

鈴の音 だより

編集・発行
済生会松阪市民病院

2026 8
Vol.352

社会福祉法人
恩賜財団 済生会

職員が誇りを持って働き、地域の皆様が誇れる病院

診療科案内

整形外科

整形外科科長 池村 重人



地域の皆さまに信頼される整形外科を目指して

「動ける喜びを支え、地域の暮らしを守る」ことを使命に、当院整形外科では、骨折や外傷などの救急診療をはじめ、脊椎疾患、変形性関節症、スポーツ外傷など、幅広い運動器疾患の診療を行っています。けがや痛みで困ったときに安心して相談していただける、地域の身近な整形外科でありたいと考えています。

骨折や外傷に対しては、一日でも早く元の生活に戻れるよう、一人ひとりの状態に合わせた治療を行っています。また、腰や首の痛み、手足のしびれなどの原因となる脊椎疾患に対しても、保存療法から専門的な手術まで幅広く対応しています。

変形性膝関節症に対する人工膝関節置換術では、手術支援ロボットを導入しています。三重大学整形外科教授・長谷川正裕先生のご指導のもと、大学との連携を生かしながら、より精度が高く、安全性にも配慮した手術を行っています。

また、スポーツ整形外科では、三重大学整形外科スポーツ班と連携し、半月板損傷などに対する関節鏡手術にも取り組んでいます。学生から社会人まで、それぞれの目標に合わせた治療とリハビリテーションを通じて、競技や運動への復帰を支援しています。

痛みやけがによって失われた「動く喜び」を取り戻し、地域の皆さまがいつまでも自分らしく生活できるよう、スタッフ一同、質の高い整形外科医療の提供に努めてまいります。

新任医師紹介

呼吸器外科 篠田 真里

7月から呼吸器外科で勤務させていただきます篠田真里と申します。

三重大を卒業し、医師7年目になります。至らぬ点多々あるかとは思いますが、松阪市の医療に貢献できるように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。



小さな看護師さんが大活躍！

看護部・外来化学療法室 塩尻裕子

キッズ☆おしごと広場に参加しました



去る6月27日、三重県立みえこどもの城にて小学生以上を対象とした「キッズ☆おしごと広場」に参加いたしました。当日は台風の影響が残るあいにくの足元でしたが、会場には1000人を超えるお子さんと保護者の皆様にお集まりいただき、大変な盛況となりました。

小さなナース服に身を包んだ子どもたちは、日本看護協会のマスコットキャラクター「かんごちゃん」や災害派遣医療チーム(DMAT)の車両写真前での写真撮影、血圧や酸素濃度の測定、包帯の巻き方、手洗いチェッカーを使った正しい手洗いなど4つの体験ブースを、ボランティアの看護学生や保育科学生のサポートを受けながら、全て体験していきました。

なかでも、聴診器を使用して心臓の音を聞くと、はじめはうまく聞えなくても「聞こえるまで頑張る!」と真剣な眼差しで耳をすます姿が印象的でした。また、患者役となったお母さんやお父さんに「痛くないですか?」「お大事に」と優しく声をかけるお子さんもおり、日頃の医療の場をよく見ているのだと、私たちスタッフも深く感心させられました。

体験を終え、注射器型のペンや絆創膏をお土産に手にした子どもたちからは「楽しかった!」「看護師さんの仕事があった」「制服が着られて嬉しかった」と満面の笑みで嬉しい声が聞かれました。この体験が、子どもたちの未来の夢の小さな一歩となれば幸いです。



リハビリテーション室では、病気やけがによって低下した身体機能や日常生活能力の回復を目指し、一人ひとりの状態に合わせたリハビリテーションを行っています。

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士を中心に、多職種と連携しながら患者さんの早期回復と在宅復帰を支援しています。

私たちは患者さん一人ひとりの目標に寄り添い、「できる」を増やすお手伝いをしています。

急性期から退院後の生活までを見据え、多職種と連携しながら安心して生活を送れるよう支援しています。

「その人らしい生活」の実現に向けて、質の高いリハビリテーションの提供に努めています。

職種紹介



理学療法 (PT : Physical Therapist)

理学療法では、起きる・立つ・歩くといった基本的な動作能力の改善を目指します。

手術後や病気による筋力低下、関節の動きの制限に対し、運動療法や歩行練習などを実施しています。

患者さん一人ひとりの身体機能を評価し、安全に日常生活を送れるよう支援しています。

作業療法 (OT : Occupational Therapist)

