緒に病気を予防し、一緒に病氣と闘いましょう。今後とも鈴鹿回生病院をよろしくお願いします。

第15回鈴鹿市脳卒中市民講座開催

4月4日(土) 鈴鹿市ふれあいセンターにて第15回鈴鹿市脳卒中市民講座を開催致しました。100名を超える市民の皆様にご参加頂き、当院金丸医師をはじめ5名の医師により脳卒中に関する講演を行いました。終了後、市民の皆様からのご質問にお答えするコーナーでは沢山のご質問を頂き、皆様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。



平成28年度 新卒看護師募集!

見学会

・7月4日(土) 10時～

インターンシップ研修

- ・7月23日(木) 9時～16時
- ・7月29日(水) 9時～16時
- ・8月20日(木) 9時～16時
- ・8月25日(火) 9時～16時

受付締切

・7月10日までに
お申し込みください。
全日昼食はご用意しております。

TEL:059-375-1212(病院代表)
TEL:059-375-1332(看護部直通)
✉ mail:kangobu@kaiseihp.com
看護部 焼本 由美

お問合せ先

防災訓練

3月11日(水)に避難誘導、初期消火、消火器の操作を主に防災訓練を行いました。参加した職員は真剣に訓練に取り組んでいました。



かいせいきず info

今回の作品は子供たちのかわいらしい手でさくらを表現しました。ちょうちょうはクッション材を使ってスタンプ遊びをして製作しました。



ほっと smile

新任医師を
ご紹介いたします

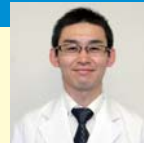
健診センター



作野 功典
(サクノヨシノリ)



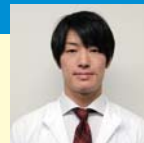
整形外科



植村 剛
(ウエムラタケシ)



整形外科



須藤 隆夫
(スドウタカオ)



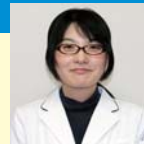
腎臓内科



遠藤 真由美
(エンドウマユミ)



神経内科



中村 直子
(ナカムラナオコ)



編集後記

今回は「新入職員紹介」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。



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)

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