泉だより vol. 63

発行／医療法人 栄和会 広報委員会　　2016.9月

今年度の栄和会夏祭りは和太鼓やフラダンスの演舞をはじめ、盆踊りでは地域の皆様方と一つの輪となり大変盛り上がりました。バザーの売上金は熊本地震への義援金として寄付させていただきました。ご協力ありがとうございました。

夏祭り実行委員会　酒井　絵美

【栄和会　経営理念】悩める人を癒し、苦痛を和らげ、心を慰め、そして病気の予防を

第7回 IZUMIKAWA LIVE 2016 開催

Guest Operator

齋藤 滋 先生 （湘南鎌倉総合病院）

Special Guest

阿部 浩二 先生	（熊本労災病院）
大坂 薫平 先生	（ながさきハートクリニック）
大庭 百合賀 先生	（千早病院）
岡 秀樹 先生	（虹が丘病院）
勝木 孝明 先生	（古河赤十字病院）
黒部 昌也 先生	（長崎みなとメディカルセンター市民病院）
河野 佑介 先生	（嬉野医療センター）
進 智康 先生	（東可児病院）
高橋 玲比古 先生	（さくら会　高橋病院）
竹下 聡 先生	（長崎みなとメディカルセンター市民病院）
剣田 昌伸 先生	（藤元総合病院）
長岡 和宏 先生	（福岡市民病院）
中村 郁子 先生	（佐賀県医療センター好生館）
中村 洋文 先生	（千早病院）
西川 宏明 先生	（福岡大学病院）
則松 賢次 先生	（出水総合医療センター）
羽田 哲也 先生	（さくら会　高橋病院）
弘永 潔 先生	（福岡市民病院）
福嶋 理知 先生	（長崎大学病院）
舛谷 元丸 先生	（尼崎新都心病院）
宮崎 元子 先生	（嬉野医療センター）
室屋 隆浩 先生	（嬉野医療センター）
矢加部 和明 先生	（虹が丘病院）
由布 哲夫 先生	（阿蘇医療センター）
吉田 敬規 先生	（佐賀県医療センター好生館）

※並びは、五十音順となっております。

平成28年７月23日㈯、泉川病院で７回目となります「Izumikawa Live2016」が開催されました。

オペレーターには、世界的に有名な湘南鎌倉総合病院副院長の齋藤滋先生を御迎えし、４症例の心臓カテーテル治療が行われました。齋藤滋先生の最先端技術を駆使したライブデモンストレーションを、全国から参加していただいた御高名な先生方と、これから循環器を担っていく先生方によりディスカッションが行われ、参加された若手の先生にとっては技術・知識の育成の場となりました。さらにコメディカルセッションでは人体模型を用いり、コメディカルがオペレーターを務めて行う珍しいライブデモンストレーションが行われ、全国で活躍されるコメディカルとの熱い討議が行われました。どちらも立ち見が出るほどで、盛況のうちに終了しました。

今年も同日に、こちらは４回目となります「市民公開講座」と「心臓リハビリテーションライブ」を開催。栄養教室では神戸の高橋病院と当院の管理栄養士のコラボによる「心臓を守る食習慣」が開催され、今年も多くの市民の方に参加していただいきました。

また１つ新イベントで、中・高校生を対象とした学校見学会を開催し、市民公開講座への参加、院内および心臓カテーテルライブの見学・説明が行われました。学生からは「将来の目標を再確認できた」、「人の役に立てる医者を目指したい」という感想が聞かれ、学生にとって貴重な体験また新たな進路へとつながるイベントとなったと思います。

このような機会が、長崎県および島原半島における循環器医療・救急医療のさらなる充実に貢献できたらと思います。この会が今後も開催できますよう職員一同気持ちを引き締め、良い医療を目指し邁進していく所存であります。

最後に、御多忙の中御参加いただいた市民の皆様、医師・コメディカルの方々、また御協力いただきました医療関係者の皆様に、厚く御礼申し上げます。今後とも医療法人栄和会を宜しくお願いいたします。

臨床工学技士
岩永　瑞希

第4回 泉川病院市民公開講座

市民公開講座も４回目となりましたが今年も成功のうちに終えることができました。

今回の市民公開講座では、初めて進行役を務めさせていただき皆様に少しでも医療に興味を持ってもらいたいと思い臨みました。

不安に感じながら進めておりましたが、皆様の笑顔、真剣な表情を見て今後も継続していくべきだと思いました。終了後のアンケートでは「AED の操作が分かるようになった」や、中学生、高校生から「医療系に進みたくなった」という声もあり、この企画に携われて嬉しく思いました。

