



三重県立志摩病院

SHIMA HOSPITAL NEWS

志摩病院ニュース

12月号
vol.160

小児科 慢性疾患外来 開設のお知らせ

志摩病院小児科では、12月より慢性疾患外来を開設いたします。
下記のような疾患の診察、治療、またはご相談等に対応いたします。

対象疾患

喘息・アトピー性皮膚炎・てんかん・慢性腎疾患・起立調節障がい・身体表現性障がい・低身長・夜尿症・肥満・発育発達障がいなど。

診察日時(予約制)

火曜日・木曜日の14:00～16:00

*ご予約・お問い合わせは、平日8:30～17:00の間に小児科外来までご連絡をお願いします。

年末年始の救急体制について

当院では、今年4月の管理運営開始より平日の救急受け入れ時間を延長すると共に、土曜・日曜・祝日の日中対応を開始することで、地域の救急診療体制の充実に努めてきました。今回の年末年始につきましては、下の表のとおり休祝日に準じての救急対応といたします。また、小児科については、地域の医療機関の先生方とも相談し、元旦と3日の午前に外来診療を行いますことを地域の皆さまにお知らせいたします。

| | | 診察時間帯 | 12月29日 | 12月30日 | 12月31日 | 1月1日 | 1月2日 | 1月3日 |
|----------------------------|----------------|-------|--------|--------|--------|------|------|------|
| 内科系 完全紹介制(救急車もしくは紹介状持参) | 日中(8:30～17:00) | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 夜間 | | — | — | — | — | — | — |
| 外科系 | 日中(8:30～17:00) | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 夜間 | | — | — | — | — | — | — |
| 小児科 (受付時間8:30～11:30) | 午前(9:00～12:00) | | — | — | — | ○ | — | ○ |
| | 午後 | | — | — | — | — | — | — |

* ○印は診察を行います。[内科系は完全紹介制(救急車もしくは紹介状持参)]

* —印は休診となります。

クリスマスコンサート開催のお知らせ

日時：12月25日(火) 14時～16時

場所：受付前ホール

★出演★

・うたお～～に
・ニューライフ
・OT室合唱団
・NPO法人 在日韓国人
支援センターハミハウス

★内容★

・コーラス
・楽器演奏



市民公開講座

骨粗鬆症と骨折 —健康寿命を延ばすために—

講師 副院長兼診療部長兼

整形外科部長 田島 正稔

開催日時 平成25年1月19日(土)13:30～15:00

場所 県立志摩病院 講堂(2階売店横)



主な目次

P1

- ◆小児科 慢性疾患外来開設のお知らせ
- ◆年末年始の救急体制について
- ◆クリスマスコンサート開催のお知らせ
- ◆市民公開講座 骨粗鬆症と骨折 —健康寿命を延ばすために—

P2

- ◆「志摩病院と介護施設・グループホーム 連絡会」「志摩病院と居宅介護支援事業所 連絡会」が発足しました！
- ◆栄養室日より

P3

- ◆部署紹介
1病棟
2病棟

P4

- ◆外来担当医表
(平成24年12月1日 現在)
- ◆介護教室
- ◆糖尿病教室

「志摩病院と介護施設・グループホーム連絡会」

「志摩病院と居宅介護支援事業所連絡会」が発足しました!

当院地域連携センターでは、入院時や退院後の医療と介護の連携を密に行い患者様の看護や介護に役立てようと、当院講堂において10月16日(火)に第2回介護施設・グループホームとの情報交換会を開催して、入退院時の情報提供シートの統一などに向けて話し合いを行いました。また同月19日(金)の第2回居宅介護支援事業所との情報交換会では、グループに分かれ当院看護師と地域連携センター専門職がそれぞれ司会や書記を担当して、それぞれが求めている情報について意見交換を行いました。

それらを受けて、今後も地域住民の皆さまが治療を終えた後も自宅や施設、グループホームで安心して暮らせるように、定期的な情報交換・意見交換を行うことを目的として連絡会を発足させました。

顔と顔の見える関係をつくっていくことで、疾病や障がいを抱えながらも鳥羽・志摩・南伊勢地域での生活を望む皆さまが入院後も地域の暮らしと切り離されることなく安心して医療を受けられ、治療が終わればまた元の暮らしに近づけるように地域医療機関や介護保険事業所とともに連携を取りながら支援させていただきます。



