



Niigata Rinko Hospital

No 24

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
- ・朗らかで明るい職場づくり

<http://www.rinko-hp.com>



賀茂御祖神社[下鴨神社]楼門(京都市左京区) 撮影:霜鳥 孝 院長



辛卯 かのとし

院長 霜鳥 孝

明けましておめでとうございます。

平成23年、2011年の始まりです。新たな気持ちで新年をお迎えるのと思っています。

新しい年の始めの初春の 今日降る雪の いや重け吉事
大伴家持 万葉集

新しい年の始めの、初春の今日降る雪のように、良いことが積み重なりますようにという願いです。奈良時代では正月の大雪は、豊作の瑞兆とされていたそうです。しかし、昨年のような大雪では困りもので、ほどほどの量であってほしいものです。

去年は、平城宮遷都1300年で、大きな賑わいを見ました。当時は仏教が盛んとなり、病氣平癒や豊かな生活を願う多くの寺院や仏像が造られ、それが現在にも残っています。

そのうちのひとつに薬師如来を本尊とする薬師寺があげられ、境内に会津八一の歌碑があります。

するえんの あまつ をとめ が ころもでの

ひまにも すめる あきの そら かな

薬師如来の深い慈悲と天女の優しさが偲ばれます。

寺院の建立や仏像作製の役目は病院の使命と共通するものがあると実感しています。

本年は新築移転より7年になります。地域に貢献する病院を理念とし、地域の方々に安心出来る医療を提供してゆきます。

今年の干支は「卯」「辛卯」(かのとし)で、草木が地面を覆う様子を意味します。また、兎の穏やかな様子から家内安全、跳躍する姿から飛躍を表します。古来、兎は子孫繁栄や豊作をもたらしてくれるめでたい動物とされ、神の使いとして尊ばれてきました。今年も、良いことが沢山ありますように。

皆様にとって良い年でありますように。



栄養科

寒い冬にぴったり 魚介の旨みたっぷり ブイヤベース



体が冷えやすい冬は、血行が悪くなり、肩こりや腰痛が起りやすくなります。
玉ねぎには体を温め血行を促し、筋肉の働きをスムーズにする効果があります。特にスープにすると加熱で溶け出したエキスも効率よくとれます。サフランには痛みを和らげる働きがあり、婦人病にも効果があるといわれています。

鉄分の多いあさはり、ビタミンCを多く含むブロッコリーなどの緑黄色野菜と一緒にすることで吸収が高まり、貧血予防に効果があります。寒い冬にぴったりのスープです。

1人分
190kcal
塩分 2.0g

材料4人分

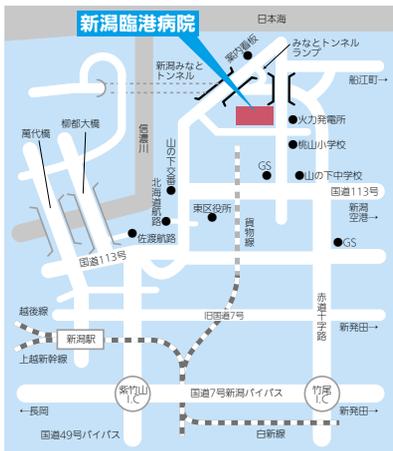
- ・たら切身……………4切
- ・エビ……………12尾
- ・アサリ……………200g
- ・たまねぎ……………1個
- ・じゃがいも……………2個
- ・ブロッコリー……………150g
- ・にんにく……………1片
- ・たかの爪……………1本
- ・オリーブ油……………大さじ1
- ・白ワイン……………100cc
- ・トマト水煮缶……………300g
- ・固形スープの素……………1個
- ・塩、こしょう……………少々
- 〔サフラン……………1つまみ
水……………500cc〕

作り方

1. たらは2〜3つに切る。あさはりは塩水に漬け、砂をはかしておく。えびは殻をむき、背わたを取っておく。
2. にんにくとたまねぎはみじん切りにする。たかの爪は輪切りにする。じゃがいもは皮をむき、食べやすい大きさに切る。ブロッコリーは軽くゆでておく。サフランは、2カップの水につけておく。
3. 鍋にオリーブ油、ニンニク、種を除いたたかの爪を入れて火にかける。香りがしてきたら、玉ねぎを加えてしんなりするまで炒める。
4. 3にあさを加えて軽く炒め、白ワインを入れる。口が開いたら、トマトの水煮缶をつぶしながら入れる。じゃがいもを加え、サフラン水、固形スープの素を入れ煮る。たらとエビを入れ、あくを取りながらさらに煮込む。塩、こしょうで味を整え、ブロッコリーを入れる。

