

五十鈴の風

令和2年7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
- 看護部シリーズ・・・4東病棟
- 院内各科紹介・・・整形外科
- 院内部署シリーズ・・・院内清掃
- 健康メモ・・・^眼眼瞼下垂症について
- 院内トピックス・・・ロコモ検診(運動器検診)を始めました
- 栄養管理室だより・・・栄養士おすすめメニュー
「具たくさんつけそば」



「ハマボウ」



「蝶トンボ」



「蓮の花と赤トンボ」

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(経営企画課 倉世古)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

たいしゃく あつひと

帝釋 敦仁 (初期研修医)

出身地:伊勢市 出身大学:名古屋市立大学 特技/趣味:ピアノ・ソフトテニス

モットー:楽しく頑張る

一言:故郷で医師としての一歩を踏み出せることを嬉しく思います。一刻も早く医療に貢献できるよう、精いっぱい努力しますので、ご指導のほど、宜しくお願い致します。

なかむら れな

中村 麗奈 (初期研修医)

出身地:伊勢市 出身大学:三重大学

特技/趣味:特技:フィギュアスケートのジャンプ6種類を見分けること

趣味:旅行、動物園・水族館めぐり

好きな言葉:ちりも積もれば山となる

一言:この度、研修医として働かせていただくこととなりました、中村麗奈と申します。

伊勢市出身で、今後も伊勢市の医療に携わっていきたくて考えています。まだまだ未熟で、ご迷惑をおかけすることもあると思いますが、精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。

にしむら かな

西村 花奈 (初期研修医)

出身地:津市 出身大学:三重大学

特技/趣味:食べ歩き マイブーム:テイクアウトでおうち時間を充実させること

一言:三重県出身ですが、伊勢に住むのは初めてです。

皆様のお役に立てるよう、日々精進していきます。

みずたに りんいちろう

水谷 凜一郎 (初期研修医)

出身地:四日市市 出身大学:三重大学 特技/趣味:ゴルフ マイブーム:カメラ

一言:この度、研修医として勤務させていただくことになりました、水谷凜一郎と申します。

一日でも早く仕事を覚え、皆様のお役に立てるよう、頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。



看護部シリーズ

4東病棟



当病棟は、主に内科・脳神経内科・口腔外科の混合病棟で、急性期、慢性期疾患の検査や治療、手術など幅広い看護知識と技術を必要としています。日常生活で出来ていた事が、病気の発症、入院を機に出来なくなり、看護を必要とする患者さんも多く見られます。患者さんの回復を全力で支援しつつ、患者さん、ご家族の思いを聴かせていただきながら、医師・医療ソーシャルワーカー・理学療法士等との連携を密に行っています。そして一番適した

療養先を検討し、地域の訪問看護や施設、介護支援専門委員と協働し退院支援を行っています。

近年、看護の分野においても、専門的な高い知識を学んだ看護師が活躍しています。当病棟には、糖尿病療養指導士の資格を持ったスタッフが4名所属しており、糖尿病患者さんの指導に当たっています。また、認知症看護認定看護師が所属しています。入院という環境の変化により認知症状が悪化したり、一時的に時間や場所が急に分からなくなる見当識障害を発症される事があります。認定看護師による学習会やアドバイスを受けながら、患者さんの安全を守り、質の高い看護ができるよう取り組んでいます。目標は、認知症看護のモデル病棟になることです。

私たちスタッフ一同は、安全で安心な医療、看護を提供する事はもちろんのこと、患者さんご家族の思いに寄り添った看護を提供できるよう、元気いっばいに取り組んでいます。

看護師長 野呂 美晴



整形外科では上肢・下肢・脊椎の疾患および外傷の治療を行っています。2018年には常勤医が6人に増員となり、2019年には手術件数は1300件を超え、三重県内ではトップクラスの手術件数となっています。手術は高齢者の脆弱性骨折など外傷が多いですが、手外科・人工関節の手術数も年々増加し県内ではトップクラスの件数となっています。

