

No.35

みたき総合病院 広報誌

ひだまり

HIDAMARI

2017年
(平成29年)
秋号

ひだまり

no.35

CONTENTS

1p

糖尿病看護認定看護師が着任しました

2p

みたき総合病院 新館建築工事について

3p

4p

地域交流イベントのご案内

5p

栄養管理科レシピ

6p

CS向上委員会

7p

外来診療担当表

☐ 休診・診療情報などはホームページを検索してください。

みたき総合病院



目 糖尿病看護認定看護師が 着任しました

糖尿病看護認定看護師：中野 洋子

内科外来に常駐しています

人は、学業・家事・育児・仕事・地域での活動など、人との関係を通して様々な役割を抱えながら生きています。糖尿病の患者さまも同様に、日常生活を送りながら治療をされています。糖尿病の治療は食事と運動が基本としてあり、これは生きていく上で、日々行うものです。必要に応じて、お薬も必要になります。糖尿病看護認定看護師として、糖尿病治療を日常生活の中で取り入れながら、その人らしく生きていけるような工夫を患者さまやご家族と共に考えていきたいと思っています。糖尿病の患者さまやご家族はもちろん、糖尿病について気になることがある方は気軽にお声かけください。

日常生活についてお聞かせください

- 日々の生活状況から、病気と向き合う方法を患者さまとご相談します。
- 血糖自己測定をされている方は血糖の推移の原因を振り返ります。



フットケアについてお話をします



- 糖尿病の合併症のひとつに神経障害があります。神経障害はしびれが続いたり、痛みを感じにくくなります。例えば、靴ずれがあっても痛みを感じにくいために気がつかず、足の傷が広がり、最悪の場合は足の切断に至ることもあります。糖尿病が長期にわたる方はご相談ください。
- 爪の切り方や靴の選び方についても説明をさせていただきます。

糖尿病教室

- ご要望があれば、地域の集まりや企業で糖尿病についてお話をさせていただきます。



▲ 災害・事故、低血糖の時に
糖尿病であることを知らせるためのカード



▲ 血糖自己測定をしている方が
毎日の血糖値を記入するノート



▲ 血液検査と眼科受診の
結果が記入できるノート



みたき総合病院 新館・渡り廊下の建設について

みたき総合病院では、患者様により良い医療サービスを提供していくため、新館を建設いたします。外来、一般病棟や手術室等の機能を強化し、今後ますます高度化、多様化する医療ニーズに対応していきます。



▲ 新館イメージ



▲ 鳥瞰イメージ

みたき総合病院
新館・渡り廊下建築工事
構 造：SRC造
規 模：地上3階
建築面積：2,567.77㎡
延床面積：6110.4㎡
開設予定：平成31年初夏

3階：医局、本館連絡通路
2階：一般病棟、手術室、中央材料室
1階：各科外来【内科、外科、脳神経外科、整形外科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、眼科(予定)、歯科口腔外科(予定)】



第8回地域交流イベントのお知らせ

地域交流イベント実行委員会

来る11月19日(日)9:30～ 第8回地域交流イベント ふれあい健康フェスタを開催いたします。今回のテーマは“生き生きとした生活を目指そう!動き出そう!!”です。今年の催し内容は、近年関心の広がりつつあるロコモティブシンドロームや転倒、また終末期医療に関するテーマを取扱った「講演会」をはじめ、「健康診断コーナー」、「ボランティアステージ」、「キッズコーナー」、「フードコーナー」、「チャリティバザー」「リハビリコーナー」となります。



講演会では、当院整形外科 浦和真佐夫医師による「ロコモティブシンドローム～日常で知って得する豆知識～」、当院耳鼻咽喉科 診療部長古橋篤医師による「高齢者のめまいと転倒について」、当院緩和ケア病棟 渡邊尚美看護師長による「緩和ケア病棟『なごみ』の紹介」の3講演を行ないます。

健康診断コーナーでは「血圧測定」「骨密度測定」「体組成測定」を受けていただけます。さらに事前予約していただきました方の中から抽選で「頸動脈エコー検査」「動脈硬化測定」も受けていただくことができます。これらの結果を基に健康相談や栄養相談、介護相談のコーナーを設けていますので是非ご利用ください。

例年大変好評をいただいております地域ボランティアの皆様によるボランティアステージですが、今回は「鈴鹿マンドリンクラブ」、「ハーモニカひまわり」、「藤間流日本舞踊楓会」、「四日市風の谷ウインドアンサンブル」「湾岸フィルハーモニー管弦楽団」のみなさまにご出演いただけることとなりました。いずれも実力・実績ある皆様ですので、当日は素晴らしいパフォーマンスをお楽しみいただけるものと思います。

