

◆特集／医療アクション！

心不全って何？

「みなさんは、「心不全」と聞くと

どんなことを連想されるでしょうか？」

2013 春



心不全って何？

診察中の
山中 崇医師

みなさんは、「心不全」と聞くと
どんなことを連想されるでしょうか？

心不全って何？
そもそも心不全は、病気の名前ではありません。心不全とは、心臓のポンプとしての働きが低下して、全身の臓器に必要な血液量を絶対的、または相対的に送りだせなくなった状態をいいます。その原因は、心筋梗塞、弁膜症といった心臓病の場合もあります。また心臓自体はそんなに悪くなくても、血圧が普段から高い、肥満、不整脈といった心臓への慢性の負担が影響していることもあります。つまりいくつかの心臓に関わる病気の「最終段階の症状の表れ方」を「心不全」と呼んでいることも多いです。

不治の病？ こわい病気？ 苦しい？
重症な状態？ 心臓がかなり悪い？
これから「心不全」について、お話ししたいと思います。

特集 医療アクション

2~4P

心不全って何？

～みなさんは、「心不全」と聞くと
どんなことを連想されるでしょうか？～

院内外のホットニュース	5・6P
◆教えてコーナー	
健康にまつわる選りすぐりの知恵。 <small>たいきじんしょう</small>	7・8P
◆ホッ得! 今回のお題【花粉と大気塵象】	理念/方針/患者権利
◆私が伝えたい!!はづの魅力	9・10P
◆情報to (通) ●ご意見に答えるコーナー	11P
◆自遊自在〈目覚め〉	12P
◆部署紹介「広報室」	13P
◆連携室だより	
◆病診連携登録医〈小林内科胃腸科〉	12P
◆職員が紹介する「お・す・そ・わ・けスポット」	15P
管理栄養士が考える旬の健康食	16P
◆おすすめ!!「季節を食す」	
◆外来診療担当表	17・18P

NEWS

心不全といわれている方はどのくらいいるのでしょうか。米国の疫学統計を引用し換算すると、日本の心不全患者は250万人と推定されます。そのうち65歳以上が80%、80歳以上が30%を占めるといわれ、高齢になるとともに心不全患者は増加します。心不全を発症する人は、年間20万人と考えられていることから、今後団塊の世代が65歳になる頃には、心不全患者数は現在の2倍に達すると考えられています。

どんな症状なの？

では、心不全の症状とはどのようなものでしょうか。よく言われる症状は、息苦しさです。たとえば、動くとき息苦しい、または夜寝ているとき息苦しい、といったものです。これらは体に水分が溜まりすぎたりすると起こりやすい症状です。また体に水分が溜まっていると、体重増加や足がむくむといったことも見られます。そして、

心臓が疲れた状態であると、体内での血液循環が滞り、いつも疲れているような状態になります。よくお年を召された方が「最近疲れやすい、年のせいかな？」なんて言われます。それは心不全の症状かもしれません。最近では、夜の排尿回数の増加も、心不全が悪くなってきた目安になると言われています。心不全の状態になるとその経過は決してよいものではありません。症状の軽い心不全患者でも年間5〜10%の患者が亡くなるという報告もあります。

どんな検査をするの？

心不全の診断のために行う検査には、心電図やレントゲンのほかに、血液でBNPを測定することが指標になると言われています。心臓に負担がかかるとBNPは上昇するため、BNPが100pg/mlより高い場合、心臓に負担がかかっていると考えます。その他、心臓超音波検査(心エコー)なども行い総合的に判断します。

心筋症が15%とされています。現代は、栄養状態が良すぎて、肥満、高血圧、脂質異常症、糖尿病といったいわゆるメタボリックシンドローム(メタボ)が問題になっています。以前は生活習慣病といっていたように、生活習慣の影響により動脈硬化が早く進行し、狭心症や心筋梗塞を引き起こします。また、動脈硬化によって心臓が血液を流すときの抵抗が増して血圧が上がります。これが高血圧です。高血圧の方は、日本で約400万人みえるといわれており、きちんと治療を受けているのはそのうち80万人程度といわれています。無症状の高血圧を放置しておく、慢性的に心臓に負担がかかり、

また、みなさんは、「心臓が悪かったら動いてはいけない」なんて言葉を聞いたことがありませんか。それは必ずしも正しいことではなく「心臓が悪いなら、状態をよく把握し、適切な運動を行っていく」ことが大事です。まず心臓の状態を把握し、適切な治療を選択し、そのうえで現状動ける範

