

◆特集／医療アクション！

消化器科

消化器疾患外来

（消化器科誕生）

（外科と内科のコラボレーション）

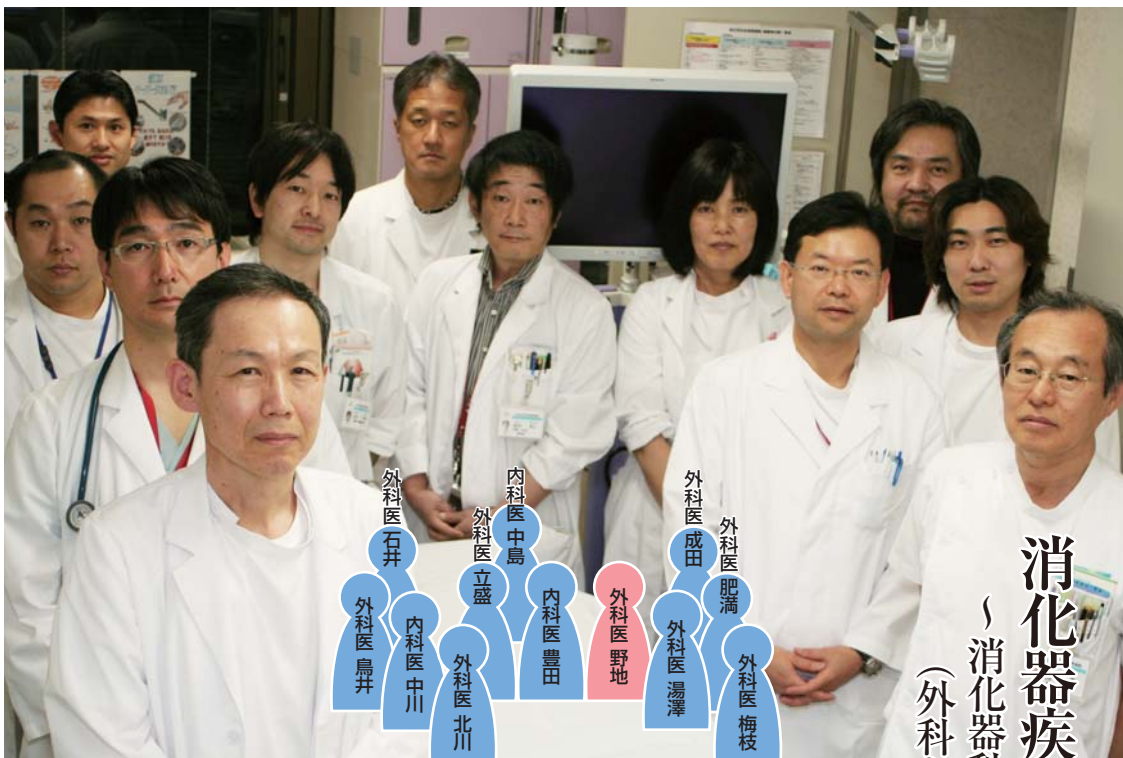
はつたて



2011 春

消化器科

外科・内科による消化器の
スペシャリスト全員集合



消化器疾患外来 （外科と内科のコラボレーション）

消化器科開設のお知らせ

従来、当院では消化器内科と消化器外科を各々標榜しておりましたが、このたび両者を合体し消化器科を標榜することになりました。

当院の消化器患者数は三重県下においても有数で、以前より消化器内科と消化器外科は当院の基幹診療科でした。近年の消化器疾患の診断や治療の進歩は著しく、内科と外科の敷居を取り払うことで、さらなる意思疎通を図り、一致協力してより良い治療をめざすことを目的にこのたび消化器科を開設することになりました。また両科が一体化することで近年問題になっていた医師不足を緩和して消化器診療の医師を確保し、当直医が消化器科以外の場合、消化器科の医師が待機医として、当院通院中の患者さんの消化器疾患の診療支援にあたることをめざしています。