以下に当科の取り組みに関して紹介します。

【手外科・マイクロサージャリー】

主に肘から手の疾患や外傷を扱う『手外科』では、専門的な治療が必要となることが少なくありません。骨折や脱臼、腱や靭帯の断裂などの外傷、手指の変形性関節症、末梢神経障害などの診療を行っています。また、手術用顕微鏡を使用したマイクロサージャリーの技術を用いて、切断肢指の再接着術、四肢の骨や皮膚・断裂した神経や血管の再建手術なども行っています。

【関節外科(人工関節)】

主に肩関節・肘関節・股関節・膝関節・足関節の変形性関節症・関節リウマチなどの関節疾患に対して人工関節置換術を行っています。3Dシミュレーションを導入して綿密な術前計画を行っています。また、股関節・膝関節では術中ナビゲーションを使用することで安全で正確な手術が可能となっています。肩関節では近年国内でも使用可能となったリパース型人工関節手術も行っています。



【外 傷】

四肢・骨盤・脊椎の骨折、関節脱臼などの外傷を多く診療しており、緊急手術にも対応しています。手術後の早期からリハビリを開始し、他科や他職種とも連携して早期の社会復帰に取り組んでいます。

また、転倒予防教室を開き、医師による講演、看護師による転倒予防の説明、骨密度測定、骨折リスクの評価などを行っています。

整形外科 副部長 鈴木 慶亮



院内部署シリーズ

院内清掃



タカノ商事(株)は現在、包括管理業務のうち、「院内清掃・洗濯・シーツ交換業務」を担当させて頂いております。

旧病院からこの業務を担当させて頂いてまいりました。その経験を、新病院でも活かし、患者様優先・医療優先をモットーに業務を行っております。

病院関係者様のご協力のもと、快適で安心安全な院内環境の提供が出来るよう、医療と患者様の治療の場を支える一翼を担っているという使命感を持って、スタッフ一同力を合わせて日々努力をし、誠意を持って業務を行ってまいります。

タカノ商事(株) 林 欣弥

「眼瞼下垂症」とは、まぶたが上がりにくくなり視界が悪くなっている状態をいいます。まぶたは上眼瞼挙筋やミュラー筋という筋肉が、瞼板と呼ばれるまぶたの芯となる構造を、神経からの信号を受けて引き上げることで開きます。筋肉と瞼板は、腱膜という組織で繋がっています。(図1)

「先天性(生まれつき)」のもの、「後天性」のものがあり、いずれもこれらの構造の一部に異常を来すことで生じます。先天性の場合、

視力の発達に悪影響を及ぼすことがあります。後天性の代表的なものには「加齢性」眼瞼下垂症があります。腱膜がたるんできて、筋肉の力が瞼板に効果的に伝わらなくなったり、皮膚のたるみや筋肉の衰えも原因となります。(図2)

見えにくさを補うために、おでこの筋肉を使い眉毛を挙げて目を開けようとしたり、あごを挙げて物を見ようとしします。まぶたの開きが不十分で眠そうな印象を与えたり、おでこの筋肉(前頭筋)を利用してまぶたを上げようとするため眉毛の位置が高くなり、額のしわが目立つようになります。頭痛や肩こりの原因になることもあります。(図3)

治療法は手術で、大きくわけて3つあります。1つ目は余剰皮膚切除術といい、弛んで垂れ下がった皮膚を単純に切除する方法です。2つ目は挙筋腱膜前転術といい、「加齢性」眼瞼下垂症では一番多い手術方法で、たるんだ腱膜や筋肉を前方に引っ張り縫い縮める方法です。3つ目は眼瞼挙筋の力が非常に弱いか、ほとんどない場合に前頭筋吊り上げ術を行います。眉毛を動かす筋肉である前頭筋とまぶたの間に自分の身体の組織(多くは太ももの筋膜)を移植し、前頭筋の力を利用してまぶたを上げる方法です。

