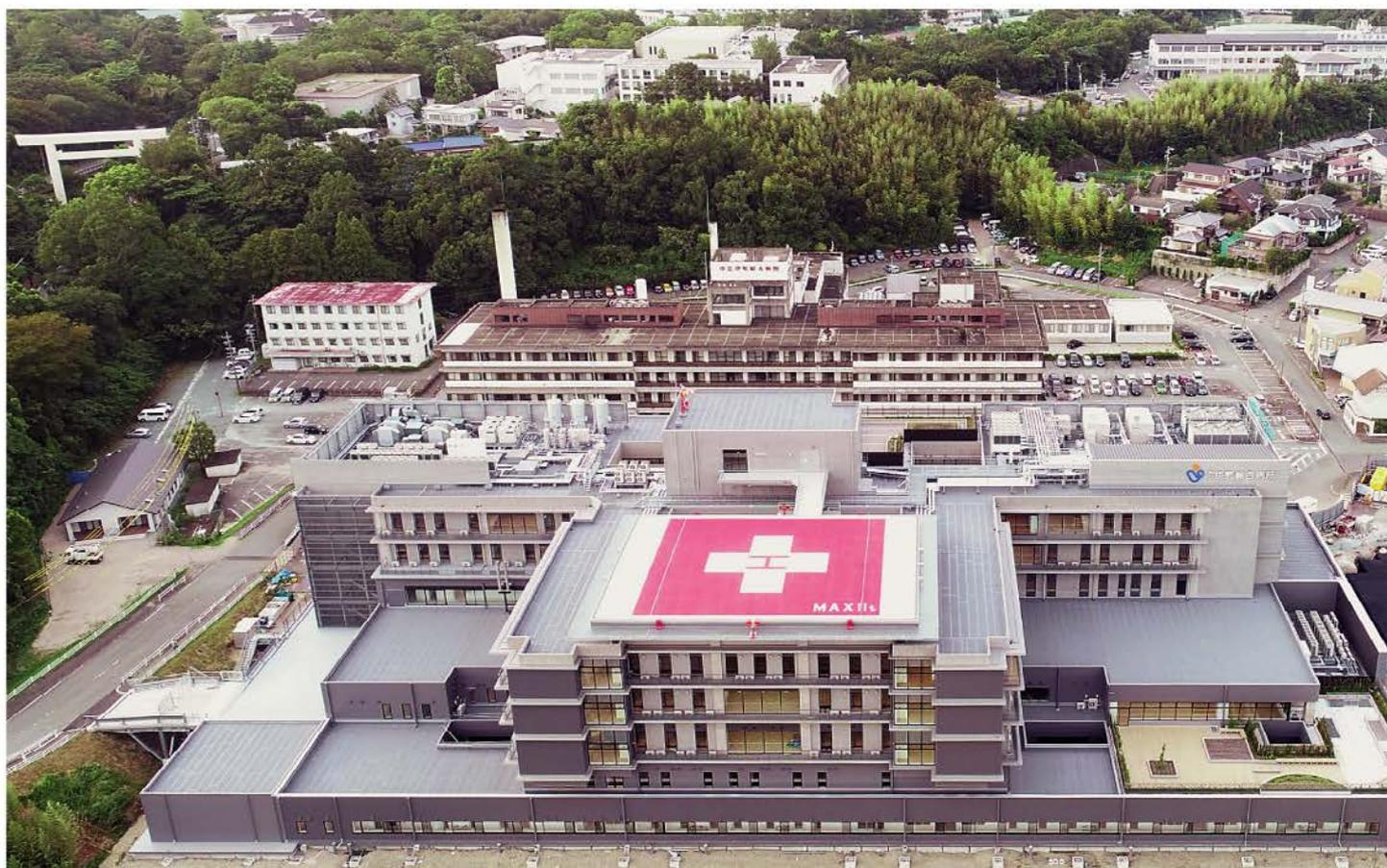


五十鈴の風

平成30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

- 院内部署シリーズ・・・健診センター室
- 看護部シリーズ・・・糖尿病看護チーム
- 健康メモ・・・顎関節症について
- 院内トピックス・・・新しくなった『さくらんぼ保育所』
- 院内ボランティア・・・募集中
- 院内各科紹介・・・外科・消化器外科
- 栄養管理室だより・・・栄養士おすすめメニュー
「鮭の南蛮漬け」



現病院と新病院（8月30日撮影）

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 姫子松）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～

院内部署シリーズ

健診センター室



健診センター室では、人間ドックや健康診断の予約受付、準備等を行っています。受診者の皆さんが、快適に検査を受けていただけるよう、親切で丁寧な窓口対応はもちろんのこと、医師や看護師等と連携し、健診サービスの向上に取り組んでいます。

