

医療センターニュース

編集：三重県立総合医療センター広報紙編集委員会

<http://www.mie-gmc.jp/>

〒510-8561 四日市市大字日永5450-132

TEL(059)345-2321(代表)

E-mail:sogohos@mie-gmc.jp



平成24年度防災訓練【11月10日(土)実施】

もくじ

特集 救命救急 (24時間あなたの命を守ります)……………2	外来診療医師担当表……………6
新任医師の紹介……………3	当院の協力病院(連携医療機関)紹介 医療法人向陽会 中村内科循環器科クリニック……………7
インフルエンザの予防と対策……………4	食事で元気になる39……………7
病院行事のご紹介……………5	交通のご案内……………8

外来診療及び 面会のご案内

診療受付時間	午前8時30分～午前11時30分
休診日	土・日曜日祝祭日及び年末年始(12/29～1/3)
面会時間	午前6時～午後9時(通年・状況によりお断りする場合があります)

駐車場料金 外来患者の方は無料(それ以外の病院利用者の方は1時間まで無料・それ以降は100円)

特集 救命救急 (24時間あなたの命を守ります)

当院は、二次救急医療機関では対応できない重篤な患者様に対して、高度医療を提供する三次救急医療機関である「救命救急センター」を設置しています。

今回は、8月に新救命救急センター長を迎えた、当院の救命救急についてご紹介します。

<田代救命救急センター長 ご挨拶>



皆様、初めまして。

平成24年8月1日付けで救命救急センター長に赴任しました田代です。

出身地は栃木県ですが、昭和56年三重大学医学部卒業後、三重大学脳神経外科講座が開設されて間もない創世記の脳神経外科に入局しておりました。また、松阪市民病院に勤務している当時は、脳神経外科のかたわら日本DMAT（災害時派遣医療チーム）に参加をした経験があります。

私は、救命救急センターの機能を十分に発揮するためには、医療資源の乏しい状況で、地域医療・救急医療を支えるためには地域の診療施設と病院、そして病院間のネットワークが密であることが大切と考えております。密に連携し、情報を多く共有するほど救急、災害に強い地域になると考えております。当院は、県内唯一の「基幹災害拠点病院」にも指定されています。

これからも、救命救急センターのスタッフはもちろん、一人一人の職員が患者の皆様、地域の方に信頼されるよう努力してまいります。

今後ともよろしくお願い申し上げます。

田代晴彦センター長 略歴

- 昭和56年 医学部卒業
- 日本脳神経外科学会専門医

<職場紹介>

総合医療センターは基本理念として、「救命救急、高度、特殊医療等を提供することにより、県の医療水準の向上に貢献します」と掲げています。当院は救命救急センターを有し、救急外来では、24時間365日体制で対応しています。

救急外来は救命救急センターと一単位の部署となっており、状況に応じて応援体制をとり緊急時の対応を行っています。救急外来には、多様な診療科・疾患の患者様が搬送されます。ファーストリアージのア



セメント能力や観察、看護技術などが求められます。生命に関わることも多いため、初期治療から責任をもって対応しています。

また、患者さんの病状に不安や心配を抱えながら待っていらっしゃるご家族への声掛けや説明など、心配りも忘れないように心がけています。

救急外来は他職種との連携も重要な要素で、業務の役割分担や気づきを業務改善につなげる等救急外来の機能を効率的にかつ、安全に配慮しながら行っています。

多様な病態の変化へ迅速に対応できるように救急外来看護師は日々の看護実践能力を高めるため院



安全・安心な救急外来の看護を目指します。



内・院外の研修会や研究会へも積極的に参加し自己研鑽も行っています。

今後も協力体制を大切にし、県民の皆様信頼されるよう救急医療に貢献していきます。



心配りを忘れずに頑張っています。

新任医師の紹介



しょうむら しん 庄村 心

職名：医師

診療科名：心臓血管外科・呼吸器外科

卒業年次：平成14年

専門：胸部外科全般

資格：外科専門医

出身：津市

前任：松阪中央総合病院

趣味：読書・ゴルフ（打ちっぱなし専門）

患者様アピール：安全第一に質の高い医療を目指しています。



しょうむら ちえこ 庄村 千恵子

職名：医師

診療科名：麻酔科

卒業年次：平成19年

専門：麻酔一般

出身：四日市市

前任：伊勢赤十字病院

趣味：料理・写真・読書

患者様アピール：患者様にリラックスして手術を受けて頂けるよう丁寧な説明を心掛けています。お気軽にご質問ください。



インフルエンザの予防と対策

医療安全管理部 感染対策室長

垣内 由美

～1人ひとりの適切な予防と対応が流行を抑えます～ (日本看護協会認定・感染管理認定看護師)