心臓が悪かったら運動はだめ？

また、みなさんは、「心臓が悪かったら動いてはいけない」なんて言葉を聞いたことがありませんか。それは必ずしも正しいことではなく「心臓が悪いなら、状態をよく把握し、適切な運動を行っていく」ことが大事です。まず心臓の状態を把握し、適切な治療を選択し、そのうえで現状動ける範

息切れなどの症状が出現したときにはかなり心臓が疲れてしまっており、この状態から治療を行っても改善が悪く、良い経過をたどらないと考えられます。心不全治療とは、いかに動脈硬化つまりメタボを早期からコントロールするにかかっている、といつても過言ではないでしょう。つまり、内服による血圧や脂質、血糖のコントロールや、

▼理学療法士による心臓リハビリテーション



▼関係スタッフによるカンファレンス中

治療法は？

次に、心不全の治療法につき考えていきましょう。その前に、なぜ心不全状態になったかといった病態把握が重要です。日本の慢性心不全患者の基礎疾患を調べたJ-CARE-GENERAL研究によると、外来通院されている患者さんでは、狭心症や心筋梗塞といった虚血性心疾患が30%、高血圧性心疾患が35%、心臓弁膜症が26%、

困を定めて運動を継続する、つまり心臓リハビリテーションが推奨されています。そのため当院では、2012年7月1日に、心臓リハビリテーションの施設認定を取得し、心不全の患者さんに適切な運動指導が出来るよう努めております。実際に、今まで家の中でしか行動されていなかった方が入院され、心臓リハビリテーションを行うことで行動範囲が広がり、それが新たなやりがいを生み出していく姿を拝見すると、私たちも非常にうれしく感じます。

あごがき

もし、みなさんのなかで、最近動くとしんどい、息切れを感じるといった症状があれば、ぜひ血圧を確認してください。血圧が上がっているかもしれません。心不全といわれ、お薬をもらっても体調があまり改善しないとお悩みの方、まだほかにも治療があるかもしれません。その際は一度循環器科へ来てみてください。

当院のPET装置



PET装置 Eminence-B (島津製作所)

Positron Emission Tomography

PET (ペット) がん検診 のご紹介 Vol.2

よくある質問

Q1 身体のどの部分を検査するの?

A 一度の受診で全身を検査できます。

PET検査では頭の前から大腿基部(足のつけね)までの体幹部の内臓全般を一度に検査します。

Q2 被ばく量が気になるのですが…

A 身体に重大な影響を及ぼす被ばく量ではありません。

被ばく量は、PET・CT検査で約9.0ミリシーベルトです。身体に重大な影響を及ぼす被ばく量ではありませんので、ご安心ください。

Q3 PETはどんな「がん」でもみつけられますか?

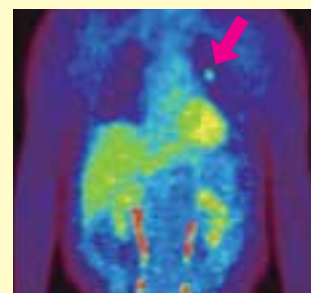
A 「がん」の種類によっても、また病気の時期によっても、ぶどう糖の代謝は異なりますので、必ずしも全ての「がん」を見つけ出せるわけではありません。

甲状腺がん、肺がん、膵臓がん、大腸がん、悪性リンパ腫等を検出するのは得意ですが、胃がん、肝細胞がん、腎がん、膀胱がん等は、比較的苦手です。

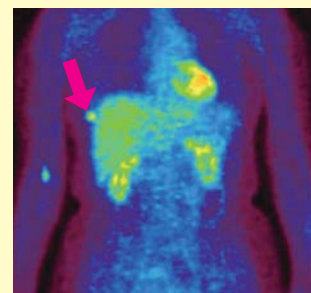
Q4 どんなに小さながんでも見つけることができますか?