地域に密着した病院として、一層の医療レベルの向上と患者さん中心の病院づくりに努力する四日市社会保険病院を今後ともよろしく願います。

理念／方針／患者権利

特集 医療アクション

2～4P

消化器科 消化器疾患外来 ～消化器科誕生 （外科と内科のコラボレーション）～

健康にまつわる選りすぐりの知恵。

5・6P

◆ホッ得! 今回のお題【不眠】

院内外のホットニュース

7・8P

◆教えてコーナー

◆私が伝えたい!はづの魅力

9P

◆情報to(通)

●ご意見に答えるコーナー

10P

◆自遊自在(銀行・ATMマップ)

11P

◆部署紹介「EPA支援チーム」

12P

◆職員が紹介する「お・す・そ・わ・けスポット」

12P

◆連携室だより

13P

◆外来診療担当表

14・15P

栄養士が考える旬の健康食

16P

◆おすすめ!「季節を食す」

病院理念

良質で安全、患者中心のゆとりのある医療・福祉の提供と保険予防活動による健康増進への貢献

基本方針

1. 職員は、奉仕の精神に徹し、自らを厳しく律し、良質かつ安全な医療福祉の提供のため、研鑽を積みます。
2. 科学的な根拠に基づいた保健予防活動・オーダーメイド医療の提供に努めます。
3. 十分な情報提供と説明に基づく理解・同意を最重視し、自己決定権を尊重します。
4. 療養・職場環境の整備に努め、良好な病診・地域連携、職員間のチームワークを大切にします。
5. 模範的な健康保険診療を実施します。

患者さんの権利

1. 誰もが、一人の人間として、基本的人権が尊重され、平等に、良質な医療を受ける権利があります。(基本的人権と公平な医療)
2. 診療上得られた個人情報の秘密は守られます。(プライバシーの保護)
3. 受ける治療や検査に必要な情報は、理解しやすい言葉や方法で納得できるまで説明を受け、かつ自らの意思で、病院、治療・検査法などを選択する権利があります。(知る権利と自己決定権)
4. 診療録は、患者さんと病院の共有財産であり、治療内容、費用明細などを閲覧することができます。(診療録の共有)

腹腔鏡手術

1990年に日本で腹腔鏡下胆嚢摘出術が初めて行われて以来、腹腔鏡手術は適応を広げ種々の疾患を対象に行われています。従来の開腹手術では、お腹を大きく切って直接お腹の中を見ながら手術を行います。一方、腹腔鏡下手術では「腹腔鏡」というカメラを使って、お腹の中の状態をテレビ画面で見ながら数カ所の穴から長い器具を挿入して手術を行います。例えば従来の手術で大腸を切除する場合は、15cm以上切開する必要があります。一方、腹腔鏡手術の場合は大腸を取り出す最も大きい穴でも3〜5cmの傷で済みます。お腹を大きく切ることがないため手術の傷が小さく、そのため痛みも少なくて済みます。また腸の運動の回復が早いなど手術後の回復が全体として早く、結果として入院期間が短く、術後早期の社会復帰が可能です。

当院では胆嚢摘出術、早期胃癌（一部進行胃癌）、大腸癌、炎症性腸疾患、肝切除術等に対して積極的に腹腔鏡手術を行っています。

小腸診療の幕開け — カプセル内視鏡

はじめに
従来、消化器疾患の中で小腸疾患は少ない疾患と考えられ、また診断法も十分でないため臨床面でも重要視されていませんでした。しかし最近の小腸診断法の進歩でこれまで検出できなかった未知の病変が高頻度に存在することが明らかになりました。

カプセル内視鏡とは

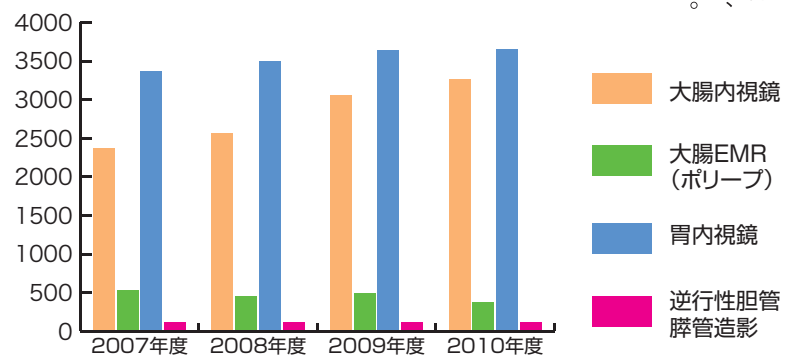
小腸の診断法には小腸X線検査、バルーン内視鏡、カプセル内視鏡があります。今回は当院でも2011年1月から導入したカプセル内視鏡について紹介いたします。

