

医療センター ニュース



もくじ

看護部だより……………	2	食中毒を起こさないために大切なこと……………	5
当院はどの程度震災に強いのか？ ～震災への備えを考える～……………	3	食事で元気になる 34 ～夏の食材を味わおう～……………	6
当院の協力病院(連携医療機関)紹介 笹川内科胃腸科クリニック……………	4	外来診療医師担当表……………	7
食中毒にご注意下さい！ (腸管出血性大腸菌の検査について)……………	4	交通のご案内……………	8

看護部だより

県立総合医療センター
看護部長 丹生 かつ



丹生看護部長

平成23年度がスタートし、はや5ヶ月が経とうとしています。

今年の看護部門は47人の新メンバーが仲間に加わって、ますます賑やかになり、活気にあふれています。

一年生ナースたちは救命センターと一般病棟にそれぞれ4人～7人配属され、副看護師長たちを中心に教育担当ナースや各セクションの指導ナース、先輩たちに支えられながら、毎日頑張っています。少しずつ夜勤業務にも入ってきて、そろそ

ろストレスも溜まりはじめる頃です。先日は「ストレスケア」の研修が開催され、一年生全員が参加しました。教育担当者達が作り上げた教育プログラムに沿って、新人たちは着実に力をつけてきています。

この度の東日本大震災における救援活動には、当院からもDMAT（災害医療チーム）をはじめ医療支援チームが、計4回被災地に派遣されました。この派遣チームには医師や事務部門等とともに看護師も参加し、どの部隊においても看護ならではの力を発揮してくれました。

医療活動も看護活動も病院の中だけにとどまらず広がっているということ、またどのような場面においてもチームワークが大切だということを、派遣チームの活動をとおして感じさせられました。

この東日本大震災をとおして、災害対策訓練や防災に向けた体制強化の重要性を認識させられました。



新人ナースの研修



新人ナースの研修

看護部門はもとより、他部門と協力しながら災害拠点病院としての役割を果たすべく努力してまいりたいと思っています。

6月にも医療支援チームが被災地へ行ってまいりました。まだまだ大変な状況だと伺っていますが、一日でも早く復興されることと、被災された皆さまの健康をお祈りいたします。



被災地における医療救護活動

当院はどの程度震災に強いのか？

～震災への備えを考える～

運営調整部

本年3月の東日本大震災によりお亡くなりになられた方々のご冥福を心からお祈り申し上げます。また、被災されました皆様、そのご家族の方々に対しましては、心からお見舞い申し上げますと共に、被災地の一日も早い復興をお祈り申し上げます。

この度の震災で、岩手、宮城、福島 of 東北3県にある380病院のうち、約8割が被害を受け、入院や外来の患者制限などの影響が出ているとのこと。

震災を教訓に、当院が震災からどの程度安全なのか、当院の地震災害への備えをできるだけ客観的に確認してみたいと思います。

地震災害は、阪神・淡路大震災のような直下型の強い揺れ、関東大震災にみられるような大規模な火災、そして、東日本大震災で起こった想定を大幅に越える巨大な津波が考えられます。

先ず、地震の揺れについては、当院は昭和56年以降の耐震基準で構造設計されており、具体的には震度6強から7程度の揺れに耐えるよう設計されています。

次に、火災に対しては、建物が耐火建築物であり、周囲を駐車場、緑地、コンクリート擁壁、道路に囲まれており、外部からの延焼の可能性は低いものと思われま。

さらに、津波についてですが、東日本大震災では津波の最大遡上高が32.4mもありました。海岸から約10kmまで浸水した地域もあります。リアス式海岸などの地形特質に起因する面もあるのでそのまま当院に当てはめることは過大であるかもしれません。当院は海岸から、約4.2kmの内陸に位置しており、標高は約30mあります。このような立地条件を勘案すると、大津波による浸水被害を受けることはまずないものと考えます。