おかげさまで、多くの方々からご予約をいただき、予約が集中する時期には予約が取れず、受診を希望する皆さんには何かとご迷惑・ご不便をおかけしています。3月後半から4月前半までは比較的余裕がありますので、ご予約をいただく際には、是非ご検討をよろしくお願いいたします。

また、現在は、本館とは別棟ですので、一部の検査は本館へ移動していただくこともありますが、平成31年1月からは新病院が開院し、健診センターも同じ建物内へと引っ越します。これまでより利便性が向上します。

今後とも安心して快適に受診ができる環境づくりと、質の高い健診機関を目指して一同日々努力をしていきます。当センターを皆様の健康づくりに是非お役立てください。

ご不明な点は、お気軽に健診センター室（TEL0596-23-5416）までお問い合わせください。

健診センター室 河俣 敦士

看護部シリーズ

糖尿病看護チーム



私たち、糖尿病看護チームは、糖尿病患者様への正しい知識および技術の充実と向上を図り、患者さま又は地域住民の方に指導や予防について情報共有の場とすることを目的に活動しております。

チームメンバーは16名で、日本糖尿病療養指導士と糖尿病重症化予防研修修了者で構成されております。活動内容は、糖尿病療養指導としてフットケア外来・糖尿病透析予防指導・自己注射と自己血糖測定指導などを行っております。また院内

の生活習慣病予防チームと連携して糖尿病教育入院・糖尿病教室・市民公開講座への参加・出前講座などの活動しております。

糖尿病は、気づかぬうちに進行していきます。早期は自覚症状がないため発症そのものに気づかなかつたり、健診などで発見されて治療を開始しても、治療の成果を自覚出来ずに放置してしまう人が多い病気です。しかし、糖尿病が怖いのは放置していると、確実に進行することです。その結果、取り返しのつかない「合併症」を引き起こしてしまい悔やむことにもなりかねません。成人の失明原因の第1位は糖尿病による網膜症であり、腎不全による人工透析を行っている人の3分の1は糖尿病患者であるといわれております。また糖尿病は動脈硬化を進行するので、心筋梗塞や脳梗塞の危険にもさらされることになります。

地域の皆様がより健康的な生活が送れるように私たち、糖尿病看護チームが一丸となりこれからも活動していきます。よろしくお願いいたします。

看護部 奥村 美保子

顎関節症について

顎関節症は、食べ物を咬むときに顎の関節や周囲の筋肉に痛みを覚えたり、口の開け閉めをするときに顎の関節からカクカク・ゴリゴリと音がしたり、口が大きく開かなくなったりなどの症状を伴う、顎の関節や周囲の筋肉の病気です。

原因としては、不良なかみ合わせの状態、精神的なストレス、食事の中に左右どちらか決まったほうだけで噛んでいる偏咀嚼や頬杖などの悪習癖、歯ぎしりや食いしばりなどがあり、これらが組み合わさった結果、各個人の適応能力を超えてしまうと顎関節症の症状が現れます。診断のためには、関節リウマチや外傷性顎関節炎などの鑑別診断が必要です。症状がいつからどのように始まったのか、症状がどう変化したかなどを確認し、顎の関節や周囲の筋肉、口腔内の診査を行います。画像検査としてはパノラマエックス線検査やMRI検査を行います。

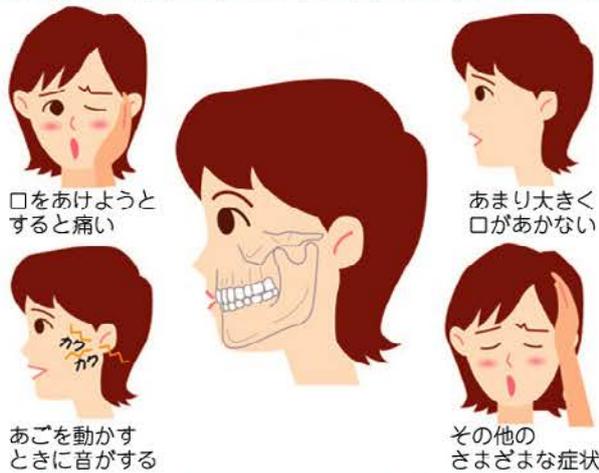
治療方法としては、できるだけ咬合調整などの不可逆的な方法を避け、可逆的な方法を選択していきます。まず、痛みの緩和を目的として内服薬を処方します。それと平行してスプリント（マウスピース）を用いて、咬合時の顎の関節や周囲の筋肉への負担を軽減させる治療を行います。さらに、

