



退官にあたり



統括副院長兼整形外科部長 中川 重範

昭和60年に当院へ赴任し、腰掛のつもりが、まもなく平成を迎えても転勤することなく、平成と共に去ることになりました。在任中は当院職員はもちろん、院外関係者の方々にも、大変お世話になり、誠にありがとうございました。

赴任当初は旧病院で、外観は石造りの重厚な趣がある建物でしたが、中は薄暗く、床板のきしむ音が不気味でした。しかし、上司の田中肇先生はおおらかで、病棟婦長の橋本さんは明るく、のびのびと仕事ことができました。当時はまだ若輩で、経験も薄いにもかかわらず、人工関節や脊椎手術に手を染め、危ない橋を渡りながら研鑽を積み重ねました。

新病院へ移行する平成6年頃には、臨床では、ある程度自信もつき、後輩の指導や、病院運営にも携わる余裕ができてきました。一時期、整形外科は7人のスタッフを抱える大所帯で賑やかでした。

しかし、平成16年の新臨床研修医制度の開始や慢性的な赤字経営体質により、病院存続の危機が訪れました。小倉名誉院長や桜井院長の尽力はもちろん、全職員の団結並びに院外からの温かい援助により、黒字転換となりました。ところが今度は、地域医療構想による病院再編成の波に飲まれています。このような時、副院長として退官を迎えることは心残りではありますが、囑託としてお手伝いする道もありましたが、ここは、潔く、老兵は消え去ります。お世話になりました。



緩和ケア病棟担当 平野 博

治癒を望めない末期癌の病人に対しては、死を遅らせる為に生命維持に有効な輸液、そしてふだん当たり前に備わっている機能が低下して起きてくる苦痛の緩和を目的とする医療が行われている。

人生何十年か生きてきて、命の終わりに至って、管を何本も入れられて、病院のベッドに縛り付けられて生きるのが、人間の望ましい生き方か？

1977年に日本死の臨床研究会が発足した。

治癒を望めない癌患者のあり方について考える時、癌の進行によって出てくる、痛みをはじめとする身体的苦痛と心の苦悩の緩和に関わる対応が、その研究会の主題だった。研究会の目的は、『死の臨床において、患者と家族に対して真の援助の道を全人的立場から研究していく事』と記載されている。

『癌の進行によって、治らないと判断されて、弱って、死に逝く事』を、『価値のない事と捉えない』と考える人も研究会に参加している。この考え方は、治癒と生命維持に重みをおいて関わりを持つ医療従事者の視点から生まれる考え方とは異なるものである。

1981年、スパゲティ症候群の反省から、浜松市に日本で初めての緩和ケア病棟が開設されて約38年になる。松阪市民病院：緩和ケア病棟は、2008年1月7日に開設された。

動けなくなった末期癌の病人が、“このまま生きていてもいいんだ”と思えるような雰囲気緩和ケア病棟であるように祈る。

松阪 発見

豪商のまち
松阪観光交流センター
4月5日 Open



栄養管理室

☆行事食のご紹介☆

当院では、調理師と管理栄養士がペアになり、毎月の行事食を考案しています。今回の担当は、調理師 濱田久佳と管理栄養士 原田早織です。

春を感じる菜の花のポタージュ



【材料】（4人分）

なばな	120g
玉ねぎ	80g
オリーブ油	小さじ1杯
おろしにんにく	1g
コンソメ	1.6g
塩	少々
無調整豆乳	400ml
水	100ml
竹の子(水煮)	40g
だし汁	80ml
薄口しょうゆ	小さじ1/2杯
みりん	小さじ1/2杯

【作り方】

- ①なばなを3cm程度に切る。鍋に水を沸かし、沸騰した所に塩を少々入れ、鮮やかな緑になるまで湯がき、ざるにあげ冷水にさらし、手でしぼり水気を切る。
- ②玉ねぎは半分に切ってから薄くスライスする。
- ③フライパンにオリーブ油とおろしにんにくを入れて弱火で熱し、香りが出てきたら②の玉ねぎをきつね色になるまで炒める。
- ④茹でたなばなと炒めた玉ねぎをミキサーにかけてペースト状にする。※ミキサーがかかりにくい場合は水を少量加える。
- ⑤鍋に④と豆乳と水を加えて混ぜ、火にかける。
- ⑥⑤が煮立ったらコンソメと塩を加えて味を整える。
- ⑦竹の子は穂先を2mmの幅にスライスし、だし汁、薄口しょうゆ、みりんできちんと煮る。
- ⑧出来上がったスープの上に竹の子を飾り出来上がり。



行事食 ～春のお弁当～

- ・春柚子こしょう牛肉ごはん
- ・さわらのウニ焼き
- ・鶏むね肉のバジルソース
- ・ホタテと春野菜のバターしょうゆ
- ・玉子焼き
- ・サーモンと野菜のマリネ
- ・煮しめ(竹の子、こごみ等)
- ・春キャベツと紅薯の浸し
- ・練り切り
- ・菜の花のポタージュ



