



明けまして
おめでとう
ございます



みたき
総合病院
広報誌

和
nagomi

2016年
(平成28年)

冬号

本年も皆様にとって良い年となりますことを
職員一同、心からお祈り申し上げます。

当院は内科、外科、産婦人科、脳神経外科、泌尿器科、整形外科、耳鼻咽喉科、透析センター、リハビリテーションなどを擁し地域の皆様のお役に立てよう努力しています。まだまだ至らない点もたくさんあると思いますので、今年も職員一同、改善の努力をして行きたいと考えています。

かねてよりの懸案でありました緩和ケア病床は設計図もできあがり、木造、平屋建ての落ち着いた療養の場の建設が始まります。ほぼ同時進行で外来棟の増設も着工する予定ですので、竣工の暁には明るく広い外来で診察を受けていただけるようになります。現在の3階病棟(急性期などの患者さんが入院しています)も新しくできる外来棟(増築棟)に移動しますので、入院・療養環境も大きく改善できるものと考えています。職員も施設も今まで以上に改善・充実する年になるであろうと考えています。ご期待ください。

私事ですが、みたき総合病院の大きな発展の時期に新院長として昨年春に着任いたしました。大役を果たせるかどうか自信はございませんが、地域の皆様のご期待に沿えるよう職員と共に努力する所存でございますので、よろしくお願いいたします。

皆様のますますのご健勝とご発展を祈念いたしまして、年頭のご挨拶とさせていただきます。



院長
宮内 正之

みたきNEWS

no.28

CONTENTS

1p 2p

糖尿病内科関連記事

3p 4p

地域交流イベントのご報告

5p

栄養管理科レシビ

6p

患者様からのお言葉・ご意見

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





私の履歴書

みたき総合病院 糖尿病内科 谷川敬一郎

Life is very short と Are you happy?

本日12月10日二人の日本人がノーベル賞を授与された。誠におめでたい事である。大村教授は80歳だが、梶田教授はまだ56歳とお若い。先にノーベル賞を取った指導教授が道を造ったからであろう。今回この原稿を頼まれて、私の人生を交差した色々なDrたちの事が頭を去来した。日経新聞の最後のページには「私の履歴書」と言う欄があり著名人が子供の頃からの思い出や出会いを綴っている。今は歌手の小椋佳さんが書いていて面白い。それを本稿のタイトルにお借りした。

学生時代に刺激を受けたT先生やA先生。大学院時代の恩師I先生、私を糖尿病学に導いて下さったS先生(兄)、私と北野病院、京大、シカゴで一緒に過ごし、よく酒を飲んでカラオケに行ったS先生(弟)、神大でご指導頂いたN先生とT先生には感謝してもし過ぎる事はない。共同研究した名城大のM先生にもお世話になったし、肺がんで亡くなられた愛知学院のN先生にもよく奢っていただいた。大学院が終わって2年間留学したシカゴのノースウェスタン大学のN教授、わずかに半年ではあったが実り多い勉強ができたブリュッセル自由大学のM教授などなどである。人生とは言葉を換えれば様々な人間とその土地との思い出づくりであると私は思う。

シカゴのF教授はそれまでの人生で私が会ったことの無いような人であった。彼の口癖は「life is very short」であった。一般的にアメリカ人は日本人と比べるとtime consciousnessであるが、彼も然りであった。「人生は短い」などと言う日本人は当時周りにはいなかった。でも今から考えるとまさにそうなのだ。恐らく彼は自分の人生で出来ることがほんの少しで不満だったのだろう。それでも多くの学会からAwardをもらって後世に名を遺した。彼はヨーロッパの学会に出かけた後、レニングラードでの音楽会の鑑賞中にAMIで死亡した。劇的な最後であった。よく葉巻を吸っていた影響だろうか。それから数年してシカゴでアメリカの糖尿病学会があり、彼と親交があった関係者一同のパーティーがあった。奥様(皮膚科の教授)と久しぶりに面談したが、息子さん二人がハーバード大学医学部に入学して大変喜んでおられた。優秀な家系である。彼の死後国際糖尿病学会は彼の名を冠したレクチャーが行われるようになった。

ブリュッセルに行った時は単身赴任であったためM教授は最初のころ会うたびに「Are you happy」と聞いてきた。「Of course」などと言って変な顔をされてもいけないので、