開口訓練やレーザー照射、マッサージなどの理学療法、歯ぎしりや食いしばり、姿勢など日常的な癖を修正する行動療法なども行います。

予防法としては、虫歯、歯周病、抜けている歯の治療を受けて出来るだけ左右同じように咬むことを心掛ける、食いしばりや歯ぎしりをしないようにする、頬杖やうつ伏せ寝など、日常なにげなく行っている習慣や癖を見直すことも大切です。

あてはまる症状のある方は気軽に当科にご相談ください。

歯科口腔外科 副部長 森 悟



院内トピックス

新しくなった『さくらんぼ保育所』

平成30年9月1日に新保育所が開所致しました。この保育所は職員が仕事と育児を両立できる環境の整備を目的として、院内で働くすべての職員の子供を対象に保育を行っている所です。

総務課



院内ボランティア募集

● ボランティア

患者さんに少しでも心の支えや、安らぎを得ていただける環境作り等患者サービスの一層の向上を図ることを目的として、下記の通り病院ボランティアの方々に活動をしていただいております。

活動日時

月～金曜日（祝日を除く）午前8時30分～午後5時で都合の良い時間

活動場所

玄関ロビー、ボランティア室、病棟など

活動内容 ※活動内容は本人の希望によります。（無報酬）

車椅子の患者さんの介助、院内案内、手話通訳

移動図書（病室を訪れて入院中の患者さんへ本の貸し出し）

車椅子、点滴スタンドなどの点検・清掃、医療材料作り など

ご興味を持たれた方はお気軽にお問合せください。

〈お問い合わせ先〉

市立伊勢総合病院 総務課
ボランティア担当



● ホスピスボランティア

来年1月に開設するホスピス病棟では、チームの一員として活動していただけるホスピスボランティアを募集しています。積極的治療が困難になったがん患者さんが過ごされるホスピス病棟では、日常への眼差しを大切にしており、病院という環境の中に、医療者とは異なる視点で日常性を創り出し、ごく普通の社会の風を届けてくださるホスピスボランティアは、重要な存在であり、患者さんやご家族が、ひと時の安らぎを感じられる時間を私たちと共に作っていただけたらと思います。ティーサービスや生け花づくり、季節のイベントの準備や運営などを行う活動に興味のある方はお気軽にお問合せください。

〈お問い合わせ先〉

市立伊勢総合病院 医療事務課
ホスピスボランティア担当





新病院外来前

当科は常勤の外科医が今年1名増え6名の体制となりました。主に消化器の悪性疾患(食道、胃、大腸、肝臓、胆道、膵臓の癌など)、乳癌、肺癌、また肩径ヘルニア(脱腸)、胆石症、虫垂炎など良性疾患の手術治療を手がけており、2017年の総手術件数は約500件(入院手術約400件+外来手術約100件)となっています。

癌など悪性疾患には主治医が中心となって、手術の内容も含めた治療方針、術後の治療などを、治療ガイドラインに沿った標準治療をもとに、個々の患者さんの病状に合わせながら複数の医師で検討して進めています。さらに手術の前後に抗癌剤治療や放射線治療を

組み合わせる集学的治療を行い、機能温存と治療効果を両立できるよう治療計画を立てています。

また当科は腹腔鏡手術に力を入れており、毎年200件以上(2017年は胃癌手術の20%、大腸癌手術の84%)行っています。開腹手術と比較して安全性は変わらず、むしろ傷が小さく体への負担が少ないメリットがあります。適応をよく検討して、ご希望があれば腹腔鏡下手術を選択して頂けますので気軽にご相談下さい。

手術は病気を治すためとはいえ、体力的・精神的に負担のある治療です。患者さんが元気になるために、治療に向き合ってもらえるよう薬剤師、看護師など複数の職種でチームを組んでサポートしていきます。

そして来年からは新病院での診療となり手術室、設備も新しくなります。今後もさらに地域のニーズにお応えし、皆様に、より安心して最適な治療を提供できるよう取り組んでいきます。

(外科・消化器外科 副部長 藤崎 宏之)



栄養管理室だより 栄養士おすすめメニュー

鮭の南蛮漬け



鮭が旬の時期になってきました。鮭や秋刀魚、干しいたけなどに多く含まれるビタミンDはカルシウムの吸収を助ける働きがあります。

カルシウムは吸収されにくい栄養素のため、ビタミンDや吸収されたカルシウムを骨に取り込むのを助けるビタミンK(緑黄色野菜や海藻、納豆などに多く含まれる)も一緒に摂取することをおすすめします(治療中の方はかかりつけの医師の指示を守りましょう)。

