

# 水戸病院だより

Mito Hospital News



日本医療機能評価機構

審査区分：療養病院 ver6.0

第59号

2013年6月(初夏号)

医食同源  
魚のつみれ活用法

# 飛翔

## 医局レポート 「胃がん」について

PICK UP!

●47名の職員が  
永年勤続表彰を受けました  
●ふれあい夏祭りが  
開催されます

表紙撮影/内田義春氏

### CONTENTS | 目次

- P2 ご挨拶
- P3 医局レポート
- P4 医師紹介
- P5 開院記念式
- P6 3病棟お花見レクリエーション
- P7 ふれあい夏祭り告知
- P8 医食同源
- P9 バトンタッチ放談・おばあちゃんの知恵袋
- P10 外来診療担当案内・施設のご案内

### 医療法人社団正信会 理念

- ◆一人ひとりの人権を尊重し、知識・技術の向上をめざして研鑽致します。
- ◆優れた医療と豊かな福祉社会の実現に努めます。
- ◆地域の人々に信頼され、開かれた施設づくりに励みます。

TAKE FREE ご自由にお持ち帰り下さい



# ご挨拶



介護老人保健施設  
ニューライフ須恵  
療養部長

阿部 啓子



今年は例年より桜の開花が早く春の訪れを感じておりましたが、4月に入り寒の戻りもあり冬物が手放せない日もあります。しかし花々は華麗に咲き誇り、ガーデニングにはまっている我が家の玄関先には秋に種から育てたパンジー・ビオラや芝桜・ペチュニアなどたくさんの花々が目を楽しませてくれています。

昨年度から正信会でリフレッシュ休暇が取り入れられました。普段、家と職場の往復で家族と旅行することはほとんどありませんでしたが、末娘と2泊3日で京都めぐりをしてきました。数十年ぶりの京都に娘とはしゃぎながら新幹線に乗り込みました。春の京都は初めてでしたが、何処を巡っても桜が満開で、特に枝垂桜の見事なことに感激しデジカメのシャッターを押し続けていました。看護師の仕事について40年の節目の年にプレゼントを頂いた気分です。

民主党から自民党に政権交代され、はや、3ヶ月が過ぎました。アベノミクスは私たちの生活にどのような効果をもたらしてくれるのでしょうか、安倍政権に期待をかけたと思います。しかし医療界は激しい状況が続いています。

介護老人保健施設は在宅と病院の中間施設の役割を担っております。しかし在宅生活が困難な入居者の方もおられますが、他の施設の空きを待っている方、在宅に帰る準備をされている方、季節で入所される方等様々な方がいらっしゃいます。

しかし昨年4月の介護保険の改正において、国は在宅復帰・見取り看護等を推進し、本来の介護老人保健施設の役割を果たすよう通達がありました。高齢化が進んでいる状況の中で介護者の負担が大きい事は十分承知しておりますが、住み慣れた環境で過ごせることは何事にも変えられないものもあります。

現在は在宅サービスも整ってきました。通所系サービスや訪問診察、訪問看護・介護・リハビリテーション、薬や栄養に関しても薬剤師や栄養士が訪問することもできます。当施設を退所される利用者様にも、在宅で生活されるうえで何が必要か、又心配されていること等を十分に話し合いすることで安心して在宅に帰って頂いております。そのお手伝いをスタッフ全員がそれぞれの専門性を生かしアドバイスさせて頂いております。

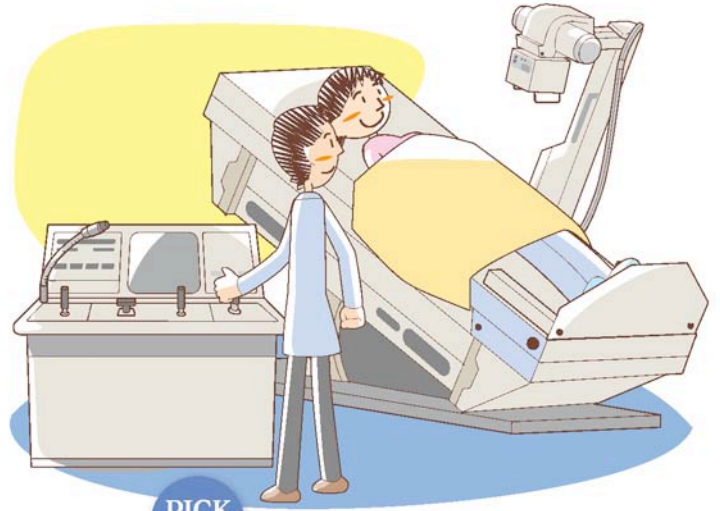
入所中は生活リハビリを取り入れながら、楽しみや生き甲斐を持って過ごして頂けるよう、季節の行事や誕生会、レクレーション等スタッフがアイデアを出し合い、喜んでいただけるよう企画しております。利用者様の笑顔が私達の励みとなります。今後も安心して満足して頂けるようにスタッフ一同サービスを提供して参りたいと思います。





