



■みえPETがん診断センター TEL (0598)52-6055(直通)  
FAX (0598)52-6057

■健診センター「あさひ」 TEL (0598)52-6052(直通)  
FAX (0598)52-6057

■ART・生殖医療センター TEL (0598)52-6025(直通)  
FAX (0598)52-6035

## 新年のご挨拶

■院長 諸岡 芳人

新年明けましておめでとうございます。

平成28年を迎え、職員一同また新たな気持ちで、地域の皆様に、より信頼して頂ける病院を目指して頑張っていきたいと思っております。

昨年、済生会では、皮膚科に仁儀(にぎ)先生が赴任され、皮膚科外来が毎日開けるようになり、これまで皮膚科受診される患者さんにご不便をお掛けしていた点が、少しでも改善できたと思っております。今年の済生会は福祉貢献の一端として、訪問看護ステーションを4月にオープンする予定です。患者さんの普段の「かかりつけ医」と連携を取りながら、在宅でも安心して療養生活を送れるように支援をさせて頂こうと考えています。

今年は「さる年」、漢字ではお猿さんの猿ではなく「申年」と書きます。まあ固いことは言わなくてもいいんですが、お猿とは本来は関係なく、単に昔の人が覚えやすいように猿にひっかけたことが定着したと言われております。お猿さんのジャンプのように飛躍の年になるのなら「猿年」でも良いですが、ただお猿さんと人間との関係は「今は昔」の時代から微妙な所がありまして、日本昔話の「桃太郎」「サルかに合戦」「猿地蔵」などにお猿さんは登場しますが、「桃太郎」では桃太郎の助っ人、友人であり、「サルかに合戦」では悪者になっています。現実には、昔も今も人里に出没し、そろそろ食べ頃かという果物や野菜をお先に失敬する厄介者というイメージでしょうか。本来の申年は、「申(さる)」が「去る」を表し、「悪いことが去る」「病が去る」等、良い事や幸せがやってくる年であるそうです。また農業の上からは、作物が十分に伸びきった時期で、実が成熟してきた時期を表すとも言われています。「病気平癒」「五穀豊穡」の年であって欲しいです。そして、台風・大雨・地震などによる自然災害が、起こらないことを願っています。また昨年のような多くの人命が奪われたテロ事件(まだ記憶に新しい11月のパリでのテロ、パリでは1月にもありました。3月のチュニジア、10月のトルコ、11月のエジプトでのロシア旅客

機へのテロと最悪のテロ発生年でした)も起こらない事を願っています。

さて、今年は「リオ五輪」の年です。多くのスポーツの世界最高レベルの戦いが、17日間という短期間に凝縮されて観戦出来るのは(私はテレビ観戦ですが)、大変貴重で幸せな事だと思います。地球の裏側ですから放映の時間帯もどうなるか分かりませんが、この間は寝不足の人が増えるのでしょうか。

昨年もスポーツからは明るい話題をたくさん提供してもらいましたが、ふと思出すのはどうしても直近の話題になってしまいます。アイススケートでは、グランプリファイナルで最高得点をたたき出した羽生結弦くんのパーフェクトな演技もさることながら(熱烈なユヅリストからは、しかられるかもしれませんが)、ハーフ・ハーフと言う流行語にもなった真央ちゃんの復帰、引退のハーフで無く、復帰のハーフでよかった。ただ現実的には、世界の頂点にいた選手にとって、1年間のブランクというのは大きく、前の真央ちゃんに戻れるかどうかは心配です。若い日本人選手の活躍については、素質のある人材の発掘、よい指導者、よい環境などに加えて、近年、若い日本人選手の体型が欧米人にひけをとらないようになってきている点もあながち無関係と言えない気がします。もう一つ、ラグビーでは、ワールドカップイングランド大会で強豪・南アフリカに34-32で逆転勝ちすると言う快挙を成し遂げ、一気にラグビー人気ブレイクしました(インフルエンザや耐性菌などのアウトブレイクではなく、こういうブレイクは大歓迎)。五郎丸選手のキック前のルーチンのポーズは、あれだけの成功率を彼にもたらすパワーがあるのでしょうか。そのポーズをとる時の彼の表情もまたいいですね。今年も色々なスポーツで、多くの選手が我々に笑顔や感動を与え、日本を明るくしてくれるのを楽しみにしています。

