

安心していただける医療を

- 新任医師の紹介・・・・・・・・・・よろしくお願いします
- 院内部署シリーズ・・・・・・・・・・栄養管理室
- 院内各科紹介・・・・・・・・・・リハビリテーション科
- 看護部シリーズ・・・・・・・・・・外来検査
- 健康メモ・・・・・・・・・・その息切れ、「心不全」かもしれません
- 院内トピックス・・・・・・・・・・マイナンバーカードを健康保険証として利用できます
いのち
生命の駅伝の募金箱贈呈式を行いました
- 栄養管理室だより・・・・・・・・・・栄養士おすすめメニュー
「たらのラビゴットソース」



「アグリひまわり畑」(アスパヤ玉城) 村上 典(リハビリテーション室) 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 立花)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



かねもり えいさく
鐘森 栄作 (初期研修医)

出身地: 奈良県 **出身大学:** 藤田医科大学

特技/趣味: ボクシング、陸上、マンガ、ご飯を食べること

モットー: 積極的にやってみる (Try positively)

一言: 地域を愛し、地域から愛される医師を目指します。伊勢の海や自然や食べ物が大好きです。どうぞよろしくお願いします。



なかむら かえ
中村 佳恵 (初期研修医)

出身地: 伊勢市 **出身大学:** 三重大学

特技/趣味: 走ること/美味しいものを食べること **モットー:** 一期一会

一言: 地元である伊勢市で働けることをとても嬉しく思います。

皆様のお役に立てるよう、精一杯頑張ります。よろしくお願いします。



あかまつ けい
赤松 慧 (初期研修医)

出身地: 滋賀県 **出身大学:** 三重大学

特技/趣味: 御朱印集め **好きな言葉:** 実存は本質に先立つ

一言: 大学在籍中から伊勢地域で実習する機会を頂き、地域住民の皆様の健康意識の高さに驚いておりました。この度、市立伊勢総合病院に入職させて頂く事となり、そのような地域で医療に従事出来る事に大きなやりがいを感じています。より良い医療が提供出来るよう学び成長していく所存ですので、2年間何卒宜しくお願い致します。



じんせい かほ
神生 夏帆 (初期研修医)

出身地: 伊勢市 **出身大学:** 三重大学 **特技/趣味:** 水泳 **マイブーム:** ギター

一言: 生まれ育った伊勢市で働くことができて嬉しいです。少しでも早くお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いします。



院内部署シリーズ

栄養管理室



栄養管理室は、室長以下調理師2名、管理栄養士5名、給食業務の委託会社のスタッフ25名が従事しています。

患者さんに提供する食事は、一般の食事である「常食」のほか、「糖尿病食」「高血圧食」「心臓食」「透析食」など患者さんの病状に合わせた治療食があります。また、咀嚼や飲み込む力に応じた食事にも対応しています。

委託会社のスタッフは管理栄養士が作成した献立に沿って、衛生面には十分に注意し、治療食別に適切な調理を行っています。さらに、

温冷配膳車により温かい料理は温かく、冷たい料理は冷たい状態で病棟へお届けしています。

ホスピスでは管理栄養士が病室を訪問し、より自宅に近い食事となるように調理師が心を込めて料理を作っています。

食欲不振や低栄養の患者さんについては、病棟担当の管理栄養士がベッドサイドにて聞き取りを行い、栄養状態の改善を目指しています。また、主治医の依頼により栄養指導が必要な患者さんには、献立の立て方をはじめ、食生活全般についてお話ししています。

これからも「安全でおいしい食事の提供」に努めます。

栄養管理室 中川 浩子



当科は、三重県南勢志摩医療圏のリハビリテーション医療を充実拡大するため、2013年に伊勢市の寄付講座として藤田医科大学医学部連携リハビリテーション医学講座が開設され、当院にリハビリテーション科が設置されました。当初は非常勤医師のみでしたが、2015年4月から1名の常勤医師が赴任し、連携リハビリテーション医学講座との協調の元、徐々に患者数を増やし地域医療への貢献を進めてきました。

2019年1月からは新病院となり、回復期リハビリテーション病棟の病床数が40床に増床され、さらに常勤医が2名体制となり、より多くの患者さんを受け入れできるようになりました。また新病院開院にともない、安全懸架装置やトヨタ自動車と共同開発したWelwalk(ウェルウォーク)、上肢訓練用ロボットReogo-J、コグニバイクなど先進の機器も導入し最新のリハビリ医療を提供できるように整備しています。さらに新病院ではリハビリ室と直結したリハビリ庭園等を利用した、実生活に近い環境での訓練や、精神面へのアプローチもできるようになっています。

臨床以外では、2016年に伊勢志摩リハビリテーション研究会を発足し、2017年には連携リハビリ研修会を、2018年から市民公開講座も開始しました。2019年に伊勢市健康福祉部とともに、介護予防指導を行い、2021年に介護予防体操として『10秒運動』を作成し、ホームページから閲覧可能となっています。市民公開講座は新型コロナの感染拡大にともない現在開催できていませんが、今後再開予定としています。

