



■ みえPETがん診断センター TEL (0598)52-6055(直通)  
FAX (0598)52-6057

■ 健診センター「あさひ」 TEL (0598)52-6052(直通)  
FAX (0598)52-6057

■ ART・生殖医療センター TEL (0598)52-6025(直通)  
FAX (0598)52-6035

# 済生会健康フェスタ・ マンモサンデー2014 を開催しました

企画委員会



10月19日(日)済生会松阪総合病院にて「済生会健康フェスタ・マンモサンデー2014～元気に生きよう100歳まで!～in済生会」を開催しました。

今回も毎年行われているマンモサンデーイベントと健康フェスタを同日に企画し、病院祭として地域の皆様に開かれたイベントといたしました。

10月の第3日曜日は全国ピンクリボン協会の呼びかけで、日曜日に乳がん検診を行うマンモサンデーの日となっています。平日に受診できない方にも検診を受けていただくために、当院も5年前から賛同病院になり、日曜日にマンモグラフィー検診、教育講演を行っています。



お越しいただいた方に楽しんでいただくために、アロマテラ

ピー・耳つぼマッサージ、フリーマーケット、地元物産店、ゲーム・くじ引きなど、お年寄りからお子さんまで楽しんでいただけるイベントを企画しました。



また、松阪しょんがいソーランの踊りや、さくら保育園児によるマーチングバンド、わかすぎ第二保育園児による和太鼓演奏が披露され、多くの人でにぎわいました。

健康イベントとして、健康相談や健康講座が開催され、健康のコツを学んできました。また、頸動脈超音波検査を無料で行いました。



ランチオンセミナーでは「まごの店」でおなじみの三重県立相可高校食物調理科の生徒さんが作ったお弁当を食べながら、管理栄養士より食生活による健康管理について話を聞いていただきました。

特別講演では、「動脈硬化と脳卒中」「あなたの血管は大丈夫ですか?」を行い、大盛況に終わりました。

来年も多くの方にご参加いただけるよう、企画を工夫していきたいと思っております。どうぞ期待ください。

## 各科の紹介

### 管理栄養課

●管理栄養士 松本 由紀

#### 患者さんの健康を考えて…

管理栄養課には4名の管理栄養士が配置されており、糖尿病療養指導士やNST専門療法士の資格も有しています。主な業務内容は下記の通りです。

①**栄養指導**…入院、外来ともに個人指導で実施しています。糖尿病や高血圧、脂質異常症や肥満症、腎疾患や術後食についてなど様々な疾患

の方に行っています。開業医へ通院中の患者さんで栄養指導を希望される場合も、当院で栄養指導を受けることが可能です。栄養指導を希望される場合は、まずはかかりつけ医にお申し出ください。

②**入院患者の栄養管理業務**…医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、作業療法士とともにNST（栄養サポートチーム）として、栄養状態が低下している方に対して適切な栄養療法について検討しています。NST対象者以外の方でも食事摂取量が少ない方には栄養士がベッドサイドを訪問し嗜好・食形態・食量などの聞きとりを行い、患者さんの希望にそった個別の食事内容を検討しています。

③**給食業務管理**…給食業務は全面委託としていますが、委託会社と連携をとり、安全で適切な患者給食、さらに満足と信頼が得られる質の高いサービスを心掛けています。

\*昨年より産後食のメニューをリニューアルしました。さらに産後のお祝いとして相生亭と提携し、『産後お祝い御膳』もご用意しております。



産後お祝い御膳

管理栄養士:松本 由紀

## ほうれん草としいたけの白和え

### ●材料(2人分)

ほうれん草……………150g  
 しいたけ……………80g  
 木綿豆腐……………150g  
 A 練り白ごま……………大さじ1・1/3杯  
 白みそ……………大さじ1杯  
 砂糖……………小さじ1杯  
 しょう油……………小さじ1/2杯