明るい話題ついでに、ノーベル賞については、2000年以降続いている日本人のラッシュは健在で、今年も医学・生理学賞の大村

智・北里大特別栄誉教授(出身大学は山梨大学)、物理学賞の梶田隆章・東大教授(出身大学は埼玉大学)の2人の方が受賞されました。調べてみると、これで物理学賞、化学賞、医学・生理学賞の自然科学系3分野で21名、文学賞、平和賞の人文系で3名と計24名の日本人の方が受賞されたこととなります。少なくともアジアにはこのような国は他に無く、日本人として誇らしく思います。

一方、残念なことのひとつに、国際的に日本の信用を失墜させる様な出来事がありました。それは、2020年東京オリンピック・パラリンピックのエンブレムのデザイン盗用疑惑による撤回と新国立競技場の設計の白紙撤回騒動です。またそれにまつわる大会組織委員会の無責任さ、と言うかガバナンスの欠如はどうか。ある経済界人が「日本の社会全体のたがが緩んでいる。」と憤りのコメントを出していましたが、本当にその通りです。責任を取るために腹を切った時代もあった日本人はどこに行ったのでしょうか。

さて年始のご挨拶の最後になりましたが、今年の5月にはG7と言われる、日、米、英、仏、独、伊、加、7か国の首脳が「伊勢志摩」にて一堂に会し、世界の平和への取り組み、地球温暖化防止などの討議をされます。こちらはわが鈴木英敬知事さんを先頭に頑張っておられるので、テロ対策を含めて準備万端整っていくと思っております。日本の面目を施して頂きたいと思っております。特に伊勢神宮のお膝元(パワースポット)ですから、討議の成果も、より良いものを出して頂きたいという思いは当然ですが、「美し国・三重」の、伊勢志摩をはじめとする素晴らしい景色と三重の「食」も十分に楽しんで頂きたいと思っております。蛇足ですが、個人的には、サミットではどんなお酒が提供されるのか興味津々です。各国の名の通ったワインやウィスキーなどは一通り準備されるのでしょうか、日本酒はどこのお酒が提供されるのですかね?三重の地酒が採用されるといいですね。

今年一年、皆様のご多幸をお祈り申し上げます。





## 済生会松阪総合病院 登録医療機関紹介

診療科目  
内科

### もりた内科医院



心のかよった安心と納得の得られる患者様主体の医療を提供し、地域住民から信頼される地域に根ざしたかかりつけ医を目指しています。

「患者にはそれぞれの人生の文脈がある。医療者には専門的職業人としての歩みがある。医療とはその交差点で創る作品だ。」(柳田邦夫、「いのち」より)を実践したいと考えています。自院の守備範囲を把握し入院が必要な時や精査が必要な時は、病院と円滑、緊密な連携に努め、患者様にとって適正、効率的な医療を提供致します。大病院では手の届かない画一的でない、それぞれの患者様にオーダーメイドの治療、生活指導ができるよう努めます。医療コストも考慮し経済的効率も高い医療を追求します。

**院長** 森田 孝一

**電話** 0596-55-3988

**F A X** 0596-55-3989

**休診日** 木・日・祝祭日

**診療時間**

月・火・水・金・土／  
午前…9:00～12:00  
午後…3:00～6:00

**住所**

〒515-0302  
多気郡明和町大淀寺前2445-3  
[www.myclinic.ne.jp/morita\\_meiwa/](http://www.myclinic.ne.jp/morita_meiwa/)

