

鈴の音 だより

済生会松阪市民病院



2026年4月
Vol.348



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 済生会松阪市民病院

ご挨拶

社会福祉法人^{財団}済生会支部 三重県済生会 支部長
諸岡 芳人

松阪市民病院の新たなスタートです。三重県済生会支部長として、令和8年4月1日から松阪市民病院の運営を担う責任の重さを胸に刻んでいます。誰一人取り残されることのないソーシャルインクルージョンの理念をもち、地域の命と健康を守る使命のもと、職員の皆さん一人ひとりの力を結集し、信頼される病院をともに築いていきましょう。挑戦を恐れず、誇りと情熱を持って前進しましょう。



済生会松阪市民病院 病院長 畑地 治

4月1日をもって、松阪市民病院は「済生会松阪市民病院」となりました。地域の患者さんからは、松阪市民病院はこれまでどおりの診療体制を維持していくのかどうか、と不安の声が多く聞かれます。しかしながら、済生会となった強みを生かして、済生会松阪総合病院と連携しつつ、引き続き地域の急性期医療を支えていきたいと考えておりますので、今まで以上に安心を提供できると自負しております。新しくなった済生会松阪市民病院にご期待ください。



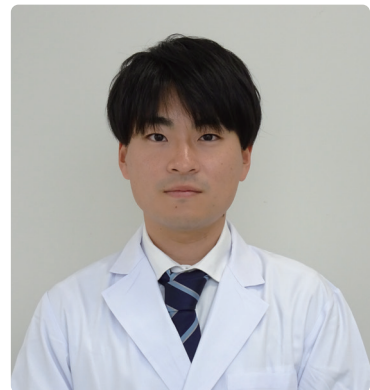
新 任 医 師 紹 介

消化器外科 西浦 響

4月から消化器外科で勤務させていただきます西浦響と申します。三重大学卒業で、医師3年目になります。

初期研修を終えたばかりで至らぬ点も多いと思いますが、日々の診療や手術を通して研鑽を積み、松阪市の医療に貢献できるよう精一杯努めてまいります。

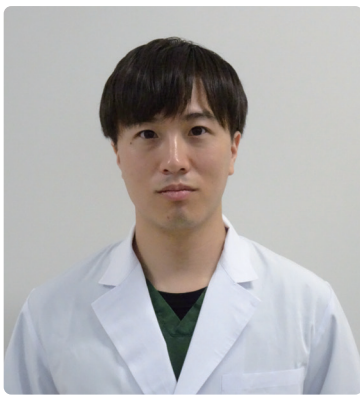
どうぞよろしくお願いいたします。



整形外科 鈴木 陽

4月から整形外科で勤務させていただきます鈴木陽と申します。

三重大学卒業で医師8年目になります。至らぬ点多々あるかと思いますが、精一杯働きますので何卒よろしくお願いいたします。



松阪市民病院地域連携臨床懇話会

歯科症例報告会

松阪市民病院地域連携臨床懇話会「歯科症例報告会」を開催し、多くの地域のクリニックの先生方に、会場に足をお運びいただきました。

歯科口腔外科長の中橋一裕をはじめ、松山博道、仲村秀明が日頃の診療の中で特異的な症例を、歯科衛生士の中西香織からはシームレスな地域連携にむけて当院の診療体制や取り組みについて発表しました。活発な質問・意見交換が繰り広げられ、盛況のうちに終わることができました。

今後も、引き続き地域の先生が困られている症例に対応、お役に立てるよう研鑽してまいります。まずはご相談ください。



令和7年度

初期臨床研修医業績発表会

吉田 竜也 医師 BEST研修医賞を受賞



令和7年度初期臨床研修医業績発表会が2月20日に開催され、2年次研修医の演題発表がありました。その中からBEST研修医賞を吉田竜也医師が受賞されました。喜びのコメントを紹介します。



このような賞をいただけるとは思っておらず無上の喜びです。

今回の演題は肺がんの画期的な新薬物治療に関するもので貴重な学びとなりました。

ご指導いただいた中西先生には、パワーポイント作成、プレゼンテーションのいろはを懇切丁寧に教えていただき感謝の気持ちで一杯です。

レシピ紹介

豚肉のパン粉焼き

材料(2人分)

