

# 志摩病院ニュース

SHIMA HOSPITAL NEWS

3月号  
vol.295

## 県立志摩病院運営状況報告会が開催されました

令和6年1月24日(水)19時から、志摩市商工会館にて「県立志摩病院運営状況報告会」を、三重県病院事業庁主催で開催しました。

説明会には三重県病院事業庁・河合 良之庁長、当院からは嶋崎管理者、勝峰院長が出席し、当院より前中期経営計画期間(平成29年~令和5年度)の取組みや成果について説明した後、質疑応答を行い、住民のみなさまからは、お礼と励ましのお言葉をたくさん頂きました。

### 【説明内容】

地域医療支援病院として地域の医療機関との連携を強化するとともに、へき地医療拠点病院として無医地区への巡回診療を実施しました。

また診療機能の拡充では、通所リハビリテーション事業を開始し、救急医療については、内科系救急の24時間365日体制の受け入れを維持し、外科系救急では準夜間帯受け入れ拡充を図り、新型コロナへの対応では、感染患者受け入れや医療人材派遣、発熱外来、ワクチン接種を行いました。

### 【今後の取組について】

地域の医療ニーズをふまえた診療機能の維持・充実が必要であり、また医療機関との連携強化や救急医療患者の積極的な受け入れ体制の整備を行って行きます。

今後の新興感染症の発生・まん延期に対応できるよう平時より体制等を備えていきます。

これからも地域の皆さんに安心かつ信頼され親しまれる病院づくりに引き続き努め、志摩地域の中核的な医療機関として、安定的、継続的な医療を提供していただけるよう、行政と一体となっても診療機能の充実や医師の確保等に取り組んでまいります。



## 災害支援ナースの活動について

三重県看護協会の要請があり、石川県のいしかわ総合スポーツセンターへ令和6年1月18日から21日まで災害支援ナースとして活動を行いました。

いしかわ総合スポーツセンターは日本初の1.5次避難所として1月4日から開設・運営され、様々な県から災害支援ナースの派遣が来ていました。

1.5次避難所とは、高齢者や障害のある方、妊婦、乳児など特に配慮が必要とされる方が2次避難所に移るまでの一時的な受け入れが目的としてあります。

避難所での役割のひとつとして、保健師や看護師、医師、行政など様々な職種と連携をとり、避難されている方の健康観察を行う事があります。

実際に、発熱や下痢・嘔吐の症状があり食事がとれず脱水になる方や、新型コロナやノロウイルスといった感染症の方も数名いたため、拡大させないために適宜巡回し医師の指示のもと必要な方へ病院受診の説明を行うなど対応を行っていました。

三重県からの派遣メンバーは私の他に他病院で勤務している看護師3名がおり派遣中の4日間は4人で1チームとして動くこととなりました。

初対面でありましたが、石川県に向かう際にコミュニケーションを取ることで活動中はスムーズに連携をとることができました。

私たちの活動が避難者の方にとって復興への足掛かりになっていれば幸いであり、今後は実際に現地に行かずともできる支援も同時に行っていきたいと思えます。



# 多職種研修会・多職種交流会を開催しました

## ～地域連携センター～

1月23日(火) 14:30から当院講堂にて、地域の医療・介護・福祉職を対象とした多職種研修会を開催しました。今回は「志摩病院における放射線検査のあれこれ」(講師:放射線室 星野吉昭室長)をテーマに、CTやMRI、マンモグラフィー、アンギオ等の機能を学びました。

また多職種交流会では、実際に院内の医療機器を見学しながら説明を受けました。参加者からは「自分が受けたことのない検査のことがわかったので、不安を感じる高齢者にも説明できそう」「志摩病院にこんな機器があるとは思わなかった」といった感想が聞かれました。



## 心不全の食事療法



栄養室 山本絵留 藤井麗奈 小河萌香

### ～食塩制限はどうして必要?～

心不全の食事療法のなかで、最も大切なのが食塩制限です。日本人の平均的な食塩摂取量は1日に約10gといわれていますが、基本的には**1日6g未満**の制限が必要です。では、どうして食塩制限が必要なのでしょう。食塩を摂りすぎると体内に水が溜まりやすくなります。**食塩1gで体内に水が100～200ml溜まる**といわれています。心臓は血液を押し出すポンプのような役割をしているため、体内の水分が増えることで血液量が増加し、心臓にかかる負担も大きくなります。そのため、**食塩を摂りすぎないように食事での管理が重要**です!