行き届かないことがあったと思いますが、無事に終えることができたことは、スタッフの皆さまのご協力あっての事と思います。これからも地域住民の皆様のお力となれるよう前に進んでまいりますので、今後ともよろしくお願い致します。

臨床工学技士　下田　康一郎

栄養部内

今年度は特別講師として、神戸市の高橋病院　管理栄養士　中津智子さんをお招きし、「心臓を守る食習慣」と題して御講演していただきました。心臓を守るためには、体重の管理・日々の食習慣（減塩・バランスのよい食事の摂り方）等が重要であることの説明がありました。

地域の皆様には、まず出来ることから始めていただきたいと思っております。

実演では、“おいしく減塩・かんたんレシピ“として、胡瓜と塩昆布の即席漬けを調理・試食を実施。塩分を控えた食事のひと工夫として、日々の料理の参考にしていただければと思っております。引き続き市民公開講座・いきいき健康教室等を開催し、今後も地域の皆様への健康づくりのお手伝いが出来るよう頑張っていきたいと思いますのでよろしくお願い致します。

管理栄養士　水田　美代子

心臓リハビリ

今年で４回目となる心臓リハビリテーション LIVE を開催しました。「みんなで知ろう！心臓リハビリ！」というテーマで講演と参加者の方と共に実技体操を行いました。

まず、心臓リハビリテーションが心臓の血管病に対して再発や悪化を予防するのに有効であることや運動についての実際などをお話ししました。また、心電図モニターを参加者の方に装着してストレッチ体操やセラバンドを使用した筋力トレーニングの実技を行いました。

参加者の方からは「運動の大切さを感じました」「日頃の食事や運動の生活習慣を見直そうと思いました」など嬉しい感想をいただきました。また、「月に１回はこういう会を開いてほしい」「個別的に運動指導をしてほしい」といったご要望もいただきました。今回のご意見やご要望を参考に、次年度開催に活かしていきたいと思います。来年も皆様のご参加お待ちしております。

理学療法士　藤原　健一

災害医療派遣訓練 2016夏

この度の「平成28年熊本地震」で被災された皆さまに、心より御見舞い申し上げます。

今年も７月６～８日の酷暑の中、今回新たに２名のスタッフが参加し、チーム編成の充実を図りながら災害医療派遣訓練を行いました。

当院の災害医療派遣チームは今年４月14日の「平成28年熊本地震」発生直後、熊本県益城町へ入り医療支援活動を行ってきました。この時の経験を活かし、諫早市にある総合運動公園の御協力をいただき、新たな地で暑い中での「サーチ＆レスキュー」や「地図の作成」方法の再確認、津波を想定し川を利用して、水の中で時間内に被災者を安全かつ迅速に対岸へ移動避難させる方法など、今後必要となる活動または技術習得の訓練を行いました。今回の訓練で多くの反省点が出ましたが、支援活動内容および個人の心構えを見直すことができ、大変有意義なものとなりました。

救える命をできるだけ失わずにすむよう、被災者に可能な限り医療を提供することができるように、当院から被災地へのスムーズな派遣が可能な体制をこれからも模索し続けていきたいと思います。

災害医療派遣チーム　岩永　瑞希

「感染症対策委員会　研修会」

平成28年６月16日㈭　ふるさと伝承館

全職員を対象とした院内感染対策研修会を開催しました。講師として大正富山医薬品㈱の西原俊幸先生をお招きし「標準予防策」と「抗菌薬療法の基礎知識」について講義していただきました。

○×形式の参加型クイズや、感染拡大の経路の動画があり、大変興味深くわかりやすく学ぶことができました。

患者さんへの接触前の手指衛生、手袋やエプロン、マスク、ゴーグル着用の必要性、感染経路を把握し、それらを選択し適切に対応することで感染を未然に防げることを学び、手指衛生の大切さを痛感しました。今回学んだことを活かし今後の院内感染対策に努めていきたいと思います。

感染症対策委員会：原　由美

エコ推進委員会主催地域清掃活動

H28.7/９㈯エコ推進委員会主催の地域清掃活動を開催しました。連日雨が続いた時期でしたが、その日は天気にも恵まれ深江海岸沿いから泉川病院周辺の清掃を行うことができました。今回、職員約130名グループに分かれて行うことで、広範囲にかつ効率よく活動できたので約300kg 拾うことができました。今後も少しでも地域に貢献できるようにこの活動を続けていきたいと思います。