- 豚ロース 2枚(60g×2枚)
- 塩 少々
- こしょう 少々
- パン粉 8g
- コンソメ 少々
- 乾燥パセリ お好みで
- おろしにんにく 0.5g
- 油 大さじ1

作り方

- 豚肉に塩・こしょうで下味をつけ、おろしにんにくを薄く塗る。
- パン粉・コンソメ・パセリを混ぜる。
- 豚肉に満遍なく②をまぶす。
- フライパンに油をひき、両面焼く。
- 食べやすい大きさに切り、盛り付ける。

豆知識

「塩少々」
親指と人差し指の
2本で約0.5g

「塩ひとつまみ」
親指・人差し指・中指の
3本で約1g

たんぱく質の働き

たんぱく質は、身体をつくるために欠かせない大切な栄養素です。私たちの身体の様々な部分をつくる材料になっています。レシピでも、たんぱく質を含む豚肉を使っています。

たんぱく質の主な働き

- 筋肉や肌、髪などの成分になる
- 内臓や骨の健康を保つ
- 体の調子を整えるホルモンや免疫物質の材料になる

たんぱく質を多く含む食品

- 肉・魚・卵
- 豆腐や納豆などの大豆製品
- 牛乳やヨーグルトなどの乳製品

ポイント

- たんぱく質は身体に蓄えられないため、一気に摂取せず、分けて食べましょう。
- 1つの食材に偏らず、さまざまな食品からたんぱく質を摂りましょう。

これらの食品を毎日の食事に取り入れることで、効率良くたんぱく質をとることができます。

リハビリテーション室 理学療法士 稲葉 匠吾

「運動しているから大丈夫」と思っていないですか？

実は、長時間の坐位(sedentary behavior)は、それ自体が健康リスクであることがわかっています。

World Health Organization(WHO)やAmerican Heart Associationの報告では、長時間の坐位は心血管疾患・2型糖尿病・死亡率の上昇と関連するとされています。

特に問題となるのは、**1日8時間座っている** **途中でほとんど立ち上がらない**

デスクワーク、テレビ視聴、スマートフォン操作など、私たちの生活は想像以上に”座る時間”であふれています。

ポイントは「運動」より「中断」

1日30分の運動習慣があっても、長時間座り続けることの影響は完全に打ち消せません。**大切なのは「こまめに中断すること」。**

30分～60分に1回立ち上がる

1～2分歩く

ストレッチや家事を挟む



これだけでも血流や血糖の改善が報告されています。**特別な運動を始める前に、まずは”座りすぎない生活”を意識してみましょう。**

がんサロン催しのご紹介

外来薬物療法看護認定看護師 塩尻 裕子

2月のがんサロンは、毎週月曜日午後に「睡眠外来」を担当されている呼吸器内科・鈴木医師に「今日からできる!ぐっすり眠るためのコツ」をお話していただきました。ぐっすり眠るための3つのポイントとして、**①朝は光を浴びること** **②昼寝は短くすること** **③眠くなってから布団に入ることを**教えていただきました。参加された方からは「中途覚醒に困っている」「日中に眠気があり困っている」などの質問がよせられ、睡眠に対する関心の高さを感じました。鈴木先生は「眠れないのは珍しいことではありません。一人で悩まないでください。困ったときには、いつでも医療者に頼ってほしい。」と呼びかけておられました。眠りの質は生活の質を左右します。「睡眠」について学ぶ良い機会となりました。

がんサロンへの参加は、予約不要で参加費無料です。どうぞ、お気軽にご参加ください。詳しい開催日やテーマについては院内に掲示しているポスターをご覧ください。がん相談窓口までお問い合わせください。



密着 医療のおしごとと図鑑

栄養管理室

食事が提供されるまで

食事が患者さんのもとに提供されるまでには、多くの工程があります。その中で、患者さん一人ひとりが安全においしく召し上がっていただけるよう、さまざまな工夫や確認を行っています。



ソフト食



食事の種類・食事の形態

患者さんそれぞれの病態や食形態に合わせた食事を提供しています。噛む力や飲み込む力が弱くなっている方には、やわらかく調理した食事や細かく刻んだ食事、ミキサーにかけた食事など食べやすい形に調整して提供しています。