◎たらを他の白身魚に替えたり、イカを入れてもおいしくできます。
エビは硬くなりやすく、白身魚は崩れやすいので、最後に入れるのがポイントです。

アクセス



■バスご利用の場合(いずれも臨港病院前下車)

- ◎新潟駅より(新潟交通13系統/13A系統)
山の下・臨港2経由 北葉町行き/(循環)新潟駅行き
- ◎市役所前より(新潟交通4系統/4A系統)
沼垂・臨港2経由 山の下(末広橋)行き/(循環)市役所前行き
(市役所前からは5系統のバスも利用できます。※乗り場注意)
- ◎がんセンターより(新潟交通5系統)
古町・入船(営)・みなとトンネル経由 臨港病院行き
- ◎石山出張所より(東区区バス)
松崎ルート(石山〜大形本町1〜浜谷町〜東区役所) 東区役所行き

■自動車ご利用の場合

- ◎国道7号新潟バイパス 竹尾I.Cより 約5km、紫竹山I.Cより 約6km
- ◎みなとトンネル(入船側)からは、ランプ出口(北海道航路方面)で出て下さい。
(その後案内看板あり)

■病院無料送迎車/※当院休診日は運休

- 【当院周辺循環】(臨港病院発〜山の下〜国道113号〜桃山町〜臨港病院着)
【運行時間】8:30〜13:30(約15分おき)
【駐車場】①調剤薬局前 ②山の下(大阪屋様前) ③末広橋(東区役所向かい国道上)
④北葉町(新発田信金様前) ⑤秋葉通(割烹内田様前) ⑥桃山町(秋葉郵便局前)

【佐渡汽船発】(※汽船到着が遅れる場合は接続しません)

- 【汽船接続】○両津 5:30発の場合 → 新潟 8:00着 → 送迎車 8:10発 → 臨港病院 8:25着
- 両津 6:30発の場合 → 新潟 8:50着 → 送迎車 9:00発 → 臨港病院 9:15着
- 【乗車場所】ターミナル裏手(航送車待機場側)佐渡汽船事務所入口付近

年頭にあたって



副院長 湊 泉

新年あけましておめでとございます。

昨年はうれしいことがいろいろありました。6月にはサッカーワールドカップで日本がベスト16に残り、10月には小惑星探査衛星はやぶさが帰還し、11月にはチリで地下数百mに閉じ込められた抗夫が救出されました。サッカーは大会前の下馬評が低く、はやぶさは7年ぶりに数々の困難を乗り越えての帰還、鉱山では生存が絶望視されていた中での救出という、難しい状況から達成できたときほどうれしさはまた格別なものです。

臨港病院では手術の安全性を高めるという点で大きな進展がありました。麻酔医が赴任されたことです。麻酔は手術を安全に行うためには欠かせないものです。全国的に麻酔医不足が言われている中で、赴任していただいたことは非常にありがたいことです。今後は急患にも対応できるようになり、一層手術の安全が図れると期待しています。

また昨年は、病院機能評価を再受審し、再認定を受けることができました。病院機能評価とは、全国レベルの質の高い医療を提供しているかを第三者に評価していただくことです。初めて受けた5年前は病院新築直後でもあり大変苦労したことを覚えています。今回はその経験をもとに、1年前から準備をしてきましたが、改善すべき問題が少なからず判明し、それを改善するために職員同士で話し合いを重ねた結果が、再認定につながったと思います。

今年も良い医療を提供できるように、病院機能の充実を図って参りますが、皆様のご支援、ご協力をお願いいたします。

TOPICS トピックス

病院機能評価更新認定決定！

病院機能評価準備委員会 委員 石田 正人

昨年7月5日～7日の3日間病院機能評価を再受審し、更新認定されました。

まず受審にあたり計250ページに及ぶ書類を作成し、財団法人日本医療機能評価機構へ提出しました。また受審までの間病院職員は、マニュアルの整理など入念な準備をして、訪問審査に備えました。

訪問審査当日はサーベイヤー（評価者）4名がマニュアルや記録をチェック、その後部署訪問し実際の業務内容を確認しました。訪問審査を終え約1ヶ月半後「中間的な結果報告」が届き評価点数の低い項目に対し「補足的な審査」の依頼をし、合わせて点数の低かった内容の改善事項を文書にして提出。11月5日付けで更新認定が決定しました。受審の為に出席した「受審病院説明会」から約1年を要し認定を貰いました。