診療科目  
脳神経外科

### 中村脳外科クリニック



ホームドクター(かかりつけ医)として地域の皆さまのお役に立つ地域密着型のクリニックを目指し、良質な医療を提供したいと考えております。

また、近隣の病院との連携をとりながら、今まで専門分野として打ち込んでまいりました脳神経疾患、脊髄疾患の治療とともに、これまでに培ってきた知識、経験をベースに脳卒中予防・生活習慣病の管理を柱とし、質の高い誠実な医療を提供できたらと考えております。そして、皆様に親しまれ、信頼されるクリニックを目指して、スタッフ一同努力してまいります。どうぞよろしくお願い致します。

**院長** 中村 文明

**電話** 0598-25-1080

**F A X** 0598-25-1078

**休診日** 日・祝祭日  
木午後・土午後

**診療時間**

月・火・水・金／  
午前…9:00～12:00  
午後…3:00～7:00  
木・土／午前…9:00～12:00

**住所**

〒515-0045  
松阪市駅部田町752-1

[www.mctv.ne.jp/~nns-clin/](http://www.mctv.ne.jp/~nns-clin/)

# 知<sup>って</sup>得<sup>る</sup>レントゲンの知識

## MRI編

今回はMRI(Magnetic Resonance Imaging:磁気共鳴画像)検査についてお話しします。

MRI検査は強力な磁石でできたトンネルの中に入り、磁気の力を利用して体の臓器や血管を撮影する検査です。体内の水素原子が持つ弱い磁気を、強力な磁場でゆさぶり、原子の状態を画像にします。患者さんには磁石の埋め込まれた狭いトンネルの中に入って頂き、FMラジオ

に用いられる電波を体に当てることによって、体の中から放出される信号を受け取りコンピューターで計算することで、体内の様子を画像として表します。

MRI検査では、様々な病変を発見することができますが、特に脳や脳血管、子宮・卵巣、前立腺等の下腹部、脊椎、四肢などにできた病変に関しては、圧倒的な検査能力を持っています。またX線を使わない為、放



射線被ばくの心配もなく安心して検査を受けて頂けますが欠点として大きな音がします。

では次回、MRI検査時の大きな音と狭いトンネルの理由についてお話しします。

管理栄養士:松本 由紀

## スズキの包み焼き

★当院の食事はマルタマフーズ株式会社に委託しています。今回は産後お祝い食に提供している人気レシピをご紹介します。



### ● 材料(2人分)

- スズキ……………2切(160g)
  - エビ……………6尾(120g)
  - ハーブソルト……………適宜
  - 粗挽きこしょう……………適宜
  - レモン汁……………小さじ1杯
  - にんにく……………適宜
  - オリーブオイル……………大さじ1
  - 玉ねぎ……………40g
  - しめじ……………40g
  - オリーブオイル……………小さじ1杯
  - タイム(あれば)……………適宜
- <1人分250kcal>

### ● 作り方

- ①スズキは三等分に切り、エビは背開きにして背わたを取る。玉ねぎはスライスし、しめじは小房に分けておく。
- ②Aの調味料を混ぜ合わせて、スズキとエビを30分以上漬ける。
- ③オープンシートに玉ねぎを敷き、スズキとエビを交互に並べる。しめじとタイムを添え、オリーブオイルをかける。
- ④220℃に温めたオープンで15分程度焼く。

他の白身魚や鮭でも美味しくできます。ハーブソルトが無ければ、岩塩や塩でもOKです。



## おくすり通信



済生会松阪総合病院 薬剤部

### ● 今回は手洗いについてお話しします

人は日常生活の中でさまざまなものに触れる機会がありますが、その中で、ウイルスが付着しているものに触れウイルスが付着した手で口、鼻、目を触ることで粘膜から感染してしまうことがあります。

