

鈴の音 だより

松阪市民病院



2025年 8月
Vol.340

松阪市

職員が誇りを持って働き、地域の皆様が誇れる病院

編集・発行 松阪市民病院



秋 嶽

はしもと さい か
橋本 綵可 作
絵画を寄贈
いただきました

7月1日(火)、本市ゆかりの日本
画家・橋本綵可氏が描いた絵画を、
松阪市民病院に寄贈いただきました。

2階エレベーターホールで見えてい
たることができます。



雪山風景



田代池



滝



水芭蕉

看護roo! 就活合同説明会に参加してきました!

教育専従師長 折戸 亜季子



6月29日(日)大阪で開催されました「看護roo! 就活合同説明会」に当院看護部が初めて参加しました。今回、関西圏の就活説明会に参加したのは、当院の存在を知ってもらい、選択肢の一つとして考えてもらうことが目的でした。参加病院は36

施設、大阪市内の病院はもちろんのこと、北海道や沖縄、東京都内の大学病院も参加されていました。そのような都会の大規模病院が立ち並ぶ中、当院のブースには11名の看護学生さんが興味を持ち、足を運んでくれました。地域医療を支える当院の特色や看護の特徴、教育体制について直接看護学生さんに伝える貴重な機会となりました。今後もこのような機会に参加し、より多くの看護学生さんとの出会い、当院看護部の魅力を発信していきたいと思います。

がんサロンのご紹介

緩和ケア認定看護師 松井 智子

がんサロンはがん患者さんご家族を対象に、毎月第3水曜日に開催しています。

各回90分程度で、医療者からがんや療養に関する勉強会とおしゃべり会を行っています。6月のがんサロンでは「一緒に学ぼう!脱水・熱中症予防」をテーマに呼吸器内科の井上医師に脱水・熱中症の症状と予防方法、症状が出現した時の対処法について教えてもらいました。参加された皆さんはメモをとりながら熱心にお話を聞かれていました。講義後は、効果的に体を冷やす方法についての質問

がありました。

がんサロンは予約不要で参加費無料です。ご質問等はがん相談窓口までお問い合わせください。



第12回

キッズ★おしごと広場

中央診断室 森本 佳恵



6月22日(日)に、子どもたちがお仕事を体験できる「第12回キッズ★おしごと広場」が三重県立みえこどもの城で開催されました。当日は、午前・午後の部ともにチケットが5分で完売と大盛況で、40人以上の子どもたちが集まりました。女の子は、白やピンクのワンピースの白衣を着用し、ナースキャップを付け可愛く、また男の子は、ガウンタイプや紺色のスクラブタイプで格好良くきめて写真を撮ってもらいました。子どもたちは、保護者やボランティアの大学生の腕を借り、血圧測定や包帯を巻いたりし、看護師になりきっていました。手洗いチェックでは、ライトでチェッカー液が残っていないか興味津々にのぞき込んでいる子も

いました。施設の広場では、病院救急車(DMAT号)の展示もあり、救急車に興味のある子どもたちが集まり、運転席や後部に乗りポーズをきめて写真を撮っていました。今回の体験が、将来の医療従事者につながるきっかけになればと思いました。子どもたちに書いてもらったアンケートでは、「たのしかった」という声を沢山頂き、大変嬉しくスタッフの活力となりました。



レシピ紹介

＊ ＊ 鮭のマリネソース ＊ ＊

材料(2人分)

・鮭 2切
・塩 少々
・こしょう 少々
・小麦粉 小さじ5
・油 小さじ2

＊ ＊

マリネソース

・酢 小さじ2
・塩 少々
・レモン汁 大さじ1
・オリーブ油 大さじ1
・玉ねぎ 40g
・パプリカ 15g
・パセリ お好みで
・ミニトマト お好みで

作り方

- ① たまねぎ・パプリカをスライスする。パセリはみじん切り(乾燥パセリでもOK)、ミニトマトは半分に切る。
- ② ボールにオリーブオイルを入れ、酢・レモン汁を少しずつ加えながら、よくかき混ぜる。最後に塩で味を調整し、スライスした野菜を漬けておく。
- ③ 鮭に塩・こしょうで下味を付け、小麦粉をまぶす。
- ④ フライパンに油をひき、鮭を焼く。
- ⑤ 鮭を②に入れ、冷蔵庫で30分ほど漬ける。
- ⑥ 皿に盛り付け、最後にパセリをかけ、ミニトマトを盛り付ける。

