

理念

・地域に貢献する病院

基本方針

- ・地域に根ざしたトータル医療の提供
- ・生活習慣病や高齢化社会に対応した医療の提供
- ・予防医療の推進
- ・プライマリケアの実現
- ・ゆとりある空間の提供
- ・明るかで明るい職場づくり



平安神宮 応天門（京都市左京区） 撮影：霜鳥 孝 院長



人生の楽しみ方

院長 霜鳥 孝

明けましておめでとうございます。

平成20年、2008年の始まりです。本年の干支は「子」ねずみです。詳しくは「戊子、つちのえね、ぼし」と読み、子孫繁栄の縁起話と、行動力と財の特徴を表すと言われています。本年は皆様にとって幸せな良い年でありますよう期待します。

昨年は、食品業界に大きな不祥事がおこりました。老舗料亭や有名食品会社で、賞味期限の改ざんや産地偽装などがあいついで行われました。食品に携わる人々の基本的姿勢として、あまりにもお粗末な事でした。

これは、グルメブームの名のもとにおける、飽食、過食時代の弊害とも考えられ、反省すべき点が多くあります。もっと食に対して関心を持ち、正しい食生活を目指しましょう。

食事の大切さについては、古くは1713年（正徳3年、7代将軍徳川家継の時代）に上梓された、貝原益軒の養生訓の中に記されています。この本の中には「人生の楽しみ方」が書かれており、食事の量は、適度にして大食をしない。胃腸に負担をかけるものを食べないことなどが明記されています。

本年度より、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）対策の、特定健診・特定保健指導が義務化されます。食事や運動など生活習慣の改善を行い楽しい1年を送りましょう。

新たな気概



事務局長 小林 満

明けましておめでとうございます。

昨年のお正月は暖かく暖冬となりましたが、今年ほどのような気候になるか気掛かりとなります。勿論昨年のような穏やかな正月を個人的には望むのですが、新潟の本来の天候からすると昨年はむしろ異常で、地球温暖化の影響ではないかと素直に喜ばれません。北極海、氷河の氷の減少、バン格拉デシユでの巨大サイクロンの上陸等、明らかに温暖化ガス排出増による影響と思わざるを得ません。中国、インド等経済発展の著しい地域からの排出増に対応するのは勿論、地球号に乗っている一人一人の自覚を根本的に変えないと、そう遠くない将来に大きな禍根を残すことになるのではないのでしょうか。人間は往々にして身の回りに掛かる細々とした事には取り組むが、地球温暖化のようなあまりにかけ離れている事象には、漠然とした危機意識は持つものの、他の誰かがやってくれるだろうと真剣にならないのが常ではないでしょうか。来年の洞爺湖サミットでは、温暖化問題が大きなテーマとして取り上げられるとのことですが、どこかで「大国の偉い人が対処してくれていくから大丈夫」として、真剣身を持たないものです。その意識を変えていかなければなりません。変革の大きな源は個々の共存意識の向上と、譲りあい等に見られる互恵精神の強化ではないでしょうか。そのような気概で新たな年を迎えたいと思います。

臨港病院も地域の皆様との共存、互恵を図り、職員一同診療面の更なる充実と、患者様へのサービス向上を目指してまいりますので、何卒よろしくお願いいたします。

新年を迎えて



看護部長 田中 里子

明けましておめでとうございます。

元旦から二日にかけての初夢には、一富士二鷹三茄子（なすび）の語にもあるように、これらを夢で見ると縁起がよいと言われていますが、もともとは駿河の国（現在の静岡県）の諺で駿河の名物ともいわれていたようです。

夢では一富士と言われている富士山は眺めても美しい山ですが、登って見るともつと素晴らしさがわかります。登山の経験はほとんどないのですが、この時は見渡す限りあたり一面の雲の上から、ゆっくり光り輝き現れたご来光に自然に手が合わさるほどの感動でした。彼此15年以上前になりますが、今でも富士山には愛着を感じます。

さて、昨年は美しい国づくりも困難な社会情勢となり、県内では平成16年に続く二度目の新潟県中越沖地震に大きな衝撃を受けました。そのような中でも全国から多くの支援や救護活動又ボランティアの方々の活動がありました。

地震が発生して4ヶ月が経過した頃、被災地の方が、「人の温かさや、人と人の絆を感じました」と話されているのをテレビで拝見したのですが、苦難を乗り越え、復興に向けて頑張っているのをテレビで拝見するの、何かを失ったたり苦難に直面した時に、一番大切で必要なものが人の温かい心であったり、又生きていくことの尊さを改めて教えられたように思います。暗いニュースも多かった中で、こうした人間の繋がりが、又スポーツ界や職人技などで若人が頑張っている姿に、エネルギーな勢いも感じております。