被検者は11×26mmのカプセル型内視鏡（図1左上）を病院で飲むだけです。このカプセル内には電池、白色LED、送信器、データ送信用アンテナ、位置センサーが内蔵されており1秒間に2枚の写真撮影を8時間行うことができます。収集された画像データはカプセルから身体に装着されたデータレコーダ（図1左下）に転送され保存されます。被検者はこの間普通の生活を送ることが可能です。最後に病院に来ていただきデータレコーダをはずします。これで検査自体は終了です。われわれスタッフはこの5万枚以上の画像データを専用の装置（図1右）にダウンロードし解析を行い診断します。



図1

内視鏡診療実績

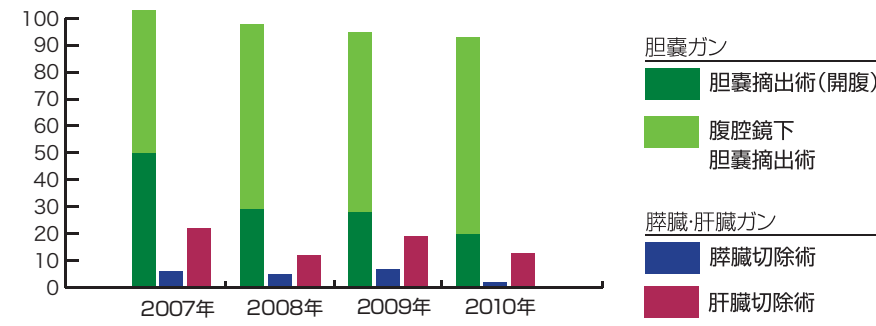
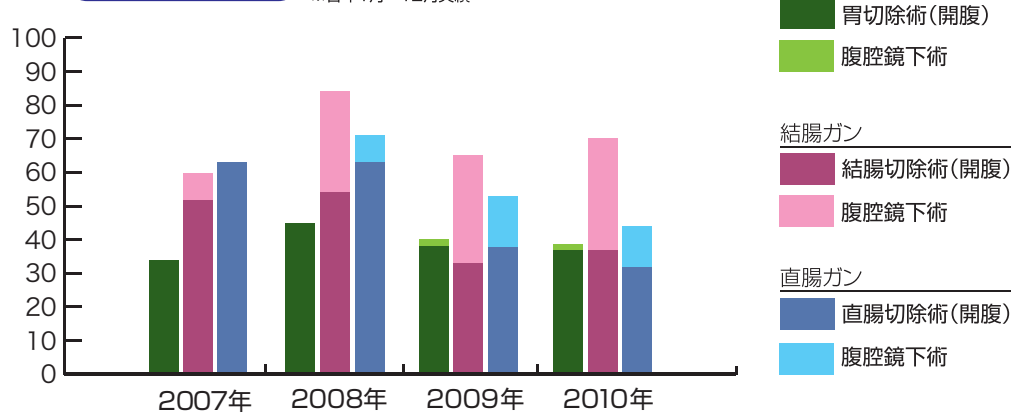


	2007年度	2008年度	2009年度	2010年度
大腸ESD(大腸ガン)	3	4	29	18
胃ESD(胃ガン)	7	17	15	12

カプセル内視鏡の対象疾患

現在は保険診療で行える疾患は原因不明の消化管出血です。具体的には繰り返す消化管出血や持続する便潜血を認めるが胃カメラや大腸カメラで出血源を特定できない状態です。気になる方は当院消化器科にぜひご相談ください。

消化器外科手術実績



ホッ!得

今回のお題

春眠暁を覚えず・・・?