### ●作り方

- ①ほうれん草はゆでて水気を絞り、2cmの長さに切る
- ②しいたけは軸を除き、強火で熱した焼き網で焼き(オーブントースターでもOK)、さましてから薄く切る。
- ③バットにペーパータオルを敷き、その上に豆腐を押し付けくずしながら水気をきる。さらに金ザルを通して濾す。
- ④Aの調味料を加えてよく混ぜ、①②を加えてあえる。

◎5回シリーズで、日本人が不足しがちな食物繊維をたっぷり摂れる料理を紹介しています。もう1品に悩んだ時に作ってみてください。  
 食物繊維:便秘予防だけでなく、食後の血糖値の急激な上昇抑制やコレステロールの吸収を抑制する作用が報告されています。



## おくすり通信

済生会松阪総合病院 薬剤部



### ●今回は妊婦さんが接種できないワクチンについてお話しします

妊婦さんが接種できないワクチンがあるのはご存知ですか？妊婦さんがワクチンを接種する際には、自分だけでなく胎児への影響を考える必要があります。

そのためにも、妊婦さんはワクチンのことを知っておく必要があります。

まず、ワクチンには3種類あります。

■**生ワクチン**…生きている細菌やウイルスの病原性をできるだけ抑えたもの

例)麻疹・風疹・おたふくかぜ・みずぼうそうワクチンなど

■**不活化ワクチン**…病原性を失くしたもの

例)インフルエンザワクチン・日本脳炎ワクチン・百日咳ワクチンなど

■**トキソイド**…強い毒素を産生する細菌の毒素だけ取り出して無毒化し、ワクチンにしたもの

例)破傷風菌・ジフテリア

■**生ワクチン接種は、細菌・ウイルスが活着しているためリスクがあり、原則禁忌**です。

■**不活化ワクチン・トキソイドは接種可能です。ただし、妊娠経過へのリスクよりも、ワクチン接種の有益性がまさっていると判断されたときに限ります。**

**※妊娠又は妊娠している可能性がある方は接種する場合には必ず医師に申し出てください。**

何かご不明な点があれば薬剤部までお尋ねください。

# 認定看護師紹介

感染管理認定看護師 西川 有子



## 3人目の感染管理認定看護師になって

私は、今年7月に新たに感染管理認定看護師(以下CNIC)になりました。当院ではCNICは、3人目になります。CNICは、感染に対する予防及び対策を講じることにより、患者さんを始め病院で働く職員をお守りする役割を担っています。

私はCNICとして現在直面している感

染対策上の問題に対し、各部署のスタッフが、実施可能な感染対策の提案や啓発を実施していきたいと考えています。そのためには2人の先輩CNICと共に、情報を共有し合い、感染対策案や改善策を持ち合い、よりよい解決策を解りやすく提案していきたいと考えています。

また院内外の感染拡大を未然に防止する為に、早期発見・迅速な対応が出来るよ

うに多職種で構成された感染対策チーム(ICT)にも参加しています。

感染の発生状況を把握したり、院内をラウンドしたりして監視するなど、皆様に安全な環境の提供を目指してまいりますので、宜しくお願い致します。

## 検査データの見方

医療技術部 検査課

超音波編

今回は、超音波について述べさせていただきます。

超音波とは、人には聞くことのできない音の波のことで、超音波検査ではこの音の波を体の表面から体内に送り、体内の各臓器から反射して戻ってくる情報を画像化して、臓器の大きさや形の変化から痛みや病気の原因を検査します。検査に用いる超音波の強さでは人体には無害とされていますので、検査は安全に受けて頂くことができます。

当院では、心臓や腹部臓器の他に、乳房・甲状腺・血管・関節や皮膚のできものなども検査しています。様々な領域を検査することができますが、観察することのできない部位や、発見が難しい病気もあるので、血液検査やCT検査



など他の検査とあわせて診断していきます。

超音波検査の方法は、体に専用のゼリーをつけ、そこに小さな機械をあてて検査します。室内は少し暗くして行います。検査時は、検査する部位の肌をだしていただく必要があるため、服を脱いでいただくことがあります。検査にかかる時間は、長くて30分程度ですが、検査部位や体の状態によってかわります。