私達職員も医療界の厳しい時代の波に負けないような底力をつけて頑張っていきたいと思えます。

更に、今年も皆様と共に歩む地域の病院として邁進して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

いぼ痔を切りぎって治しましよ

外科・肛門科 部長 小林 孝

痔というのは大変にポピュラーな病気です。便の通り道である肛門のいろいろな疾患を総称する名前です。日本人の3人に一人は痔主といわれています。痔の三大疾患としては、痔核（いぼ痔）、裂肛（切れ痔）、そして膿がたまる痔瘻（あな痔）があげられます。この中で最も多いのが男女ともに痔核です。痔核は正常時は肛門を閉じるのに役立つている肛門の粘膜下部分に異常に大きくなったものです。肛門と直腸の境目である歯状線より内側にできたものを内痔核、外側にできたものを外痔核といいます。内痔核は通常痛みがないため、出血や痔核が肛門から脱出する事で気づくことが多いのです。痔核の進行度は、まず出血、ついで排便時に脱出するが自然に戻る、さらに進行すると脱出して戻すのに手を用いる、最後には戻せない状態になります。痔は一種の生活習慣病で、便通異常の便秘や下痢が何よりも大敵です。それと誤った排便習慣にも注

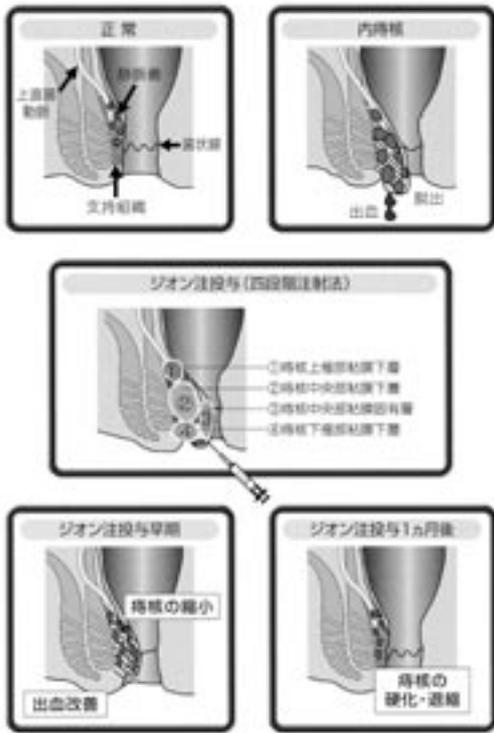
意が必要です。痔核の治療は薬による保存的治療が主体ですが、脱出がひどい場合は手術を検討します。痔核の手術療法として最も一般的なものは、結紮切除術です。これは、痔核に流入する動脈を糸で縛って血流を遮断し、痔核を切除する方法です。ほぼ完成された標準術式で、術後の痛みや出血といった合併症は少ないもののゼ口ではありません。そこで他の手術療法も模索されていますが、まだ一般的治療にはなっていません。〈切らずに治す〉そんな治療法が、患者だけでなく医師からも待ち望まれていました。新しい注射療法ALT療法（四段階注射法）は、痔核に薬剤を注入することにより痔核を硬化、退縮させ、痔核を切らずに脱出と出血を治してしまふ治療法です。この治療法のメリットは①処置後の痛みがほとんど無い②入院期間が短い③安全性が高い④費用が安いという点です。ただし合併症はゼ口ではありませんし、内痔核には対

応できませんが、外痔核はやはり切除しかありません。また現在この治療法は、決められた講習会を受けて技術を習得した医師しか施行できません。しかしながら、今後間違いなくALT療法は内痔核治療の主流になっていくと考えられます。

肛門が変だと感じたらすぐに肛門科を受診しましょう。特に肛門から

の出血の多くは痔によるものです。がんなどの場合もありますから自己診断に頼らず専門医に相談すべきです。

そして治療法を選ぶのは患者さん自身で、患者さんが主役です。分からないことや不安なことがあれば医師によく相談し、お互いに良く納得した治療をいたしましょう。



四段階注射法と治療効果

年男 年女

今年の抱負



事務部 T

お金は貯まりませんがコレステロールが貯まってきて大変！今年はガン仕事と脂肪を燃焼して頑張ります。素敵な老後に備えて寝前にストレッチに励みます。

事務部 Y

今年は自分磨きに挑戦しようと思っています。徐々に軟化しつつある脳に刺激を与え、少しでも活性化させるため、外国語を勉強し海外留学します。(2泊3日ですけど…)