手術前(図3)と後(図4)の写真をご参考ください。



図3:手術前

- ・黒目が2mm以上まぶたで隠れている
- ・額のしわが増える
- ・眉毛の位置が高くなる
- ・まぶたが開かず、眠そうな印象

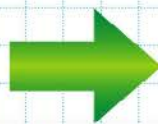


図4:手術後(「挙筋腱膜前転術」後)

- ・額の筋肉の力に頼らずにしっかりとまぶたがあがっている
- ・眉毛と瞳の距離が短くなっている
- ・眠そうな印象は改善されている

まぶたが下がってきて視界が悪く、物が見にくくなり困っておられる方は、一度医療機関を受診してみてください。

形成外科 部長 山内 真紀子

ロコモ検診(運動器検診)を始めました

ロコモティブシンドロームという言葉をご存知ですか？
 普段聞きなれない言葉かもしれませんが、骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で、「立つ」「歩く」といった機能(移動機能)が低下している状態のことをいいます。筋力などがだんだんと低下してくる高齢の方はもちろん、予防のためには、20代や30代の若い頃からの習慣が大事であるといわれています。

当院では、現在の自身の運動器の状態を知る機会として、ロコモ検診を実施しております。当院のロコモ検診では、皆さまの健康に役立てるよう理学療法士が検査を実施し、受診者さま個人の状態に合わせた専門的な指導を行っておりますので、お気軽に健診センター(0596-23-5416)までお問い合わせください。



健診センター 小林 弘幸



栄養管理室だより 栄養士おすすめメニュー

暑い日が続く夏の疲れを感じていませんか？

夏バテは汗とともに体内のビタミン、ミネラルが必要以上に失われたり、冷たいものや水分の過剰摂取で胃腸機能が低下し、食欲不振となることが一因とされています。夏バテを予防するには、欠食を避け、手軽に一品で済ませたい時にも、主食(ご飯、麺、パン類)にたんぱく質(肉、魚、卵、大豆製品など)とビタミン、ミネラル(野菜、海藻、果物など)をプラスして栄養バランスを整えることが大切です。今回は1皿で野菜もお肉も食べられるつけそばをご紹介します。

貝たくさんつけそば



豚肉、そば、ゴマ、うなぎ、玄米、豆類等は主食に多く含まれる糖質をエネルギーに変換する助けとなるビタミンB1が豊富です。

材料(2人分)

- 干しそば……………2束(160)g
- 豚ロース肉(しゃぶしゃぶ用)…100g
- トウモロコシ……………1/2パック(50g)
- 人参(ピーラーで細長く切る)…50g
- オクラ……………4本
- 大根おろし(軽く水気を切る)…1/2カップ
- ねぎ(小口切)……大さじ1

- つゆ
- 水……………150cc
 - しょうゆ……………大さじ2
 - A みりん……………大さじ1
 - 砂糖……………小さじ2
 - 鰹削り節……………2P(5g)
 - 炒りゴマ……………大さじ1
 - 練わさび……………適宜

作り方(レシピ)

- ① 小鍋にAの材料を入れ、火にかけて1~2分煮立たせる。火を止め、冷めてから濾す。
- ② 鍋にたっぷりの湯を沸かし、豚肉をほぐしながらゆでてザルにあげる。
- ③ ②の湯のアクを取り除き、オクラを好みの硬さにゆで、ガクを落として斜めに切る。同じ湯でそばを表示通りにゆでる。火を止める1分程前に人参、火を止める直前にトウモロコシを加え、ザルにあげて流水で洗い、水をきる。
- ④ 器に③のそば、オクラ、豚肉、大根おろし、ねぎを盛り付け、①のつゆに軽くすった炒りゴマを加えて添える。わさびは好みで加える。

【1人分の栄養価】◆エネルギー459kcal ◆たんぱく質26.6g ◆食塩1.8g(つけ汁可食率57%で算出)
 ※現在、治療中で食事指導を受けている方は、かかりつけの医療機関の指示を守ってください。