インフルエンザは、通常、11月から12月にはじまり、翌年の1月～3月に流行します。

突然の高熱(38度以上)と全身のだるさ、筋肉痛などの全身症状、せき、のどの痛み、が現れます。通常、高熱が数日持続し、1週間程度で回復します。

インフルエンザにかからないために

★こまめに手を洗いましょう

感染した人が、咳を手で押さえたり、鼻水を手でぬぐった後、ドアノブ、手すりなどの環境に触れると、ウイルスを含んだ飛沫が付着することがあります。

別の人が、そこに触れた手で鼻や口に触れることで感染します。

- 帰宅時 ●トイレの後 ●食品を取り扱う時 ●食事の前
- 咳やくしゃみで口を押さえた後 など、こまめに手を洗いましょう。



★咳エチケットを忘れずに! 1人1人のマナーが、感染拡大を防止するカギとなります。

■咳が出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。

■マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそむけて1～2m以上離れましょう。

■鼻水、痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱へ捨てましょう。

■咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう。

★予防接種を受けましょう

ワクチン接種は、発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。インフルエンザワクチンは、接種後効果を発揮するまでに約2週間かかり、効果の持続する期間は、約5ヶ月ほどです。

流行期に入る前に接種しておくのが効果的です。

- バランスのよい食事と、十分な休養をとり、疲労を避けましょう。
- 室内の湿度を50～60%に保ちましょう。 ●人ごみを避けましょう。

インフルエンザにかかってしまったら

★まわりの人にうつさないようにすることが大切です

- 水分を十分に補給しましょう。
- 安静にし、十分な休養を。学校や職場は休みましょう。
- 症状が始まった日の翌日から7日目まではできるだけ外出を控えましょう。
- 早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。
- 咳やくしゃみがある時はマスクをつけ、手をこまめに洗いましょう。
- 薬を使う時は、医師や薬剤師の指示に従い、正しく使用してください。
- 薬を使用して何か異常だなと感じるような場合は、早めに医師・薬剤師などにご相談ください。



感染すると重症化するリスクが高い方

以下の方は、よりいっそう注意が必要です。

症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

ご家族や周囲の方も同様に予防に心がけましょう。

持病をお持ちの方

- 喘息、慢性呼吸器疾患の方
- 慢性心疾患の方
- 糖尿病の方など(代謝性疾患)
- 透析中の方など(腎機能障害)
- ステロイド薬を内服中の方など(免疫機能不全)

その他

- 妊娠している方 ■幼児 ■高齢の方

こんな時はすぐに受診を!

小児

- 呼吸が早い、息苦しそうにしている
- 顔色が悪い
- 嘔吐や下痢が続いている
- 落ち着きがない、遊ばない、反応が鈍い
- 症状が長引いて悪化してきた

成人

- 呼吸困難または息切れがある
- 胸の痛みが続いている
- 嘔吐や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた

病院行事のご紹介

当院では、「がん診療」や「災害拠点」などのさまざまな役割を担っており、講演会や体験などを通してその役割を皆様に周知をしています。今回は、6月に開催しました「独立行政法人設立記念講演会」と10月に開催しました「市民公開講座」についてご紹介します。

市民公開講座【10月6日(土)】

当院は、国の「がん診療連携拠点病院」に指定されており、地域における「がん診療」の拠点となるさまざまな機能を持っています。今年度も、がんの最新診療やがんに関する内容の展示・体験コーナーの開設、無料がん相談など行う、「市民公開講座」を今年も10月6日(土)に当院で開催しました。

今年度は、「内視鏡・体腔鏡によるがん診断と治療」というテーマで、当院医師による最新のがん治療につ



いての講演、がん治療に関する展示ブースの出展、「腹腔鏡カメラ」などの体験コーナーの開設、がん相談コーナーによる無料相談などを開催し、多数の方にお越しをいただきました。厚くお礼を申し上げます。

当院では、今後がんに関するいろいろな講演・展示などを行い、地域の皆様への医療支援・情報提供を行っていきます。また、がん相談などは「相談支援センター」や「がんサポート室」を開設していますのでご利用ください(電話：059-345-2321)。