よって、かぜのウイルスの感染を防ぐためには、手についたウイルスを洗い流すことが大切です。そのためにも感染を防ぐ基本として手洗いを毎日することを習慣づけましょう。

#### 手洗いのタイミング

- 帰宅時
- トイレの後
- 動物などを触った後
- 食事の前
- 食品を取り扱う時
- 介護などのケアの前後

#### 手洗いの方法

石鹸を泡立て、しっかり洗いましょう。

- ①手のひら 手のひらを合わせよくこする
- ②手の甲 手の甲を伸ばすようにこする
- ③指先・つめ 指先やつめの間を念入りにこする
- ④指の間 指の間も十分に洗う
- ⑤親指まわり 親指と親指のつけ根を洗う
- ⑥手首 手首を軽く握りながら洗う

また、手洗いに加え速乾性のアルコール製剤を使用するとより効果的であり、当院でもウエルピュア®などの速乾性のアルコール製剤を使用して、感染防止に努めています。

何かご不明な点があれば薬剤部までお尋ねください。

洗った後は流水でよくすすぎ、清潔なタオルなどで水気をよくふき取りましょう！

# マタニティーヨガ教室のご案内

毎月第2火曜日、10時～11時30分より妊娠中の心身のバランスを整え、体力向上、母性意識の向上、お産時の呼吸法の修得や自信につなげるよう、妊娠16週以降で医師の許可がある妊婦対象に無料で開催しています。詳細は産婦人科外来までお問い合わせください。



## 外来診療担当表 (2016年1月1日)

- 受付時間/8:00～12:00(診療科と曜日によって多少変更があります)
- 休診日/土・日曜日、祝日、年末年始(12/30～1/3)
- 診察時間/(午前)9:00～12:00 (午後)13:30～

