

# 志摩病院ニュース

SHIMA HOSPITAL NEWS

1月号  
vol.305

## 新年の挨拶



管理者兼病院長  
堀井 学

謹んで新年のお祝いを申し上げます。  
当院は志摩地域の住民の皆様に良質な医療を提供することで安心した生活を提供することを使命と考えております。

本年も職員一同一丸となって診療の質を保ち診療体制の維持に努めさせていただきます。本年も皆様のご協力ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



副病院長  
田島 正稔

明けましておめでとうございます。

今年は巳年、脱皮をする蛇のイメージから巳年は「復活と再生」を意味するそうです。新しいことが始まる年になるとも、「巳」を「実」にかけて「実を結ぶ」年とも言われるようです。今年も一年 住民の皆さまに信頼され、頼りにされる病院であるよう努力し、医療体制の維持に努めてまいりたいと思います。本年もよろしくお願い致します。



副病院長  
根本 明喜

新年あけましておめでとうございます。昨年からは内科は消化器から循環器中心に変わりました。外科は日本外科学会、日本消化器病学会、日本消化器外科学会の認定施設で、さらに小生が認定指導医で、日本胆道学会、日本脾臓学会、日本腹部救急医学会の認定施設を取得しています。今後は消化器系疾患、消化器系救急疾患に関しては、外科外来、外科系救急でも診察させていただきますので、よろしくお願い致します。



副病院長  
丸井 伸行

新年、明けましておめでとうございます。

本年も地域の医療に貢献すべく、24時間、365日の救急診療体制を維持してまいります。加えて1月より患者支援センターを開設し、より円滑な入退院支援体制を進めてまいります。引き続きご支援よろしくお願い申し上げます。



看護部長  
中川 佳代

謹んで新春をお祝い申し上げます。  
2025年は巳年です。脱皮し強く成長する蛇は、その生命力から「不老長寿」を象徴する生き物、または神の使いと言われております。巳年が皆様にとりまして、たくさんの福を呼び込む年になりますようお願い申し上げます。

地域医療を支えるため、病院の看護師として出来ることを考えながら、院内外での多職種と連携し活動の場を広げていきたいと考えております。本年もよろしくお願い致します。



事務部長  
笠谷 昇

謹んで、新春をお祝い申し上げます。  
医療を取り巻く環境は厳しさを増していますが、職員一同、本年も医療提供体制の維持、病院機能のさらなる充実に取り組んでまいります。

引き続き、皆様のご理解、ご協力を賜りますよう、本年もよろしくお願いいたします。

## 支援医師 紹介



内科 おおさわ しゅんすけ  
大澤 俊介

この度1月から三重県立志摩病院で勤務することとなりました大澤俊介と申します。今回で3度目の支援となります。志摩での勤務を楽しみにして過ごしていました。また3ヶ月間と短い期間ではございますが地域の皆様に貢献できるように精進したいと思いますのでよろしくお願い致します。



# 心不全の食事療法

栄養室 奥山萌香

## ～食塩管理はどうして必要？～

心不全の食事療法のなかで、最も大切なのが食塩管理です。どうして食塩管理が必要なのでしょう。食塩を1gとると、体内に水が100～200ml溜まるといわれています。つまり、食塩を摂りすぎると体内に水が溜まりやすくなります。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。

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、心不全の場合、1日6g未満にすることが必要です。食塩を摂りすぎないようにしっかり管理しましょう！



## レモンとこしょうを使った減塩レシピ

### ブロッコリーとミックスビーンズのサラダ

#### 材料（2人分）

- ブロッコリー…………… 100g
- ミックスビーンズ水煮…………… 1袋(50g)
- トマト…………… 1/2個(100g)
- 粉チーズ…………… 小さじ2
- (A)
- オリーブオイル…………… 小さじ2
- レモン果汁…………… 大さじ1/2
- 黒こしょう…………… 少量



1人分 110kcal 食塩 0.14g

#### 作り方

- ① ブロッコリーは小房に分け、茎は食べやすく切る。熱湯で茹でて、ザルにあげて水気をきる。
- ② トマトは食べやすい大きさに切る。
- ③ ボールに(A)を混ぜ合わせ、①②とミックスビーンズを加えて和える。
- ④ お皿に盛り付けて、粉チーズをかけて完成！