「不眠」。



症状

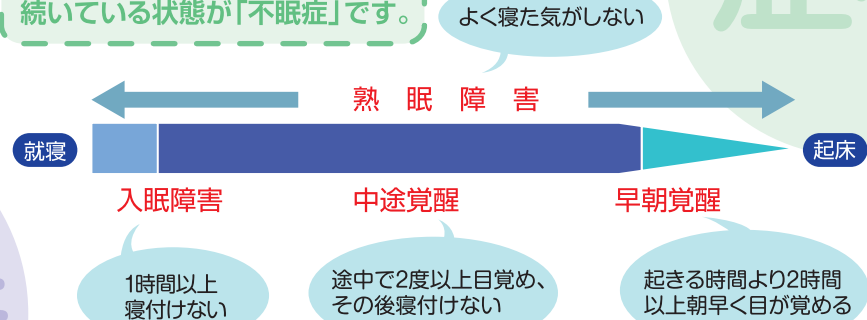
良質な睡眠って??

私たちの生活の中で、重要な役割を果たしている睡眠。睡眠とは、脳と体が休息している状態。私たちの体には「昼間活動して夜眠る」というリズム（体内時計）が体温・血圧・ホルモンによって約25時間周期で刻まれています。1日は24時間なので1時間ずつずれていきますが、朝の太陽の光が目に入ること約24時間に調整されます。また、睡眠不足や体が疲れたりして、脳と体が休息を必要とすると眠たくなります。

不眠症とは?

体内時計のリズムが崩れたり、睡眠時に脳と体がリラックスしていないと、「疲労感」「集中力の欠如」「体や気分の不調」など、日常生活に支障をきたします。この状態が続くと「不眠症」を引き起こします。そこで、今回は不眠の解消法についてご紹介します。

これらの症状のいずれかが週2回以上、かつ1ヶ月以上続いている状態が「不眠症」です。



対処法

●身体的要因

痛み、かゆみ、発熱、喘息発作など

●生理的要因

環境の変化、寝室の騒音・湿度・湿度など

●心理的要因

ストレス、精神的ショック、生活上の不安など

●精神医学的要因

うつ病、神経症、統合失調症など

●薬学的要因

アルコール、たばこ、降圧剤、ステロイドなど

① リラックスタイムを持つ

ぬるめの入浴・音楽・アロマ・読書など。

② 寝る直前にストレッチをする

激しい運動は神経を高ぶらせるので避けましょう。

③ 寝る前に温かい牛乳を飲む

牛乳タンパクに含まれるメラトニンが、眠りを誘います。

④ コーヒー・お茶・チョコなど、カフェインを含むものは避ける

眠りにくくなります。

⑤ 寝酒はしない

眠りが浅くなります。

⑥ 寝る前にはほは我慢する

寝ていてもニコチンが切れると

神経が高ぶり、眠りにくくなります。

⑦ ゲーム・テレビ・パソコンは寝る前1時間はしない

脳への刺激が強く、眠りにくくなります。

⑧ 照明を控える

部屋を暗くすると、眠りを誘うメラトニンが多く分泌されます。

⑨ 症状に合った薬を服用する

他の人からもらって飲むものは避けてください。



原因



著者
健康管理センター保健師
寺原裕子 (てらはら ゆうこ)

もうすぐ2歳になる男の子を持つママ保健師です。夜中息子に起こされ、なかなか熟睡できない毎日ですが、息子の寝顔に癒されています。息子もよく寝て、すくすく育って欲しいです。そうすると、私も熟睡できるかな(^_^)

四日市社会保険病院で**研修**をしてみませんか

初期研修医・後期研修医募集

研修期間は初期研修2年間・後期研修3年間という短い期間ですが、将来への基礎をなすべき時期で、その方向性や自身の医師像を確立させる大切な期間です。どんな医師になりたいか、どんな研修病院を選ぶか、その基準は何か。