独立行政法人設立記念講演会【6月30日(土)】

去る6月30日に、鈴木英敬三重県知事、登勉三重大学医学部長をお招きし、災害時における救急医療をテーマに「地方独立行政法人三重県立総合医療センター設立記念講演会」を開催しました。講演会には、医療関係者や地域住民ら約120名の方にご参加いただき、「災害時における救急医療」について理解を深めていただきました。

最初に、三重大学医学部附属病院救命救急センター長・教授の今井先生による基調講演では、三重県の救急医療の状況、大規模災害時の災害派遣医療チームの役割や被災地での医療経験の紹介など貴重な話を聴くことができました。

次に、パネルディスカッションでは、「災害時において総合医療センターに期待するもの」をテーマに意見交換が行われました。それぞれの役割を認識しながら連携を図ることの重要性について、ご議論いただきました。

今後も県内で唯一の基幹災害拠点病院として、県内の災害拠点病院の医療従事者を対象とした研修会を開催する予定です。



外来診療医師担当表

★都合により変更することがありますので、最新の担当表をホームページかお電話でご確認下さい。

平成24年12月1日現在

		月		火		水		木		金		
消化器内科	初診	1診	笹 邊	1診	浦 田	1診	担当医	1診	川 崎	1診	藤原拓	
	再診	2診	井 上	2診	高 瀬	2診	伊藤信	2診	田 中	2診	大 矢	
	初診	3診	伊藤信/大矢	3診	井 上	3診	爲 田	3診	高 瀬	3診	笠 井	
	再診			5診	森 谷	5診	担当医					
呼吸器内科	再診							5診	前 田	5診	藤原篤	
	初診	5診	前 田									
	初診	紹介診	吉 田	6診	油 田	6診	藤原篤	6診	中 原	6診	高 橋	
	再診	7診	中 原	7診	担当医	7診	高 橋	7診	吉 田	7診	油 田	
循環器内科	初診	8診	牧野/竹内	8診	竹 内	8診	牧 野	8診	市 川	8診	森 木	
	再診	9診	市 川	9診	宮 木	9診	森 木	9診	牧 野	9診	竹 内	
※月曜日消化器科（3診）は伊藤信が第1・3・5週目、大矢が第2・4週目診察 ※月曜日循環器科（8診）は牧野が第1・3・5週目、竹内が第2・4週目診察												
外 科	10:00~12:00 予約診	登 内 緩和外来		1診	岩 田	1診	池 田	1診	登 内 午後予約診	緩和外来	1診	横 江
	2診	伊 藤		2診	午後 小児外科	2診	尾 嶋	2診	横 江			
	3診	池 田		3診	小 西	3診	渡 部	3診	小 西			
	14:00~ 予約診	小 西 乳腺外来				14:00~ 予約診	渡 部 乳腺外来				14:00~ 予約診	横 江 乳腺外来
心臓血管外科/呼吸器外科				1診	鈴 木	1診	近 藤				1診	矢 田
脳神経外科		1診	亀 井	1診	西 川	1診	田 代	予約診	担当医	1診	山 道	
				2診	藤 本					2診	亀 井	
神経内科		初診 午前のみ	鈴 木	予約診	鈴 木	予約診	牧	予約診	鈴 木	予約診	古 田	
				初診	古 田	予約制	ものわすれ 外 来	初診	牧	初診	鈴 木	
小 児 科		1診	杉 山	1診	西 森	予 約	太 田	1診	太 田	1診	杉 山	
		2診	小 川	2診	鈴 木	予 約	杉 山	2診	足 立	2診	山 下	
		紹介/予約	清	紹介/予約	太 田	時間外予約	足立/小川	紹介/予約	杉 山	紹介/予約	西 森	
産 婦 人 科		1診	谷 口	1診	午前 午後 山	1診	午前 午後 鳥 谷 部	1診	朝 倉	1診	鳥谷部	
		2診	担当医	2診	千 田	2診	谷 口	2診	午 前 山 田	2診	午前 午後 朝 倉 後 医	
		3診	午 井 午 樋	3診	朝 倉	3診	田 中	3診	1ヶ月健診	3診	谷 口	
整 形 外 科		紹介診	北 尾	膝関節外来 再診予約のみ (午前)	北 尾			紹介診	森 本			
		2診	奥 山	2診	森 本			2診	奥 山 午後予約診			
		3診	担当医	3診	鈴 木 午後予約診			3診	鈴 木			
泌 尿 器 科		1診	金 井	予約紹介診	栃 木	1診	松 浦	1診	栃 木	1診	松 浦	
		予約診	松 浦			予約診	金 井	予約診	金 井	予約診	金 井	
※火曜日の予約紹介診は、事前に地域連携課(059-345-2321)へのご連絡が必要です。												
耳鼻いんこう科				1診	間 島			1診	宮 村			
精 神 科		1診	山 下	1診	山 下	1診	山 下	1診	山 下	1診	山 下	
放射線治療科		予約診	豊 田					予約診	豊 田			