今回は、鮭の南蛮漬けをご紹介します。

<1人分の栄養価> *エネルギー 167kcal *たんぱく質 18.4g *食塩 1.4g

材料(2人分)

- 生鮭……………2切
- 塩、こしょう……………少々
- ピーマン……………20g
- 人参……………20g
- 玉ねぎ……………40g
- A 酢……………大さじ2
- 砂糖……………小さじ4
- 塩……………小さじ1/6
- 醤油……………小さじ1
- ごま油……………小さじ1
- 赤唐辛子……………1/2本

作り方(レシピ)

- ① 生鮭に塩、こしょうをふる。
- ② ピーマンと人参、玉ねぎは千切りにする。
- ③ Aを混ぜて(赤唐辛子は種を抜き、輪切りにする)南蛮酢を作り、混ぜ合わせておく。
- ④ ①の鮭を焼き、火が通ったら③に加えて30~40分おき、味をよくなじませる。

市立伊勢総合病院全科診療表 (平成30年10月1日現在)

※=休診

診療科	月	火	水	木	金	
内科	1診	畑	池田	藤本昌	呼吸器畑	藤本昌
	2診	呼吸器林	山崎	江見	鈴木	呼吸器畑
	3診	井口	江見	池田	受付11時まで徳田敦	消化器新患鈴木
	4診	受付11時まで藤本直	上杉	玉井	澤井	野村
	6診	上杉	榎村	※	第1-3,5山崎第2-4上杉	池田
	7診	※	井口	※	※	※
	特殊外来	消化器藤本昌	食事療法(診察)藤本昌	佐藤	消化器仁木	第3金曜日メーカール
循環器内科	※	佐藤	山崎	向井	江見	
神経内科	1診	中村	※	西口	谷口	松本
	1診	中村	※	西口	谷口	松本
	2診	松本	松本	松本	松本	中村
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	※
	3診	藤崎	※	※	弓削	※
整形外科	1診	初診原	初診吉田	初診塚本	初診・再診高橋	初診里中
	2診	再診里中	初診・再診浅野	再診原	※	再診吉田
	3診	再診吉田	再診原	再診里中	※	初診・再診鈴木
	4診	初診・再診浅野	初診・再診鈴木	※	※	再診塚本
放射線科	治療新患・再診	※	※	※	※	
麻酔科	麻酔前診察(院内予約のみ)	倉田・木下	倉田・木下	倉田・木下	※	※
	ペイン・緩和(午前のみ)	松原	※	※	※	※

診療科	月	火	水	木	金	
皮ふ科	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	大和	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)	※	※	※	※	※
女性外来(午後・予約のみ)	※	※	はるみ	※	※	
漢方外来(午後・予約のみ)	※	※	中山	※	※	
小児科	午前	※	食事療法(栄養指導)	※	一般アレルギー徳田玲	
耳鼻咽喉科	石永	※	※	※	※	
眼科	1診	中世古幸	10時まで中世古幸	中世古幸	中世古幸	中世古幸
	2診	中世古直	10時まで中世古直	中世古直	中世古直	中世古直
精神科	※	狩山	※	※	堀部善	
歯科	初診	森	小熊	木下	小熊	森
	再診	木下	木下	森	木下	木下
	再診	小熊	森	小熊	森	小熊
形成外科	※	※	10時から第2-4田口	※	大西	
リハビリテーション科	※	※	9時~12時	※	※	
脳神経外科	※	※	13時~16時	※	畑崎	
健診センター	1診	江尻	江見史	江見史	江見史	泉
	2診	金子	金子	金子	金子	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は医師不在です。
★形成外科は第2・4水曜日及び金曜日以外は医師不在です。
★小児科は金曜日の午前中以外は医師不在です。
★漢方外来は水曜日以外は医師不在です。
★この科は初診時、紹介状が必要です。

バス時刻表 (平成30年4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
山岡口經由伊勢赤十字病院	49													●日祝日と8月13日~15日は伊勢市駅前止め
いせトピア經由有滝			36	36	36									
伊勢学園前經由有滝										38		38		
伊勢市駅前經由道方						16	51							
イオン伊勢店		14	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			
リンアリーノ經由大崎宮東口			58				43							
伊勢IC經由御座港											59			

バス時刻表 (平成30年4月1日現在) 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
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	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	54	▲48
宇治山田駅前經由伊勢赤十字病院			31	24	36		32	32		32	32	32	32	16	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	24			32									伊勢赤十字病院行は日・祝日運休 × 学校休校日運休
五十鈴川駅前經由内宮前			12	17	14	14	12	12	12	12	12	12	12	12	17	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		
磯部バスセンター經由宿浦					0	32					55			0	0	●は志摩病院經由

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	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・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