

五十鈴の風

平成28年10月発行
発行：市立伊勢総合病院

安心していただける医療を

- 新任医師の紹介・・・よろしくお願ひします
- 院内トピックス・・・親子施設見学会を開催しました
看護師の活動紹介「ハンドマッサージ」
- 健康メモ・・・大腸がんについて
- 院内各科紹介・・・皮膚科
- 院内部署シリーズ・・・薬局
- 看護部シリーズ・・・「女性が働きやすい医療機関 第1号」に認定
- 栄養管理室だより・・・サンマの南蛮漬け



「紅葉」 田島 謹也氏 撮影

事務局だより

皆様から「五十鈴の風」の表紙を飾る写真を募集しています。広報図書委員会事務局(総務課 樋口)までお願いします。

市立伊勢総合病院理念

***** 人間性豊かな市民病院 *****
～市民の健康増進、生活の質の向上を目指して～
～愛情と誇りを持てる病院を目指して～

新任医師の紹介

よろしく
お願いします



にしくち やまと
西口 大和 (神経内科)

出身地：津市 出身大学：三重大学 前任地：伊勢赤十字病院

特技/趣味：ウォーキング 好きな言葉：千里の道も一歩から

一言：地域の方々のお力になれるよう、丁寧な診療を心がけていきます。

院内トピックス

親子施設見学会



当院では、地域の方に病院のことを知ってもらうことを目的として、毎年8月に小学生のお子さんと家族を募って、病院の親子施設見学会を実施しています。今年も8月18日(木)、23日(火)の2日間実施し、合計で13組30名の方に参加していただきました。

見学会は、前半に院内の見学を通して病院の仕事への理解を深めてもらい、後半には、看護の模擬体験などを通して実感してもらう形の2部構成で実施しました。

限られた時間ではありましたが、普段は見ることのできない場所の見学や、看護の模擬体験などに、子供たちも熱心に参加していました。今回の見学会で、子供たちが、医療に対する意識を高めるきっかけになれば嬉しく思います。

(総務課)

看護師の活動紹介「ハンドマッサージ」

わたしたちは毎年、伊勢病院ふれあいまつりでハンドマッサージをしています。

今回、「これからどうなる？わがまちの医療講演会(9月3日開催)」の主催者から、「その技術を活かしてもらえないか」と依頼があり、来場者向けにハンドマッサージを実施することになりました。講演会が開始されるまでの1時間という限られた時間でしたが、およそ10名の方にハンドマッサージをしました。

今後もこのような機会があれば積極的に参加していきたいと思います。

また、今年の伊勢病院ふれあいまつりでも実施する予定ですので、多数の方のご来場をお待ちしています。

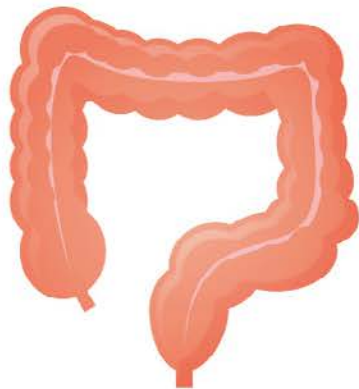


〈来場者の声〉

- とても気持ちよかった。マッサージの仕方などアドバイスもしてくれたので嬉しかった。
- すごく丁寧にマッサージをしてくれた。これから日頃のケアも大切にしていきたい。
- 今回は時間に間に合わなかったが、また、こんな機会があればしてもらいたい。

大腸がんについて

1981年以来、がんが日本人の死因の第1位を続けています。今やその死亡者数は第2位の心疾患の約2倍にのぼり、死亡者の3人のうち1人はがんがもとで亡くなっています。中でも死因として増えているのが男女とも大腸がんです。1965年に大腸がんで亡くなった人は男性3265人、女性3335人でしたが、2010年には男性2万3921人、女性2万317人にのぼり、死亡者数は半世紀で男性約7倍、女性は約6倍に膨れ上がりました。その結果、2014年現在、男性のがん死亡者数の中で大腸がんは、肺がん、胃がんに次いで第3位を占め、女性では2003年以来、第1位を続けています(数字は厚生労働省・人口動態統計による)。これまで欧米に多かった大腸がんが、日本でも増加した原因としては、食生活の欧米化により、肉類など動物性脂肪の摂取が増えた一方、繊維質の多い野菜の摂取が減ったことなどが挙げられます。したがって食生活の改善のほか、飲酒量、喫煙、運動など日常生活に気をつけることが大切です。