さらに、電気・水道・ガスなどライフラインの備えについて考えますと、電気については、自家発電装置により電力を供給することができます。発電には重油を使用しており、3日分の重油を備蓄しています。また、水については、地下水を利用した飲料水等の供給システムを導入しており、災害発生時にも安定的に水を供給できます。この設備は、阪神・淡路大震災と同規模の地震に対する耐震性を有しており、また、専用の非常用発電機を併設していますので、停電時にも使用することができます。都市ガスについては、主に冷暖房、給湯、給食調理に使用しています。昨年度から当院の防災訓練にガス供給者である東邦ガス(株)さんにも参加いただいております。災害時にはガス供給支援を受けるとともに、重点的に復旧に取り組んでいただくことになっています。

加えて、食糧については、700人の3日分の食糧を備蓄しています。当院は屋上にヘリポートを有しており、道路が寸断された場合にも、ヘリコプターによる患者搬送や物資搬送が可能です。

以上、現時点で明らかになっている震災の状況を参考に、できるだけ客観的に確認してきたつもりですが、「きっと大丈夫だ。」という域を出ていないのかもしれませんが、今後、震災の詳細な情報が出てくる中で、様々な要因をイメージして、どのような対策が必要となるかなど、想像力を働かせ、日頃から備える必要があります。

今回のような大災害において、発災直後から復旧期に至るまで、災害に対して当院が貢献できることはたくさんあります。総合医療センターは基幹災害拠点病院として、今後も研修、訓練や機材の整備などを的確に行い、災害がいつ発生しても最善のことができるよう備えていくことが大切であると考えています。



4階まで浸水した岩手県立高田病院（陸前高田市）

当院の協力病院(連携医療機関)紹介 第1回

笹川内科胃腸科クリニック

院長 山中賢治
副院長 山中珠美

●内科・外科・胃腸科・肛門科

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	△	
午後	○	○	○	○	○		

<診療時間>

午前 9:00 ~ 12:00
午後 4:00 ~ 7:00

<受付時間>

午前 8:30 ~ 11:45
午後 3:30 ~ 6:45
土曜日 8:30 ~ 13:45

<休診日>

日曜日・祝日・土曜午後

四日市市波木町坂向 305
Tel 059 (322) 9538
Fax 059 (322) 9933
メール : ssgcl@cty-net.ne.jp

県立総合医療センターより西へ信号
2つ目、ミルクロード沿い

右：外観
下：東側の緑のカーテン
右下：待合室からの眺め



1996年に開院し、今年で16年目に入りました。

消化器外科出身の院長と消化器内科出身の副院長の2人(夫婦です)で、診療にあたっています。

スタッフは、看護婦6名、薬剤師1名、医療事務員6名で、明るくほのほのとした雰囲気の中、患者さんの立場に立つことをモットーにしています。

内視鏡検査は、胃(上部)と大腸(下部)の両方を実施しています。

日常診療では、生活習慣病の治療、特に糖尿病の指導に力を入れており、また在宅医療にも取り組んでいます。

県立総合医療センターのすぐ近くで病診連携をとりながら、“かかりつけ医”として、地域の方々に最良の医療を提示しようと日々努めております。

食中毒にご注意下さい!

(腸管出血性大腸菌の検査について)

中央検査部 細菌室



夏季を迎えるこれからの季節は、細菌による食中毒が発生しやすくなります。

発生件数が多かったり、幼児の重症化事例が発生したりして問題となっているのが、「カンピロバクター」と「腸管出血性大腸菌 (O-157、O-26、O-111など)」による食中毒です。腸管出血性大腸菌は、主に牛の腸にいる細菌です。牛の糞尿などを介して牛肉やその他の食品・井戸水等に付着します。毒素を産生し、出血を伴

う腸炎や溶血性尿毒症症候群 (HUS) を起こす腸管出血性大腸菌は、特に抵抗力の弱い子どもや高齢者は、重い症状になりやすく、合併症を起こして死亡する例もあります。下痢の治療の基本は、安静、水分補給、消化しやすい食事の摂取などです。

検査部では、直接便からO-157が10分でスクリーニング検査出来る迅速検査キットを常備し24時間体制をとっています。また、便の培養により大腸菌が検出された場合には、「血清型」といわれる大腸菌の分類の検査や腸管出血性大腸炎の原因となる「ペロ毒素」産生能の検査を行い病原性大腸菌の鑑別をしています。