ペットボトルを使った簡単な運動を紹介します。

ペットボトルは鉄アレイや、ダンベルとは違い、簡単に用意できます。身近にあるペットボトルを活用し、日々の生活の中に運動を取り入れましょう。

*右の写真は 500ml のペットボトルです。水を目いっぱい入れた状態で、およそ 1 本 500 g 程度の重さです。



* 体をひねる体操 *

この体操は**腹筋の強化**と、リズムカルに運動を行うことで**腸の動きが活性化**し、便秘の解消にもつながります。また、左右に体をひねることで、腰回りのストレッチにもなります。是非やってみてください。♪

①両手にペットボトルを持って、足を肩幅に広げて立ちます。



②左右交互に体をゆっくりひねります。

1

2

自分に合ったリズム、速さで行って下さい。



【運動の注意点】

- ・リズムカルにひねることが大切です。
- ・腰を痛めないようにゆっくりひねりましょう
- ・回数を目安としては、はじめは 10 往復くらいから開始し、慣れてきたら少しずつ回数を増やしましょう。

市民公開講座

3月21日にクラギ文化ホールにて、「知っていますか がんのこと」と題して、市民公開講座を開催し、763名の参加をいただきました。

第一部では、済生会松阪総合病院 乳腺センター長の花村典子先生の「乳がん」 当院副院長兼呼吸器センター長 畑地治の「肺がん」の講演、第二部でロコモ体操を行いました。



外来診療医師担当表

平成31年4月1日現在

科名	月	火	水	木	金		
内科	一般内科(新患)	古橋	三重大 三輪	三重大 藤原	中村憲	三重大 田丸	
	一般内科(再来)	中村祐					
	糖尿病科			三重大 西濱			
	特殊外来(午後)			血液 三重大 山口			
	受付は11:00まで						
消化器・内視鏡治療センター	一般外科(新患)	小倉	藤永	加藤	春木	正見	
	一般外科(再来)	春木	谷口	谷口	藤永	小倉	
	午後		谷口				
	消化器内科	新患	大岩	田中	小坂	西川	中村佳
		再来	中村佳	大岩	大岩	大岩	
再来		田中	西川		黒田		
呼吸器センター	呼吸器内科	1診(新患)	田口	西井	田口	坂口	再診 田口
		2診	畑地	畑地 2,16日		畑地	畑地
		4診(再来)	西井	鈴木	伊藤	伊藤	新患 藤原
		5診					新患補助 坂口直
	呼吸器外科(5診)	午前	阪口/樽川	阪口/樽川	手術	阪口/樽川	
午後	手術		阪口/樽川		手術		
・新患の受付は11:00まで 要紹介状							
循環器内科	午前	1診	諸岡	中村	村瀬	諸岡	新患 諸岡
		2診		坂口慎			再来 中村
	午後	検査	検査	検査	検査	検査	
整形外科	午前	1診	交替 (新患のみ)	西村	堀川	交替 (新患のみ)	堀川
		2診					
		3診		森本	森本		西村 第4週休診
	午後	手術			手術		
・新患・予約のない方は11:00まで							
リウマチ科	午前				館		
完全予約制							
眼科	午前	1診	田中	田中	田中	田中	
		2診	高嵩	高嵩	高嵩	代務医師	高嵩
	午後	1診	田中	田中		田中 25日	
		2診	高嵩	高嵩		高嵩 25日	
		検査	検査	手術	検査	手術	
・水曜は午前のみ診察 ・午後の診察は13:30~14:00 ・木曜午後の診察は日付指定あり。 ・午後の診察は変更のある場合があります。							

科名	月	火	水	木	金		
泌尿器科	午前	1診(再来)	櫻井	東	有馬	米村	櫻井
		2診(新患)	米村	櫻井		東	東
	午後	検査	検査 手術	手術	検査	検査	
皮膚科	午前	1診	杉本	手術	杉本	杉本	杉本
		2診	大学医師		大学医師		
	・新患の受付は10:00まで 要紹介状						
歯科・口腔外科	午前	新患	松山	有川	新患(交替) 中橋 松山	有川	中橋
		再来	中橋	中橋	再来 有川	中橋	松山
		再来	有川	松山		顎関節外来 松山	有川
	午後	中橋	中橋	手術・ 歯周病 外来	中橋	手術・ 歯周病 外来	
		松山	顎関節外来 松山		松山		
有川	有川		有川				
・受付は10:00まで ・急患担当医師が変更になることがあります。 ・顎関節外来は火曜午後と木曜午前、予約診療のみ ・水曜日午前新患は交替制となります。							
脳神経外科	午前	1診	伊藤	伊藤	大学医師	伊藤	伊藤
		2診			第2、第4 伊藤		
・水曜2診は第2、第4水曜。予約のみ							
耳鼻咽喉科	午前			大学医師	大学医師		
形成外科	午前					小泉	
	午後					手術	
・4月は5日。予約診療のみ							

◎学会等のため担当医を変更する場合がございます。ご理解賜りますようお願いいたします。

※受付時間 午前 8:15~11:30
(内科は11:00まで)
(呼吸器センターは11:00まで 要紹介状)
(整形外科は11:00まで)
(皮膚科は10:00まで 要紹介状)
(口腔外科は10:00まで)
午後(診療のある科のみ) 13:00~14:00
診療科により受付時間が異なりますのでご注意ください。



松阪市民病院へのアクセス
三重交通バス 市内線(小野行き、藤の木行き、中央病院行き)にて市民病院前下車
市街地循環バス 「鈴の音バス」もご利用ください。
 JRならびに近鉄駅より徒歩約15分