作業療法では、食事・更衣・入浴などの日常生活動作の練習や、家事・趣味活動への復帰支援を行います。

身体機能だけでなく、認知機能や精神面にも配慮しながら、その人らしい生活を送れるようサポートしています。



言語聴覚療法 (ST : Speech-Language Pathologist)

言語聴覚療法では、「話す」「聞く」「食べる」といった機能に対するリハビリテーションを行います。

脳血管疾患などによる失語症や構音障害、高齢や病気による嚥下障害に対して評価・訓練を実施しています。

患者さんが安全に食事を楽しみ、円滑なコミュニケーションを行えるよう支援しています。

呼吸器リハビリテーション

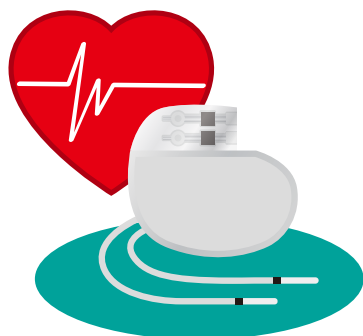
当院では呼吸器疾患の患者さんも多く、呼吸器リハビリテーションにも力を入れています。

呼吸器リハビリテーションでは、肺炎や慢性呼吸器疾患、手術後などの患者さんを対象に、呼吸状態の改善と体力向上を目的とした支援を行います。

呼吸練習や運動療法、排痰援助などを通して、息切れの軽減や日常生活活動の維持・向上を目指します。

早期離床や早期回復につなげるため、多職種と連携しながら介入しています。





ペースメーカーは心拍を正常に保つための医療機器です。心臓の電気信号に異常があり、脈が遅くなったり、不規則になったりする患者さんに対して使用されます。

小型の機器を胸の皮膚の下に植え込み、リード線を心臓に留置して、適切なタイミングで電気刺激を送ることで、心臓のリズムを整えます。最近では「リードレスペースメーカー」というリード線を留置せずに心臓のリズムを整えることができるものもあります。

～知っているから安心して生活できるペースメーカーの注意事項～

	禁忌 	注意が必要なもの 
自宅 	・ EMS ※筋肉に電気刺激を与える機器 ・ 体脂肪計	・ 携帯電話 ・ IH調理器/炊飯器 ・ 電気工具 ・ 磁石を使用したもの
外出時 	・ 全自動麻雀卓 ・ 車の急速充電器 ・ アマチュア無線 ・ 電気風呂	・ 車の普通充電器 ・ 車のスマートキー ・ 車のエンジン ・ 盗難防止ゲート ・ ICカード読み取り機 ・ RFID機器 ・ 空港保安検査 ・ トランシーバー
医療現場 	・ MRI ※MRIは対応/非対応があります ・ 電位治療器 ・ ジアテルミー装置 ・ 高/低周波治療器	・ 電気メス ・ 結石破碎装置 ・ CT/X線診断装置 ・ 放射線治療 ・ AED

身体に異常（めまい、ふらつき、動悸等）を感じた場合、すぐにその場から離れるか、使用を中止してください。症状が改善しない場合は、直ちに専門医の診察を受けてください。



「ささみと夏野菜の焼き浸し」



材料 (2人分)

・ささみ……………1本
・薄力粉……………適量
・オクラ……………4本
・ナス……………小1本
・ミニトマト………4個
・サラダ油……………適量

調味液

・めんつゆ(2倍濃縮) ……大さじ6
・水……………大さじ6
・酢……………大さじ2
・しょうが……………1/2かけ

A

作り方

- ①しょうがはすりおろす。保存容器に A とすりおろしたしょうがを入れて軽く混ぜる。
 - ②オクラはガクをとり、ミニトマトはヘタをとる。ナスは小さめの乱切りにして水にさらす。ささみは一口大に切り薄力粉をまぶす。
 - ③フライパンにサラダ油を多めに引き、水気をふき取ったナスを皮を下にして焼く。焼き色がついたら取り出し、同じフライパンにオクラとミニトマトを入れて焼く。火が通ったら取り出し、同様にささみを入れて火が通るまで焼く。
- ※食材を入れ替える際にフライパンに食材が引っ付く場合は、サラダ油を少量追加する。
- ④焼いた野菜とささみを①の保存容器に入れ、冷蔵庫で1時間程度冷やす。



