

志摩病院ニュース

SHIMA HOSPITAL NEWS

3月号
vol.307

外来・入(退)院患者さまアンケートの実施

11月25日(月)～12月9日(月)の期間中、患者さまが当院で感じた印象や対応などの満足度に関するアンケート調査を実施しました。

みなさまの率直な声をお聞きし、アンケート結果を真摯に受け止め、ご期待に応えられるよう病院運営に反映させていきたいと考えております。ご協力ありがとうございました。



奨学金貸与希望者 受付中

県立志摩病院では、卒業後当院へ就職を希望する学生を対象に奨学金を貸与することにより、その就学を支援しています

薬学生

薬科系大学に入学見込みの方または在学中の方

(薬剤師) 貸与金額

- ★1年次に遡り貸与可能
- ★貸与期間分+1年勤務すれば返却免除

月額 **100,000円**

看護学生

看護系大学、専門学校等に入学見込みの方または在学中の方

(正看護師) 貸与金額

- ★貸与期間分を勤務すれば返却免除

月額 **80,000円**

詳細は下記までお気軽にお問い合わせください

三重県立志摩病院 ☎0599-43-0501 担当 総務課 中井



心不全の日常生活管理

看護師：飯岡 和依
慢性心不全看護認定看護師：山本 ますみ

心不全の進行を抑えるためには、日常生活管理がとても大切となってきます。食事や運動、服薬管理など様々な管理が必要です。その中でも重要となるのが**体重・血圧・脈拍**の管理です。これらを毎日測定し、また症状（息切れ、むくみなど）が出てないかも、一緒に記録しておくことで早く変化に気づくことができ、病院で過ごすことなく自宅で元気に暮らすことに繋がります！

大事な3つ（体重・血圧・脈拍）の管理について

★体重管理

心臓の機能が低下すると体に水分が溜まりやすくなります。その結果体重が増加してしまいます。そのため、毎日決まった時間（起床し排泄した後など）に測定し記録しておきましょう！また**2～3日で2kg以上**体重が増えるようであれば早めに医療機関に相談しましょう。



★血圧・脈拍管理

血圧計は上腕（二の腕）で測れるものを選びましょう。1日2回、朝（排尿後の朝食前）と夕（寝る前）と決まったタイミングで毎日測定しましょう。それに加えて脈拍も測定し記録しましょう。



これらは、毎日測ることが大切です。
測定を怠ってしまうと早期発見が遅れてしまいます！



こんな症状が出てきたら早めに受診を！

- ① 足のむくみ……すねや足首、足の甲などを10秒押し凹みが残っているとむくみが出ています。靴下の跡が残る、靴がきつく感じるなどもむくみが出ている証拠です。
- ② 動いた時の息切れ……今まで大丈夫だった距離でも歩くと息切れが出る、長い距離が歩けないなど。
- ③ 夜間の息苦しさ・咳……布団に入ってから2～3時間すると、息苦しさを感じたり、咳込んだりして目が覚めるが、上半身を起こすと息苦しさが少し楽になる。

日常で気をつけること

- ① 感染予防……風邪や肺炎などの感染症がきっかけとなり心不全が悪くなる場合があります。そのため、マスクの装着や手洗い、うがいなどをしっかりとるように心がけましょう。
- ② 入浴……熱いお湯や長時間の入浴、急な温度の変化は心臓への負担となります。お湯は40～41度、湯船に浸かる時間は10分以内にする、浴室と脱衣所の温度差をなるべく少なくするなどしましょう。

2年間の研修を終えて

初期研修医 奥山 真由

研修医2年目の奥山真由です。あっという間の2年間の研修医生活が、いよいよ終わりを迎えます。

志摩病院を中心に、他院でも幅広い研修をさせていただき、三重県内はもちろん、北海道から沖縄まで、離島医療や大学病院での最先端医療など、多様な現場を経験させていただきました。地域ごとの医療資源やニーズの違いを体感することができたこと、全国に切磋琢磨し合える仲間が増えたこと、信頼できる先生方と出会えたことは、一生の財産です。

志摩病院では、先生方やスタッフの皆さんの温かいご支援の中で、患者さんや多職種の方々との連携の大切さを学び、非常に充実した研修を行うことができました。

来年度からは三重大学の形成外科に進みます。研鑽を積んだ後、当院で診療させていただく予定です。その際はどうぞよろしくお願い致します。

最後になりますが、2年間、大変お世話になりました。本当にありがとうございました。



初期研修医 野村 愛生子

研修医2年目の野村愛生子です。志摩病院での研修医生活もいよいよ終わりを迎えます。この2年間、多くの貴重な経験をさせていただき、医師として大きく成長することができました。当院のみならず、診療所から大学病院まで幅広い医療機関で研修する機会に恵まれ、それぞれの規模や特色によって異なる患者ニーズに対応する難しさと、介護・福祉の側面からも医療の奥深さを学び、地域に根ざした医療の重要性を改めて認識しました。特に救急対応では、各医療機関の提供可能な医療を考慮しながら、入院や転院、自宅療養といった判断を求められる場面が多く、適切な判断力と柔軟な対応の重要性を痛感しました。

今後は産婦人科医としてさらなる研鑽を積み、いずれは志摩地域の医療に貢献できるよう努めてまいります。最後になりますが、これまでご指導くださった指導医の先生方をはじめ、支えてくださったスタッフの皆様へ心より感謝申し上げます。



初期研修医 古木 勇亮

三重県立志摩病院2年目研修医の古木です。志摩病院での2年間の研修は医師としての基盤を築く上で非常に大切な財産となりました。

志摩病院のプログラムは志摩病院だけではなく、大学病院から診療所まで全国の様々な医療機関で研修することが出来ます。多種多様な医療機関で研修する中で、幅広い診療スキルを身に付けることが出来ました。特に印象深かったのは地域研修です。患者さん一人一人の生活背景を理解しながら限られた医療資源で医療を提供する難しさややりがいを実感しました。診療だけではなく、地域の方々との交流や健康教育活動を通じて医療が地域社会に果たす役割の大きさも経験することが出来ました。他にも学生時代では学ぶことが出来なかった多くのことを志摩病院の研修を通じて経験させていただきました。

患者さんに寄り添う医療の姿勢を忘れず、この2年間の研修で得た経験と学びを活かして、3年目以降も更なる成長を目指していきたいと思います。お世話になりました。



● 外来担当医表

(令和7年3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(3月28日) (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(3月13・27日) (内科・初診)	///
		///	///	///	担当医(3月13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(3月13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(3月4・18日) 受付11:00まで 診察10:00~	宮(3月12・26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	受付11:00まで 市立伊勢総合病院 吉田(3月5・19日) 市立伊勢総合病院 山部(3月12・26日)	手術日	市立伊勢総合病院 浅野(3月7・21日)
	再診		田島(予約)	田島(予約)		田島
泌尿器科		塚本	塚本	加藤(桃) 受付11:00まで	塚本	※1 景山(3月7・21日) 宮地(3月14・28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
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を行っていません。
 ※金曜日のメディカルダイエット外来は中止します。

編集後記

3月になると日中は暖かくなる日が増えてきますが、朝晩はまだ冷え込みます。
 栄養たっぷりのものを積極的に摂取して、気温差や気圧変化による体調不良を予防したいですね。旬の食材を美味しく食べて、免疫力を上げていきましょう。

ペンネーム こりあんだー

