

いわせほっとニュース

<http://iwase-hp.jp>

発行日 2014年6月1日

[公立岩瀬病院の基本理念]

患者さん中心の医療を実践し、地域の皆さんに信頼される病院をめざします。



「手術を執刀する土屋貴男医師」

目次

- | | | | |
|--------------------------------|---|--------------------|---|
| ◆ 副院長就任あいさつ…………… | 2 | ◆ 病院用語ナビ γ-GT…………… | 6 |
| ◆ シリーズ チーム医療①…………… | 2 | ◆ 健康レシピ…………… | 6 |
| ◆ ユニフォームが新しくなりました…………… | 2 | ◆ 編集後記…………… | 6 |
| ◆ 着任医師のご紹介…………… | 3 | | |
| ◆ 枝垂れ桜を保護しながら駐車場整備を進めています…………… | 4 | | |
| ◆ 糖尿病ってな～に?③…………… | 4 | | |
| ◆ 連携医療機関のご紹介 | | | |
| ブナの木内科診療所…………… | 5 | | |
| ◆ 院内職場紹介「地域医療連携室」…………… | 5 | | |

副院長就任あいさつ



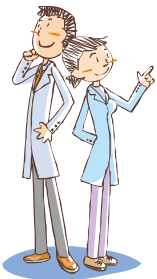
副院長兼消化器外科部長 土屋 貴 男

このたび、平成26年4月1日付で、公立岩瀬病院副院長を拝命いたしました。当院は創立140年を超える歴史を有する地域の中核病院であり、あらためて重責を感じるとともに身の引き締まる思いであります。

東日本大震災では当院の建物も甚大な被害を受けましたが、職員および関係者の皆様のご尽力により、昨年末に外来棟が完成いたしました。これを機に最新の320列CTなど新しい医療機器も導入整備し、さらに低侵襲で精度の高い検査が可能となりました。現在は駐車場などの屋外整備工事中ですが本年7月には竣工を迎え、新生・公立岩瀬病院としてグランドオープンとなる予定です。

さて、あらためて当院に求められるものは何かと考えてみますと、地域の皆様に「安心・安全な医療」を提供することではないかと思います。この地域におきましても、「がん・成人病・生活習慣病などの慢性疾患」などは急激に増加しつつあります。また、高齢化とともに外傷・骨折等の救急疾患も増加しつつあります。この多様なニーズに応えるべく、ハード面のみならずソフト面の充実が期待されているものと考えます。伊東幸雄企業長、三浦純一院長の働きかけにより、おかげさまでこの4月より医師が4名増員となりました。それぞれが各分野での専門医ですので、是非皆様に知っていただけるような広報活動にも力を入れていきたいと考えております。

最後になりますが、後方支援や在宅診療を支えて下さいます医師会の先生方をはじめ、介護・福祉関係の方々にはより一層のご指導を賜りたいと存じます。微力ではありますが、患者さんに信頼される病院をめざし全力で邁進して参りますので、何卒宜しくお願い申し上げます。



シリーズ チーム医療 ①



「チーム医療」とは、他職種の医療スタッフがチームを組み、互いの専門性を活かして患者さんの治療やケアにあたることをいいます。

公立岩瀬病院では、須賀川市、岩瀬郡、石川郡の二次医療機関として、救急医療をはじめとした急性期医療の機能充実を図り、地域で完結できる医療の提供を目指して地域医療機関と連携を図りながら当院の役割を果たすべく取り組んでいます。医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士、社会福祉士等、医療に係る様々な専門職スタッフが意見を交換しながらチーム医療を行っています。治療や療養に関する相談やご要望など、気軽にスタッフにお尋ね下さい。

ユニフォームが新しくなりました

5月から、医師や看護師をはじめとするスタッフのユニフォームが新しくなりましたのでご紹介いたします。

看護師は白地に紺のラインが入った爽やかな印象のデザインになりました。新しいユニフォームはこれまでと比べ、機能的で動きやすいものになりました。看護師以外のユニフォームも新しくなり、放射線技師や検査技師など職種ごとに異なるデザインを採用しました。患者さんからはユニフォームで各職種の区別がつきやすくなりました。

今後、いわせほっとニュースでは新しくなったユニフォームを職種ごとに紹介させていただきます。



着任医師のご紹介

①氏名 ②専門分野 ③出身校 ④出身地 ⑤趣味 ⑥ひとこと



- ①青野秀史(糖尿病内科部長)
- ②日本内科学会認定内科医
日本糖尿病学会専門医
- ③佐賀大学医学部
- ④愛媛県今治市
- ⑤スターウォッチング

⑥糖尿病の治療の原点は、食事・運動療法です。お薬ではありません。地元で採れた野菜をおおいに食べましょう。



- ①大谷 聡(外科科長)
- ②日本外科学会指導医・専門医
日本消化器外科学会指導医・専門医
日本内視鏡外科技術認定医
日本がん治療認定医等
- ③福島県立医科大学
- ④福島県郡山市 ⑤旅行