当院の協力病院(連携医療機関)紹介 第6回

医療法人向陽会 中村内科循環器科クリニック

院長 中村 泰(なかむら たい)

1986年 順天堂大学医学部卒

医学博士

日本内科学会認定総合内科専門医

日本循環器学会認定循環器専門医

日本体育協会公認スポーツドクター

日本医師会認定産業医

<主な勤務先>

順天堂大学循環器内科

国際親善総合病院循環器科医長

順天堂大学循環器内科助手(附属順天堂医院 CCU 室長)

<診療時間>

月曜日～金曜日	午前 8:30～12:00
	午後 3:30～6:30
土曜日	午前 8:30～12:00

<休診日>

土曜午後・日曜日・祝日

〒510-0892

四日市市泊山崎町3番22号

(近鉄内部線泊駅西200m)

TEL&FAX 059-345-0906

HP <http://www.nakamura-heart-cl.jp/>



当院は私の父、陽一が昭和41年に「中村医院」として開業し、長らく地域医療に貢献してまいりました。平成12年に私が帰郷し「中村内科循環器科クリニック」として継承開業し、平成15年に診療所を建替え現在に至っています。

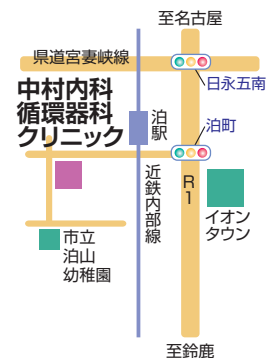
私は卒業後母校順天堂大学の医学部附属順天堂医院で内科、特に循環器科の研修を受け、横浜国際親善病院循環器科医長、順天堂大学循環器内科助手、順天堂大学医学部附属順天堂医院CCU(循環器系疾患集中治療室)室長を経て四日市に戻ってまいりました。

県内の大学・病院勤務をすることなく大学勤務医から開業医に転身したためいろいろな場面で知識・経験不足を痛感しましたが、

時に県立総合医療センターの皆様にも助けていただき今まで診療をしてこられました。

これからもかかりつけ医としてお子様からお年寄りまでご家族皆様の健康維持のお役に立てるよう努力していきたいと思っております。また今後は在宅診療(往診や訪問診療)がますます大切になるとされており、近隣の診療所や県立総合医療センターの先生方と連携して在宅医療も充実させていきたいと考えています。

一方で循環器専門医として動脈硬化性疾患、すなわち脳梗塞や心筋梗塞、また心不全、不整脈などの診療にも力を入れていきたいと思っています。負荷心電図や24時間心電図、心臓超音波検査などに加え、血管の働きを調べる検査(血管内皮機能検査)を導入し動脈硬化をより早期の段階で検出して病気を発症しないよう予防できれば、と考えています。



食事で元気になる 39

栄養管理室

<<栄養・免疫力アップ>>

免疫を高めるには、規則正しい生活と主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事が基本となります。

また、体内へのウイルス侵入を防ぐビタミンAとウイルスに対する抵抗力を高めるビタミンCも意識してとりましょう。

<当院自慢の一品>

中華風ソテー



【一人分】

エネルギー	48kcal
塩分	0.7g
ビタミンA (レチノール当量)	116μgRE
ビタミンC	21mg

作り方

- ①野菜とハムを千切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、野菜、ハムを炒める。
- ③塩・コショウ・中華だしで味付けし、一旦火を消す。
- ④水溶き片栗粉を加え、再び火をつけてとろみをつける。

※とろみをつけることで、味がしっかり感じられ、減塩につながります。

材料(二人分)