レモンの酸味を活用したり、塩こしょうではなく黒こしょうを使用することで減塩できます。

減塩には、こしょうの他、酢・一味唐辛子・生姜・わさび・からし・にんにく・ごま・焼き海苔などの活用がオススメです。

## 糖尿病教室の開催

日時：令和7年1月28日(火) 13:30～

場所：外来棟地下1階 第1会議室

テーマ：災害の時どうする？

講師：医師

毎回ミニストレッチと食事の話もあります！

※感染対策の為、マスクの着用・手指消毒をお願いしております。

お問い合わせ：三重県立志摩病院 栄養室 ☎ 0599-43-0501

参加費無料！



## 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12月13日（金）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、堀井学管理者兼病院長が出席し、堀井管理者兼病院長より志摩病院の運営状況について説明後、質疑応答を行いました。

皆様からいただいたご意見を踏まえ、これからも志摩地域の中核病院として良質な医療を提供していけるよう行政・医療機関と連携し取り組んでまいります。

### 【説明内容】

診療・治療機能の拡大として、令和6年10月より心臓カテーテル検査・手術を開始、令和6年12月よりメディカル・ダイエット外来を開始いたしました。安心して受診いただけるよう関係医療機関と連携し取り組んでまいります。

### 【今後の取り組みとして】

入院から退院、転院までワンストップで対応できるよう、組織を再編し、患者支援センターを令和7年1月に設置します。



## ひなたぼっこ“季節の風景”ハロウィンがやって来た!

ハロウィンは、毎年10月31日に行われる海外のお祭りです。現代ではヨーロッパやアメリカの民間行事として親しまれています。かぼちゃをくり抜いた飾りや、こども達がおばけなどに仮装して、近所の家々からお菓子をもらったりする風習があります。

毎年10月になると、室内の飾りつけも“ハロウィンムード”となり、こども達も“ソワソワ”しています。当日、2歳児は魔女、0歳児はかぼちゃに変装、みんなで室内に隠れているステッキ型のキャンディーを探しました。ご家族様の参加や、病院からのお菓子のプレゼントで、こども達は笑顔いっぱいです。



# ● 外来担当医表

(令和7年1月1日現在)

科名		月	火	水	木	金
内科 (紹介制) 循環器内科 (紹介制) 緩和ケア内科 (紹介制)		///	///	///	山下 (内科・予約)	山際※ (緩和ケア内科)
		伊藤 (優) (内科・初診)	大澤 (内科・初診)	遠藤 (内科・初診)	西場 (内科・初診)	芝原 (内科・初診)
		榊原 (内科・初診)	堀井 (内科・初診)	丸井 (内科・初診)	担当医 (循環器内科・再診)	小柳 (内科・初診)
		大村 (内科・初診)	小柳 (呼吸器外来・予約) 14時~	河北 (内科・予約)	担当医(1月9-23日) (内科・初診)	メディカルダイエット外来 (予約) 14時~
		///	///	///	担当医(1月9日) (内科・予約)	///
	///	///	///	小柳 (呼吸器外来・予約) 14時~	///	
脳神経内科 (紹介制)		///	///	///	真鈴川(1月9日) (予約)	///
外科 ※乳腺外来・甲状腺外来併設 (水・木・金)・(月・水・木)		勝峰	中川 受付 11:00 まで	根本	勝峰	中川
		///	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(1月14-28日) 受付 11:00 まで 診察 10:00~	宮(1月8-22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お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
整形外科	初診/ 予約外	牧野	牧野 市立伊勢総合病院 里中(1月7-21日)	受付 11:00 まで 市立伊勢総合病院 吉田(1月15-29日) 市立伊勢総合病院 山部(1月8-22日)	手術日	市立伊勢総合病院 浅野(1月17-31日)
	再診	田島 (予約)	田島 (予約)			田島 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(1月10-17-31日) 宮地(1月24日)
眼科		前田	前田 (初診のみ) 受付 11:00 まで	前田	前田	前田
この 外 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		岡田
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	古橋 受付 13:00 ~ 15:00	///	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。  
 ※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。  
 ※ここ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2・第4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。  
 ※小児科ではエピペンの処方はありません。  
 ※緩和ケア内科・山際医師の1月診察は休診となります。

## 編集後記

新年あけましておめでとうございます。本年は、へび年ですね。へびは古くから生命の象徴として扱われてきました。脱皮する特性が「再生と誕生」を意味するのはもちろん、強い毒性をもつ一方で薬などに使用され医学や薬学の象徴としても考えられたそうです。そのため今では、日本を含む世界各国で救急医療のシンボルマーク「スター・オブ・ライフ」にも使用されていますね。

ペンネーム まぐるちゃん