看護部 Y

毎日あっという間に時間が過ぎ、いつの間にか〇回目の年女になりました。具体的な抱負ではありませんが、時間をムダにすることなく、1日1日を大切に過ごしたいと思います。

事務部 Y

私の趣味は釣りで、ひとつの夢があります。それは、日本全国の有名な釣り場所を釣り渡ることです。小さな夢かも知れないけれど、今年こそは実現させたいと思います。

医療技術部 K

今年は健康に留意し、充実した一年を遅れるようにしたいです。

医療技術部 T

体調を崩すことなく充実した1年を過ごしたいです。

医療技術部 K

今年は、とにかく体を動かそうと思います。昨年は体力の無さと運動不足を実感したので、まずはボウリングなど楽しめるスポーツからチャレンジ!!

看護部 T

今年は仕事とプライベートの両立を目指していきたいです。プライベートを充実させて、仕事への活力にしていきたい。

看護部 K

愛する子供のために一日一日を生き続ける事が生涯の目標です。

看護部 S

我家はネズミ年が3人いる。昔から一家にネズミが3人いるとお金が貯まるという。我家はさっぱりだ。30年余り買い続ける宝くじ。今年はいよいよとして…もしかして…あたってくれー。

看護部 M

願いは何といっても心身共に健康で過ごせますように…ということです。今年はちょっと長～めの休みをいただいて、温泉旅行に行きたいなあ～！師長さん、お願いします!!

看護部 Y

2008年、小さな小さな命が誕生して、ママになる年。なので、大事な赤ちゃん守れるように強くなるぞ!!

看護部 E

新年にあたり、今年も笑顔で仕事ができる様掛け、春には健康を考え、暫く休んでいたウォーキングを始めたいと思っています。

看護部 T

今年こそ“寿”退職目標にがんばります。あとは、ねずみのようにチョコチョコと日々を送りたいです。

事務部 A

今年は昨年よりも余裕をもって緊張感も忘れずに仕事に取り組んでいきたいです。普段外に出ることが少ないので、自然・緑・マイナスイオンのある所に行きたいです。

社会医療事業部 T

今年欲しいモノ。液晶テレビ。食洗器。家族の(更なる)愛情。…そして前回の子年の頃の体型。12年かけて蓄積した余計なものを、12年かけずに減らしたいです。

看護部 T

今年は入社して2年目になるので、新しく入ってくる新人看護師さんに教えられる看護師になりたいです。

市民公開講座

「危険ないびきについて」開催

去る12月8日、当院多目的ホールを会場に市民公開講座を開催し、市内各地より57名のご参加をいただきました。

当日は「危険ないびきについて」と題し、ニュース等で度々話題となる「睡眠時無呼吸症候群」について、当院内科坂井医師がわかりやすくお話をされました。



当院では「地域に貢献する病院」として、引き続きこのような取り組みを通じ、地域住民の皆さまの健康づくりのお役に立ちたいと考えております。
(担当：医療相談室)

人命救助で感謝状

寺田副院長へ

この度、新潟市消防局より、寺田副院長へ感謝状が送られました。

これは、昨年9月に新潟市内で発生した海難事故での救助活動に対するものです。



寺田副院長

健康コラム 4



お正月で疲れた胃や肝臓にやさしい「みぞれ鍋」

医療技術部 栄養科

寒い冬にぴったりの鍋料理をご紹介します。大根に含まれる酵素は、食べ物の消化を促進し、胃もたれ、二日酔いなどの症状に効果的です。また、辛味成分や豊富に含まれるビタミンCは風邪予防にも効果があります。

お正月、おせち料理に飽きてしまったり、お酒を飲む機会が多いこの時期におすすめの料理です。



1人分
340kcal
塩分2.8g

材 料 (4人分)

牡蠣……………200g
鶏ひき肉……………300g
卵……………1/2個
ねぎ……………1/3本
生姜……………1片
塩……………少々

大根……………1/2本
白菜……………1/4株
人参……………1/2本
ねぎ……………2本
水菜……………1束
しいたけ……………4~8枚
えのき……………1パック

だし昆布…10cm角
酒……………100ml
水……………5カップ
醤油……………大1~2
塩……………小1/2~1
切り餅……………4切

作 り 方

1. 牡蠣は大根おろし(分量外)で洗う。
2. 鶏ひき肉と卵、みじん切りにしたねぎ、おろした生姜をよく混ぜ団子を作る。
3. 野菜は適当な大きさに切り、大根はすりおろす。
4. 土鍋に水、だし昆布、酒を煮立たせ、しょうゆと塩で味付けする。
5. 牡蠣、鶏団子を入れ、火が通ってきたら野菜類を入れ、最後に大根おろしを加える。