エコ推進委員会　藤原　健一

新人紹介

介　護
横田　和馬

洗濯室
岩永　久美子

調理員
吉川　八千代

介　護
松島　和貴

看　護
増永　彩茄

薬剤師
内田　珠美

介　護
楠田　みや

新　任　医　師　紹　介

①氏　　名　**中山裕之助**
②診療科目　泌尿器科
③前赴任先　城内会八尾病院
④コメント　島原で生まれ育ちました。がまだすロードでの朝日に迎えられながらの10分の通勤、とても爽快です。前立腺癌や結石症などの泌尿器科専門医ですが、予防医学に興味をもち、たとえば腎不全（透析）になる前の病気も診ています。糖尿病・動脈硬化症・肥満症などです。また漢方相談や緩和ケアご依頼いつでも承ります。
皆様の健康維持に少しでもお役に立てるよう頑張ります。

乳がん検診を受けませんか

乳がん検診の受けやすい環境作りとして、乳がん検診（個人検診）のクーポン券の販売と、土曜・日曜乳がん検診を行います。ぜひ、あなたとあなたの大切な人のために乳がん検診を受診していただきたいと思います。

乳がん検診（個人検診）　**クーポン券：料金 3,500円（通常 4,320円）**
- ●使用可能期間：ピンクリボン月間（10月中）または受診者様の誕生月
- ●検査内容：マンモグラフィ＋乳腺エコー（女性技師対応）
- ●このクーポン券は泉川病院のみで使用可能です。

土曜・日曜乳がん検診
- ●土曜日の乳がん検診を午前中のみ行います。（不定休）
- ●日曜乳がん検診実施日：2016年10月16日・2017年１月22日、２月26日
- ●利用可能な検診種類：市のがん検診（南島原市・雲仙市）・無料クーポン・個人検診
- ●検査項目：マンモグラフィ･乳腺エコー･視触診（マンモグラフィと乳腺エコーは女性技師が対応）

事前予約が必要です。ご不明な点はお問合せください。▶TEL 0957-72-2017（担当：検診室）

第5回

健康レシピ

おいしい『いちじく』の見分け方
ふっくらしていて大きい。
果皮にハリと弾力があり、ヘタの切り口に白い液がついていると上品な甘みがあるものが多い。ヘタのところまで色づいているのがいい。

いちじくのスムージー

材料　4人分

いちじく		4～5個
ミントの葉（飾り）		適量
★	はちみつ	大さじ1
★	牛乳	250ml
★	プレーンヨーグルト	250ml

作り方

①いちじくは皮をむき、縦4等分に切っておく
②★・①をミキサーにかける
③グラスに注いで、ミントの葉を添える

1人分のエネルギー
130kcal
たんぱく質 5.0g
食物繊維 1.0g
カルシウム 160mg
カリウム 270mg

いちじくには水溶性食物繊維が多く含まれており腸の善玉菌を活性化して腸内環境を整えてくれます。

いつもの朝食と組み合わせておいしく食べましょう。

いちじくとヨーグルトの組み合わせで便秘解消の効果があります。

参考資料：旬を味わう12カ月
2010オールガイド五訂増補食品成分表

いきいき健康教室のご案内

9月17日㈯	毎日続ける運動療法～	（担当：理学療法士）
	運動と栄養について、体脂肪1kgを燃焼させるには	（担当：管理栄養士）
10月15日㈯	糖尿病について	（担当：腎臓内科医）
	食品の仲間を覚えよう	（担当：管理栄養士）
11月19日㈯	インフルエンザについて～病気を予防しよう～	（担当：看護師）
	おいしく減塩	（担当：管理栄養士）
12月17日㈯	薬の飲み方について～薬剤師より～	（担当：薬剤師）
	外食の摂り方のコツ	（担当：管理栄養士）

※毎月第3土曜日の11時～4階ドック室にて健康教室を開催しています。
※9月の教室には食事があります。参加される方は内服薬を忘れずにお持ちください。
※詳細は毎月病院掲示板にてご案内しておりますのでご覧ください。
※ご希望、ご相談がございましたら外来看護師へお尋ねください。

生活習慣病対策チーム：増田　清美

医療法人 栄和会　〒859-1504 長崎県南島原市深江町丁2405　TEL0957-72-2017　FAX0957-72-5913　http://www.izumikawa.or.jp