市立伊勢総合病院全科診療表 (令和2年7月1日現在)

※=休診

診療科	月	火	水	木	金		
◎内科	E06	畑	榎村	※	呼吸器 畑	呼吸器 畑	
	E07	※	池田	※	鈴木	池田	
	新患	E03	総合診療 谷崎	江見	池田	受付11時まで 徳田敦	消化器 鈴木
		E04	受付11時まで 藤本直	山崎	着本	澤井	木田
	E05	消化器 井口	※	総合診療 宮松	総合診療 谷崎	片山	
	E02	食事療法 (栄養指導)	※	※	総合診療 宮松	山崎	
	E08	藤本昌	※	藤本昌	藤本昌	藤本昌	
	D05	※	井口	※	午前・予約のみ 向井	第3金曜日 メーカ外来	
	D06	※	※	※	仁木	※	
◎循環器内科	D06	※	木田	江見	※	江見	
◎脳神経内科	新患 再来 再来	A10	(紹介のみ)				
		A11	(予約のみ)				
	A11	有川	※	西口	谷口	有川	
外科 消化器 外科	D01	伊藤史	※	伊藤史	野田	伊藤彰	
	D03	武井	※	武井	藤崎	※	
	D04	藤崎	大和	野田	中村	乳腺外来 午後・予約のみ 担当医	
		吉川	※	吉川	※	吉川	
呼吸器外科	C01	阪口	※	※	阪口	※	
外科系総合外来	A08	※	※	※	大和	※	
◎整形 外科	C05	里中	吉田	塚本	高橋	鈴木	
	C06	浅野	塚本	里中	※	吉田	
	C07	吉田	浅野	鈴木	※	里中	
	C02	※	原	原	※	※	
麻酔科	麻酔前診察 (院内予約のみ)	A05	倉田・木下	※	倉田・木下	※	※
	ペインクリニック (午前のみ)	A03	(完全予約) 松原	※	(完全予約) 松原	※	※

診療科	月	火	水	木	金	
皮ふ科	B06	新患・再診 中	再診 西井	※	新患・再診 西井	新患・再診 西井
	B05	新患・再診 市川	新患 中	※	新患・再診 市川	新患・再診 中
泌尿器科	F02	堀内	今村	※	堀内	今村
	G01	午前 午後	はるみ (手術)	はるみ (手術)	はるみ (手術)	はるみ (手術)
漢方外来 (午後・予約のみ)	E02	※	※	中山	※	※
小児科	A09	※	※	※	※	一般・アレルギー 徳田玲
耳鼻咽喉科	A02	石永	※	※	※	※
眼科	F09	中世古幸	受付10時まで 中世古幸	中世古幸	中世古幸	中世古幸
	F07	中世古直	受付10時まで 中世古直	中世古直	中世古直	中世古直
精神神経科	H	※	狩山	※	※	堀部
歯科 口腔外科	初診	小野	水野	木下	水野	小野
	再診	木下	木下	小野	木下	木下
	再診	水野	小野	水野	小野	水野
◎ホスピス科	B01	毎週月曜日・木曜日 13時～17時 予約のみ 佐藤香 ※ ※ 佐藤香 ※				
形成外科	B02	山内	山内	大西	山内	※
◎リハビリ テーション科	C01	※	毎週火曜日 浅野直	9時～12時 ※	予約のみ ※	※
◎脳神経外科	A06	※	※	※	※	畑崎
放射線科 (放射線治療)	治療新患・再診 担当医 担当医 担当医 担当医 担当医					
健診 センター	診察室1	江見史	江見史	江見史	江見史	泉
	診察室2	江尻	金子	金子	金子	金子
	健診婦人科	はるみ	はるみ	はるみ	はるみ	はるみ
健診(土)	金子・泉 江見史 (いずれか一名)					