当院の研修について少しご紹介させていただきます。

1. 臨床医には必須の研修
2. 研修プログラムを自由に選択できる
3. ファーストタッチで経験が積める
4. 研修医に対して職員全員で受け入れる体制が整っている
5. 研修医に対して厳しい眼を持つ経験豊富な指導医が多数揃っている
6. 高いレベルのコメディカルからフィードバックが素晴らしい
7. 県下最大規模の健康管理センターを有しているため、珍しい疾患や common disease な疾患が豊富である
8. 最先端の検査・診断機器が揃っている

など一部を列挙させていただきました。

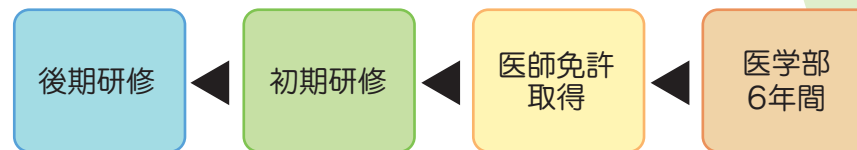
現在までに10名以上の研修医が当院で研修を終えて医師として活躍中です。

今年も初期研修医4名、後期研修医3名が研修を行っています。

まずは見学・実習にお越しください。そして実際の当院をご覧ください。

皆さんにお会いできることを楽しみにしております。

臨床研修医とは？



研修医といっても、初期研修医と後期研修医に分かれますが、一般的には卒業後1〜2年の初期研修医を指します。研修医はすでに大学医学部を卒業し医師国家試験に合格して医師免許を取得しており、医師としての基本的臨床能力を習得するために国（厚生労働省）の指定する研修病院で2年間の研修を受けることが義務づけられています。これが臨床研修医制度です。

初期研修

研修病院で、内科、外科、麻酔科、産婦人科、小児科、精神科、救急、地域医療等という主要分野をローテーションし2年間の研修を受け、医師として必要な基本的で最低限の技能を学ぶことが義務づけられています。

後期研修

2年間の研修を完了した初期研修医は、専門領域を決めて研修を継続することを希望する場合には、後期研修医としてさらに希望分野にて研鑽することになります。



PET検査の安静室が寒かったが、ストーブを入れてくださったので良かった。食事の際「ツマようじ」がほしかった。案内などは丁寧に良かった。腰痛を申告したが、ほとんどの検査で対応してくれた。

【60代女性】

6病棟に入院している子供の親ですが、看護師の方で気持ちよく聞き入れてくださる人と、嫌な顔をする人がみえます。身体を拭いていたくの方も、適当にして目にあまるやり方をしていく方がいます。患者ができることはしています。できないことは助けていただきたいと思っています。

【入院患者さんのご家族】

病院より 回答

貴重なご意見ありがとうございます。看護師の態度やケアの仕方個人差がないようにするのは当然のことではありますが、このようなご意見を拝見し、基本的な看護師としての心構えが備わっていないように感じました。今回のご意見を参考に病棟全体で振り返り、一人ひとりが看護師として人間性・社会性が備わっているかを見極め、成長していけるように教育に携わっていきたく考えております。今しばらくの間、見守りとお気付きの点がありましたらご意見をいただきたくお願い申し上げます。

感謝とご意見ありがとうございます。「ツマようじ」は衛生面も考慮に入れ検討します。

私が伝えたい はづの魅力

当院の“すばらしい”ところは、職員がよく動き、お互い協力しているところだと思います。

私が所属する2階外来フロアは、複数の診療科があり患者さんお一人おひとりの受診状況を把握しながら、各担当スタッフへの声掛けを行い動いています。そのため受け持ちの患者さんだけでなく、他の診療科に受診中の患者さんへの声掛けも大切にしています。これからも益々目配り、気配り、心配りを心掛けて行きたいと思っています。