# 医局 レポート

DOCTOR  
REPORT



PICK  
UP!

## ●テーマ

# 「胃がん」について

まず最初に、誰だって「がん」にだけはなりたくない、自分だけは「がん」にならないだろうと思っ  
ていらっしゃる方が多いのではないのでしょうか。しかし、実際には日本人の40%弱が「がん」になっ  
ております。全体の「がん」の中で、本日の話の「胃がん」は第2位です。高率です。

ところで、胃がんの原因ですが、最近ではピロリ菌（ヘリコバクター・ピロリ）の関与が強く言われ  
ております。中でもcagA遺伝子を保有するピロリ菌の持続感染が胃がん発症に重大な役割を果た  
すことが明らかとなっています。

ピロリ菌感染の有無は、胃カメラで直接確認する方法のほか、血液（ピロリ菌抗体）や、吐いた  
息を調べる（呼気試験）ことで簡単にわかります。

胃がん患者の99%がピロリ菌に感染していますが、ピロリ菌の感染者のうち実際に胃がんにな  
る人は1%以下です。ピロリ菌に感染したからといって胃がんになるわけではありません。胃がん  
になり易いのは、ネズミでの実験ですが、ピロリ菌を感染させたネズミに発ガン性物質と多量の塩  
分を与えると、発ガン性物質だけを与えたネズミより、胃がん発症が3倍にもなりました。つまり、ピ  
ロリ菌に感染している人が塩分過多になると胃がんを発症しやすくなります。又、喫煙する人がピ  
ロリ菌に感染していると11倍も胃がんになりやすいです。

ではどうすればよいのでしょうか？除菌です。2種類の抗生物質と胃酸抑制剤を1週間服用して  
除菌します。今年2月21日から、胃潰瘍・十二指腸潰瘍だけでなく、慢性胃炎に対する除菌にも保  
険が認められることになりました。

最後に、除菌だけでなく、禁煙・減塩を心がけ、胃がん検診を受けることにより、胃がんによる死  
亡率が低下する可能性が大いにあります。



正信会 水戸病院  
内科医師

渡邊 豊吉



# 医師紹介

正信会 水戸病院 内科医師

きよい きほう  
**清井 起鵬**

(主な研修先) 麻生飯塚病院、浦添総合病院(沖縄)、千鳥橋病院、  
亀田ファミリークリニック館山・亀田総合病院在宅  
医療部(千葉)  
(家族) 妻と3人の子供の5人暮らし  
(趣味) 卓球



清井起鵬(きよいきほう)と申します。よく「家はお寺か?」と聞かれることがありますが違います。「莊子」にも書かれている中国に伝わる伝説の馬である鵬(おおとり)の文字をとって命名されました。そんな大した人間にはなってませんので、恥ずかしい限りですが。