「Yes I am happy」といつも言っていた。日本に帰国してからもこれが癖になり、家族や若い医者に「happyか」と聞くようになった。結婚式に呼ばれて挨拶するときも必ず「Life should be happy」と言っている。3月に娘が結婚して挨拶を求められた時にも言ってしまった。ブリュッセルで驚いたのは離婚したM教授の前の奥さんがlaboで働いていた事である。私は車が無かったので時々買い物に連れて行ってもらった。シカゴと違ってブリュッセルでは狭い道を80Kmぐらいで走るのだから車を買うのはあきらめた。ヨーロッパはアメリカと違いテクニシャンは permanent job で腕はかなりたつ。私は大学院時代ネズミの膀胱のランゲルハンス島(英語ではisletと言う)を使った仕事をしていたが、一緒に仕事をしたテクニシャンは耳かきのようなものでislet を次々に拾っていくのである。あれにはまいった、感嘆した。誤差がでてはいけないような微妙な実験では私のテクニックでは無理でも彼女はきちんとしたDATAをだしてきた。さらに驚いたのは彼らテクニシャンでも夏休みは2週間とる。お盆休みの3、4日が夏休みの日本人とこの文化の差はどこから来てるのだろうか？11月のパリの同時多発テロでは主犯はブリュッセル在住と言うニュースには驚いた。地下鉄も止めて物々しい警備が続いているようだが、お世話になった寿司屋のご主人は元気だろうか。

最近では日本の若者の留学が減っていると聞いて大変危惧している。日本の外に出て初めて日本がどんな国か、日本人のありように気付くのである。ノーベル賞を取った大村先生もドイツの製薬会社メルクとの共同研究で花を咲かせた。必要ならばいつでも海外に行く準備を若者に教えておかないといけない。数年前大阪の病院に勤務していた頃仲のよかった脳外科の医者は娘2人をロンドンの高校に留学させた。本人は宮古島の徳洲会に職を得、ダイビングの腕を磨くと言う。子供の育て方も変わったと実感した。いつもピースを燦らしていた病理の先生は75歳ぐらいだったが毎週NOVAに通っておられた。駅前留学である。「みたきHP」に来てから私も家とHPの往復なので何か「色を添えよう」と考え今月からECCで英語の brush up をしている。

若かった頃の思い出を長々と書いてしまったが、確かに人生は短い。2月には「みたき病院」の皆様には糖尿病のレクチャーをする予定になっておりますのでしっかり勉強をして色々と質問してください。



病院からのお知らせ

12月1日から当院の診療科目に糖尿病内科(担当:内科 谷川敬一郎医師)を追加しました。
・糖尿病内科:糖尿病などの代謝疾患、生活習慣病に対して専門的な診療を行います。



第6回地域交流イベント

第6回 地域交流イベント実行委員会

去る11月15日(日)第6回みたき総合病院地域交流イベント ふれあい健康フェスタを開催いたしました。今回のテーマは「**健康と未来-延ばそう健康寿命**」とし、催し内容は、近年関心の高い病気や健康寿命を延ばすための運動等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」を実施、当日は約800人の地域の皆様にご来場いただきました。

「健康であり続けるために～」

講演会では、循環器内科与那覇靖理事長による「**健康であり続けるために～**」についての講演をはじめ、外科宮内正之院長による「**静脈の病気(エコノミクス症候群と下肢静脈瘤について)**」、そしてリハビリテーション科岩谷美紀理学療法士の講演を中心に理学・作業療法士による実演を織り交ぜた「**健康寿命を延ばすための運動について**」の講演を行いました。午前9:30という朝早い時間にもかかわらず、開演時には、たくさんの方にご来場いただき、そして皆様最後まで誰一人席を立つことなく、講演をお聴きいただけたこと、また講演後には、「**良い講演会だった。来てよかった**」といういろいろな方に仰っていただき、委員会スタッフとして本当に有り難く、そして嬉しく思いました。今後のイベントでも、地域とともに歩むみたき総合病院が行うイベントとして、地域の皆様が関心の高いと考える医療テーマを取り上げた講演会を続けていきたいと思います。



健康診断コーナー

健康診断コーナーは、毎年大変混雑をしてお迷惑をおかけしておりますが、今回はスタッフの連携とご来場の皆様にもご協力を頂いたおかげで、大きなトラブルもなく、比較的スムーズに実施をすることが出来ました。誠に有難うございました。

ボランティアステージ

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には、今回「**四日市諏訪太鼓 翔様**」、「**伊藤好子 & ダンシングステップ様**」、「**ギターサークル・サルビア様**」にご出演いただきました。ボランティアの皆様は、どれも本当に素晴らしいステージで、ご来場いただけた皆様には、大変ご満足していただけたのではないかと思います。



キッズコーナー

キッズコーナーではお子様に楽しんで頂けるような“あそび”として「**サッカー**」「**ボール投げ**」「**ヨーヨーすくい**」「**景品くじ**」等を実施しましたが、こちらも多くのお子様楽しんでいただく事ができました。

フードコーナー

フードコーナーでは「**みたらし**」「**やきそば**」に加え、今回新たに「**ワンハンドソーセージ**」「**クレープ**」の販売を行いました。たくさんの方にご購入いただき、販売開始から2時間程で全ての商品が完売となる盛況ぶりでした。またチャリティーバザーにも大変たくさんの皆様にご来場いただき、ほぼすべての商品が完売となりました。