食中毒を起こさないために大切なこと



例年、6月～9月にかけて腸管出血性大腸菌（O-157、O-26、O-111等）による感染症が増加する傾向にあります。6月に入り県内でも、既に2件のO-157に関連した食中毒が発生しており、今後も夏にかけて発生件数が増加することが予想されます。

食中毒というと、レストランや旅館などの飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生していますし、発生する危険性がたくさん潜んでいます。



食中毒予防のポイントは6つです。
(厚生労働省 HP より一部改変)

食中毒予防の三原則!
食中毒菌を
"付けない"
"増やさない"
"やっつける"

1. 食品の購入

購入した食品は、肉汁や魚などの水分がもれないようビニール袋などにそれぞれ分けて包み、持ち帰りましょう。

2. 家庭での保存

冷蔵・冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに、冷凍庫や冷蔵庫に入れましょう。

3. 下準備 **手を洗う** ※生肉・魚・卵を取り扱った後も洗いましょう。

- 食材で洗えるものはすべて流水で十分洗いましょう。(カット野菜・ラップ野菜も同様)
- 生の肉や魚を切った後、洗わずにその包丁やまな板で、果物や野菜を切ることはやめましょう。洗って、熱湯をかけたのちに使うことが大切です。(使い分けができるとさらに安全です)



4. 調理 **手を洗う**

加熱調理する食品は十分に加熱しましょう。(中心部が75℃1分以上の加熱がめやすです)



5. 食事 **手を洗う**

調理前後の食品を、室温に長く放置しないように。(O-157は室温でも15～20分で2倍になります)

6. 残った食品 **手を洗う**

再度温め直す時も十分に加熱しましょう(75℃以上、スープなどは沸騰するまで加熱)



細菌は目には見えませんが、簡単な予防方法をきちんと守れば、食中毒は予防できます。

そして、手洗いは感染予防の基本です。もらわない、ひろげないためにも、こまめな手洗いを心がけましょう。

それでも、腹痛や下痢が続くような症状がある場合は、早めに最寄りの医師に相談しましょう。

食事で元気になる34

～夏の食材を味わおう～ 栄養グループ

夏の食材にはトマト・ピーマン・なす・ゴーヤ（にがうり）、オクラ、かぼちゃなどがあげられます。今回は、その中から「ピーマン」についてご紹介します。

《ピーマン》

トウガラシと同じ仲間で、トウガラシを品種改良して辛味をなくした野菜です。一般的なものは緑色のピーマンで、ピーマンは熟すと黄色から朱色、そして赤色へと変わっていきます。熟したものは、クセがなくて甘く、生でも食べやすくなっています。ピーマンは年中出回っていますが、旬は初夏から夏にかけてです。



【選び方】

へたの部分が新鮮で、肉厚、色の鮮やかなものを選びましょう。

【栄養】

ビタミンCが豊富で、加熱調理をしてもビタミンCが破壊されにくいとされています。ビタミンCはコラーゲンの生成を促進し、メラニン色素が増加するのを抑えたり、皮膚の抵抗力を強める働きがあります。また、ピーマンの青臭さの素であるピラジンは、血が固まるのを防ぎ、血栓を予防するとされています。

【調理のコツ】

油とよく合うので炒め料理に。青臭さも無くなり、カロテンの吸収も良くなります。



＜当院自慢の一品＞

ピーマンと茄子の味噌いため



エネルギー	101kcal	ビタミンC	33mg
たんぱく質	5.7g	食物繊維	2.2g
脂質	3.8g	塩分	0.8g
カリウム	308mg		

作り方

- ①ピーマンとなすを食べやすい大きさに切りそろえる。
- ②むきえびは、下処理後、軽くボイルしておく。
- ③①をサッと、油通しをする。
- ④Aの調味料を合わせて、②と③を混ぜ合わせる。
- ⑤器に彩り良く盛り付ける。