★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には医師不在です。
★小児科は金曜日の午前中以外には医師不在です。
★漢方外来は水曜日以外は医師不在です。
★放射線科は月曜日の午前中以外には医師不在です。
◎の科は初診時、紹介状が必要です。

バス時刻表 (令和2年7月1日現在)

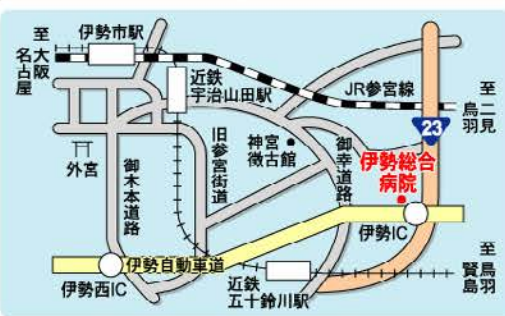
行先	時刻	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	備考
松尾線経由 大倉うくす台			12	12	12									
山商口経由 大倉うくす台					12	12	12	12	12	12	12	12	38	
伊勢学園前 伊勢市駅前				38	38	38	38	38	38	38	38	38	38	緑字は平日のみ
山商口経由 伊勢赤十字病院	49													●日祝日と8月13日～ 15日は伊勢市駅前止め
いせトピア 有滝			36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	
有滝													38	休・伊勢病院前～ 伊勢市駅前間は 土・祝日及び 学休日は運休 直・直通
丹座経由 古和													38	休・伊勢病院前～ 伊勢市駅前間は 土・祝日及び 学休日は運休 直・直通
丹座経由 道方						16	51	21						休・伊勢病院前～ 伊勢市駅前間は 土・祝日及び 学休日は運休 直・直通
イオン伊勢店		15 48	9 37 48	17 46 48	19 28 48	19 28 48	19 28 48	19 28 48	17 32	19 32	17 32	17 32	2	休・伊勢病院前～ 伊勢市駅前間は 土・祝日及び 学休日は運休 直・直通 ●道方で町営バス、 橋樑方面に連絡
イオン経由 五十鈴川駅前				46										
サンアリーナ経由 大場岩東口			58				43							
磯部BC・磯方駅経由 御座港													59	詳・群名丸岡経由

のりば 病院前(玄関前)

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 伊勢市駅前経由 外宮前			23	23	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 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 伊勢市駅前		31	24	36		32	32	32	32	32	32	32	28	8	8	青字は日・祝日のみ	
宇治山田 伊勢市駅前 伊勢赤十字病院		31	24	54		32	32	32	32	32	32	32	28	8	8	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 内宮前		12	17	14	14	22	22	22	22	22	22	22	22	17	17	学休日 = 三重県立 高校の春・夏・冬 休みの平日	
磯部BC 磯方駅 御座港			44	44	52	52	52	52	52	52	52	52	47	47	0	0	
磯部BC 磯方駅 宿浦			33	33		23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	0	0

市内環状バス(おかげバス環状線)	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便	9便		
左回り	伊勢病院 西口	—	8:40	10:10	11:40	13:10	14:40	16:10	17:40	19:10	
	伊勢病院前	着時刻	—	8:47	10:17	11:47	13:17	14:47	16:17	17:47	19:17
	伊勢病院前	発時刻	—	8:53	10:23	11:53	13:23	14:53	16:23	17:53	19:17

市内環状バス(おかげバス環状線)	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便	9便		
右回り	伊勢病院前	着時刻	7:04	8:28	9:58	11:28	12:58	14:28	15:58	17:28	—
	伊勢病院前	発時刻	7:04	8:34	10:04	11:34	13:04	14:34	16:04	17:34	—
	伊勢病院 西口		7:10	8:40	10:10	11:40	13:10	14:40	16:10	17:40	—



〈完全予約制〉 おかげバスデマンド 小木・田尻 ルート
 予約専用電話 0596-36-1102
 ▶いせトピア▶田尻町▶ラパーク▶伊勢赤十字病院
 ▶五十鈴川駅前

- 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

外来ご案内

- 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