当院は(財)日本医療機能評価機構の
医療機能評価認定病院です

新潟臨港病院 診療案内

平成20年1月現在

診療科	時間帯	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土	第5土	
内科 ()は専門外来	午前	8:30~11:30	—	—	—	—	—	霜鳥※	—	—	
			藤田	藤田	藤田	藤田	—	—	—	—	—
			風間	鈴木(裕)	上原	上原	鈴木(裕)	上原	大学医師	鈴木(裕)	—
			大澤※	大澤※	小柳※	小柳※	小柳※	大澤※	—	大澤※	—
			大学医師	坂井	大学医師	坂井	大学医師	大学医師(睡眠時無呼吸症候群(SAS)外来)	—	—	—
			寺田	寺田	霜鳥※	寺田	寺田	寺田	寺田	霜鳥※	—
	岡田	—	—	岡田	—	—	星野	星野	—		
	—	—	中俣	—	—	—	—	—	—	—	
	※霜鳥医師・小柳医師・大澤医師の診察は9:30から										
	午後※	予約制	—	—	—	風間	岡田	—	—	—	—
小柳			小柳※	大澤	—	—	—	—	—	—	
—			—	—	—	—	—	—	—	—	
霜鳥			寺田	—	寺田	—	—	—	—	—	
※午後(月~金)の診療時間は13:30~16:00 ※火曜(小柳医師)は隔週 ※金曜(坂井医師)は睡眠時無呼吸症候群(SAS)外来											
夕方※	15:30~16:30	寺田	—	坂井/霜鳥	—	大澤/小柳	—	—	—	—	
※夕方(月・水・金)の診療時間は16:00~											
外科・肛門科	午前	8:30~11:30	小林	渡邊	畠山	小林	畠山	渡邊	畠山	渡邊	
			飯合※1	小林※2	大学医師※2	渡邊※3	渡邊※3	—	—	—	
※1の診察は10:00から ※2の診察は11:00から ※3の診察は10:30から											
整形外科	午前	8:30~11:30	鈴木(順) 湊	外山 湊	鈴木(順) 外山	鈴木(順) 湊	鈴木(順) 外山	鈴木(順)※ 湊※	外山※	外山※	
※土曜日診療医師は交代											
眼科	午前	8:30~11:30	大学医師	—	大学医師	大学医師	大学医師	—	—	—	
産婦人科	午前	8:30~11:30	西山	西山	西山	西山	西山	西山	西山	西山	
	午後※	13:00~16:30	—	西山	西山	西山	—	—	—	—	
※午後(火~木)の診療時間は14:00~16:30											
皮膚科	午前	8:30~11:30	—	坂本	坂本	—	坂本	—	—	—	
脳外科	午前	8:30~11:00	—	—	—	—	大学医師	—	—	—	
歯科口腔外科	午前	8:30~11:30	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	
	午後※	13:00~16:30	岡野	岡野	大学医師	岡野	*岡野	—	—	—	
※午後の診療時間は14:00~16:30 *第4金曜日午後休診											
泌尿器科	午前	8:30~11:30	—	大学医師	—	大学医師	—	—	—	—	
耳鼻咽喉科	午前	8:30~11:00	—	—	—	—	—	大学医師	大学医師	大学医師	
	午後※	13:00~16:00	—	—	大学医師	—	大学医師	—	—	—	
※午後(水・金)の診療時間は13:30~16:00											

・当日受付で2科受診される方は10:30までに受付においでください。

~当院の外来休診日~ ・第1・3土曜日 ・日曜、祝祭日 ・土曜の午後 ・年末年始(12/30~1/3) ・創立記念日の午後(5月22日) ・8月13日

新潟臨港病院 広報誌 みなと No.12

■発行：平成20年(2008年)1月4日
 ■編集：新潟臨港病院 広報委員会
 〒950-0051 新潟市東区桃山町1丁目114番地3
 TEL 025-274-5331(代) FAX 025-274-4560
 URL <http://www.rinko-hp.com>

ご意見・ご感想など大募集!

当広報誌では、読者の皆様からのご意見やご感想をお待ちしております。
 お気軽に広報委員会までお寄せ下さい。

新年おめでとうございます。
 早いもので、私が編集後記を書く
 ようになって3年が経とうとしています。
 ます。先般、出張先で私が広報誌を
 担当していることをお話しすると、
 「編集後記、読んでますよ」と言っ
 て下さった方がおられました。こん
 な小さなコラムにまで目を通してく
 ださる方がいることに、編集担当と
 して身の引き締まる想いです。今年
 も頑張ります！
 では、次号(4月25日発行予定)
 で、またお会いしましょう(S)

編集後記