キッズコーナーではお子様に楽しんでいただけるような“あそび”として「千本くじ」「ヨーヨー釣り」「スーパーボールすくい」「お菓子つかみどり」等を準備しております。

その他、フードコーナーでは「みたらし」「やきそば」「肉巻きおにぎり」の販売を行ないます。また例年多くの方にご利用いただいておりますチャリティバザーを今回も開催

いたします。「ふれあい健康フェスタ」が、ご参加いただいたすべての皆様に「行って良かった!」と思っただけのようなイベントになりますよう、皆が丸となって準備をいたしております。ご多用の折とは存じますが、是非ともご参加くださいますよう、宜しくお願い申し上げます。皆様のお越しを心よりお待ちしております。



ふれあい健康フェスタ

活き活きとした生活を目指そう! 動き出そう!!

2017年11月19日(日) 9:30~14:15

講演会



9:30~11:15

「ロコモティブシンドローム ~日常で知って得する豆知識~」

整形外科 浦和 真佐夫医師

「高齢者のめまいと転倒について」

耳鼻咽喉科 診療部長 古橋 篤医師

「緩和ケア病棟『なごみ』の紹介」

緩和ケア病棟 渡邊 尚美看護師長

健康診断

11:00~

予約不要

- 血圧 ●骨密度測定 ●健康相談
- 栄養相談 ●お薬相談 ●介護相談
- リハビリコーナー

予約必要

- ハーバリウム講習会

ボランティアステージ

(演奏・演舞) 11:25~

11:25~(約35分)

演奏会: 鈴鹿マンドリンクラブ

12:05~(約25分)

演奏会: ハーモニカひまわり

12:35~(約25分)

舞踊会: 藤間流日本舞踊協会

13:05~(約30分)

演奏会: 四日市風の谷ウインドアンサンブル

13:40~(約25分)

演奏会: 湾岸フィルハーモニー管弦楽団
& ST 飯田



たべもの コーナー

11:00~

やきそば
みたらし
肉巻きおにぎり

キッズ コーナー

11:00~

千本くじ・ヨーヨー釣り
スーパースクールすくい
お菓子つかみどり

チャリティー バザー

11:00~

日用品
雑貨等の販売



栄養管理科レシピ

管理栄養士：東 沙季

秋鮭とじゃがいものバターソテー



1人分221Kcal 食塩1.2g

◆材料(2人分)

生鮭2切れ
薄力粉適量
油小さじ1/2
じゃがいも(大)1個
たまねぎ1/2個
しめじ10g
☆濃口醤油小さじ1
☆バター5g
☆レモン汁少々
☆塩適量
☆こしょう適量
粉パセリ少々

秋鮭とじゃがいものバターソテー 作り方

- ①じゃがいもは乱切りに、たまねぎは薄くスライスします。
- ②しめじは、ほぐしておきます。
- ③鮭に薄力粉をつけ油で焼き、食べやすい大きさに切ります。
- ④じゃがいも、たまねぎ、しめじを油で炒め☆を入れ味を付けます。
- ⑤④の火が通ったら③の鮭を入れ、鮭が崩れないようさらっと炒めます。
- ⑥お皿に盛り付け、粉パセリをのせたら完成です。



鮭のおはなし

鮭は産卵シーズンの9～11月のものを秋鮭、秋味と呼びます。5～7月頃にとれる鮭は、季節外れという意味で時鮭、時不知(トキシラス)と呼ばれています。

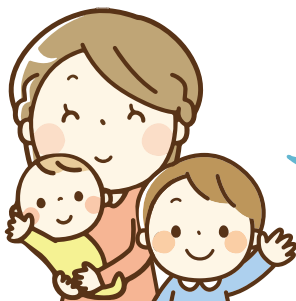
秋鮭は通常の鮭に比べ、EPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)が多く含まれています。この2つは血液をさらさらにする働きがあるので脳梗塞や高血圧の予防になります。また子供の脳の発達にも必要と言われており、母乳にも含まれています。また、私たちの体の構成の主になるたんぱく質は20種類のアミノ酸が組み合わさってできています。そのうち9種類は必須アミノ酸といわれ、体内では合成されないで、食べ物から摂取しなくてはなりません。必須アミノ酸の比率を表したものをアミノ酸スコアといいます。鮭はこのアミノ酸スコアが100であり良質なたんぱく質といえます。今が旬な秋鮭を料理の一品に取り入れ、気温が低くなるこれからの体づくりをしましょう。