A やはり、小さい「がん」は画像にも写りにくく、発見できない場合があります。

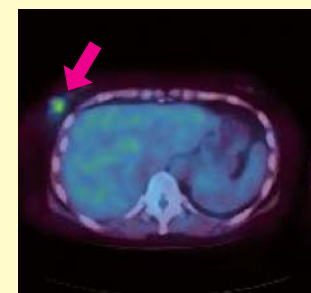
「がん」の代謝状態によっても異なりますが、ほぼ直径1cm以上の大きさであれば検出できるとされています。



肺がんの症例



乳がんの症例



PET画像

PET・CT画像

当院のPETがん検診で
がんを発見された症例です。

平成18年2月～平成23年3月までに、当院PETがん検診を受けられた方の集計結果です。

PETがん検診受診者は延べ1,206名(男性809、女性397)
がん発見数は24件、がん発見率は1.99%

PETがん検診の受診方法については

健康管理センターまでお問い合わせください

四日市社会保険病院 健康管理センター

〒510-0016 三重県四日市市羽津山町10番8号 TEL:059-331-1211(代表) FAX:059-331-0535

ホッ!得

飛散時期

おもな花粉症原因植物の花粉飛散時期と黄砂

植物名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
スギ科・ヒノキ科												
イネ科												
ヨモギ属(キク科)												
ブタクサ属(キク科)												
カナムグラ(クワ科)												
黄砂の飛散												

※黄砂は、偏西風の影響で春先が多く過去には秋口にも飛散し注意が必要です。
 ※大気塵象(たいきじんしょう) 主に砂塵やその他の微粒子などからなる粒子が、落下、浮遊、上昇、付着などをする現象。



自己防衛

24時間花粉等をブロック! 1日の自己防衛で憂うつな日々を改善しましょう。

あさ

- ・TVやパソコンなどで花粉・大気物質・情報をチェック
- ・掃除はこまめに。ふき掃除が基本!
- ・洗濯物や布団は外に干さない※外に干したらよく表面を払ってから入れる。
- ・飛散量の多いときは不要な外出をさげ、窓を開けない

昼

- ・めがね、マスクは必需品です。
- ・つばの広い帽子がお勧め
- ・肌の露出は出来るだけさける。
- ・スカーフなどで、首もとをガード
- ・綿やポリエステル素材の服がおすすめです。

夜

- ・帰宅時は衣服や髪の毛をよく払ってから室内へ
- ・すぐに手洗いやうがい、洗顔をし、鼻をかむ



室内では加湿器や空気清浄機を使う

※加湿器や空気清浄機のメンテナンスも忘れずに!

対策

今回のお題
 花粉と大気塵象(たいきじんしょう) 対策。

「花粉と大気塵象」

- 春先は、花粉だけでなく、黄砂対策をふくめ自己防衛が大切です。
- ① 正常な、免疫機能がスムーズに働くように、普段の生活の中で体を動かすようにし、睡眠不足や疲れ・ストレスを溜めないよう規則正しい生活が大切です。
 - ② アレルギーのある方は対策としては、飛散状況のチェックをこまめに行い、外出を控えるほか、黄砂の粒子は花粉より小さいため、「花粉症のマスクではなく風邪のウィルスを通さないマスクを使う」のも有効です。
 - ③ 皮膚に付くことで乾燥肌や皮膚を刺激し、アトピーの症状を悪化させる場合もあるので、付着させない工夫をしましょう。

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、研鑽を積みまします。
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)

私が伝えたい はづの魅力

当院は、320列CT、1.5テスラMRI、PETなど県内でも数少ない高額医療機器を備えております。我々診療放射線技師の業務は、これらの画像診断装置を用いて、健診部門ではがん等の病気の早期発見に努め、診療部門においては治療に必要な精密検査を実施しており、チーム医療の一員として地域住民の方々の健康の推進に少しでも貢献できるよう日々努力しております。また、昨年度より承認を受けた「地域医療支援病院」として、近隣の診療所や病院との連携を強化し、他の医療機関からの画像診断検査の受け入れを積極的に行い、当院にかかっていない患者さんにもなるべく患者さんのご都合に合わせた形で高額医療機器による検査を受けていただける体制を整えております。



これからも検診受診者の方や患者さんの立場に立った気持ちで医療に貢献できるように心がけたいと思います。

放射線部

診療放射線技師長

吉田 巨孝

好きな言葉 「当事者意識」

I love yokkaichi.