大腸の壁は内側から順に、粘膜、粘膜下層などからなり、ほとんどのがんは粘膜の細胞から発生します。発生には二つの経路があると考えられています。一つは、粘膜からキノコのように盛り上がった良性のポリープが何らかの刺激を受けてがん化するものです。もう一つは、正常な粘膜に何らかの刺激が加わりがんが発生するもので、形は平坦、またはくぼんでいます。日本人の場合、直腸とS状結腸ががんのできやすい部位で、特に最近、S状結腸がんが増えています。

大腸がんが他のがんと大きく違う点は、早期に発見して、早期に治療すれば、完治する可能性が高いことです。また、早期に発見すれば治療も軽くて済むことが多いのです。ただし大腸がんは、早期の段階では症状がほとんどありません。早期発見のためには、検診が有効な手立てです。大腸がんの発生が増加する40歳以上の方は年1回、検診を受けることをお勧めします。

なお、検診では、以下の検査があります。

●便潜血反応検査

一般的な集団検診で取り入れられている簡易な検査方法です。この検査で「陽性(血が混じっている)」となっても、がんによる出血なのか、痔や良性のポリープなどからの出血なのか、判別できません。このような場合、大腸内視鏡検査、注腸造影検査などの精密検査を必ず受けて下さい。

●直腸指診検査

ゴム手袋を装着した医師が肛門から直腸内に指を挿入して、がんやポリープを探します。直腸がんの検診に有効です。

●腫瘍マーカー検査

体のどこかにがんができると、がんに関連したたんぱく質などが増えることがあり、血液検査で調べることができます。この物質を「腫瘍マーカー(目印)」と呼びます。ただし、腫瘍マーカーの数値だけでがんが発生しているかどうかは判断できません。

(外科・消化器外科 医師 弓削 拓也)



当院皮膚科は、伊勢市から三重県南部における皮膚科診療の中心として、一般皮膚科から専門領域まであらゆる皮膚疾患に対して診療を行っています。

一般皮膚科としては、地域の連携医と同様に、湿疹、接触皮膚炎(かぶれ)、とびひ、にきび、じんましん、水虫、帯状疱疹など様々な疾患の診断・治療を行っています。また、連携医では対応できないような重症例や、他科との連携が必要な症例はご紹介いただき、採血や細菌検査、画像検査など行いながら専門的な治療、必要に応じて入院治療を行っています。

院治療を行っています。

皮膚腫瘍については、切除手術、液体窒素による冷凍凝固術、炭酸ガスレーザーによる焼灼術など行っています。特に当地域では高齢の方も多く、患者さんの年齢、全身状態、通院可能かどうかなど考慮して、個々の患者さんに合わせた治療方法を相談の上で適切に選択し、過不足無い治療を行うように心がけています。可能であれば日帰り手術も行っています。また、他院よりご紹介いただいた患者さんについては、抜糸等の術後の通院を、紹介医で行っていただくことも多いです。

2016年6月より当科でも予約患者を優先し診療を行っております。予約外受診される患者さんは申し訳ありませんがお待ちいただくことが多くなりがちです。皮膚科開業医や地域連携医を受診し、必要に応じて地域連携室を通じて受診日を予約した上で受診頂きますと待ち時間短縮に繋がりますのでよろしくお願いいたします。

(皮膚科 副部長 中 正直)