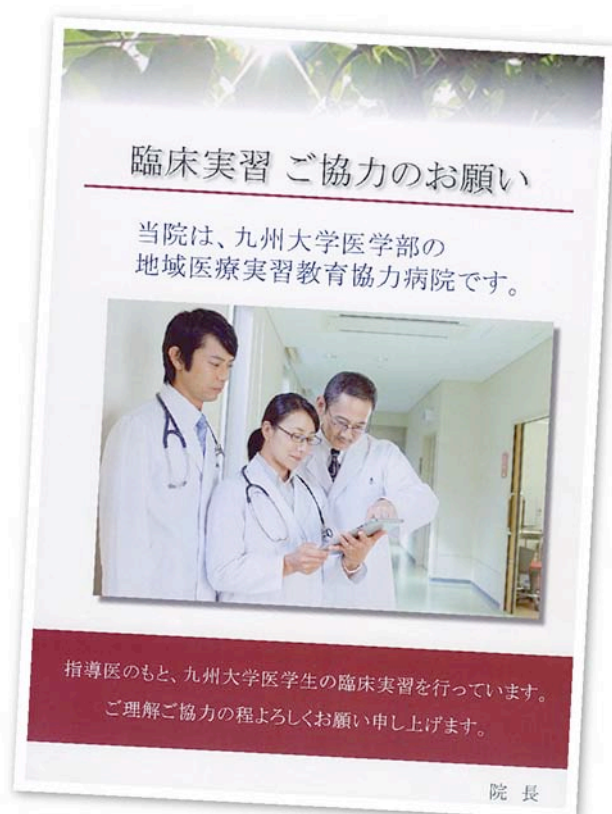
平成8年に熊本大学を卒業、医師17年目になります。専門ですが、私は臓器専門医(呼吸器科、循環器科など)ではなく、総合診療医として研修をして参りました。内科全般を診させて頂き、必要があれば臓器専門医の先生にご相談に対応いたします。また、皮膚科医として5年間勤務したこともございますので、簡単な皮膚のトラブルについてもご相談下さい。

## 臨床実習ご協力のお願い

当院では、この度九州大学医学部医学生の臨床実習病院となりました。

当院といたしましては、医学生が外来初診診療・在宅診療・訪問看護などの実習を通じて、地域の病院・診療所や施設において、病気の診断や地域に密着した医療や福祉を実地で学ぶことは、今後、地域の方々に寄り添う医療を提供するために重要であると考えております。

当該実習は、当院の医師が指導を行って参ります。患者様の人権や個人情報には十分な配慮致すことを徹底して参りますので、つきましては、趣旨をご理解いただき臨床実習にご協力いただきますよう宜しくお願い申し上げます。





Report

1

# “地域とともに 地域のために”

水戸病院も昭和48年に当地で開設以来、早40年を迎えました。これからも地域のために頑張ってまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。



# 医療法人正信会 開院記念式

3月1日は当法人の開院日にあたり、ニューライフ須恵の1階フロアにて開院式を開催致しました。今年は、47名の職員が永年勤続表彰を受けました。

これからも職員一同地域のため、医療や保健・介護サービスを提供してまいります。

## 平成25年正信会開院記念 永年勤続表彰受賞者

- ◆ 勤続40年表彰……1名
- ◆ 勤続30年表彰……1名
- ◆ 勤続25年表彰……1名
- ◆ 勤続20年表彰……1名
- ◆ 勤続15年表彰……9名
- ◆ 勤続10年表彰……19名
- ◆ 勤続5年表彰……15名



吉松秀則理事長祝辞



増田住博施設長祝辞



白橋斉病院長祝辞



永年勤続表彰受賞者挨拶



Report

2

# 3病棟お花見 レクリエーション



少し  
肌寒い  
かな？



ハイ！  
ポーズ

病院の近くの公園にて



みんな  
にっこり







# ふれあい夏祭り

また今年もふれあい夏祭りを開催します。



去年の夏祭りの様子

日程：8月下旬の土曜日(予定)  
時間：18:00～  
場所：正信会敷地内

平成25年8月下旬の土曜日(予定)に正信会ふれあい夏祭りを開催致します。  
今年も地域の方々と親睦を目的に夏祭りを盛り上げていきたいと思っておりますので、是非お立ち寄り下さい。



去年の夏祭りの様子





# 医食同源

# 魚のつみれ

## 活用法

栄養課  
管理栄養士  
吉松 智美

つみれは、多めに作って  
冷凍保存も出来ます!!



カレーうどん

残ったカレーで  
作れます!!