私たち保健師は主に健康診断後に生活習慣病予防のための面談を行っております。まだ治療を必要とせず自覚症状もない段階ですが、これからもより健康に過ごして頂けるよう生活習慣を一緒に振り返ってまいります。いろいろな方の話を聴くことで私自身勉強になることがたくさんあります。今までの生活習慣を変えることは簡単ではありませんが、話を聞いて良かったな、と感じていただけると、楽しい面談に努めていきたいと思えます。

健康管理センター看護

水谷 真理

好きな言葉 「お陰さまで」



3階病棟 山崎 衣緒理

好きな言葉

「人生前向き」



整形外科では外来と病棟の一元化に取り組んでおり、患者さんの入院中から退院後の外来通院まで関わるがございます。外来受診の患者さんに退院後の生活について尋ねると「頑張っているよ。」「ここまで動けるようになったよ。」「という言葉を聞きとてもうれしくなります。また悩んでいる患者さんにはなるべく時間を作りゆつくり話をするように心がけています。外来と病棟と兼務することは大変なこともあります。患者さんが私の名前を覚えてくださり声をかけていただくことがとてもうれしく私の明日への活力となります。

患者さんの病気の痛みや不安が少しでも和らぎますようにー

私は健康管理センターの検査部に所属し、院内やバスの健診業務をしています。毎日多くの人と接する仕事をするうえで心がけていることは、受健者の方に対して笑顔で接することです。笑顔で接することで受健者の方に少しでも気持ち良く健診を受けていただけたら、初めて健診を受ける方が安心して健診を受けられるようになればいいなと思っています。ここで健診を受けて良かったと思ってもらえるようにこれからも取り組んでいきたいです。

検査部

駒田 衣吏子

好きな言葉 「笑顔」



経営戦略室課長兼 地域連携室課長

好きな言葉

「ベストをつくす」



当院の魅力は、すばらしい専門スキルをもった先生がいるとか、患者さんを中心にチーム医療を推進しているとか、数えればきりが無いほど、いろいろな魅力があると思います。その中でも私がいいなあと思うのは、医療スタッフの患者さんに対する優しさや思いやりが強いところです。これは、地域に根差して医療を提供してきた「羽津病院」時代から続く当院の伝統的な文化だと思っています。患者さんやそのご家族からいただく感謝の言葉が私たちの働くための源になっているからだと思います。私は、当院が患者さんから多くの感謝の言葉をいただけるようこれからも事務職として後方から頑張っていきたいと思えます。

目覚めのメカニズム

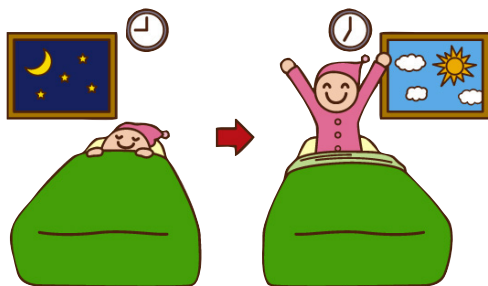
さて、目覚めにはひとつのリズムがあることを知ってましたか。

ノンレム睡眠とレム睡眠という言葉をご存じの方は多いかと思いますが。

ノンレム睡眠は脳波形の早さとカタチによって眠りの深さがわかります。

一方レム睡眠は「身体の眠り」と良い浅い眠りの状態を言い、ノンレム睡眠で深い眠りになり20～30分ほど続いた後浅い眠りに戻されレム睡眠になる。この状態を繰り返しながら一つの周期が約90分といわれています。

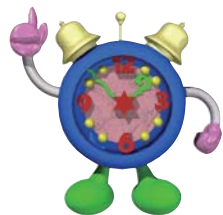
「目覚め」もこうした睡眠の周期を理解しておく、スッキリと起きられる生活ができるのです。皆さんの睡眠はいかがですか？



自由自在

『目覚め』

あたたかくなってきた春は快眠、うっかり寝過ぎなんてことも。春の夜が気持ちよく、夜が明けたくも気づかず良く眠り、目覚ましさえも知らなかった。春眠暁を覚えずとはよく言ったものです。



スッキリ目覚めるには？

効率よく眠るには、規則正しい生活と、7時間程度の睡眠時間を確保することが欠かせません。入眠後すぐの深い眠りは、脳の疲れをとるだけでなく、お肌に大切な成長ホルモンも一気に分泌されるので、2～3時間はとくにしっかり眠ることが重要です。

不規則な生活をして体内時計が乱れてしまうと、深い眠りが得られなくなったり、起床間近になって眠りが深くなってしまったりなど、眠りのリズムも乱れやすくなります。

毎日気持ちよく生活するためにも、規則正しい生活と適切な睡眠時間を確保しましょう！

規則正しい生活を
保って
目覚めの良い朝を
迎えよう!!