⑥今年度からは常勤医として着任いたしました。地域医療のお役に立てばと思いますので、引き続き宜しくお願いいたします。



- ①齋藤広信(消化器内科科長)
- ②日本内科学会認定内科医
日本肝臓学会認定専門医
消化器病学会認定消化器病専門医
- ③福島県立医科大学
- ④福島県伊達市 ⑤特になし

⑥地域の皆さまのお役にたてるよう、頑張ります。よろしくお願ひ致します。



- ①花山寛之(外科医長)
- ②日本外科学会専門医
日本がん治療認定医
- ③福島県立医科大学
- ④栃木県大田原市
- ⑤ランニング

⑥消化管(食道、胃、大腸)の癌は切除することでのみ治る病気です。最善の治療を一緒に考えていきましょう。



- ①畠山 征(小児科医長)
- ②日本小児科学会専門医
公衆衛生学修士
- ③福島県立医科大学
- ④千葉県八千代市
- ⑤ランニング、テニス

⑥未来そのものである子供たちの健やかな成長の一助となるよう努力してゆく所存です。よろしくお願ひ致します。



- ①山岸栄紀(整形外科医長)
- ②整形外科一般
- ③福島県立医科大学
- ④長野県松本市
- ⑤フットサル、ランニング

⑥平成22年度以来、2度目の着任となりました。地域医療に貢献できるよう頑張りたいと思いますので、よろしくお願ひします。



- ①星 英行(研修医)
- ③大分大学
- ④福島県会津若松市
- ⑤ラーメンの食べ歩き

⑥生まれ育った故郷、福島県で研修できることを幸せに思っております。どうぞ宜しくお願いいたします。



枝垂れ桜の木を保護しながら 駐車場の整備を進めています

病院建設対策室室長 鎌田 大輔

平成23年3月11日発生の東日本大震災により大きな被害を受けた「公立岩瀬病院」の建物復旧は、平成25年12月2日の新外来棟のオープンと平成26年3月25日に旧外来棟の解体工事が終了しました。地域の皆さまのおかげと感謝申し上げます。

平成26年4月からは、旧外来棟の跡地の整備として駐車場等の屋外環境整備工事を進めています。工事期間は、平成26年3月28日～平成26年7月31日となっています。また、当院では、地域の皆さまに永く愛されてきた枝垂れ桜を保護しながら工事を進めております。来春からも地域の皆さまに桜を楽しんで頂けるよう、駐車場は枝垂れ桜を活かした設計としています。

駐車場整備工事終了までのご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。



駐車場完成予想図



4月30日の状況

認定看護師が解説 糖尿病ってな～に ③

ペットボトル症候群(清涼飲料水症候群)に注意！ 熱中症の予防には、水やお茶で水分補給をしましょう！

ペットボトル症候群とは：糖を多く含むソフトドリンク（清涼飲料水）を多量に飲むことで高血糖になり、さらに喉が渇いてソフトドリンクを飲むということを繰り返すことで著しい高血糖を招き、重症糖尿病に陥るものです。前回の糖尿病予防の続きです。



①肥満の予防

②規則正しい食生活 朝食を抜いたり、寝る前に食べるのは良くありません。

③野菜を多く摂取しバランスの良い食事

食事の最初に野菜を食べると、急激に血糖値が上がらないので糖尿病予防になります。

④早食いをやめ、ゆっくり噛んで食べる

早食いは満腹感がなかなか得られません。ゆっくり時間をかけて食べましょう。

⑤お菓子や清涼飲料水・脂っぽい物の摂り過ぎには注意する

カロリーが高く太りやすいです。間食の食べ過ぎや脂っぽい物は控えましょう。

⑥適度な運動をする（無理な運動では無く、息が軽く弾む程度の運動）

注意）膝や腰に痛みがある人は無理しないで下さい。

- ・手を振りながら、少し早歩きする 日常生活の歩数の目標：男性9,200歩、女性：8,300歩

- 約10分の歩行で1,000歩になります。距離として600m～700mに相当します。

- ・階段を使う、TVを見ながらストレッチをする、遠回りして歩く距離を増やす（買い物に行ったら車を遠くに駐車し、歩く距離を増やすなど）、ラジオ体操を行う など

⑦ストレスを適度に発散し、寝不足は避ける

出来る事から、無理なく糖尿病予防をしましょう。また、健康診断を受け早期発見早期治療を心がけましょう。

連携医療機関紹介

ブナの木内科診療所

佐藤 馨 先生

【佐藤先生から】

地域の方の「かかりつけ医」を目指して励んでおります。ケルトの言い伝えでは「ブナの木は智慧の木」だそうです（英辞bookの語源にもなっています）。少しずつでも学びながら、より充実した医療を提供したいと考えています。