夏バテ予防で
夏を元気に
過ごそう

＊

夏バテの原因

・暑さによる身体の疲れ ・脱水
・冷たいものの摂取による身体の冷え

症 状

・食欲不振 ・頭痛
・疲労感 などがあります

① 疲労回復効果のあるたんぱく質やビタミンを摂りましょう

暑い日にはそうめんやアイスクリームなど炭水化物を摂りがちですが、肉や魚、卵などのたんぱく質や豚肉、玄米、ごまなどのビタミンB1なども意識して摂りましょう。
※食欲が無いときは、食事にさっぱりと食べやすい酢の活用や食欲を刺激する香辛料を取り入れるのもおすすめです。

② 水分を摂りましょう

こまめに水分を摂りましょう。スポーツドリンクはミネラルの補給には効果的ですが、糖分が多いため摂り過ぎには注意しましょう。

＊



T h e お 仕 事



臨床工学技士

臨床工学技士は、医療機器の専門医療職です。病院内では、生命維持管理装置を操作することで、患者さんの命を守っています。また、様々な医療機器の保守・点検などの安全管理を行うのも重要な業務の一つです。今回は臨床工学技士が携わっているペースメーカーに関わる仕事を紹介したいと思います。

【ペースメーカー埋め込み業務】

埋め込み式ペースメーカーの手術は、本体を左右どちらかの鎖骨下に埋め込み、右心房、右心室にリードと呼ばれる電線を留置します。医師がリードを留置する際に、臨床工学技士がリードの閾値チェック、感度チェック、抵抗値チェック等をプログラマーを用いて行い、適切な位置にリードを留置できるよう、医師と連携しながら手術を進めていきます。



【ペースメーカー外来】

ペースメーカーを埋め込まれた患者さんを対象に、定期的に通院していただき、プログラマーを用いて検査していく外来です。検査内容は、バッテリー残量、リード線の状態、不整脈発生状況などの把握を行います。必要に応じてプログラムの設定変更を行います。

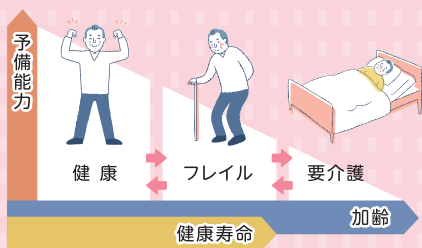
【ペースメーカーの安全管理】

ペースメーカー埋め込みをされた患者さんが、特殊な医療機器（電気メス・CT・MRI）を使用される場合、ペースメーカーが誤作動しないよう、ペースメーカーの設定を変更し、監視しています。



病院 知っ得 フレイルについて

老人看護専門看護師 積木 あき子



フレイルとは？

健康な状態と介護を要する状態（要介護状態）の中間の段階とされています。具体的には、加齢に伴って心身の機能が低下し生活機能障害や健康障害を起こしやすくなった状態のことを言います。

フレイルの簡単な評価方法（J-CHS基準）

- ☐ **体重減少** 半年で意図せず2kg以上減った
- ☐ **筋力低下** ペットボトルの蓋が開けられない
- ☐ **疲労感** ここ2週間、わけもなく疲れた感じがする
- ☐ **歩行速度** 横断歩道を青で渡り切れないことがある
- ☐ **身体活動** 軽い運動やスポーツを週に1度もしていない

あなたはいくつ当てはまりましたか？ 3つ以上で「フレイル」、1～2つで「フレイル予備軍」の可能性があります。大切なことは早めに気づき、予防をすることです。対策を行い、生活習慣を改善することで予防や回復が期待できます。

