

# マリナーズ 神戸だより

一般財団法人  
神戸マリナーズ厚生会  
病院  
KOBÉ MARINERS WELFARE ASSOCIATION  
KOBÉ MARINERS HOSPITAL

2014年  
秋号



取得認証：病院機能評価 Ver. 6  
ISO: 9001 2008Ver.

平成26年11月1日発行  
製作・監修 IT委員会  
編集責任者 副院長 西野初枝

## 病院理念

- ・ひかり輝く心身であれ
- ・患者さまの立場になって考えよ
- ・責任をもって行動せよ

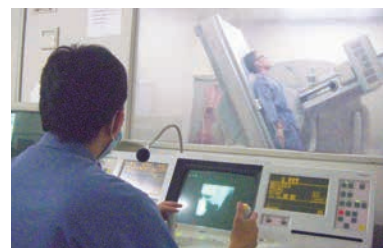


## 健康診断センターのご案内

長い人生を健やかに送っていただくためには、日頃の健康づくり、病気の早期発見が欠かせません。

健診センターでは最新の設備と経験豊富な専門医師により、検査データの評価・画像診断（レントゲン、CT、MRI、乳癌に対するマンモグラフィーなど）・内視鏡検査やエコー検査などを行い、皆様の健康状態を把握し的確な健康増進指導や治療のお手伝いをいたします。

いつでも気軽に受診できる病院、どんなことでも相談できる病院として、外来や検査科との連携も素早く、健診で何らかの異常が認められた場合には、健診センターから次の検査・治療ということも可能です。



「基本コース」となる一般的な健康診断をはじめ、人間ドックだけでも「入院・通院・半日」の3コースがあり、その他、生活習慣コースやレディースコースなど多様なコースを設定しています。また、検査項目を組み合わせることができ、100通り以上のコースから自分に合わせた検査を受けることが可能です。

詳細については、お気軽にご相談ください。

TEL: 078-351-6110

【神戸マリナーズ健診センター】

## 目次

健康診断センター	1
部署紹介「検査科」	2
くすりの効き方	2
秋の行事食	3
アイデア料理レシピ	3
糖尿病・生活習慣病教室	3
通所リハからのお知らせ	4
地域連携室紹介	4
外来診療担当	4

## 基本方針

- I. 人権尊重：患者さまの人権を尊重した、医療と看護、介護を提供します。
- II. 相互理解：医療と看護、介護を受ける側、提供する側の相互理解を深め、患者さま本位の医療と看護、介護を提供します。
- III. 高質安全：常に時代に即応した高質で安全な医療と看護、介護を提供します。
- IV. 地域貢献：救急医療及び、他の医療機関・介護施設と連携などを通して、地域医療に貢献します。
- V. 健康維持：船員及びその家族と地域住民の健康増進、医療援護、海上労働医学の調査研究及び広報事業に貢献します。
- VI. 継続改善：医療と看護、介護における品質マネジメントシステムへの要求事項へ適合し、品質マネジメントシステムの有効性の継続的改善を図ります。



## 部署紹介「検査科」

私たち検査科は、現在日勤5名と当直担当で24時間検査ができるよう万全の体制を整えています。

病院の外来・入院と健診センターに対応していて、検体検査（血液検査・尿検査等）や患者さんへの生理検査（心電図・エコー等）を行っています。

検体検査では、診察、治療経過などに役立つ迅速で正確なデータの報告に努めており、生理検査では笑顔で安全かつ的確丁寧な検査を心がけています。

少人数ではありますが、個性豊かな、元気いっぱいの楽しい職場です。スタッフ間のコミュニケーションも良く、検査結果等に対して疑問点があれば他のスタッフに質問、相談が出来、向上がはかれる環境です。



日々進化する医療現場において、最新の知識を得るため検査科内で月1回の勉強会を行っていて、外部研修会へも積極的に参加しています。

今後とも、新しい知識と経験をもとに信頼される臨床検査を提供していきます。

検査科

### くすりの効き方

## 肺炎予防にワクチン接種のすすめ



肺炎は日本人の原因疾患別死亡者数(平成23年度集計)の第三位となり、12万4652人、死亡者全体の9.9%を占めています。がん等の悪性新生物、心疾患に次いで多く、脳卒中を抜いて年々増加傾向にあります。肺炎にかからないためには、マスクの装着やうがい、手洗いの励行などによって菌の付着・定着を防ぎ、病原性を発揮しないようにすることが重要です。

肺炎の原因となる菌で最も多いのが肺炎球菌です。特に高齢者で糖尿病や心疾患、呼吸器系等の慢性疾患、免疫疾患等のある人が感染した場合には重症化しやすく、治りにくいため、従来から肺炎球菌ワクチンの接種が推奨されています。一度接種すると通常効果が5年程度持続する為、5年毎に接種します。本年10月からは定期接種も開始されています。

また、インフルエンザにかかった場合にインフルエンザウイルスによる感染症が直接の原因ではなく、インフルエンザ感染から気道障害を起こすと、細菌感染の起こりやすい環境を作るため、合併して細菌性肺炎にかかり、重篤化する例が多いと言われています。感染を予防し、発症した場合でも症状を軽減するインフルエンザワクチンの接種は肺炎予防につながり、有効性が高いと言われています。高齢者だけでなく、家族全員で接種することが望めます。

それ以外に、喫煙によって気道の異物排泄機能が低下し、肺炎発症リスクを上昇させるとの報告があります。禁煙による罹患率の低下も明らかであり、禁煙はかなり有効な肺炎予防手段と言えます。