材料（一人分）

ピーマン	40g	
なす	60g	
むきえび	20g	
A	赤味噌	5g
	砂糖	4g
	かつおだし	0.5g
植物油	3g	



※七味やラー油を加えるとピリッと大人の味に。

●栄養グループでは、予約制で月曜～金曜日まで外来栄養相談を行っています。

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23年8月1日(月) 現在

		月	火	水	木	金
消化器科	再診	2 診 井 上	2 診 高 瀬	2 診 担当医	2 診 田 中	2 診 大 矢
	初診	3 診 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 伊 藤		
呼吸器科	再診				5 診 前 田	5 診 都 丸
	初診	5 診 前 田				
	初診	6 診 吉 田	6 診 油 田	6 診 都 丸	6 診 中 原	6 診 高 橋
	再診	7 診 中 原	7 診 藤 原	7 診 高 橋	7 診 吉 田	7 診 油 田
循環器科	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	1 診 14:00~ 16:00 予約診	登 内 緩和外来	1 診 担当医	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 第1・第3火 曜日の午後 小児外科	2 診 尾 嶋	2 診 横 江	2 診 渡 部
	3 診 14:00~ 予約診	池 田 小 乳 腺 外 来	3 診 小 西	3 診 渡 部 14:00~ 渡 乳 腺 外 来	3 診 小 西	
	心臓血管外科/呼吸器外科		1 診 鈴 木	1 診 近 藤		1 診 井 上
脳 神 経 外 科	1 診	岡 田	1 診 岡 田	1 診 岡 田	1 診 岡 田	1 診 岡 田
	2 診	亀 井	2 診 藤 本			2 診 亀 井 午後 予約制 脊椎 脊髄外来
神 経 内 科	初診 午前のみ	鈴 木	予約診 鈴 木	9:00~ 12:00 予約制	ものわずれ 外 来	予約診 鈴 木
			初診 古 田			初診 古 田
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	川 崎	2 診 倉井/大森	予 約 杉 山	2 診 足 立	2 診 小 川
	紹介/予約	小 川	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 田 中	1 診 吉 田	1 診 朝 倉	1 診 鳥谷部
	2 診	吉 田	2 診 担当医	2 診 谷 口	2 診 担当医	2 診 朝 倉
	3 診	午 後 担 当 医	3 診 朝 倉	3 診 田 中		3 診 谷 口
			たんぼぼ			
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	岡 村	2 診 森 本		2 診 中 川	
	3 診	担当医	3 診 中 川 午後予約診		3 診 岡 村 午後予約診	
皮 膚 科	1 診	尾 本	1 診 加 古	1 診 加 古	1 診 加 古	1 診 加 古
			午後 褥瘡回診	午後 手 術		
泌 尿 器 科	1 診	金 井		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
耳鼻いんこう科					1 診 大 津	
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 科	予約診	豊 田			予約診 豊 田	

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

バス時刻表

医療センター発

平日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
近鉄四日市	泊 山		0	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	30
磯 津	塩浜駅前				6	6	6	6		6	6	6	6	17	
塩浜駅前			56												
高花平					3	55		55		55		55			

土・日・祝日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
近鉄四日市	泊 山			35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	30
磯 津	塩浜駅前				6	6	6	6		6	6	6	6		
高花平					3	55		55		55		55			

塩浜駅前発

平日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター				0	42		42				42		42		
高花平	医療センター			50		42		42		42		42			

土・日・祝日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター					42		42				42				
高花平	医療センター			50		42		42		42		42			

近鉄四日市発

平日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター・泊山	白鬚神社			15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
医療センター			30												

土・日・祝日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター・泊山	白鬚神社			15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

●基本理念●

- 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。
- 安全・安心で互いにささえあう社会の実現に向けて医療面から貢献します。

●基本方針●

- 患者の皆様のご権利を尊重し、信頼と満足の得られるチーム医療を提供します。
- 県の基幹病院として医療水準の向上に努め、安全で質の高い医療を提供します。
- 県内医療機関との連携を強化し、地域医療の充実に努めます。
- 職場環境を改善し、職員のモチベーションの向上に努めます。
- 公共性と経済性に配慮した健全な経営を行います。

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。