院内部署シリーズ

薬局



当院の薬局は、薬剤師12名・助手2名の体制で業務を行っています。現在は、以前のような調剤室が中心の時代から病棟を中心とした業務へと移ってきました。

医療が日々変化し情報が溢れる中、各分野に精通した薬剤師が病棟を中心に活動をしています。安心して服薬し、治療を受けられる様に医師や他の医療スタッフと連携し、情報を共有しながら患者さん、家族と向き合っています。その上で医師と協力し、処方

の組み立てにも積極的に参加しています。また、薬のプロとして患者さんのベッドサイドに伺い、お薬の説明、飲み合わせや副作用の有無等も確認しています。他にも注射薬の準備、高カロリー輸液や抗がん剤の無菌的な調整も行っています。

医薬品が適正に安心して使用できるよう、日々情報の収集に努め、購入・保管・管理・供給すべてにおいて薬局内外での連携を密に行っております。今後もスタッフ一丸となり、質の高い医療が提供できるように取り組んでいきたいと考えております。

お薬の効果を十分に発揮し、安心して服用するためにもお薬への不安や疑問などありましたら、どうぞお気軽にご相談下さい。

(薬局 濱村 幸恵)

看護部シリーズ 「女性が働きやすい医療機関 第1号」に認定



皆さん、玄関ロビーに医療機能評価機構の機能評価認定証と共に新しい認定証が掲示されていることにお気づきでしょうか？

これは三重県が、平成27年度から創設した「女性が働きやすい医療機関認証制度」の認定証です。女性にとって働きやすい医療機関を評価することで、医師や看護師をはじめとした女性の医療従事者の確保につなげるために、全国で初めて創設されたものです。

当院の取り組み（子育て中の短時間勤務制度、院内保育所の整備・職場の雰囲気など）が認定に繋がりました。最近では職場見学に訪れ、この認定証が就職の決意に繋がるケースも出てきました。今回の認定に満足せず、今後も働きやすい環境の整備に取り組んでいきたいと思ひます。

(看護部)

栄養管理室だより

栄養士おすすめメニュー

サンマの南蛮漬け

サンマが旬の時期になってきました。サンマなどの青背の魚は、コレステロールが気になる方に積極的に摂ってほしい食材です。

厚生労働省策定の日本人の食事摂取基準（2015年版）では、健康な人の場合のコレステロール摂取の上限値がなくなりました。これは、摂取したコレステロールが血液中のコレステロール値に与える影響には個人差が大きく、どこまで大丈夫という数字が出せないためです。そこで、コレステロールが気になる方は注意が必要です。

注意するポイントとしては、食べ過ぎを控えてバランスの良い食事にする、魚を除く動物性脂肪（肉の脂身、乳脂肪）を控えて、食物繊維の多い食品（野菜、海藻、きのこなど）、青背の魚、大豆製品を積極的に摂ることが大切です。また、日頃から適度な運動をして体重を適正に保つことも大事です。

今回は、サンマを使った南蛮漬けをご紹介します。



材 料(2人分)

- サンマ(三枚おろし)……中1尾分
- 片栗粉……………大さじ1
- 揚げ油……………適量
- 人参……………中1/8本
- 玉ねぎ……………中1/2個
- 葉ねぎ……………1本
- 砂糖……………大さじ1.5
- 醤油……………小さじ2
- 酢……………大さじ3

<1人分の栄養価> *エネルギー 259kcal *たんぱく質 10.4g *食塩 1.1g

作り方(レシピ)

- ① 人参は細い千切り、玉ねぎは薄いスライスにして水にさらす。葉ねぎは小口切りにして水にさらす。さらした後、絞って水気を切る。
- ② ボウルに砂糖、醤油、酢を入れて混ぜ、①の人参と玉ねぎを加える。
- ③ サンマは3等分して、ビニール袋に片栗粉と共にに入れてまぶし、油で揚げる。
- ④ 揚げたサンマを②のボウルに入れて漬け込む。皿に盛り付けて、①の葉ねぎをのせる。

市立伊勢総合病院全科診察表 (平成28年10月1日現在)