**材料(1人分)**  
だし汁 ▶ 300cc  
つみれ ▶ 3個  
薄口醤油 ▶ 適量  
白ねぎ ▶ 適量  
カレー ▶ 大きじ3  
水溶性片栗粉 ▶ 大きじ1.5  
うどん ▶ 1玉

**作り方**  
①だし汁につみれを加え、中火で火を通す  
②①に、薄口醤油と白ねぎ(幅1cm位の斜め切り)を加える。別の鍋でうどんを茹でる(茹で麺であれば何もしないで良い)  
③②を弱火にし、カレー、水溶性片栗粉を加えて火を止める  
④麺を丼に盛り、上から③をかけたら出来上がり



しゅうまい

ぎょうざの皮も  
美味しいです

**材料(3個分)**  
つみれ ▶ 3個  
しゅうまいの皮 ▶ 3枚  
ポン酢・辛子をお好みで

**作り方**  
①つみれをしゅうまいの皮で包む  
②蒸し器で10分蒸す(電子レンジのスチームモードでも可)  
③器に盛って、ポン酢や辛子と一緒にどうぞ



椎茸とつみれのオーブン焼き

**材料(3個分)**  
椎茸(生・干どちらでも可) ▶ 3枚  
つみれ ▶ 3個  
スライスチーズ ▶ 3/4枚  
ブラックペッパー ▶ 少々

**作り方**  
①椎茸(干し椎茸の場合は水で戻し、水気を切る)の石づきを除去、つみれを少し平らにしてのせる  
②スライスチーズを4つに切り離し、①の上に乗せる  
③ブラックペッパーを②の上にならびにふりかける  
④オーブン(1000W)で10分焼くと出来上がり(トースターでも手軽にできます)



### 基本のつみれ

#### 材料(12個)

・魚のすり身(いわし・鯉など何でも) ▶ 180g  
・塩 ▶ 2つまみ  
・卵白(といたもの) ▶ 大きじ2  
・片栗粉 ▶ 大きじ1  
・人参・蓮根・ごぼうなどの具材 ▶ 適量

#### 作り方

①魚の骨を除き、包丁でたたく(市販のすり身でも良い)。  
②①に塩、卵白、片栗粉を加えながら捏ねる。  
③具材をみじん切り(ごぼうは小さめの大きさがきが良い)にし、②に加える。  
④一口サイズに丸める。



# batontouch! バトンタッチ放談

水戸病院・グループ施設で活躍しているスタッフからのメッセージをご紹介します!

こんにちは、コンフォート須恵デイサービスセンターに勤務している古賀馨と申します。正信会(水戸病院)グループに入職したのが1998年...それからの月日を思い返せば実に様々なことがありましたが、今となっては「あっ」と云う間の15年間だったように思います。

4年半前のある日、福岡市内の実家で独り暮らしをしていた母が倒れ、約3ヶ月間の入院生活後実家に一人で戻すのが不安だったこともあり母には糟屋郡内の有料老人ホームに入居してもらうことにしました。当初は本人も「仮住まい」の感覚でいたようなのですが、常時すぐ近くに職員がいると云う「安心感」があることと親しい友人もできたことで、その後は実家の荷物を次々と老人ホームの自室に運び込むようになり、今では部屋中に段ボール箱(何が入っているのか本人もよく判っていない...)がいくつも積み上げられてしまっている始末です。2年前には同居ができるようにと実家を建て直したのですが本人は未だに帰ってくる気配は微塵もないので、「先」のことは本人任せにしようと割り切ることにしました。

今の家はオール電化で、一昔前に比べれば本当に便利になったとは思いますが、子供の頃にお風呂を焚くのに薪を割ったり石炭をくべたりしながら満天の星(昔は博多区でも天の川が見えてたんだけどなあ...)を眺めていた時のことを思い起こしながら、昔は苦勞をせざるを得なかった分「見えていたもの」が、現代ではその利便性に埋もれてしまって見え難くなってしまったものも沢山あるような気がしています。学生当時は松江市や米子市の深夜帯の照明が暗く、山陰の大山に登れば降り注ぐほどの流れ星が見えていたのですが、3年前に行ってみたらやっぱり何も見えませんでした。一年に1回くらいは省エネも兼ねて天候の良い新月の夜とかに日本全国的に1~2時間ほど照明を全部落とす日なんてできないでしょうかね?(ほのかな願い)



コンフォート須恵  
デイサービスセンター  
課長

こが 馨  
古賀 馨



## むくみの解消法

知ってました?

一定の姿勢で、あまり動かない人の場合、足の細胞に不要な水分が貯まってしまいます。

### 原因

- ① 水分・塩分・アルコールの摂りすぎ
- ② 立ち仕事・座りっぱなし
- ③ 体を締め付ける服や下着
- ④ 運動不足・睡眠不足
- ⑤ ストレス など...