フレイルを予防する3つの柱

掃除や買い物などの日常生活での活動やウォーキングなどの有酸素運動を取り入れましょう

身体活動

栄養

たんぱく質の摂取とバランスの良い栄養、歯科受診や口腔体操など口の機能を維持しましょう

社会活動

家族や友人と関わる機会を増やすことや地域活動や趣味を通して社会とつながりましょう

なぜこの3つが大切なのでしょうか。

栄養が不足すると筋力が低下し、運動量も減ります。運動量が減ると食欲が低下し栄養が不足します。そうすると外出が煩わしくなり社会参加の機会が減り、フレイルが進行的することも少なくないです。何歳からでもフレイル予防や回復ができます。ご家族や友人と一緒に取り組みましょう。

看護師 復職 支援研修

受講費用 無 料

募集人数 各回5名程度

対 象 看護師の資格を有し、
現在離職中で
復職をお考えの方

あなたのペースで
一歩ずつ



開催日時・内容

- ① 令和7年10月16日(木) 採血・点滴・輸液ポンプの取り扱い
 - ② 令和7年10月24日(金) BLS(一次救命処置)
 - ③ 令和8年 2月13日(金) 採血・点滴・輸液ポンプの取り扱い
 - ④ 令和8年 2月20日(金) BLS(一次救命処置)
- ※時間はすべて9時30分～11時30分になります

募集期間

- ① ② 令和7年9月18日(木)～令和7年10月9日(木)
- ③ ④ 令和8年1月16日(金)～令和8年 2月6日(金)

託児所 無し

申し込み方法 下記のURLより

<https://www.city.matsusaka.mie.jp/ques/questionnaire.php?openid=70>

お問い合わせ

〒515-8544 松阪市殿町1550番地
松阪市民病院 看護師復職支援研修
担当 横山 谷口
TEL 0598-23-1515 FAX 0598-21-8751



令和7年8月分 | 松阪市民病院外来医師担当表

令和7年7月18日作成

内科		月	火	水	木	金
	一般内科(新患)	井上れみ	三重大 三輪啓志	新患 蓮見伊織	新患 松浦信太	三重大 田丸智巳
	糖尿病科			三重大 西濱康太		
	特殊外来(午後) (13:00~15:00)	腎内 石川英二		▲6.20,27日 血液 三重大 山口素子		

(注)一般内科受付は11:00まで (注)水曜日午前2診(糖尿)は予約診療のみ。

▲(注)水曜日午後1診(血液)は第1,3,4予約診療のみ。

※変更がある場合がありますのでご確認ください。

消化器・内視鏡治療センター		月	火	水	木	金
	一般外科(新患)	横井 一	伊佐地秀司	春木祐司	中橋央棋	藤永和寿
	一般外科(再来)			中橋央棋	春木祐司	
	乳腺外来(午後) (13:30~)		▲12.26日 ■今井奈央			
	消化器内科(新患)	川村 聡	西脇 亮	藤部幸大	■吉元琢真	河内瑞季
	消化器内科 (再来)	西脇 亮			■	
	特殊外来(5診) 午後(13:30~16:30)		■再診 ■吉元琢真	黒田 誠	藤部幸大	
			肝臓 清水敦哉			

(注)一般外科受付は11:00まで (注)乳腺外来は予約診療のみ。

火曜日特殊外来(5診)は予約診療のみ。

▲(注)火曜日午後乳腺外来は第2,4予約診療のみ。

呼吸器センター		月	火	水	木	金
	1 診	再診 田口 修	新患 中西健太郎	再診 田口 修	再診 井上れみ	再診 田口 修
	3 診	畑地 治	畑地 治		畑地 治	畑地 治
	2 診 (補助診)		再診 江角征哉	新患 ▲13.20日 坂口 直 ▲6.27日 江角真輝		
	4 診 (再来)	睡眠外来 鈴木勇太	鈴木勇太	伊藤健太郎	新患 鈴木勇太	新患 藤浦悠希
	5 診	新患 江角征哉	西井洋一	再診 藤浦悠希	再診 中西健太郎	再診 坂口 直
	呼吸器内科 内科3診 (新患・再来)	手術	高尾仁二	手術	高尾仁二	手術
	■内科2診		加納 收		中村 文	