- ・焼いた食材を熱いうちに調味液の中に入れることで、より味がしみやすくなります。
- ・焼き浸しに使用する夏野菜は、今回使用した野菜のほかにカボチャやみょうが、ズッキーニ、ピーマンなどもおすすめです。

栄養価 (1人分)

エネルギー：161kcal
たんぱく質：7.9g 塩分：0.6g
※調味液は全体の2割の量で計算



～夏野菜で 栄養補給を～

夏野菜には体の調子を整えるビタミンAやビタミンCといったビタミンが豊富に含まれています。また、汗とともに失われるミネラルや水分も多く含んでおり、夏野菜は脱水や夏バテ予防にぴったりの食材です。食事に夏野菜をプラスして暑い夏を乗り切りましょう。

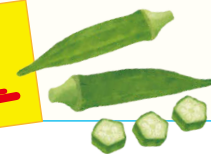
～今回使用した夏野菜に含まれる栄養素～

トマト



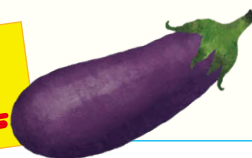
トマトに含まれるリコピンには抗酸化作用があり、特に完熟トマトにはより多くのリコピンが含まれています。

オクラ



βカロテンやカリウム、カルシウム、マグネシウムといったミネラルが豊富に含まれています。βカロテンは油に溶けやすい性質があり、油と一緒に食べると吸収がよくなります。

ナス



約93%が水分であり、そのほかにもカリウムや食物繊維、抗酸化作用のあるナスニンなどの栄養素が含まれています。そのため、水分補給やむくみ、高血圧予防、老化予防などに効果があります。

令和8年8月分

済生会松阪市民病院 外来医師担当表

令和8年7月22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 蓮見伊織	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		▲ 5.19,26日 血液 三重大 山口素子		

(注)一般内科受付は 11:00 まで (注)火曜日午前 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)	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	★西浦 響
	乳腺外来 午後(13:30～)		吉川美侑子			
	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				
					黒田 誠	藤部幸大
特殊外来 午後(13:30～16:00)	大腸(1診) 廣 純一郎	肝臓(5診) 清水敦哉				

(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。

(注)火曜日特殊外来(5 診)は予約診療のみ。

		月	火	水	木	金	
呼吸器センター	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	▲ 4.18日 畑地 治		畑地 治	畑地 治
		2 診 (補助診)			新患 江角真輝		
		内科2診			再診 古田裕美		
		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		■篠田真里		中村 文	

(注)新患の受付は 11:00 まで

循環器内科			月	火	水	木	金
	1 診	2 診	泉 大介	▲ 25日 泉 大介 ▲ 4.18日 市川和秀	市川和秀	泉 大介	市川和秀
			午後	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		▲ 6.20,27日 池村 重人 ■		池村 重人	
				2 診					スポーツ・膝・足の 外科外来 伊東直也		岡本大輝		▲ 14.28日 スポーツ・膝・足の 外科外来 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 診の受付は 10:00 まで

(注)木曜 1 診の受付は 10:00 まで ▲8 月木曜 1 診は第 1,3,4 池村医師となります。(注)完全予約制

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	高嵩祐布子	高嵩祐布子	高嵩祐布子	代務医師	高嵩祐布子
	午後	1 診	前原 陸	前原 陸			
		2 診	高嵩祐布子	高嵩祐布子			
			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	午後					▲ 7.21日 小泉正樹
							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
	午前	1 診 2 診	杉本恭子	手術	杉本恭子	杉本恭子	杉本恭子
			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	▲ 13日 中橋一裕	松山博道 (予約のみ)
		予約	仲村秀明			▲ 6.20,27日 松山博道	仲村秀明
	午後		中橋一裕 松山博道 仲村秀明	中橋一裕 松山博道 (予約のみ)	手術・ 歯周病 外来	▲ 13日 中橋一裕 ▲ 6.20,27日 松山博道 仲村秀明	手術・ 歯周病 外来

(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 13 日、松山医師 6.20.27 日。

脳神経外科			月	火	水	木	金
	午後	1 診 2 診	済生会医師 交代				

(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	

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

受付時間(科により異なります。)

午前 8:00 ~ 11:30

午後(診察のある科のみ) 13:00 ~ 14:00

済生会松阪市民病院

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