### ～食事のポイント～

- ① 規則正しく、必要な量をバランスよく食べる  
1日3食、「主食」「主菜」「副菜」を揃えて食べましょう。様々な食材を使用するといいですね。せっかく減塩してもたくさん食べると食塩摂取量は増えるので注意しましょう。
- ② 食塩を減らす  
・食塩を多く含む食品は、食べ方を注意しましょう。

食品	例	食塩相当量	減塩の工夫
漬物	梅干し1個	2.2g	摂取量を減らす。
練り物	ちくわ1本	0.6g	
肉加工品	ソーセージ2本	0.6g	
干物	あじ開き干し1枚	1.1g	調味されていない魚を選ぶ。
汁物	味噌汁1杯	1.5g	1日1回までにする。具沢山にして汁を減らす。
麺類	うどん1杯(汁含む)	4.6g	頻度を減らす。汁は全部残す。

(食塩相当量は、商品により異なります。)

- ・味付けは最後にしましょう。表面に味が付いていれば美味しく感じられます。
- ・減塩の商品を活用しましょう。調味料では使用量が増えないように気を付けましょう。
- ・出汁を効かせましょう。顆粒だしは食塩無添加のものを選びましょう。
- ・調味料の使用量を減らし、酸味・香味野菜・香辛料などを活用して味にアクセントをつけましょう。  
例えば…レモン、酢、こしょう、一味、生姜、わさび、辛子、にんにく、ごま、焼き海苔など

### ③ 栄養成分表示を確認する

栄養成分表示の「食塩相当量」を確認しましょう。1日食塩6g未満が目標なので、1食2g未満となるように選択しましょう。最近では減塩の商品が多く出回っているので、活用するといいですね。「ナトリウム」が記載されている場合は、ナトリウム量から食塩相当量を求める事が出来ます。  
食塩相当量(g) = ナトリウム量(mg) × 2.54 ÷ 1000

他にも減塩の方法はたくさんあります。最初は味が薄いと感じていても、“慣れる”事で薄味の料理もおいしく食べる事が出来るようになりますよ♪

#### 栄養成分表示(1個当たり)

熱量	145 kcal
たんぱく質	5.6 g
脂質	4.7 g
炭水化物	20.1 g
食塩相当量	0.6 g

この表示値は、目安です。

# 各部署紹介

## 入退院支援室

今回は「入院支援」についてご紹介します。

入院支援は、予定入院の患者様を対象に、安心して入院していただけるよう入院の手続きや、検査・手術に必要な内服薬の変更、食事や水分の制限など、入院目的に沿って説明をさせていただきます。

また、問題なく治療や検査が受けられるように、アレルギーや飲んでいるお薬の確認、患者様の病気・治療に対する不安や要望などを聴かせていただき、病棟看護師や手術室看護師、管理栄養士、薬剤師など関連する職種と情報共有しています。

入院支援中に多く聞かれる患者様の不安や疑問の声をいくつかご紹介します。

- ①「手術のことがわからなくて怖い」 ➡ 病棟看護師または入院支援看護師が説明します。
- ②「中止の薬がわからない」 ➡ かかりつけの薬局と連携し、調整させていただきます。
- ③「ケアマネジャーさんに入院の説明をうまくできない」 ➡ 代理で説明させていただきます。
- ④「病室やトイレがわからない。入院の日はどうしたらいいの？」  
➡ 入院当日は入院支援担当者が病室までご案内します。

そのほかにも入院に際して気になることがありましたら、遠慮なくお声かけください。  
※説明や聞き取りにお時間がかかりますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



入退院支援室は、病院の1階「レントゲン受付の向かい側」にあります。志摩病院を昔からご存じの患者様には「昔、自動販売機があった場所」と認識していただいているようです。

## 三重県立志摩病院 薬学生奨学金制度のご案内

### 1. 地域医療振興協会の概要

三重県立志摩病院の運営は平成24年4月1日から指定管理者制度が導入され、公益社団法人地域医療振興協会が運営を担っています。

当協会は、地域医療を支援し、それによって地域の振興を図ることを目的に設立された公益社団法人です。

### 2. 奨学金制度の概要

三重県立志摩病院では、薬科系大学を卒業後に当院への就職を希望する薬学生の皆様を対象に、奨学金を貸与することにより、その修学を支援しています。

### 3. 貸与対象者

薬科系大学に在学する1年次から6年次の方で、卒業後に当院に常勤職員（薬剤師）として勤務する方を対象としています。

※2年次以降の貸与希望者の場合、希望により貸与開始を1年次まで遡れます。

### 4. 貸与金額

月額10万円（別途定める規定に該当する期間については貸与の停止があります）。

### 5. 返還免除及び返済

奨学金の貸与を受けた期間（1年次まで遡った場合は1年次からの期間）に1年を加えた期間当院で勤務することにより、返還義務が免除されます。

ただし、薬科系大学を中途退学した場合や、卒業後に当院に就職しなかった場合などは、原則としてそれまでの貸与額を利息とあわせて一括返済していただきます。

### 6. 申込期間及び申込方法

随時、受け付けています。

ご希望の方は、次までお気軽にお問い合わせ下さい。

〒517-0595 志摩市阿児町鵜方1257番地  
三重県立志摩病院 事務部 総務課 担当：中井  
☎0599-43-0501 Fax 0599-43-2507