※=休診

診療科	月	火	水	木	金		
内科	1診	※	池田	藤本	呼吸器 畑	藤本	
	2診	※	山崎	江見	鈴木	呼吸器 畑	
	新患	3診	受付11時まで 畑	第1・3・5 江見 第2・4 仁木	池田	受付11時まで 徳田敦	消化器新患 鈴木
		4診	佐藤	※	新患・再来 玉井	第1・3・5 山崎 第2・4 本多	松田
	6診	消化器 藤本	榎村	※	※	池田	
	特殊外来	※	食事療法(診察) 藤本	ヒロリ専門外来 山崎	消化器 仁木	第3金曜日 ベース メーカ外来	
	循環器内科	※	食事療法 (栄養指導)	※	午前・予約のみ 向井	江見	
	神経内科	新患 1診	西口	(紹介のみ) ※ 松尾			松本
		再来 1診	西口	(予約のみ) ※ 松尾			西口 松本
		再来 2診	松本	松本	宮村	松本	宮村
外科 消化器外科	1診	伊藤史	山崎	伊藤史	野田	担当医	
	2診	武井	山崎	第1・3・5 岡本 第2・4 武井	岡本	※ 乳癌外来 13時~15時予約のみ 担当医 稲上	
	3診	※	※	※	弓削	※	
整形外科	1診	紹介新患 原	新患 紹介新患 吉田	新患 紹介新患 鈴木	新患・再診 紹介新患 浅野	新患 紹介新患 里中	
	2診	再診 里中	再診 鈴木	再診 原	※	再診 吉田	
	3診	新患 宮村	再診・紹介新患 リウマチ・手の外科 原	再診 里中	※	再診 (10時30分から) 鈴木	
放射線科 (放射線科)白濁 ライオンック室	治療新患・再診 笹岡	※	※	※	※		
麻酔科 (院内予約のみ)	麻酔外来 倉田・木下	麻酔外来 倉田・木下	麻酔外来 倉田・木下	※	※		
緩和ケア外来 (午前のみ)	松原	※	松原	※	※		

診療科	月	火	水	木	金	
皮膚科	1診	新患・再診 中	再診 西井正美	新患・再診 宮崎	新患・再診 西井正美	新患・再診 西井正美
	2診	新患・再診 宮崎	新患 中	※	新患・再診 宮崎	新患・再診 中
泌尿器科	堀内	今村	東	堀内	今村	
産婦人科	午前	はるみ	はるみ	はるみ	はるみ	はるみ
	午後 (手術)	はるみ (手術)	はるみ (手術)	※	はるみ (手術)	※
女性外来 (午後・予約のみ)	※	※	はるみ 金子	※	※	
漢方外来 (午後・予約のみ)	※	※	中山	※	※	
小児科	午前	※	※	※	※	
耳鼻咽喉科	石永	※	※	※	※	
眼科	1診	中世古幸	中世古幸	中世古幸	中世古幸	中世古幸
	2診	中世古直	中世古直	中世古直	中世古直	中世古直
精神科	※	狩山	※	※	※	
歯科 口腔外科	初診	森	堀部	木下	堀部	森
	再診	木下	木下	森	木下	木下
	再診	堀部	森	堀部	森	堀部
形成外科	※	※	診察開始 10時から 第2・4 杉浦	※	大西	
	※	※	毎週火曜日 9時~12時	※	※	
リハビリテーション科	※	前田	※	※	※	
脳神経外科	※	※	※	※	畑崎	
健診 センター	1診	江見史	江見史	泉	江見史	西井三
	2診	金子	金子	金子	稲守	山崎
	婦人科	はるみ	はるみ	はるみ	はるみ	はるみ

★脳神経外科は金曜日の11時~17時以外は医師不在です。
★耳鼻咽喉科は月曜日の午前中以外、医師不在です。★小児科は金曜日の午前中以外、医師不在です。
★形成外科は金曜日及び第2・第4水曜日の午前中以外、医師不在です。

バス時刻表 (平成28年7月1日現在) のりば 病院前(玄関前)