### 対処法

脚・膝・足首等のマッサージや、足元を高くして寝る事も効果的です。

### 注意

むくみが現れる病気も考えられます。気になる時は病院受診をおすすめします。

教えて!  
おばあちゃんのお  
知恵袋



# 外来診療担当医のご案内

平成25年4月22日～

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前 9:00 ～ 12:00	内科第1診察室	吉松 卓也	富安 幸博	増田 住博	吉松 秀則	白橋 斉	吉松 卓也
	内科第2診察室	渡邊 豊吉	[神経内科] 中村 憲道	[循環器内科] 吉松 卓也	富安 幸博	森重 真実	[呼吸器内科] 富安 幸博
	第3診察室	清井 起鵬					清井 起鵬※第2・4・5 小田 太士※第1・3
	消化器検査	白橋 斉	白橋 斉[奇数週] 白橋由美子[偶数週]	白橋 斉 (森重 真実)	白 暁鵬	白橋 由美子 (渡邊 豊吉)	白橋 斉
	小児科	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇
	健診	白橋 由美子	清井 起鵬	原 泰寛	白橋 斉	富安 幸博	森重 真実
午後 13:30 ～ 17:00	内科第1診察室	増田 住博	森重 真実	清井 起鵬	清井 起鵬	渡邊 豊吉	渡邊 豊吉
	内科第2診察室	[消化器内科] 白橋 斉					
	第3診察室						
	小児科	藤原 崇	藤原 崇	休診	藤原 崇	藤原 崇	休診
17:00以降	当院医師または大学医師による交替制 (外来診療は平日19:00迄、土曜日は17:00迄。但し急患はこの限りではありません。)						

- 専門外来（禁煙外来・物忘れ外来・頭痛外来・睡眠時無呼吸症候群）については、原則予約制となっておりますので、事前にお問い合わせの上、ご来院ください。
- 午前の健診や検査の担当医は、外来診療には入りません。
- 都合により担当医が変更になる場合がありますのでお問い合わせください。

## 施設のご案内

### ■ 正信会水戸病院 TEL(092)935-3755/FAX(092)935-6626

〒811-2298 福岡県粕屋郡須恵町大字旅石115-483 (須恵高校前・新生バス停前)

URL <http://www.s-mito.org> E-mail [info@s-mito.org](mailto:info@s-mito.org)



- 診療科目** 内科(呼吸器・循環器・消化器・肝臓・糖尿病・脂質代謝・内分泌・神経・老年)小児科、アレルギー科、リハビリテーション科、臨床検査科
- ベッド数** 163床(一般病床64床、医療療養病床44床、介護療養病床55床)
- 診療時間** 月～金 9:00～19:00 / 土 9:00～17:00  
日曜・祝祭日 休診(急患の方はこの限りではありません)
- 指定施設** 病院機能評価認定病院(療養病院ver6.0)、NST(栄養サポートチーム)稼働施設  
全国健康保険協会管掌健康保険生活習慣病予防健診実施医療機関、臨床研修医協力施設 各種検診精密検査実施医療機関[大腸がん、肺がん、肝臓がん、骨粗鬆症、乳がん(視触診のみ)]

- 介護老人保健施設** ■ ニューライフ須恵 TEL(092)937-1055 FAX(092)931-8695
- 居宅介護支援事業所** ■ ケアワイド21 TEL(092)957-3321 FAX(092)957-3322
- 福祉用具貸与・販売事業所** ■ 介護ショップ よりそい TEL(092)957-7294 FAX(092)957-7295
- 健康診断・人間ドック** ■ 水戸病院 健診センター TEL(092)935-3799
- 訪問看護・介護事業所** ■ あすなる訪問看護ステーション 粕屋郡須恵町大字旅石68-261 TEL(092)936-9653 FAX(092)936-9655  
■ あすなるヘルパーステーション TEL(092)935-3896 FAX(092)936-9655
- 住宅型有料老人ホーム** ■ コンフォート須恵 TEL(092)935-3850 FAX(092)935-3851
- 通所介護事業所** ■ コンフォート須恵デイサービスセンター TEL(092)935-4150

■ 発行:医療法人社団正信会 理事長 吉松秀則 ■ 編集:水戸病院 広報企画委員会 ■ 印刷:(有)清原印刷

(注)「水戸病院だより」に掲載しております患者さまの顔写真等につきましては、御本人・御家族さまの了解を得ております。