この認定により、少なくとも一定レベル以上の医療の質を提供できていることが明らかになり、職員の自信につながったのではないかと思います。

この結果に奢る事無く、さらに良い病院となるよう今後も努力していきたいと考えております。



骨粗鬆症と大腿骨頸部骨折

整形外科医師 倉石達也

骨粗鬆症は780〜1,100万人の方が罹患しているとも言われ、大変多い病気です。骨粗鬆症はなぜ、大きな問題なのでしょうか？それは日本が高齢者社会であり、高齢者の自立を喪失させる重大な疾患が骨粗鬆症、骨粗鬆症による骨折(中でも大腿骨頸部骨折)だからです。もちろん寝たきりは望みませんし、健康で自立した生活を送ることを本人、家族、社会も望んでいます。しかし、大腿骨頸部骨折になりますと手術を行い早期にリハビリテーションを行います。約20%前後が寝たきりになると言われています。また寝たきりにならなくても程度の差こそあれ歩行能力の低下や日常生活動作が困難となる可能性は避けられ

ません。日本整形外科学会による

ガイドラインでは大腿骨頸部骨折の将来発生数の予測が示されています。それによれば、2000年には約11万人、2010年には約17万人、2020年には約22万人、2030年には約26万人、2043年には約27万人と、今後患者数が急増することが予測されます。骨粗鬆症を早期発見し、将来の骨折防止のための治療を行い、患者さんの生活の維持・向上を図ることが大切です。

【骨粗鬆症の診断】

骨密度検査、または腰椎(背骨)のレントゲンにより診断します。血液検査と尿検査を行い、別の原因がないかを確認します。

【骨粗鬆症の治療】

治療としては栄養、運動療法が基本です。必要に応じて薬物療法を行います。カルシウム所要量は1日600mgとされていますが、日本では不足がちです。また腸でのカルシウム吸収を高めるのに活躍するのがビタミンDです。ビタミンDは食品に含まれているほか、日光にあたることによって皮膚でもつくられます。ですから骨粗鬆症を防ぐためには適度な日光浴も必要です。高齢者、特に施設入居されている方はカルシウム不足、ビタミンDが不足がちです。

また若い女性でも数回にわたる不適切なダイエットや極端な偏食で不足している例では栄養不足になります。吸収されたカルシウムは、

骨に刺激を与えることで骨に取り

込まれやすくなります。刺激を与えるのはなんといても運動。運動については歩行が奨められます。自分で手軽にでき、運動量も自在に調整できます。歩行習慣が大腿骨頸部骨折発生率を低減するとの報告もあります。

【骨折の予防】

転倒は骨折発生原因の90%以上を占め、転倒を防止すれば骨折を防ぐことが可能です。転倒予防は骨折防止の一つといえるでしょう。高齢者では骨が脆く、ちょっとしたつまづきで骨折します。家の中を整理整頓し、階段など足元を明るくしておきましょう。



今年の抱負

医療技術部 H

今年は12年に一度の飛躍、はりきりジャンプの年！途中で昼寝しないよう、一年間走り続けたいと思います。めざせゴールテープ!!

診療部 A

今年は是非とも一生続けていけるような趣味を探していきたいと思っています。世の中も自分自身の周りも変化の大きい状況ですが、それに十分対応できるような力もつけていきたいと考えていますが……。

看護部 A

今年は気持ちに余裕を持ち、仕事をがんばるとともに、プライベートも充実できるようにしたいです。

診療部 S

「今年の抱負を考えよう」と意気込んだのですが、年女といっても特に何もないことに気づきました。今年も例年と変わりなく過ぎていくことでしょう。



2011

看護部 E

今年は、まだ実施したことがない処置や検査などを積極的に行い、知識を身につけていきたいです。プライベートでは、色々な地域へ旅行に行き、リフレッシュして充実した一年にしたいと思います。

看護部 Y

昨年は仕事仕事であまり余裕をもてていなかったため、今年は仕事もきちんとこなしながら余裕をもてる年にしたいです。また、貯金もちゃんとしたいです。プライベートでは旅行など色々な所に行って充実した年にしたい。

看護部 R

今年こそは、今年こそは…ダイエットに成功することが抱負です。痩せて美しい女性になるぞー!!

地域医療部 E

12年に一度の年女を迎えました。今年も多くの方との出会いを大切に、公私ともに充実した1年となるよう努めていきます。どうぞよろしくお祈りします。

看護部 T

新年にあたり、今年は緊張感と行動力を持って仕事に取り組んでいきたいです。3才になる孫娘の成長を励みに充実した年になるよう心身共に心掛けたいです。

看護部 H

今年は…1つ、健康のため夜ふかしせず早く寝る。2つ、栄養のバランスを考えて料理を作る。3つ、筋トレをサボらない。4つ、部屋は3日に一度はそーじする。これが出来たら、きっとステキダンシ!

看護部 N

今年は年女なのでいつもと違う一年にしたいと思います。年々動きの悪くなる身体にムチを打ち公私共にフットワーク軽く色々な事にチャレンジし新しい自分を発見できるよう頑張ります!!