★肺炎球菌ワクチン、インフルエンザワクチンの接種については、外来でご相談下さい。

薬剤科



# 秋の行事食

入院中の患者さまに季節を感じていただけたらと、栄養科では旬の食材を使った行事食を毎月1回行っています。

9月は敬老の日の行事食ということで、長寿をお祝いして、赤飯と小豆粥を炊きました。

主菜は食事アンケートのリクエストでも多い、天ぷらを揚げ、デザートは今が旬の梨とぶどうの二種盛りになりました。



- ◆天ぷら盛合せ  
(海老・カラスカレイ・さつまいも・茄子・椎茸・オクラ)
- ◆白菜のゆず和え
- ◆果物 (梨・ぶどう)



栄養科

# アイデア料理レシピ

## さつまいもと柿のサラダ(4人分) 秋の味覚を楽しみましょう!



### 材料：4人分

- さつまいも…… 500g
- 柿…………… 1個
- みかん汁・柑橘系の汁  
…………… 1/2個分
- なたね油…… 大1
- 酢…………… 大1
- はちみつ…… 大1
- 塩…………… 小1と1/2

### 作り方

- ① さつまいもは皮をむいて輪切りにする。
- ② 鍋に水と①を入れてやわらかく煮る。
- ③ 1/4カットした柿に少し塩を振って(分量外)薄切りにする。
- ④ 茹で上がったさつまいもを潰して③を加えたらみかん汁を絞り、混ぜ合わせる。
- ⑤ 酢となたね油、塩を混ぜ合わせる。
- ⑥ ④に⑤を加えてよく混ぜ合わせたら出来上がり。



栄養科

### 1人あたり：238kcal

- ◆たんぱく質… 1.6g
- ◆炭水化物…… 50.7g
- ◆脂質………… 3.5g
- ◆食塩………… 2.2g



# 生活習慣病教室・地域セミナーのご案内

毎月1回、当院では生活習慣病教室を行っています。

生活習慣病にちなんだテーマで、医師を始めスタッフ一同で、皆様の健康づくりのお手伝いをしたいと思っています。

栄養士からは毎回季節の食材を取り入れた献立や、健康に役立つおすすめ食事献立等を紹介いたします。

ぜひ一緒に健康づくりを始めてみませんか？

### 今後のスケジュールはこちらです。

- ☆11月 … 地域セミナー ヘルシーおやつレシピ
- ☆12月 … クリスマスコンサート おすすめ食事献立
- ☆1月 … 糖尿病教室 おすすめ食事献立

皆様のお越しをお待ちしております。

※詳しい問い合わせは、病院まで直接お尋ね下さい。



糖尿病生活習慣病教室委員会

## 通所リハビリテーションからのお知らせ

11月から、通所リハビリテーション午前の部が始まりました。  
より一層、サービスを充実させるようにがんばります！

【事業の実施地域：中央区（ポートアイランドを除く）・兵庫区】

午前	午後
A枠／ 9:30～10:40	C枠／13:00～14:10
B枠／10:50～12:00	D枠／14:20～15:30
	E枠／15:40～16:50

☆A～E枠で、お好きな枠を選択できます。  
(1枠の定員が12名までとなりますので、ご要望に沿えない場合もございます。また日・祝日、年末年始は休業となります。)



詳細については、お気軽にお問い合わせください。 TEL : 078-360-1100 FAX : 178-360-1050

## 地域連携室紹介

平成26年9月から地域連携室が新体制となり、地域連携室長に藤田早苗、副主任に酒井久美子が着任いたしました。簡単にですが、ご紹介させていただきます。

室長の藤田は看護師として35年、訪問看護や介護支援専門員としても13年の経験があり、副主任の酒井は、グループである「ポート愛ランド。老健」で開設当初より、地域との関わりを大切にして働いてきました。

これらの経験を生かし、患者様が安心して治療・療養ができ、また在宅復帰ができる様に、院内スタッフをはじめ地域医療機関との連携をスムーズにしていきたいと考えています。

皆様、よろしくお願い致します。



地域連携室

## 外来診療担当表

平成26年11月1日現在

時間	区分	担当	月	火	水	木	金	土
9:00 ～ 13:00	午前診	内科1診	榎本	榎本	佐藤	佐藤	佐藤	榎本
		内科2診	—	堀田	井上	堀田	—	川北
		糖尿病・一般外来	高嶋 (DM)	木村	高嶋 (一般・DM)	村田	高嶋 (一般・DM)	当番医※1
		循環器・呼吸器	松添	楢林(呼吸器)	—	下浦(12時まで)	—	当番医※2
		外科	植田	石井	植田	植田	石井	福本(12時まで)
		脳神経外科	—	—	福島	—	—	—
		整形外科	鄭	矢野	矢野	鄭	鄭	矢野※3
婦人科	西原	—	—	谷口 (2・4週)	—	西原 (1・3・5週)		
14:00～17:00		糖尿病・一般外来	—	—	井上	—	加藤	—
平日 16:00 ～ 19:00	午後診	内科1診	榎本	高嶋	榎本(17時～)	—	高嶋	植田
		内科2診	—	堀田	—	脇	—	—
		循環器・呼吸器	川北※4	—	川北※5	—	堀田(17時～)	—
		外科	石井	—	石井	植田(17時～)	植田	—
土曜日 14:00 ～ 17:00	午後診	脳神経外科	—	—	福島(13～17時)	—	—	—
		整形外科	手術(鄭)	鄭	—	小林	矢野	小林

### お知らせ

※注記参照を必ずご確認ください。  
・診療担当医は変更になる場合があります。  
・土曜日は、通常夜間診はありません。  
・ただし、救急はこの限りではありません。

注記 ※1：第1週→堀田、2週→佐藤、第3・4・5週→村田。  
※2：第1週→溝口、2・3・4週→本庄、5週→佐野。  
※3：初診のみ、12時まで。  
※4：14：00～16：00、第1週は休診。  
※5：14：00～16：00、第2・4週のみ。