地域連携センター
社会福祉士 精神保健福祉士
前田小百合



栄養室だより

管理栄養士ちーちゃんからのアドバイス



管理栄養士 中村千亜希

お酒を楽しく飲むために

忘年会・クリスマス・新年会などアルコールを飲む機会が多くなる時期です。適量の飲酒はストレス解消・疲労回復・人間関係を円滑にするなどの効果がありますが、飲みすぎると心身にさまざまな影響を及ぼします。

●「適量」は・・・

1日平均純アルコールで約20g程度とされています。
(男女、体格などで個人差があります。)

●飲むときは・・・はじめに食べてから、食べながら。

アルコールは、一部胃で、ほとんどは小腸で吸収されます。アルコール摂取前にたんぱく質・糖質・脂質が適当に混ざった食物(乳製品など)を食べておくと、アルコールの吸収を遅らせ、血中の急激なアルコール濃度の上昇を防ぐことができます。

<適したおつまみ>

おつまみには、たんぱく質・ビタミン・ミネラルを多く含んだものがオススメ。

・・・枝豆・冷奴のような大豆製品、白身魚・イカ・たこ・貝類の刺身、野菜サラダなど。

<注意したいおつまみ>

塩辛いメニューは、塩分を摂りすぎるだけでなく、のどの渇きをもたらし飲酒量が多くなりがち。また、脂っこいものはカロリーオーバーになりやすいので注意が必要です。

●週二日は休肝日を。

アルコール依存症の予防や肝臓の負担を減らすためにも、週に二日以上はお酒を飲まない日をつくりましょう。

※アルコール摂取には主治医の許可が必要な場合があります。確認をしましょう。

| ☆純アルコール約20gはこれくらい☆ | |
|--------------------|------------------|
| ビール(アルコール度数5%) | 中瓶1本(500ml) |
| 日本酒(15%) | 1合(180ml) |
| 焼酎(25%) | 0.6合(約110ml) |
| ウイスキー(43%) | ダブル1杯(60ml) |
| ワイン(14%) | ワイングラス2杯(約180ml) |
| 缶チューハイ(5%) | 1.5缶(約520ml) |

部署紹介

院内には約150人の看護師が働いています。今月号からは様々な部署で活躍する看護師達を紹介させていただきます。

1 病棟



こんにちは。整形外科1病棟です。1病棟ではチーム医療をテーマに、医師や看護師、看護助手、理学療法士、栄養士、さらに医療ソーシャルワーカーと協力しながら患者様の回復に向けて支援しています。

真剣に治療計画を検討する医師!



新人指導風景～指導者の笑顔が自慢です!



1病棟は、今年度の目標『笑顔と優しさをモットーに、多職種で協力しながら、患者さまの自立に向けて援助します』を達成できるように、これからも笑顔を忘れずがんばっていきます。

2 病棟

こんにちは☆☆2病棟の紹介をします。

外科、泌尿器科、眼科の混合病棟です。主に手術が必要な患者さまの受け入れやがん化学療法を目的とした患者様の受け入れをしています。

【職員紹介】外科医師3名、泌尿器科・眼科医師各1名
看護師19名、介護ヘルパー2名、クラーク1名

地域の皆様に信頼される病棟として、経験豊富なベテラン医師と、元気で笑顔が素敵な看護師が勢ぞろいしています。スタッフ全員が患者さんに寄り添える看護を目指し日々努力をしています。「いい先生と看護師さんに巡り会えてよかったあ」と思ってもらえるような病棟にしていきたいと思っています。

2病棟では、がん化学療法認定看護師、皮膚・排泄ケア認定看護師が専門知識を活かして患者様の看護にあたっています。相談の必要な方は、遠慮なくご連絡ください。

外科 勝峰院長
新貝です



泌尿器科 塚本です



外科 根本です



10月より支援看護師として活躍している二人です



眼科 前田です



● 外来担当医表

(平成24年12月1日現在)