情報to通



PET検診での案内や検査説明が親切だと思いましたが、PETでは、眠らないようにと聞いていましたが、安静にするために部屋の明るさや癒し系の音楽があったためかウトウトしてしまいました。昨年引き続き2回目のPETとCTでしたが、全く不満などはなく検査を行うことができ、ありがたく思いました。また、来年もよろしくお願ひします。

【40代女性】

病院駐車場遮断機の故障のため、出口での渋滞が度々起きています。いつも車で病院を応を考慮してください。いつも車で病院を利用しているので困ります。

【通院患者さん】

病院より 回答

温かいお言葉ありがとうございます。今後も患者さんに、「納得」「安心」「満足」していただけるサービスを心がけてまいりますのでよろしくお願ひいたします。

ご意見ありがとうございます。

ご迷惑をお掛けしまして申し訳ございませんでした。業者による修理と点検を実施いたしました。遮断機が開かなくなるトラブルの大半は、車の停止位置にあります。車を適正な停止位置に止めると、駐車券を入れるようにと音声がかかります。このような状態になるまで車を移動してください。また、出口の駐車場精算機で故障が起った場合には、ポールは上がったままの状態になります。その場合、駐車券は処分していただいております。

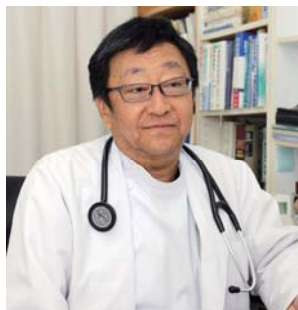


病診連携登録医

地域の病院・クリニックをご紹介します

小林内科胃腸科

早いもので開院28年を迎えました。
今後も地域医療に貢献すべく努めてまいります。



院長 小林 篤

診療科目

内科

胃腸科

小児科

アレルギー科

リハビリテーション科

当院は、昭和60年に開院し、今年で28年目です。その間、内科として心筋梗塞や脳卒中の危険因子としての高血圧症・糖尿病等の生活習慣病の診察、消化器内科として下部消化管の内視鏡検査や超音波検査等により消化器悪性腫瘍や炎症性疾患等の診断と治療に取り組んできました。約10年前からCT搭載車による頭部・胸部・腹部等の撮影を行って全身の疾患の診断に努めています。



四日市医師会が勧める在宅医療での「在宅医リスト」の医療機関として、また、病診連携としては、患者さんの紹介・逆紹介やMRI等の精密検査が必要な場合などに四日市社会保険病院と緊密に連携をしています。

診療時間・曜日	月	火	水	木	金	土	日
AM8:30~AM12:00	●	●	●	△	●	●	△
PM3:00~PM6:30	●	●	●	△	●	△	△

休診日/土曜午後、木曜、日曜、祝日

8:30~12:00(月・火・水・金・土)、15:00~18:30(月・火・水・金)受付時間は直接病院へお問合せください。科目によって時間が異なる場合がありますのでご注意ください。

TEL 059-364-0006

〒510-0814

三重県四日市市富田1-9-3 (最寄り駅/近鉄富田)



部署紹介

健康づくり推進室「おひさま」

健康づくり推進室「おひさま」は、『職員の笑顔と元気をサポートする室』をコンセプトに一昨年、開設しました。イメージは、職員のための「保健室」のようなところ。小児科の渥美副院長を室長に、事務員や臨床心理士が産業医と協力しながら業務を行っています。

この室の業務としては、職員健康診断受診率、並びに精密検査受診率向上への取り組み、生活習慣病などの健康指導、健康相談、研修会開催を行っています。また、新入職員には特に注意を払い、メンタルサポートチームと連携しメンタル不調者への対応も行っています。

患者さんの回復に一生懸命になる一方で自分自身の健康面にはなかなか注意が向かない職員のサポート体制をとり、早期発見、早期対応に努



めています。また、職員同士の仲間としての一体感や、所属感もてるような職場環境、人間関係づくりのきっかけを提供できたらと思っています。

連携室便り

「病診連携カンファレンス」を開催しています

当院では年5回医療機関関係者(医師、看護師、理学療法士等)にお集まりいただき、病診連携カンファレンスという勉強会を開催しています。当院の内科、外科、整形外科等の医師が最新の治療方法の説明や、症例発表を行い、開業医の先生からも活発なご意見、ご質問をいただく勉強会となっております。関係医療機関の方々と情報共有を行い、「顔の見える連携」を築けるよう努力しています。