これからも、地域のリハビリ医療の発展に尽力して参りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

リハビリテーション科
副部長 正木 光子

『10秒運動』
ホームページへ



看護部シリーズ



握ったり・体をさすったり)をさせて頂いています。また、マスクで顔を覆っていますが、笑顔と話しかけやすい雰囲気づくりを心がけています。

そして、「ここで検査をして良かった」「ここで健診をして良かった」と言って頂けるよう努め、地域住民の方々の健康づくりにお役に立てたらと考えています。

外来検査 師長 須田 朱美

外来検査

外来検査は、内視鏡・エコー・放射線を使用した検査・治療と、人間ドックや健康診断を行っている健診センターの2チームに分かれ看護を担っています。患者様・受診者様が、安全で安心して検査を受けて頂けるよう、多職種(医師・看護師・検査技師・放射線技師・事務員)でチームを構成し、協働しています。

私達看護師は、初めて検査・健診を受けられる方々の不安な気持ちや、緊張を和らげられるよう、分かりやすく説明をしたり、検査中に言葉かけを行ったり、タッチング(手を

その息切れ、「心不全」 かもしれません



心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり生命を縮める病気です。これらの心臓病(表)によって生じる最終的な状態をいいます。

年をとると、加齢で心臓の筋肉が硬くなり、弾力性がなくなってきます。そのため、血液が肺に滞りやすくなり、心不全になりやすくなるのです。心不全になると、動いた時に息切れがしたり、動悸がしたりします。ひどくなると、安静にしている時でも息が苦しくなったり、咳が出るようになっていたりします。また、足のむくみや体がだるくなったりすることもあります。このような症状があれば、早めに循環器内科を受診しましょう。

心臓の負担の程度をみる血液検査では、BNPまたはNT-pro BNPという心臓から分泌されるホルモンがあり、心臓への負担が大きいほど多く分泌され数値が高くなります。正常値を超えているからすぐに心不全というわけではなく、その他検査も含め総合的な判断となります。また、心不全が疑われれば、心エコー図検査によって、重症度、心臓の動きや大きさ、原因となる心臓病が何かを診断することも大変重要です。

心不全は、慢性の経過をたどって徐々に悪くなっていく病気ですが、過労、塩分や水分の摂り過ぎ、風邪、血圧上昇、ストレスや薬の飲み忘れなどにより心不全が悪化することがあります。心不全そのものは完全に治りませんが、正しく心不全と付き合い、心不全の悪化を繰り返さないようにすることがとても重要です。治すことのできる原因があればその治療を行い、これらの生活習慣の改善に加え、適切な運動・薬物治療により心不全悪化を防ぐことができます。

心臓リハビリテーションで心不全について学び、正しく運動していきましょう。

循環器内科 副部長 木田 朱美

心不全の原因

- 高血圧…血圧が高くなる病気
- 心筋症…心臓の筋肉自体の病気
- 心筋梗塞…心臓の血管がつまる病気
- 弁膜症…血液の流れを正常に保つ弁が狭くなったり、閉まりが悪くなる病気
- 不整脈…脈が乱れる病気
- その他

院内トピックス

マイナンバーカードを健康保険証として利用できます

当院では、マイナンバーカードで健康保険資格を確認できる「マイナ受付」をしています。

マイナンバーカードを保険証として利用すると・・・

- ① 転職・結婚・引っ越しをしても、新しい保険証の発行を待たずに、保険者の手続きが完了次第、マイナンバーカードで医療機関・薬局を利用できます。※1
- ② マイナンバーカードを用いて、マイナポータルにて薬剤情報、特定健診等情報、医療費通知情報を閲覧出来るようになります。
- ③ 薬剤情報と特定健診等情報については、患者さんの同意を得た上で、医療関係者に提供し、より良い医療を受けることが出来るようになります。
- ④ 患者さんの同意があれば、オンラインで医療費限度額情報の確認ができ、限度額適用認定証を発行する手続きが不要です。※2

※1 マイナンバーカードを健康保険証として利用するには初回利用申し込みが必要です。また、特定医療費受給者証等についてはこれまでどおり持参が必要です。

※2 限度額情報については、ご加入されている医療保険がデータを登録していない場合には、これまでどおり保険者への手続きが必要です。



生命の駅伝の募金箱贈呈式を行いました



5月26日(木)、生命(いのち)の駅伝の募金箱の贈呈式を開催しました。生命の駅伝とは、広く募金を募り、がん研究を支援する活動で、今回で第28回目となりました。今年は度会町役場及び志摩市民病院を出発し、志摩市、鳥羽市を經由し、当院をゴールとするルートで、当院からも1名がランナーとして参加しました。