最後に…

今回のイベント当日の**売り上げ金249,570円**は、全額、あしなが基金に寄付致しました。

今後も「ふれあい健康フェスタ」が、ご参加いただけるすべての皆様に「行って良かった!」と思っていただけるようなイベントになりますようスタッフ一同頑張っております。ご多用の折とは存じますが、次回第7回のイベント開催時にも是非ご来場下さいますよう、宜しくお願い申し上げます。

この度はお忙しい中、たくさんの皆様にご来場いただき、誠に有難うございました。



栄養管理科レシピ

管理栄養士:戸松洋子

ほうれん草ポタージュスープ



1人分 82Kcal
食塩 0.8g

◆材料(4人分)

ほうれん草	1/2束
玉葱	1/2個
米	20g
バター	15g
水	500ml
コンソメキューブ	1個
牛乳	120cc
食塩	少々

ほうれん草ポタージュスープの作り方

- ①ほうれん草は茹でて、冷水にさらし絞っておく。
- ②米は研いで、ザルにあげておく。
- ③玉ねぎは薄くスライスして、バターでいためる。
- ④③に②のお米、水、コンソメを入れてお米が軟らかくなるまで煮る。
- ⑤④の粗熱がとれたら①のほうれん草をなめらかになるまでミキサーにかける。
- ⑥⑤を鍋に移し、牛乳を入れて火にかける。塩で味を調節してできあがり。



ほうれん草のおはなし

年間通じて手に入りますが、栄養価が高まり、おいしさが増す旬は、霜にあたって甘みを増す冬の季節です。東洋種(葉の切れ込みが深い)はアクが少なく、西洋種(葉は切れ込みがなく丸みを帯びている)はアクが強くソーテーなど、魚肉料理の付け合せに向いています。アクをより少なく改良し、生でもおいしく食べられるサラダほうれん草と呼ばれるものもあります。

栄養価は、カロテン・ビタミンC・鉄分を多く含んでいます。カロテンは抗酸化作用があるとされ、発がん性物質の毒性を軽減して、がん予防に効果が期待できるほか、動脈硬化を防ぐ作用があるとされています。

また、カロテンとビタミンCの相乗的な効果で、肌荒れの防止、かぜ予防にも有効です。カロテンや鉄分の吸収をたかめるのは、肉類との炒め物がむいています。根元の赤い部分には骨を丈夫にするマンガンが豊富に含まれています。



患者様からのお言葉・ご意見

CS向上委員会

ご意見①(2階産婦人科病棟)



看護師の皆さんが優しく接してくれて親切で、もしも3人目があればまたお世話になりたいと思います。6日間お世話になりました!産婦人科病棟は綺麗で過ごしやすかったです。

(20代女性)

ご意見②(3階病棟)



総合的に処置・対応・サービスは良かったと思います。当院に来て良かったです。

(70代男性)

ご意見③(2階産婦人科病棟)



面会に来る人がノックだけでスッと入ってくるので、授乳中や着替え中などヒヤッとした。

(20代女性)

不快な思いをさせてしまい、誠に申し訳ございませんでした。当院ではご面会時にナースステーションにお寄り頂いて、スタッフが入院患者様(ご本人様)に確認してからご面会して頂いております。

今回の件はおそらくナースステーションに寄らずに直接患者様のお部屋を訪問されたのではないかと思います。

今後はご面会時の注意事項などについて、入院時や母親教室などでもお伝えさせて頂きたいと思います。





みたき総合病院 外来診療担当表

平成28年1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	山田	坂倉	山田	坂倉	山田	坂倉
			秋山 ※予約制	谷川	与那覇(靖)	谷川	関 (腎臓内科)	秋山 ※予約制
			谷川				丹羽 (循環器内科)	山田(芳) (循環器内科)
	午後	16:00～18:00	谷川	与那覇(靖)		坂倉	谷川	
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	ヨナハ尚
			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	
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 ※紹介・予約患者のみ	松浦	松浦	松浦 ※紹介・予約患者のみ	※松浦 ※谷口 (交替制) 土曜日特殊外来
			谷口	谷口		谷口	谷口	
	午後	14:00～16:00		松浦 (リウマチ科) 要予約		手術	松浦 (リウマチ科) 要予約	
		16:00～18:00	松浦 ※第1週は休診(回診) ※第1週のみ	松浦			松浦 ※第2週は休診(回診) ※第2週のみ	
耳鼻咽喉科	午前	9:00～12:00	古橋 ※紹介・再診患者のみ 西村(忠) ※初診・再診	古橋	古橋	古橋	古橋	古橋 (第1・3・5週)
	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(憲)	寛	古橋(憲)	寛	寛(1・3週) 古橋(憲)(2・4週)
	午後	13:00～16:00	検 査	手術		手術	検 査	
		16:00～18:00	寛				寛	

※先天性股関節脱臼検診は、整形外科外来にて毎週月曜日・木曜日の午前のみ《予約制》

※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)

※初診の方は診察終了時刻1時間前にお入りください。(整形外科)