### （参考）奨学金貸与の流れ

- ① 三重県立志摩病院 事務部 総務課に申し込み（問い合わせ）
- ② 奨学金生の選考面接
- ③ 奨学金の貸与
- ④ 薬剤師免許の取得
- ⑤ 三重県立志摩病院へ就職  
※地域医療振興協会へ就職し、三重県立志摩病院で働いて頂きます。
- ⑥ 一定期間（奨学金貸与期間+1年間）勤務することにより奨学金の返還を免除



# ● 外来担当医表

(令和6年3月1日現在)

科名		月	火	水	木	金
内科 (紹介制)		///	///	///	山下 (内科・予約)	山際(3月22日) (緩和ケア内科)
		榊原 (内科・初診)	廣川 (内科・初診)	伊藤 (内科・初診)	大澤 (内科・初診)	佐藤 (内科・初診)
	循環器内科 (紹介制)	森 (内科・初診)	///	丸井 (内科・初診)	担当医 (循環器内科・予約)	丸井 (内科・初診)
	緩和ケア内科 (紹介制)	野村 (内科・再診)	///	河北 (内科・予約)	担当医(3月14・28日) (内科・初診)	///
		///	///	///	担当医(3月14日) (内科・予約)	///
脳神経内科 (紹介制)		///	///	///	真鈴川(3月21日) (予約)	///
外科		勝峰	李	根本	勝峰	浜地
※乳腺外来・甲状腺外来併設 (水・木・金)、(月・水・木)		武井	手術日	///	根本 (消化器科/外科・再診)	吉川 (乳腺外来)
形成外来		///	///	///	三井 (予約)	///
脳神経外科		///	亀井(3月5・19日) 受付 11:00 まで 診察 10:00~	宮(3月13・27日) 受付 11:00 まで 診察 9:30~	///	///
小児科	午前 (急性疾患外来)	///	大学医師	梨田	堀	///
	午後※ (予約:慢性疾患・予防接種・ 乳児健診)	///	大学医師 受付 13:00 ~ 15:00	梨田 受付 13:00 ~ 15:00	堀 受付 13:00 ~ 15:00	///
※小児科午後診療(急性疾患外来)は、場合により応需しておりますので電話にてお問い合わせください。						
産婦人科	午前	中島	中島	中島	中島	中島
	午後 受付13時~15時	中島	中島	中島	中島	中島
	午後	///	助産師外来(要予約)	///	///	///
整形外科	初診/ 予約外	石黒	牧野	受付 11:00 まで 市立伊勢総合病院 吉田(3月6日) 市立伊勢総合病院 塚本(3月13・27日)	手術日	市立伊勢総合病院 浅野 (3月15・29日)
			市立伊勢総合病院 里中 (3月5・19日)	塚本(3月13・27日)		田島
	再診	田島(予約)	石黒(予約)	竹原(予約)	牧野(予約)	
泌尿器科		塚本	塚本	加藤(桃) 受付 11:00 まで	塚本	※1 景山(3月1・15・29日) 杉野(3月8・22日)
眼科		前田	前田(初診のみ) 受付 11:00 まで	前田	前田	前田
のこ 外こ 来る	午前	再診	松山	岡田	病棟診察日	岡田
	午後	初診 (予約のみ)	松山	岡田		松山
皮膚科		///	波部 受付 11:00 まで	///	北川 受付 11:00 まで	///
漢方内科・ 漢方皮膚科	午前	古橋	///	古橋	///	古橋
	午後 受付 13:00 ~ 15:00	古橋	///	古橋 受付 13:00 ~ 15:00	///	///
耳鼻咽喉科		///	///	///	伊勢赤十字病院医師	///

※土・日・祝日は休診日です。(///印は、休診日)  
 ※受付時間は 8:00 ~ 11:30 までとなります。  
 ※1 泌尿器科の金曜日は担当医が変更となる場合があります。  
 ※助産師外来は毎週火曜日午後となります。(事前予約必要)  
 ※予約の診療につきましては、各科外来にお問い合わせください。  
 ※医師の都合により、休診または変更となる場合がありますので、  
 各科にお問い合わせください。

※このころの外来の初診は完全予約制となりますので、事前予約が必要です。  
 ※形成外来の初診は完全予約制となりますので、事前予約が必要です。  
 (初診は第1・第3木曜日です)  
 ※耳鼻咽喉科では、身体障害者手帳交付のための指定医による身体障害者診断  
 書・意見書の作成は行っていません。  
 ※小児科ではエビペンの処方はありません。

## 編集後記

早いもので、もう年度末の3月です。桃の節句も過ぎ、いよいよ春の到来ですね。年を重ねるごとに1年があつという間で、だからこそ1日1日を大事にしたいと思う今日この頃です。季節の変わり目は特に栄養や休息をしっかり取って体調を崩さないように過ごしたいと思います。

ペンネーム 春待気流