行先	時刻	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	備考
松尾観音經由 大倉うくす台			37	12	12									
山岡口經由 大倉うくす台						8	8	8	8	8	8	8	8	
伊勢学園前經由 伊勢市駅前					38	38	38	38	38	38	38	38	38	※は山岡口經由 緑字は平日のみ ●日祝日と8月13日~ 15日は伊勢市駅前止め
伊勢赤十字病院 いせトピア經由 有滝	49													
伊勢学園前經由 有滝													38	
伊勢市駅前經由 道方						16	51							
イオン伊勢店		19	9	17	19	17	19	17	19	17	19	17	13	
イオン經由 五十鈴川駅前		47	47	47	47	47	47	47	43	33	33			
サンアリーナ經由 夫婦岩東口				58				43						
伊勢丸岡經由 御座港													59	

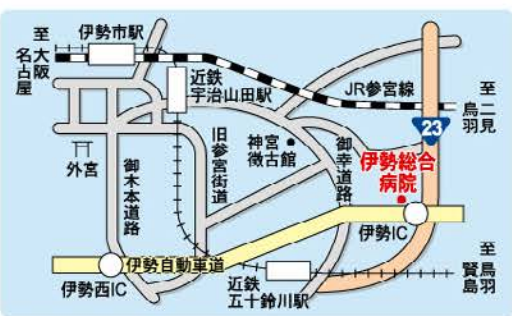
のりば 病院西口

行先	時刻	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	備考
徳古館前 宇治山田駅前 伊勢市駅前經由 外宮前			23	23	19	19	19	19	19	19	19	19	19	24	▲18	緑字は平日のみ (学休日のてく) 赤字は土・日・祝日・ 学休日 ▲ = 宇治山田駅前 行き
宇治山田駅前經由 伊勢市駅前			52	53	53	54	59	59	59	59	59	59	59	54	▲48	
宇治山田駅前經由 伊勢市駅前			31	22	36		32	32	32	32	32	32	32	28	8	青字は日・祝日のみ
宇治山田・伊勢市駅前經由 伊勢赤十字病院			31	22	32	52		32								伊勢赤十字病院行は 日・祝日運休
五十鈴川駅前經由 内宮前			12	17	14	14	2	2	2	2	2	2	2	12	17	× 学校休校日運休 学休日 = 三重県立 高校の春・夏・冬 休みの平日
磯部バスセンター經由 御座港			44	44	52	52	52	52	52	52	52	52	52	47		橙字は伊勢丸岡經由 黄緑字は大宮口經由 ■は志摩病院經由
磯部バスセンター經由 宿浦					33	33		23	23	23	23	23	23	23	23	

おかげバス 鹿海・朝熊 ルート		時刻	8	9	11	12	14	15	16
A	回り	いせトピア		12	52				
B	回り	五十鈴川駅前▶朝熊町▶西鹿海▶いせトピア		35	12	57	42	19	

おかげバス 二見 ルート		時刻	7	9	10	12	13	14	16	17
▶	五十鈴川駅前			57	46	36	17			
▶	いせトピア▶汐合▶JR二見浦駅前▶松下広場			23	6	54	36			

(完全予約制) おかげバスデマンド 小木・田尻 ルート		時刻	9	10	11	12	14
▶	いせトピア▶田尻町▶ラパーク▶伊勢赤十字病院			22	42	17	
▶	五十鈴川駅前			5	55	50	



- ### 交通アクセス
- 近鉄宇治山田駅から
▶車で約10分
 - JR・近鉄伊勢市駅から
▶車で約10分
 - 近鉄五十鈴川駅から
▶徒歩約10分
 - 伊勢ICから
▶車で約3分

外来案内

- 診察受付時間 午前8時30分~午前11時30分
- 面会時間 午前7時~午後9時
- 休診日 土・日曜日・祝日
年末年始 (12/29~1/3)

市立伊勢総合病院
〒516-0014 伊勢市楠部町3038
TEL 0596-23-5111 FAX 0596-27-2315
http://hospital.city.ise.mie.jp