連携室よりみなさんへ

お・す・そ・わ・け・ス・ポ・ット

風船専門店が当院の近くにあるのをご存じですか？風船というと、子供が喜び遊ぶイメージがあるのですが、とんでもない！出産や還暦のお祝い、結婚式や2次会の飾りなど、いろいろな使い方があります。お見舞い用に生花アレンジや、ベットの白い天井にフワフワとメッセージ入りの風船を浮かばせれば、患者さんの気分転換にもなるかも知れません。また、風船はシワシワになっても1ヶ月でも浮き、有料ですが店に持参すればヘリウムのみの吸入もできます。お見舞いやお祝いに、ひと味違うプレゼントとして是非ご利用ください！

O.susowake
Spot

atelier Tachi (アトリエタチ) 「ふうせん屋」



ウェディング用



ラディアン
バタフライ
アレンジ！！



店長さん



ウェディング・お誕生日・出産祝い・パーティー・イベントの風船販売、バルーンギフト、ラッピング、雑貨販売、生花アレンジ、配達・宅配もOK!



「ふうせん屋 atelier Tachi (アトリエタチ)」

- 所在地 四日市市三ツ谷町15-19
- TEL 059-328-4400
- 営業時間 AM10:00~PM6:30 (日曜のみPM6:00まで)
- 定休日 月曜日/日曜日不定休



おすすめ!!

栄養士が考える旬の健康食

「季節を食す」



1個 35kcal

※表示カロリーは1個分

苺とバナナのおからマフィン

(苺とバナナのおからマフィン) レシピ

< 材料 > (小10個分)

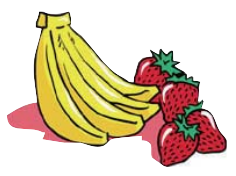
- 卵 M1個
- 三温糖 (または砂糖) ... 15g
- 低カロリー甘味料 5g (または砂糖15g)
- ベーキングパウダー 5g
- 豆乳 50cc
- おから 70g
- 苺 5粒
- バナナ 1本
- バニラエッセンス 適量

< 作り方 >

- ①ボールにAを入れ、泡立て器でよく混ぜる。
- ②ベーキングパウダーを加えてさらに混ぜる。
- ③豆乳とおからを加えて混ぜ、最後に小さく切った果物、バニラエッセンスを混ぜ合わせる。
- ④スプーンで生地を型に入れ、180度に予熱したオーブンで20分焼く。

☆ アレンジレシピ ☆

- 苺&バナナの代わりに・・・
- ・抹茶小さじ1 + 練りあん適量
- ・ココア10g+バナナ1本 + シナモンパウダー適量
- ※抹茶やココアなどの粉類はベーキングパウダーと共に加えます。



★ポイント★

カロリーはひかえたいけれど甘いおやつが食べたいとき、食物繊維が豊富なおからと低カロリー甘味料を使ったマフィンはいかがですか。砂糖やみりんの代わりに使用される低カロリー甘味料は、味や調理性が砂糖等と異なります。料理によって全量または一部を代替して使うことで、カロリー控えめに仕上げることができます。このマフィンは小麦粉を使わないので炭水化物が気になる方にもおすすめです。きつとお腹も心も満たしてくれるはずですよ。