2F 外来

看護科長 荒木 逸子

好きな言葉「感謝」



健診部検査科
検査グループ長 篠原 有幸

好きな言葉

「Communication」



当院は急性期医療を担う総合病院と予防医学を行う健康管理センターを併設した施設です。健康管理センターは、年間約10万件の健診を実施する県内最大級の施設です。平成22年度健康管理センターは、健診業務のシステム化を行いより安全で質の高い健診を提供できるようになりました。それに伴い、病院と健康管理センターで情報の共有化ができ、健診のデータが瞬時に診療科でウェブ閲覧できるようになりました。健診で異常が発見された場合、当院受診で再検査をすることなくスムーズで効率的な診療を受けていただくことができます。予防から治療までトータルサポートで地域の皆さんに貢献する当院へルースチェックをしてみたいかがですか。

私の勤務する健康管理センターでは、新年度の予約受付を開始しました。健康管理センターの窓口となる予約業務で受健者の方とお話をさせていただく中で、「こんな症状が気になる時はどんな検査を受けたらいいの？」と相談をされることも多くあります。相手の立場となり最適な提案をすることで、スムーズに安心して健診の日を迎えていただけるように心掛けています。人間ドックをはじめ臓器別ドックなど、さまざまな健診を行っておりますので、是非お気軽にご相談ください。皆さんの健康づくりのお役にたてるよう、努めていきたいと思っています。

健康管理センター

管理2課 黒田 真理子

好きな言葉「心遣い」



部署紹介 EPA支援チーム

EPA（経済連携協定）とは、特定の国や地域の間で関税等を撤廃し、モノやサービスの貿易の自由化を図ることを目的とする「自由貿易協定（FTA）」を基礎としながら、投資や人の移動、知的所有権など、より幅広い対象分野について、経済関係の強化を図ることを目的とする協定です。我が国では、看護分野の労働力不足への対応ではなく、FTA締約促進の観点から2008年外国人看護師を受け入れることになり、当院においては2010年12月より2名のインドネシア人を受け入れることになりました。インドネシアで看護師として働いていた2人は、外国で働きたいという夢を叶えるため、難関を突破しEPAに基づき来日しました。今後日本の看護師国家試験に合格するまでは、看護助手としての勤務になります。また日本の看護師とは仕事内容にも違いがあり、戸



惑いが多いと思います。在留期間が上限3年という中で国家試験に合格するためには、周囲のサポートが必須です。そのため受け入れにあたり、衣・食・住・学習・メンタルという多方面からのサポート体制を整えるため、「支援チーム」を発足しました。支援チーム以外の職員も生活必需品の寄付など協力しています。これからが本番の2人を皆さんも応援してあげてください。



手作りパンや玄米ごはん、穀物コーヒー（ノンカフェインのため、妊婦さんやコーヒーの苦手な方でも評判）、おからのチョコケーキなどからだに良いものがいっぱい!



cafe popolare 「カフェ ポポラーレ」

- 所在地 四日市市金場町1-11
- TEL 059-334-0339
- 営業時間 9:00~18:00
- 定休日 日曜日、他不定期
- モーニング・ランチ・おやつ

カントリーナチュラルな隠れ家風のカフェ「ポポラーレ」は、ほんわか優しい雰囲気の店長さんが迎えてくれる、温かく落ち着くお店です。「外でも、おうちごはんを」と、店長さんの心こもった野菜中心の手作りランチとおやつに、ホッと癒されるひととき。写真のシフォンケーキは、しっとりなのにフワフワ軽くて、生クリームも甘さ控えめなので、何回でもおかわりしたいほど。店内・店長・おいしい食事と癒されるお店に、仲良しの友達と足を運んでみてはいかがでしょうか？

お・す・そ・わ・け・ス・ポ・ット

職員が紹介する

あなたに合った店舗をご確認ください。

『自遊自在 銀行・ATM マップ』

今回は、当院を中心とした銀行・ATMのご案内をします。お役立てください。

¥ 銀行
 〒 郵便局
 ● コンビニ

四日市 社会保険病院
 第三銀行 西阿倉川支店
 北伊勢上野信用金庫 阿倉川支店
 JA三重 四日市羽津支店
 三重銀行 阿倉川支店
 JA三重 四日市 海蔵支店
 百五銀行 阿倉川支店
 阿倉川駅
 四日市阿倉川 郵便局
 ファミリーマート
 サークルK
 ローソン
 ローソン
 文羽津小
 山手中
 近鉄 霞ヶ浦駅