ランナー全員が無事完走され、笑顔でお迎えすることができました。

今後も生命の駅伝を通してがん研究への支援が広がってほしいと思います。



栄養管理室だより 栄養士おすすめメニュー

たらのラビゴットソース

厳しい暑さがつづき、熱中症になりやすい季節です。水分補給は、のどが渴いたと思う前にこまめに行うことが大切です。入浴、睡眠の前後や運動途中・前後、飲酒後は特に気をつけましょう。ただし、お酒は利尿作用があり、ジュースは糖分の過剰摂取につながりやすいため水分補給には不向きです。夏野菜は水分豊富なものが多くあります。食事に取り入れると、汗で損失するビタミン、ミネラルも一緒に補給ができておすすめです。

今回は当院の食事でも提供しているラビゴットソースをアレンジしてご紹介します。ソテーした魚や肉などがさっぱりと食べられるソースです。

材料(2人分)

- | | |
|--------------------|---------------------|
| ● たら(切り身) … 80g×2切 | ● トマト …………… 中1個 |
| ● 塩 …………… 小さじ1/8 | ● きゅうり …………… 1/2本 |
| ● コショウ … 適量 | ● 玉ねぎ …………… 1/4個 |
| ● 酒 …………… 小さじ1 | ● フレンチドレッシング … 大さじ2 |
| ● 薄力粉 …………… 小さじ1 | ● カレー粉 …………… 小さじ1/4 |
| ● オリーブ油 …… 小さじ2 | ● パセリ、サラダ菜 … あれば適量 |



作り方(レシピ)

- ① たらはAで下味をつける。
- ② トマトは皮と種を取り除き1cm角に、きゅうりは5mm角に切る。玉ねぎはみじん切りにして水にしばらくさらし、しっかりと水を絞る。野菜とBをよく混ぜあわせ、しばらくおく。
- ③ ①の水気をペーパーでとり、薄力粉を薄くまぶす。フライパンを火にかけ油を熱し、たらを両面こんがり焼いて皿に盛り付け、②をかける。好みでみじん切りにしたパセリを振りかけ、サラダ菜を添える。

【1人分の栄養価】 ◆エネルギー178kcal ◆たんぱく質15.3g ◆脂質9.7g ◆食塩1.4g

※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。

栄養管理室 吉田 奈央

◎の科は初診時、紹介状が必要です。 ※＝休診

診療科		月	火	水	木	金
皮膚科	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 矢嶋	新患 中	※ 性外来・難治性乾癬 矢嶋	新患・再診 中嶋	新患・再診 中
泌尿器科	F02	堀内	今村 (武内)	堀内	武内 (今村)	今村 (武内)
	F03	※	※	※	AM新患 堀内	※
婦人科	G01	午前	診察開始 9時30分から			
		午後	※	はるみ (思春期外来含む)	はるみ (女性外来含む)	はるみ
小児科	A09	午前	※	※	※	※ 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
◎精神科	H	堀部 (AM・PM)	堀部 (AM)	堀部 (AM)	岩崎 (AM)	堀部 (AM)
歯科 口腔外科	初診	水野	箕浦	木下	箕浦	水野
	再診	F01	木下	木下	水野	木下
	再診		箕浦	水野	箕浦	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	野田慧	野田 AM:診察 慧 PM:レーザー	※	野田 AM:診察 慧 PM:レーザー	永江 (第1・3) 山内 (第2・4・5)
	A08	松浦	松浦 AM:診察 PM:レーザー		松浦 PM:レーザー	※
◎リハビリ テーション科	C01 リハ室	※	毎週火曜日	9時～12時	予約のみ	
		※	浅野直	※	※	※
◎脳神経外科	A06	※	※	※	※	畑崎
放射線科 (放射線治療) ライナック室		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	水澤
	診察室2	江尻	金子	金子	金子	金子
	健診婦人科	西村	はるみ	はるみ	はるみ	はるみ

★婦人科は火曜日・木曜日・木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。
★耳鼻咽喉科は月曜日の午前中以外は医師不在です。

★脳神経外科は金曜日の11時～17時以外は医師不在です。
★泌尿器科は火曜日・木曜日・金曜日のF02は担当医が交代することがあります。

健診(土)
金子・泉
江見史・水澤
いすけかー

★脳神経外科は金曜日の11時～17時以外は医師不在です
★泌尿器科は火曜日・木曜日・金曜日のF02は担当医が交代することがあります。

のりば 病院前(玄関前)

[illegible]

1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便	9便
----	----	----	----	----	----	----	----	----

市内環状バス（おかげバス環状線）

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	—
		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	—	



- 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

外来のご案内

診療受付時間	午前8時30分～午前11時30分
面会時間	新型コロナウイルス感染対策のため 令和2年7月23日(木)よりご家族を 含み面会を禁止させて頂いております。 ※最新の情報はホームページをご覧ください。
休診日	土・日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

〒516-0014 伊勢市楠部町3038
TEL 0596-23-5111 FAX 0596-27-2315
<http://hospital.city.ise.mie.jp>