チンゲンサイ	120g(1株)
玉ねぎ	40g(1/4個)
人参	20g
ハム	20g(2枚)
ごま油	少々
塩・コショウ	少々
中華だし	1g
水溶き片栗粉	
片栗粉	2g
水	2g

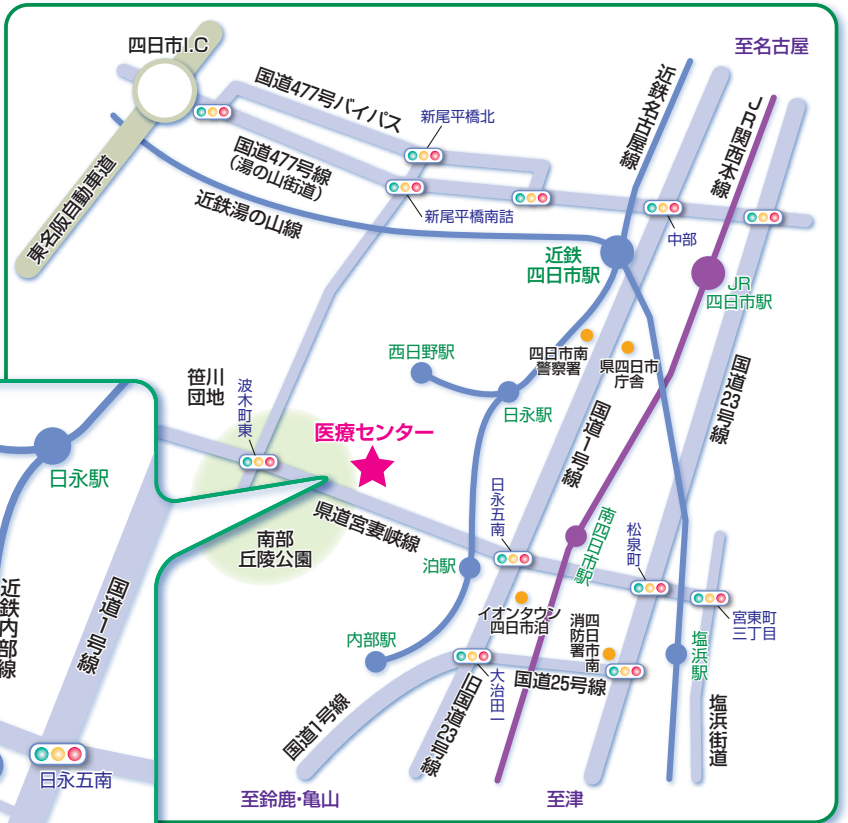
交通のご案内

三重交通バス

近鉄四日市駅より
約25分
近鉄塩浜駅より
約20分

近鉄内部線

泊駅より
徒歩15分



総合医療センター発

平日・土・日・祝日

行先	時刻	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
[43] 泊山 山崎町 経由 近鉄四日市駅			*2 55		40	45	50	55		5	30	40	55		25	*2 40				
[92] 塩浜駅前 経由 磯津				*1 56		6	6	6	6		6	6	6	6	*2 17					
[92] 公団住宅前 経由 高花平						4	56		56		56		56							

*1: 塩浜駅行き、土・日・祝日は運休 (7:56発) *2: 土・日・祝日は運休 (6:55 18:17 19:40発)
「[92] 磯津行き」は近鉄四日市駅方面には向かいしません。塩浜駅方面に向かいます。

近鉄四日市駅南 (7番のりば) 発

平日・土・日・祝日

行先	時刻	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
[43] 医療センター				*2 25	13	15	20	25	35		0	5	20	50		15				

*2: 土・日・祝日は運休 (7:25発)

近鉄塩浜駅東口発

平日・土・日・祝日

行先	時刻	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
[92] 医療センター 経由 高花平					*2 セ 50	セ 42	セ 42	セ 42	セ 42		セ 42	セ 42	セ 42	*2 セ 42						

*2: 土・日・祝日は運休 (8:00、17:42発) セ: 医療センター止め

泊駅発

平日・土・日・祝日

行先	時刻	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
近鉄四日市		32 58	24 49	6 18 24 40	2 4 9 15	9 12 18 24	12 15 21 27	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	14 17	14 17	
内部		58	24 49	18 24 40	2 9 15	9 12 18 24	12 15 21 27	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	11 14 20 26	14 17	14 17	26

バス時刻表

近鉄内部線時刻表