患者様からのお言葉・ご意見

CS向上委員会

ご意見①

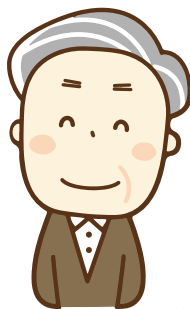


今年2歳になる1人目の息子の時も初めての出産でわからないことだらけの中、とても優しく、丁寧に対応して下さったので、今回2人目の際にもお願いしようと思い入院させていただきました。娘は保育器からなかなか出られず酸素を入れたり息子とは違い少し不安でしたが、看護師さんが気を配ってくださり、状態も面会の都度教えていただけたので安心する事が出来ました。心休まる充実した1週間を有難うございました。本当にお世話になりました。

ご意見②

リハビリでは、本人の好きな歌を歌う事を取り入れていただいたので、楽しくできたと言ってます。また、立ち上がりを心配していましたが、根気よく声掛けしていただいたので、家族がみても頑張ったと思います。

病室では看護師さんに名前でもらっていたので、認識もしたし、一生懸命に返事をしていたように思います。有難うございました。



ご意見③

待合室等で、我が物顔で携帯をいじりながら座っている事に違和感。もっと周囲に気を使ってもらいたい。

誠に貴重なご意見ありがとうございます。

他の患者様のご迷惑になるような場所で携帯電話を使用している方がいた場合には、お声を掛けさせて頂き、携帯電話使用可能区域への案内等を行っていくよう努めます。





みたき総合病院 外来診療担当表

平成29年10月1日改定

科名		診察時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前	9:00～12:00	坂倉	森	与那覇(靖)	坂倉	坂倉	坂倉
			奥村	小久保	足立 (肝臓内科)	山本 (糖尿病内科)	丹羽	秋山
								山田(芳) (循環器内科)
			秋山 9:30～12:00					
	午後	16:00～18:00	与那覇(靖)	森		坂倉	丹羽	
						山本 (糖尿病内科)		
産婦人科	午前	9:00～12:00	与那覇斉	与那覇斉	ヨナハ尚	佐川	与那覇斉	与那覇斉
			小川	小川	小川	小川	小川	非常勤医師/ヨナハ尚
			武田	武田	武田	武田	武田	
	午後	13:00～16:00	手術	手術		手術	手術	手術
		16:00～18:00	与那覇斉	与那覇斉		与那覇斉	与那覇斉	
			小川	小川		小川	小川	
			武田 ※16:00～17:00	武田 ※16:00～17:00		武田 ※16:00～17:00	武田 ※16:00～17:00	
			ヨナハ尚 17:00～18:00	ヨナハ尚 17:00～18:00		ヨナハ尚 17:00～18:00	ヨナハ尚 17:00～18:00	
外科 乳腺外科 血管外科	午前	9:00～12:00	手術	宮内	宮内	宮内	宮内	宮内
	午後	16:00～18:00		宮内		宮内		
脳神経外科	午前	9:00～12:00	伊藤	池田	伊藤	池田	伊藤	池田
整形外科	午前	9:00～12:00	松浦	松浦	松浦	松浦	松浦	※松浦(第1・3週) ※休診(第2・4・5週) 土曜日特殊外来
			浦和	浦和	浦和	浦和	谷口	
	午後	14:00～16:00		松浦(リウマチ科) 要予約			松浦(リウマチ科) 要予約	
		16:00～18:00	松浦 ※第1週は休診(回診)	松浦 ※(装具外来)要予約		浦和	松浦 ※第2週は休診(回診)	
耳鼻咽喉科	午前	9:00～12:00	古橋 ※紹介・再診患者のみ	古橋	古橋	古橋 ※紹介・再診患者のみ	古橋	古橋 (第1・3・5週)
			西村(忠) ※初診・再診			西尾 ※初診・再診		
	午後	16:00～18:00	古橋	古橋		古橋	古橋	
泌尿器科	午前	9:00～12:00	寛	古橋(恵)	寛	古橋(恵)	寛	寛(第1・3週) 古橋(恵)(第2・4週)
	午後	13:00～16:00	検 査	手術		手術	検 査	
		16:00～18:00	寛				古橋(恵)	

※月曜日の秋山医師の診察は外科外来にて行います。 ※水・土曜日午後・日曜日・祝日は休診

※武田医師による診察の希望は、午前診察のみ選択できます。午後診察は17:00までです。(午後診察での選択不可)

※土曜日特殊外来(身障、労災判定、紹介、入院、他)

医療法人 尚豊会 **みたき総合病院**

〒512-0911 四日市市生桑町菰池458-1
TEL(059)330-6000 FAX(059)330-6005

病院の概要・施設紹介などにつきましてはコチラ▶URL:<http://mitakihp.jp/>

みたき総合病院

検索