アレルギー対応

食物アレルギーをお持ちの方には、アレルギー対象の食品を除いた食事を提供しています。管理栄養士が患者さんにアレルギーの聴き取りを行い、調理師と確認しながら誤って提供することがないように注意を払っています。

配膳前のチェック

食事が完成したあと、患者さんのもとへ届ける前に一つひとつの食事の最終確認を行っています。食札といわれる患者さんのお名前や食事内容が記載された札と、実際の食事内容が一致しているかを一つひとつ確認します。食事の種類や食形態、アレルギー対応などに間違いがないかを、複数の目で点検しています。

さらに、料理の中に異物が混入していないか、見た目など問題がないかなども確認しています。小さな異物でも安全に関わるため、丁寧に確認をしています。

また、月4回賞味期限が切れた食品が残っていないか定期的に確認し、食事に提供されないように注意しています。



このように安心して食事の時間を過ごしていただけるよう、栄養管理室では日々細かなチェックを重ねています。

令和8年4月分 | 济生会松阪市民病院外来医師担当表

令和8年3月24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 ★高野	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		▲1,15,22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2診(糖尿)は第1,4は火曜日。
▲(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)	廣 純一郎	伊佐地秀司	春木祐司	中橋央棋	藤永和寿
	一般外科(再来)	横井 一		中橋央棋	春木祐司	
	乳腺外来(午後) (13:30~)		★吉川末祐子			
	消化器内科(新患)	川村 聡	西脇 亮	藤部幸大	★高野純礼	★澤井翔馬
消化器内科 (再来)	西脇 亮					
特殊外来(5診) 午後(13:30~16:00)	大腸 廣 純一郎	肝臓 清水敦哉		黒田 誠	藤部幸大	

(注)一般外科受付は11:00まで (注)毎週火曜日午後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。

呼吸器センター	月		火	水	木	金	
	呼吸器内科	1診	再診 田口 修	新患 ★古田裕美	再診 田口 修	再診 ★松浦信太	再診 田口 修
		3診	畑地 治	▲14日 畑地 治	再診 ★古田裕美	畑地 治	畑地 治
		2診 (補助診)		★	新患 ★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	再診 ★江角征哉	再診 藤浦悠希	再診 ★西井洋一	再診 坂口 直	
呼吸器外科	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

循環器内科	月		火	水	木	金	
	午前	1診	泉 大介	▲14,28日 ★泉 大介 ▲7,21日 ★市川和秀	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		

心臓血管外科	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	
	午前	1診	池村重人	★スポーツ膝足の 外科外来 ■伊東直也	池村重人	▲2,16,30日 池村重人 ▲9,23日 山田淳一	池村重人
		2診		★スポーツ膝足の 外科外来 ■伊東直也			★スポーツ膝足の 外科外来 ▲10,24日 ■伊東直也
		3診	★鈴木 陽	★鈴木 陽	脊椎外来 山田淳一		山田淳一
	手術	午前	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)火曜1診の受付10:00まで。
(注)木曜1診の受付10:00まで。▲4月木曜1診は第1,3,5池村医師、第2,4は山田医師となります。

泌尿器科	月		火	水	木	金	
	午前	1診				★	★
		2診	新患 ★櫻井正樹	新患 櫻井正樹	新患 ★大学医師	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	
	午前	1診	前原 陸	前原 陸	再来 田中弥生	前原 陸 再来 田中弥生	前原 陸
		2診	高嶋祐布子	高嶋祐布子	高嶋祐布子	代務医師	高嶋祐布子
	午後	1診	前原 陸	前原 陸			
		2診	高嶋祐布子	高嶋祐布子			
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					▲3,17日 小泉正樹
午後						手術

▲(注)4月は第1,3金曜。予約診療のみ。

皮膚科	月		火	水	木	金
	午前	1診	杉本恭子	手術	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	
	午前	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	▲9,23日 中橋一裕	松山博道 (予約のみ)
		予約	仲村秀明			▲2,16,30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	▲9,23日 中橋一裕 ▲2,16,30日 松山博道	手術・ 歯周病 外来
		松山博道 仲村秀明	松山博道 (予約のみ)	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)4月木曜診察は中橋医師9,23日、松山医師2,16,30日。

脳神経外科	月		火	水	木	金
	午前	1診	★济生会医師 交代			
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

济生会松阪市民病院

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