【診療科】 内科一般

【専門】 消化器、アレルギー、リウマチ、膠原病

【医療機器】 腹部超音波エコー、内視鏡（胃・大腸）、デジタルX線装置、心電図

【往診・訪問診療】 あり

【休診日】 日曜日、祝祭日

【診療時間】

	月	火	水	木	金	土
8:45~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	×	○	○	×



佐藤先生(中央)と
スタッフの皆さん



佐藤先生の略歴

- 平成7年 京都府立医大卒
- 平成9年 福島県立医大 第二内科入局
公立岩瀬病院
公立藤田病院勤務
- 平成21年 ブナの木内科診療所 開院



公立岩瀬病院では、地域の開業の先生方と連携し、それぞれの役割に応じた最適な医療を提供しています。

体の不調を感じたら、まずかかりつけ医を受診し、精密検査や入院が必要などときには、かかりつけ医からの紹介状をお持ちになって当院を受診することをお勧めいたします。

地域医療連携室 職場紹介



地域医療連携室は、外来棟1階の総合受付横に設置されています。ガラス壁と大きなカウンターが印象的です。看護師(室長)、医療ソーシャルワーカー2名、事務員3名が所属し業務を行っています。

地域医療連携室に所属する看護師の業務のひとつに病床管理があります。これは空床数や入院予約・退院予定の患者数を把握し、病床を効率的に稼働するための重要な役割を担っています。医療ソーシャルワーカーは社会福祉の立場から患者さんのご相談に応じています。必要に応じて、院内のスタッフや地域の医療機関と連携を取りながら幅広くサポートいたします。事務員は、紹介患者さんの予約調整や受診報告書の手配、病院の広報などを担当しています。

地域医療連携室では、患者さんが「地域医療連携」に基づき、医療サービスをスムーズに受けて頂くための「橋渡し役」となるよう、お手伝いをさせて頂いています。

病院用語ナビ

～「γ(ガンマ)－GT」とは?～

肝臓や腎臓、膵臓、血液中などの組織に含まれる酵素です。この酵素は、アルコールや薬剤などが肝細胞を破壊したり、結石やがんなどによって胆管が詰まったときなどに血液中に出てきます。特にアルコールで肝臓に負担がかかると、いち早く異常値を示すため、アルコール性肝障害の診断に用いられます。お酒は適量を楽しむことでストレスの発散や、人との距離を近づけるなど、上手にお付き合いすることが求められ、古くから「百薬の長」とも言われています。お酒を飲む機会の多い方は、毎年の健康診断などでγ-GTの検査数値の変化から、ご自身の肝臓の状態をチェックする習慣を身につけましょう。

健康レシピ

脳の老化を予防する 切り干し大根おにぎり

1 個分 エネルギー/280kcal 蛋白質/6.7g 脂質/4.0g
炭水化物/51.2g 塩分/0.0g 食物繊維/2.7g

《材 料》(5 個分)

- | | | | |
|---------|-----------|-------|------|
| ・お米 | 2 合(300g) | ・シソの葉 | 5 枚 |
| ・切り干し大根 | 20g | ・塩 | 適量 |
| ・カリカリ梅 | 大 1 個 | ・海苔 | お好みで |
| ・水煮大豆 | 50g | | |
| ・ごま油 | 大さじ 1 | | |
| ・白ごま | 大さじ 1 | | |



作り方

- ① 切干大根は水で戻し、よく水切りしてからみじん切りにしておく。
- ② お米を洗い10分浸水させる。その後、切干大根を入れて一緒に炊く。
- ③ 水煮大豆は荒みじん切りにしてごま油をしいたフライパンで炒める。
色付いてきたら白ごまを入れて炒める。
- ④ シソの葉は1cmの長さの千切りにする。
- ⑤ カリカリ梅は種をとりみじん切りにする。
- ⑥ ご飯が炊けたら、ほぐしながら③④⑤を入れて混ぜる。
- ⑦ 塩は味をみながら量を調節してください。

よく噛むことは、脳が活発に活動するようになるだけでなく、虫歯や食べ過ぎなども防ぐ効果があります。繊維の多い物や弾力性のある食材を取り入れることで自然と噛む回数を増やす事ができます。おにぎりの具材としては他にわかめやカリカリに炒ったジャコなどもオススメです。

編集後記

新外来棟正面のしだれ桜の淡いピンク色の花の見頃も終わり、水田が苗の緑に染まってきました。季節の移り代わりの変化は私たちの目を楽しませてくれますが、そろそろ新年度からの疲れも出てくる頃ではないでしょうか。目先を変えて普段やらない事やってみると意外と気分転換やリラックスすることが出来るようです。自分自身もそうですが、普段は花より団子という方は須賀川の牡丹園やツツジ園に足を運び花に癒されるというのもいいかもしれません。

編集・発行 公立岩瀬病院 広報委員会 (広報誌発行部会)

〒962-8503 福島県須賀川市北町20番地

Tel 0248-75-3111 Fax 0248-73-2417 E-mail koho@iwase-hp.jp