担当医は変更になることもあります。

		月	火	水	木	金	
内 科	1 診		加藤 慎也	福井 義尚(腎不全)	田原 雄一	石川 英二(腎臓)	
	2 診	須川 正宏	磯部 亮太	青木 雅俊	安間太郎(糖尿)[午前]《要予約》 須川正宏[午後]《要予約》	青木 雅俊	
	3 診	清水 敦哉	齋本 良介	河俣 浩之	河俣 浩之	加藤 誉史	
	4 診	橋本 章	橋本 章	脇田 喜弘	福家 洋之	福家 洋之	
	5 診	宮田 恵里	上村 泰弘	池之山 洋平	宮田 恵里	上村 泰弘[午前] 田口修[午後]《要予約》	
	6 診	垣本 斉	南川 光三	山脇 弘二	小林 稔彦	南川 光三	
	7 診 消化器外来	中島 啓吾	清水 敦哉	中島 啓吾	清水 敦哉	脇田 喜弘	
	8 診 循環器外来	市川 和秀	山脇 弘二	垣本 斉	垣本 斉	山脇 弘二	
外 科	1 診	田中 穰	長沼 達史	長沼 達史	近藤 昭信	田中 穰	
	2 診	市川 健	近藤 昭信	小松原 春菜 中島 紳太郎(肛門) *13:00～15:00	河埜 道夫	長沼 達史	
	(紹介のみ)	藤森 健而			藤森 健而		
	午後 ◆消化器外科外来		外科医師 *13:30～15:00			外科医師 *13:30～15:00	
乳腺外来 (午後)	健診センター	瀧澤 麻衣 *13:00～16:00 《要予約》	花村 典子 *14:00～16:30 《要予約》				
脳神経外科	1 診 脳血管内治療外来	諸岡 芳人	藤本 昌志	諸岡 芳人			
	2 診	村田 浩人	土屋 拓郎	村田 浩人	朝倉 文夫	朝倉 文夫	
	3 診 胃腸・腎臓外来	久保 和親	久保 和親		土屋 拓郎 久保 和親	藤本 昌志	
整形外科	1 診	友田 良太	大学医師 **受付11:00まで	今原 敏博		今原 敏博	
	2 診	新 患			友田 良太	森本 政司	
	3 診	服部 徹也		川喜田 英司	川喜田 英司	服部 徹也	
午後	友田良太(人工関節外来) (要予約・紹介のみ) *14:00～16:00			乳児検診(4ヶ月) ※要予約			
脊椎センター	午前		竹上 謙次(要予約) *8:30～9:00	竹上 謙次 *9:00～	竹上 謙次 *9:00～	竹上 謙次(要予約) *8:30～9:00	
	午後				竹上 謙次(腰痛外来) (要予約・紹介のみ) *14:00～16:00		
産婦人科	午前	1 診	高倉 哲司	張 凌雲	高倉 哲司	菅谷 健 *10:00～	竹内 茂人 *9:30～
		2 診	竹内 茂人 *10:00～	高倉 哲司 *9:30～	真川 祥一	張 凌雲	高倉 哲司 *8:30～10:00 《要予約》
		3 診	真川 祥一		張 凌雲	竹内 茂人 *11:00～	真川 祥一
	午後 (予約・紹介のみ)	1 診		手術	高倉 哲司 (1ヶ月検診)	手術	手術
		2 診					
		3 診			乳房外来(要予約) *14:00～16:30		
ART・ 生殖医療 センター (完全予約制) ※注1	午前	1 診 再診	菅谷 健 *8:30～9:00	菅谷 健 *8:30～9:00	菅谷 健 *8:30～9:30	菅谷 健	
		2 診 再診	竹内 茂人 *8:30～9:00	竹内 茂人 *8:30～	竹内 茂人 *8:30～	竹内 茂人 *8:30～	
	午後	1 診 新患	菅谷 健	手術	菅谷 健	手術	手術
		2 診 新患	竹内 茂人		竹内 茂人		
	夕診 (16:30 ～18:00)	1 診 再診	菅谷 健		菅谷 健		菅谷 健
		2 診 再診	竹内 茂人		竹内 茂人		竹内 茂人
小 児 科	午前	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	
	午後		老谷 嘉市 予防接種 *13:30～15:00 《要予約》	老谷 嘉市 乳児検診(1ヶ月・4ヶ月) *14:00～15:00 《要予約》	老谷 嘉市 血型・7mm-g採血 *13:00-13:30(第2・4木曜のみ) 予防接種 *13:30-15:00 一般診察 *15:00-16:00	老谷 嘉市 乳児検診(7ヶ月以降) *14:00～15:00 《要予約》	
眼 科		眼科医師 *9:30～	眼科医師 *9:30～	眼科医師 *9:30～	眼科医師		
皮 膚 科		仁儀 陽子 *受付11:00まで	仁儀 陽子 *受付11:00まで	仁儀 陽子 *受付11:00まで	仁儀 陽子 *受付11:00まで	大学医師 *受付10:00まで	
耳鼻咽喉科				大学医師	大学医師		
泌尿器科	1 診	森 脩	小川 和彦	森 脩	柳川 眞	金原 弘幸	
	2 診 新患	小川 和彦	柳川 眞	金原 弘幸	小川 和彦	柳川 眞	
神経内科	1 診	坂井 利行	近藤 昌秀	坂井 利行	近藤 昌秀	川名 陽介	
	2 診	川名 陽介	神経内科医師	水谷 あかね	神経内科医師	神経内科医師	
麻 酔 科		宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	
	パインクリニック	車 武丸	車 武丸	車 武丸	車 武丸	車 武丸	
放射線科		宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	
	放射線治療	西出 喜弥	寺田 尚弘	蟹井 善統	中川 俊男	西出 喜弥	
緩和医療科(完全予約制)		清水 美恵	豊増 泰(午前)	伊井 蕙子(午後)	清水 美恵		
形成外科			松浦 喜貴《要予約》				
口 腔 外 科		佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	
		辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	
		奥野 恵実	奥野 恵実	奥野 恵実	奥野 恵実	奥野 恵実	
フットケア外来				午前 《要予約》			
ストーマ外来				午前 《要予約》			

《特記事項》注1) ART・生殖医療センターは完全予約制です。初診でも予約が可能ですので、予め電話予約の上ご来院ください。

ご希望・ご質問等ございましたら、ご連絡なくお申し付けください