| 科名 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----------------------------|-----------------------------|----------------------------|--|---------------------------------|---------|-----------------|
| 内科循環器科 | 初診 | 片山 | 伊藤 | 黒川 | 瀬口 | 古里 |
| | | 山下 | 山下 | 山下 | 担当医 | 鈴木(孝) |
| | 再診 | 瀬口(予約) | /// | 担当医(予約) | /// | /// |
| | | 担当医(予約) | /// | /// | 担当医(予約) | 担当医(予約) |
| 大腸センター | | /// | 吉村(予約) | /// | /// | /// |
| 外科 | | 勝峰 | 新貝 | 根本 | 勝峰 | 根本 |
| 脳神経外科 亀井医師の診察は10:00~ | | 山本 | 亀井(第1、3週) 山本(第2、4週) | 山本 | 山本 | 山本 |
| 緩和ケア科 | | 山際 | 山際 | 山際 | 山際 | 山際 小西(午後・予約) |
| 小児科 | 午前 | 松林 | 松林 | 松林 | 松林 | 松林 |
| | 午後(慢性疾患外来) 受付14:00~16:00 | /// | 松林(予約) | /// | 松林(予約) | /// |
| 産婦人科 | 午前 | /// | 担当医 | /// | /// | /// |
| | 午後 | 担当医 | /// | /// | /// | /// |
| 整形外科 | 初診/ 予約外 診察時間 | 中西 伊勢総合病院 9:00~12:00 | 里中 伊勢総合病院 9:00~ | 吉田 伊勢総合病院 9:15~ 竹原(予約) | /// | 田島 9:00~ |
| | 初診 | 高北 | | | /// | |
| | 再診 | 田島(予約) | 高北 (リウマチ外来)(予約) | | | 高北(予約) |
| 泌尿器科 | | 塚本 | 塚本 | 山田 | 塚本 | 塚本 |
| 眼科 火曜日のみ受付 8:00~11:00まで | | 前田 | 前田 (初診のみ) | 前田 | 前田 | 前田 |
| こころの外来 | 午前 | 再診 | 松山 棚橋(第1・3週) 福山(第2・4週) | 岡田 | 松山 | /// |
| | | 初診 | | 吉田(予約) | 吉田(予約) | |
| | 午後 | 初診 | 松山(予約) 棚橋(第1・3週) 福山(第2・4週) (予約) | 岡田(予約) | 松山(予約) | /// |
| | | 再診 | | 吉田 | 吉田 | |
| 皮膚科 受付11:00まで | | 近藤 | /// | /// | 近藤 | /// |
| 耳鼻咽喉科 | | 石永 | /// | /// | /// | /// |

- * 受付時間は8:00~11:30となります。
- * 眼科の火曜日は8:00~11:00までとなります。
- * 皮膚科は8:00~11:00までとなります。
- * 小児科の慢性疾患外来は、火曜日と木曜日の14:00~16:00となります。
- * 脳神経外科の亀井医師の診察は10:00からとなります。
- * 小児科の12月の金曜日は、第1・3週は松林医師、第2・4週は三重大学医師の診察となります。1月の金曜日は、第1・3週は松林医師、第2・4週は三重大学医師の診察となります。

- * 内科・循環器科は完全紹介制となります。
- * (///印は、休診日) 土・日・祝日は休診日です。
- * 予約の診察につきましては、各科外来にお問合せください。
- * 外科外来では、乳腺外来と甲状腺外来を併設しています。(月曜日~金曜日)
- * 前回受診後3ヶ月を経過すると初診扱いとなる場合があります。
- * 医師の都合により休診又は、変更となる場合がありますので各科にお尋ねください。

🍀 ~介護教室のお知らせ~ 🍀

開催日時: 毎月第4木曜日 13:30~14:30
 場所: 当院 講堂(2階売店横)
 ※当日どなたでも無料でご参加いただけます!!

今年度テーマ
「高齢者の気持ちを知り、家族と共に穏やかに暮らせるように!」

| 月日 | テーマ | 具体的内容 |
|-------|----------------------------|--------------------------------------|
| 1月24日 | “力まかせ”の介護から “長続きできる”介護へ | 移動技術について実践方法で説明します。動きやすい格好で参加してください。 |

12月はお休みさせていただきます。
 三重県立志摩病院 Eナース 高齢者支援チーム
 お問い合わせは看護部まで

糖尿病教室のお知らせ

日時: 火曜日午後1時30分~
 場所: 当院 講堂(2階売店横)
 ※当日どなたでも無料でご参加いただけます!!
 希望者には、血糖測定を行ないます。

| 月日 | テーマ | 講師 |
|--------|-----------------|-----------|
| 12月18日 | 日常生活で気をつけることは? | 看護師・管理栄養士 |
| 1月22日 | 調子が悪い時はどうしたらいい? | 医師・管理栄養士 |

お問い合わせ先
 三重県立志摩病院 栄養室 電話: 0599-43-0501