栄養部 管理栄養士 三輪 陽子



● 外来診療担当表

2013年3月1日現在

診療科		月	火	水	木	金
内科	初診	井本 一郎 消化器科・一般	杉本 龍亮 消化器科・一般	小寺 仁	大原 和人	渡辺 省三 消化器科・一般
		浦和 昌史	三宅 真人	岩佐 元雄 消化器科・一般		中京病院 応援医師
消化器内科	初診	★中島 滋人	★中川 直樹	★中尾 一之	渡辺 省三	★白木 学
	再診	★中川 直樹	★中尾 一之	副院長 木村 光政	★中島 滋人	竹井 謙之 予約
		大原 和人	渡辺 省三	渡辺 省三	★中川 直樹	
		★白木 学				
循環器科	初診	★川村 正樹	★山中 崇	◆角田 健太郎	★川村 正樹	★山中 崇
	再診	★川村 正樹 杉浦 武 PM 再診予約	★山中 崇 杉浦 武 PM 再診予約	★川村 正樹 ペースメーカー 外来	★川村 正樹 杉浦 武 PM 再診予約	◆角田 健太郎 ペースメーカー 外来
リウマチ科 (予約)		★佐藤 良子 再診予約		★佐藤 良子 PM 再診予約	★佐藤 良子 予約	★佐藤 良子 再診予約
呼吸器科	初診		小林 哲 10:30まで 診察受付		本多 豊大 10:30から 診察開始	
	再診		本多 豊大 10:30から 診察開始		藤原 研太郎 PM SAS	
腎・透析科				★水谷 安秀 再診予約	★水谷 安秀 第1・第3 再診予約	青山 功 隔週
				三宅 真人	小寺 仁	
糖尿病センター (予約)		馬嶋 知樹 糖尿病	住田 安弘 AM 糖尿病	安間 太郎 AM 糖尿病	三好 美穂 AM 糖尿病	馬嶋 知樹 糖尿病
		三崎 盛治 AM 甲状腺	三好 美穂 糖尿病	島地 泰敏 AM 甲状腺	島地 泰敏 甲状腺	島地 泰敏 甲状腺
		近藤 正樹 糖尿病		馬嶋 知樹 AM 糖尿病		
				近藤 正樹 AM 糖尿病		
神経内科	橘 径 PM 予約		田村 麻子 PM 予約			
心の診療科					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 14:00~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 再診予約	馬場 卓也	★中山 茂樹	★山本 隆行 PM	★湯澤 浩之
	★山本 隆行	肥満 智紀		◆鳥井 孝宏	★石井 雅昭
	★中山 茂樹			肥満 智紀	馬場 卓也
	★湯澤 浩之			★野地 みどり PM乳腺	★成田 清 再診予約
	肥満 智紀				
呼吸器外科			王 志明		
ペインクリニック			坂倉 幸子 9:30~ 予約	小西 邦彦 17:00~ 予約	
小児科	町田 祐子	副院長 渥美 伸一郎	町田 祐子	副院長 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
	中川 太郎	中川 太郎	◆新谷 健	※木曜日は OPEの 都合で 外来診察医師 が変わります。	中川 太郎
		★森下 浩一郎 腰痛外来 予約 14:00~16:00	◆新谷 健 中川 太郎 14:00~ ギプス外来		
産婦人科	★中 淳	米村 幸男	★中 淳	樋口 恭仁子	米村 幸男
泌尿器科	★加藤 貴裕	★加藤 貴裕	★加藤 貴裕	★加藤 貴裕	★加藤 貴裕
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		水谷 仁 ~11:00	
女性外来		樋口 恭仁子 婦人科			★野地 みどり 外科
					樋口 恭仁子 婦人科

は初診です ★=部長 ◆=医長

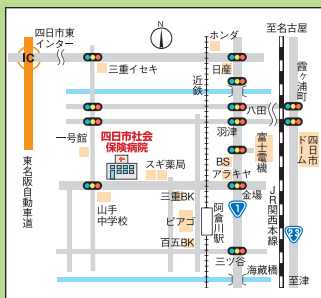
病院と地域を結ぶ

はづナビ

VOL.17

平成25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.hazu-yokkaichihp.jp>
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

新任医師(4月着任) をご紹介します



整形外科

山田 淳一
(ヤマダ ジュンイチ)

泌尿器科

三木 学
(ミキ マナブ)

内科(後期研修医)

水谷 聡
(ミズタニ サトシ)



初期研修医

安藤 知紗(アンドウ チサ)
上山 慧(カミヤマ サトシ)



編集後記

「春眠暁を覚えず」という言葉の通り、春になると眠気を感じやすくなるのは、気候だけでなく体内時計も影響しているってご存じでしたか? 寒さで疲れた体を休めるために長めの眠りが必要な冬から、短めの眠りに切り替わる夏に向けて、体内時計が睡眠時間を短くしようとするため、春はひときわ眠気を感じるそうです。眠気を吹き飛ばすには、規則正しい生活が一番です。春先は新しい環境下で何かと生活リズムが狂って体調を崩しやすい季節ですが、規則正しい生活と睡眠を心がけ、この春を快適に乗り切りましょう!