検査を受けて頂く際には、食事制限のある場合や尿を溜めた状態で検査することもありますので、検査説明時にご確認ください。

ご不明な点や不安がありましたら、遠慮なくお尋ねください。



## 糖尿病教室

初めて学ぶ糖尿病 ～基礎編～



日時: 平成26年12月6日(土)  
9:30~13:30(受付時間9:00~)

場所: 済生会松阪総合病院2病棟7階 講堂

参加費: 500円(弁当代) 定員: 30名

申し込み方法: 予約制 11/28(金)締め切り  
※定員になりましたらお断りさせていただく場合がありますのでご了承下さい。

受付場所: 内科外来 平日の14時~16時 お電話でも受付けています。  
済生会松阪総合病院 電話番号:0598-51-2626(代)

糖尿病の方はもちろん誰でも参加OKです。ご家族の方も是非ご参加下さい。

理念

# こころからの医療

「救療済生」の精神に基づいた、  
こころからの医療を提供します。

方針

- 患者さんから満足と信頼が得られるように、笑顔、まごころ、思いやりを大切に、心のこもった安全な医療サービスを実践します。
- 日々医療水準の向上を目指し自己研鑽に励み、適正な医療を実践します。
- 地域の医療福祉施設との連携を密にし、地域医療支援病院として地域に貢献していきます。
- 患者さんの個人情報を遵守します。

目標

思いやりの心を持ち、納得のいく説明と共に、  
より質の高い医療の提供を目指します。

## 外来診療担当表 (2014年11月1日)

- 受付時間/8:00~12:00(診療科と曜日によって多少変更があります)
- 休診日/土・日曜日、祝日、年末年始(12/30~1/3)
- 診察時間/(午前)9:00~12:00 (午後)13:30~