連携室便り

訪問看護の利用について

笑顔とぬくもりをお届けします！

連携室よりみなさんへ



【相談窓口】「地域連携室」

平日 月曜～金曜 9時～17時

(TEL:059-331-6003)

【訪問看護の内容】病状観察、清潔ケア（入

浴介助、清拭）、排泄ケア（オムツ交換

など）、人工肛門ケア、褥瘡ケア、終末

期ケア、リハビリテーション、その他医

療処置（カテーテル管理、点滴など）、

介護相談など

【対象者】介護保険、医療保険利用者

小児から高齢者まで

※医師、病棟看護師、外来看護師、介護

支援専門員、医療ソーシャルワーカー

理学療法士などと連携をとりながら看

護を提供させていただきます。

病気や障害をおもちの方が、安心して

在宅生活が送れるように私達が支援さ

せていただきます。

病診連携登録医

地域の病院・クリニックをご紹介します

山中内科・小児科



「名医である前に良医である。」を座右の銘として、地域医療に貢献できるように努力しています。また、正確で迅速な診断を行うためにCTスキャン等のX線検査や血液検査も院内で可能な体制を取っています。精密検査や入院が必要と判断された場合は社会保険病院と連携を取り、すみやかに紹介させていただきます。

診療時間・曜日	月	火	水	木	金	土	日
AM 8:00～AM 12:00	●	●	●	●	●	●	△
PM 3:00～PM 6:00	●	●	●	●	●	●	△

休診日/土曜午後・日曜・祝日



院長 山中 吉郎

TEL 059-365-6151

FAX 059-365-6152

〒510-8015

三重県四日市市松原町8-11

<http://www.yamanaka-clinic.net/>

診療科目

内科

小児科

●外来診療担当表

2011年3月1日現在

診療科		月	火	水	木	金
総合内科	初診	井本 一郎 内科(総合)	杉本 龍亮 内科(総合)	角田 健太郎 循環器科	★佐藤 良子 リウマチ科 予約	三好 美穂 糖尿病内科
		岩村 康一 内科(総合)	阿部 博和 内科(総合)	岩村 康一 内科(総合)	阿部 博和 内科(総合)	山中 崇 循環器科
消化器内科	初診	★中島 滋人	★中川 直樹	★豊田 長仁	渡辺 省三	渡辺 省三
	再診	★中川 直樹	渡辺 省三	副院長 木村 光政	★中島 滋人	竹井 謙之 第3 PM
循環器内科	再診		★豊田 長仁	渡辺 省三	★豊田 長仁	
		初診	★川村 正樹	山中 崇	角田 健太郎 (総合内科兼1F)	★川村 正樹
リウマチ科 (予約)	AM	★川村 正樹	山中 崇	★川村 正樹 ペースメーカー 外来	★川村 正樹	角田 健太郎
	PM	杉浦 武 再診予約	杉浦 武 再診予約	★川村 正樹	杉浦 武 再診予約	角田 健太郎 ペースメーカー 外来
呼吸器内科		★佐藤 良子 PM 再診予約		★佐藤 良子 再診予約		★佐藤 良子 再診予約
呼吸器内科			小林 哲		浦和 昌史 PM SAS	藤原 篤司
呼吸器内科			本多 豊大			本多 豊大 PM 再診予約
腎臓内科・人工腎センター				★水谷 安秀 再診予約		渡邊 達昭 隔週
腎臓内科・人工腎センター						西尾 文利 隔週
糖尿病センター (予約)	糖尿病	馬嶋 知樹	住田 安弘	安間 太郎		馬嶋 知樹
	甲状腺	三崎 盛治	三好 美穂	島地 泰敏	島地 泰敏	島地 泰敏
神経内科		朝日 理 PM 予約		田村 麻子 PM 予約		
心の診療科			母子精神保健 専門外来 岡野 禎治 PM 予約			岡野 禎治 PM 予約