看護部 T

今年はおうさぎ年。私の生まれた年です。今年で2*年、看護師になって☆年が経ちます。人として看護師としてこれからも日々成長したいと思います。プライベートも充実した年になりますように…。

医療技術部 I

今年は節目の満60歳、定年退職を元気に迎えたいと改めて思った次第です。「うさぎ歳、跳んで跳ねて飛躍の年に」と、こんな感じでキビキビ動き、テキパキ仕事をこなし、無理をせず、まだまだ頑張りたいと思います。

医療技術部 A

今年の抱負?さてさて何にしようかな…。そう、今年にはエコスタで開催されるプロ野球をすべて観戦すること、昨年末から続いている禁煙を、様々な誘惑に負けず継続することにします。

看護部 T

「プゥプゥ疲れることはしたくない、ガァガァほくも面倒くさい、チューチュー遊んでいるほうが楽しいや」とある絵本のセリフです。結局この三匹はごほうびをもらえませんでした。教訓とします。

看護部 K

2010年は私にとって激動の年でした。社会人となり看護師という仕事を始め、毎日が精一杯でした。今年も仕事に一生懸命に、そしてプライベートでも充実した日々を送ることができるよう、毎日を大切にしたいです。



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23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	
内科	午前	8:30~11:00	窪田	窪田	窪田	窪田	—	大学医師(SAS)	—	
			風間	鈴木(裕)	井上	井上	鈴木(裕)	井上	大学医師	
			大澤※	大澤※	大塚※	—	大塚※	大澤※	大学医師(SAS)	
			大学医師	坂井	大学医師	坂井	大学医師	坂井/松山	坂井/松山	
			桶谷	松山	霜鳥※	桶谷	松山	霜鳥※	桶谷	
	※霜鳥医師・大澤医師・大塚医師の診察は9:30から									
	(SAS)は 睡眠時無呼吸 症候群外来	午後※	予約制 (専門外来)	—	—	—	—	—	—	—
				—	—	—	風間	—	—	—
				大塚	大塚※	大澤	村山	—	—	—
				—	—	坂井(SAS)	—	—	—	—
霜鳥				桶谷	—	松山(SAS)※	—	—	—	
※午後(月~金)の診療時間は13:30~16:00 ※火曜(大塚医師)は隔週 ※木曜(松山医師)第5木曜は休診										
外科・こう門外科	午前	8:30~11:00	小林	小林※	畠山	小林	畠山	渡邊	畠山	
			飯合※1	畠山	渡邊※2	渡邊※2	渡邊※2	—	—	
※火曜日(小林医師)の診察は、こう門外科紹介外来(予約制) ※1の診察は10:00から ※2の診察は10:30から										
整形外科	午前	8:30~11:00	鈴木(順)	大学医師	鈴木(順)	倉石	鈴木(順)	鈴木(順)/湊	倉石	
			湊	湊	倉石	湊	大学医師	—	—	
眼科	午前	8:30~11:00	橋本	橋本	橋本	大学医師	橋本	—		
産婦人科	午前	8:30~11:00	西山	西山	西山	西山	西山	西山※	西山	
	午後※	13:00~16:00	—	西山	西山	西山	—	—	—	
※第2土曜は4月より休診予定 ※午後(火~木)の診療時間は14:00~										
皮膚科	午前	8:30~11:00	—	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	8:30~11:00	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	
	午後※	13:00~16:00	岡野	岡野	大学医師※	岡野	岡野	—	—	
※午後の診療時間は14:00~ ※水曜午後(大学医師)は義歯専門										
泌尿器科	午前	8:30~11:00	—	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	
	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~										

・当日受付で2科受診される方は10:00までに受付においでください。

~当院の外来休診日~ ・第1・3・5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.24

■発行：平成23年(2011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>

臨時休診日のお知らせ

**2/12(土)医療機器入替のため、
臨時休診とさせていただきます。
ご了承下さい。**

あけましておめでとございます。新年にあたり振り返ってみますと、平成17年に創刊したこの「みなと」は今年で7年目になります。表紙口ゴや編集を行う広報委員のメンバーに多少の変更はあったものの、この6年間殆どスタイルを変えずに発行してきました。

マンネリなのか定番化したのか、革新が求められるのか、伝統になりつつあるか：評価も分かれるところだとは思いますが。世の中や業界の流れ、ニーズの変化などともに、そうした見直しが必要になるのでは

う。

昨年再受審した病院機能評価に見られるように、それは無論広報誌についてだけでなく病院のあらゆる面でも同じであろうかと思われました。次号の発行は少し先、4月25日の予定です。(S)

編集後記