担当医は変更になることもあります。

		月	火	水	木	金	
内科	1 診	吉澤 尚彦	吉澤 尚彦	福井 義尚 腎不全)	行本 弘樹	石川 英二 腎臓)	
	2 診	須川 正宏	李 由紀	青木 雅俊	大学医師 糖尿) [午前] <要予約> 須川正宏 [午後] <要予約>	青木 雅俊	
	3 診	加藤 馨史	遠藤 真由美	山脇 弘二	市川 和秀	櫻井 正人	
	4 診	橋本 章	橋本 章	脇田 喜弘	河俣 浩之	福家 洋之	
	5 診	清水 敦哉	上村 泰弘	山本 麻里子	福家 洋之	上村 泰弘	
	6 診	垣本 斉	南川 光三	河俣 浩之	小林 稔彦	南川 光三	
	7 診 消化器外来	中島 啓吾	清水 敦哉	中島 啓吾	清水 敦哉	脇田 喜弘	
	8 診 循環器外来	市川 和秀	櫻井 正人	垣本 斉	垣本 斉	山脇 弘二	
精神科(午後) *院内入院患者のみ			精神科医師 *15:30~			精神科医師 *13:00~14:00	
外科	1 診	田中 穰	長沼 達史	長沼 達史	近藤 昭信	田中 穰	
	2 診	市川 健	近藤 昭信	中島 紳太郎	河埜 道夫	長沼 達史	
	午後 (紹介のみ) ◆消化器外科	藤森 健而			藤森 健而		
乳腺外来(午後)	健診センター	李 由紀 *13:00~16:00 ※新患受付15:00まで	柏倉 由実 *13:00~16:00	李 由紀 *13:00~16:00 ※新患受付15:00まで		李 由紀 *13:00~16:00 ※新患受付15:00まで	
	1 診 脳血管内治療外来	諸岡 芳人	藤本 昌志	諸岡 芳人			
脳神経外科	2 診	村田 浩人	土屋 拓郎	村田 浩人	朝倉 文夫	朝倉 文夫	
	3 診 脊髄・脊髄外来	久保 和親	久保 和親 ※第2火曜は休診		久保 和親	藤本 昌志	
	1 診	友田 良太	大学医師 *受付11:00まで	今原 敏博		今原 敏博	
整形外科	2 診	新 忠			友田 良太	森本 政司	
	3 診	浅野 貴裕		川喜田 英司	川喜田 英司	浅野 貴裕	
	午後	友田良太(人工関節外来) 要予約 紹介のみ *14:00~16:00		乳児検診(4ヶ月) ※要予約			
脊椎センター	午前		竹上 謙次 (要予約) *8:30~9:00	竹上 謙次 *9:00~	竹上 謙次 *9:00~	竹上 謙次 (要予約) *8:30~9:00	
	午後				竹上 謙次(腰痛外来) 要予約・ 紹介のみ *14:00~16:00		
産婦人科	午前	1 診	高倉 哲司	張 凌雲	高倉 哲司	菅谷 健 *10:00~	竹内 茂人 *9:30~
		2 診	竹内 茂人 *10:00~	高倉 哲司 *9:30~	二井 理文	張 凌雲	高倉 哲司 *8:30~10:00 <要予約>
		3 診	二井 理文		張 凌雲	竹内 茂人 *11:00~	二井 理文
	午後 (予約・紹介のみ)	1 診		手術	高倉 哲司 (1ヶ月検診)	手術	手術
		2 診					
		3 診			乳房外来 要予約) *14:00~16:30		
ART・生殖医療センター (完全予約制) ※注1	午前	1 診 再診	菅谷 健	菅谷 健 *8:30~9:00	菅谷 健	菅谷 健 *8:30~9:30	菅谷 健
		2 診 再診	竹内 茂人 *8:30~9:00	竹内 茂人 *8:30~	竹内 茂人 *8:30~	竹内 茂人 *8:30~10:00	竹内 茂人 *8:30~
	午後 (16:30 18:00)	1 診 新患	菅谷 健	手術	菅谷 健	手術	手術
		2 診 新患	竹内 茂人		竹内 茂人		
		1 診 再診	菅谷 健		菅谷 健		菅谷 健
		2 診 再診	竹内 茂人		竹内 茂人		竹内 茂人
小児科	午前	老谷 嘉市	西浦 樹理 *9:15~	老谷 嘉市	西浦 樹理 *9:15~	老谷 嘉市/西浦樹理	
	午後		予防接種 医師交代) *14:00~16:00 <要予約>	老谷 嘉市 乳児検診 1ヶ月~4ヶ月) *14:00~15:00 <要予約>	血型 フレキ-採血 *13:00-13:30 ※2+4歳児のみ) 予防接種 医師交代) *15:00-15:00 老谷嘉市(一般診察) *15:00-17:00	乳児検診 医師交代) 7ヶ月以降) *14:00~15:30 <要予約>	
眼科		眼科医師 *9:30~	眼科医師 *9:30~	眼科医師 *9:30~			
皮膚科			大学医師 ※受付10:00まで			大学医師 ※受付10:00まで	
耳鼻咽喉科				大学医師	大学医師		
泌尿器科	1 診	森 脩	小川 和彦	森 脩	柳川 眞	金原 弘幸	
	2 診 新患	小川 和彦	柳川 眞	金原 弘幸	小川 和彦	柳川 眞	
神経内科	1 診	坂井 利行	近藤 昌秀	坂井 利行	近藤 昌秀	川名 陽介	
	2 診	川名 陽介	神経内科医師	加藤 奈津子	神経内科医師	神経内科医師	
麻酔科		宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	
	ペインクリニック	車 武丸	車 武丸	車 武丸	車 武丸	車 武丸	
放射線科		西出 喜弥	寺田 尚弘	加藤 幹愛	中川 俊男	西出 喜弥	
	放射線治療		豊増 泰(午前)	伊井憲子(午後)			
緩和医療科 (完全予約制)	午前	清水 美恵			清水 美恵		
	午後				清水美恵/阿波宏子		
形成外科		香川 久香 若柳) <要予約>		香川 久香 <紹介のみ> *10:00~診察 *11:00~治療	香川 久香		
口腔外科		佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	
フットケア外来		辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	
ストーマ外来				午前 <要予約> 午前 <要予約>			

(特記事項) 注1) ART・生殖医療センターは完全予約制です。初診でも予約が可能ですので、予め電話予約の上ご来院ください。