診療科	月	火	水	木	金
外科 大腸肛門病 (IBD) センター	副院長 梅枝 覚 14:00~予約	院長 松本 好市 予約	★野地 みどり	副院長 梅枝 覚 予約	★野地 みどり
	★北川 達士 AM 初診 15:00~乳腺予約	★北川 達士	◆石井 雅昭	★北川 達士	★山本 隆行
	★野地 みどり	古屋 正	鳥井 孝宏	★山本 隆行 PM	◆石井 雅昭
	★山本 隆行	肥満 智紀		山崎 学	★成田 清
	古屋 正			肥満 智紀	
	湯澤 浩之			鳥井 孝宏	
	肥満 智紀				
	★成田 清 AM 予約				
呼吸器外科			王 志明		
ペインクリニック	小西 邦彦 17:00~ 予約		坂倉 幸子 14:00~ 予約	小西 邦彦 17:00~ 予約	
小児科	町田 祐子	★渥美 伸一郎	町田 祐子	★渥美 伸一郎	町田 祐子
	乳幼児健診 慢性疾患外来 (町田) 予約	予防接種 予約	慢性疾患外来 (渥美) 予約	慢性疾患外来 (渥美) 予約	慢性疾患外来 (町田) 予約
整形外科	★森下 浩一郎 予約	◆新谷 健	★森下 浩一郎 予約	担 当 医	★森下 浩一郎 予約
	村田 耕一郎	村田 耕一郎	◆新谷 健	※木曜日は OPEの 都合で 外来診察医師 が変わります。	村田 耕一郎
産婦人科	★中 淳	副院長 米村 幸男	★中 淳	樋口 恭仁子	副院長 米村 幸男
泌尿器科	★加藤 貴裕	田丸 裕巳	★加藤 貴裕	田丸 裕巳	★加藤 貴裕
		★加藤 貴裕 13:00~予約			
眼科	★中野 めぐみ	★中野 めぐみ ~11:00	★中野 めぐみ	★中野 めぐみ	★中野 めぐみ
耳鼻科			萩原 仁美 ~11:00		
皮膚科		水谷 仁 ~11:00		仙波 祐子	
女性外来		樋口 恭仁子 婦人科		★岡田 明子 第1・第5 内科	★野地 みどり 外科
					樋口 恭仁子 婦人科

★=部長 ◆=医長

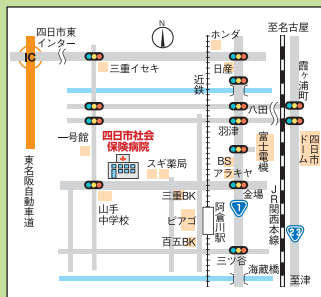
病院と地域を結ぶ

はづナビ

VOL.9

平成23年4月発行

発行：四日市社会保険病院
編集：四日市社会保険病院広報室
〒510-0016 三重県四日市市羽津山町10番8号
TEL 059-331-2000
URL http://www.zensharen.or.jp/ykib/public_html/home.htm
編集協力：TCK Nagoya



公共交通機関のご案内

- 近鉄阿倉川駅より西へ徒歩約8分
- 近鉄四日市駅よりタクシーで約10分
- 三重交通バス羽津山経由Jヒルズ行(病院前下車)
- 生活バス(四日市社会保険病院下車)
- 東名阪、四日市東インターから約10分

四日市社会保険病院

検索



未来が変わる。日本が変わる。

掲示板

消化器外科医 の紹介



湯澤浩之です。昨年11月から当院に勤務しています。平成3年に長崎大学医学部を卒業しました。専門は消化器外科全般ですが、特に肝胆膵外科と腹腔鏡下の胃癌手術を中心に取り組んでいます。よろしくお祈いします。
(資格:日本外科学会専門医・指導医、日本消化器外科学会専門医・指導医、医学博士)

編集後記

やっと春らしくなりましたね。でも気が付けばもう4月、あっという間ですね。ところで皆さんは今年初めに立てた目標はどうでしょうか？ 続いていますか？ 立てるのは簡単だけど、実行に移して、継続していくのは難しいですよ。でもどんな小さなことでも有言実行してください。今年の終わりには何かがぎっと変わると思いますよ。