(注)新患の受付は11:00まで

▲8月水曜2診は第2,3は坂口医師、第1,4は江角真輝医師となります。

循環器内科		月	火	水	木	金
	1 診	泉 大介	飯尾滉太郎	市川和秀	泉 大介	市川和秀
	2 診					
	午後	検査	検査	検査	検査	検査

心臓血管科		月	火	水	木	金
	午 前				水元 亨	

■(注)2週目木曜日のみ整形外科2診

整形外科		月	火	水	木	金
	1 診	池村重人	大学医師	池村重人	▲7.21日 池村重人 ▲14.28日 山田淳一	池村重人
	2 診			■大学医師		▲8.22日 ■大学医師
	3 診	近藤瞭太郎	近藤瞭太郎	脊椎外来 山田淳一		山田淳一
	手術	手術	手術		手術	
	午後	手術	手術		手術	

(注)新患、予約のない方の受付は11:00まで。 (注)木曜1診の受付10:00まで。

▲8月木曜1診は第1,3池村医師、第2,4は山田医師となります。

リハビリ科		月	火	水	木	金
	午 前				舘 靖彦	

(注)完全予約制

泌尿器科		月	火	水	木	金
	1 診				再来 米村重則	泌尿器科医師
	2 診	新患 米村重則	新患 櫻井正樹	新患 櫻井正樹	新患 櫻井正樹	
	午後	検査	手術	手術	検査	検査

眼科		月	火	水	木	金
	1 診	橋本裕司	橋本裕司	再来 田中弥生	橋本裕司 再来 田中弥生	橋本裕司
	2 診	高嘉祐布子	高嘉祐布子	高嘉祐布子	代務医師	高嘉祐布子
	1 診	橋本裕司	橋本裕司			
	2 診	高嘉祐布子	高嘉祐布子			
	午後	検査	検査	手術	検査	手術

★(注)午後の診察は月曜日・火曜日の13:30~14:00。

形成外科		月	火	水	木	金
	午 前					▲1.15日 小泉正樹
	午後					手術

▲(注)8月は第1,3金曜。予約診療のみ。

皮膚科		月	火	水	木	金
	1 診	杉本恭子	手術	杉本恭子	杉本恭子	杉本恭子
	2 診	大学医師		大学医師		

(注)新患の受付は10:00まで。要紹介状。予約診療のみ。

歯科・口腔外科		月	火	水	木	金
	初 診	松山博道	交替	交替	仲村秀明	中橋一裕
	予 約	中橋一裕	交替	手術	▲14.28日 中橋一裕	松山博道 (予約のみ)
	予 約	仲村秀明			▲7.21日 松山博道	仲村秀明
	午後	中橋一裕	中橋一裕	手術・ 歯周病 外来	▲14.28日 中橋一裕 ▲7.21日 松山博道	手術・ 歯周病 外来
		松山博道 (予約のみ)	松山博道 (予約のみ)		仲村秀明	
		仲村秀明				

(注)受付は10:00まで (注)顎関節外来は予約診療のみ。

(注)火曜午前初診・予約は中橋医師と松山医師の交替制となります。

(注)急遽担当医師が変更になることがあります。

▲(注)8月木曜診察は中橋医師14.28日、松山医師7.21日。

脳神経外科		月	火	水	木	金
	1 診			三重大 当麻直樹		
	2 診					

(注)受付は11:00まで

耳鼻咽喉科		月	火	水	木	金
	午 前	大学医師		大学医師	大学医師	

受付時間 科により異なります。

午 前 8:15~11:30 午 後 (診察のある科のみ) 13:00~14:00

変更箇所 ★:今月より変更 ●:月途中より変更 ■:先月より変更 ▲:今月のみ

松阪市民病院

〒515-8544 三重県松阪市殿町1550番地 TEL 0598-23-1515(代表)