

せいりょう

VOL.63

2019.秋



健康づくり県民会議「健康経営部門」表彰

令和元年10月15日、熊本県健康づくり県民会議で当院が表彰されました。

健康づくり県民会議では、健康づくり活動の重要性を深く認識し地域または職域において自主的かつ積極的に健康づくりに貢献した企業・団体に対し表彰されます。

当院は職員の健康維持・増進活動が評価を受け「健康経営部門」で表彰されました。

うカラーを知る機会となり参加者の表情も明るくなります。

「職員は宝」という思いから、研修、学会参加など育成面での支援とともに職員がリフレッシュすることができる活動やサークルの支援も積極的に行っています。



職員一人ひとりの健康・成長が病院の力となり、患者様や地域の皆様のお役に立てる病院であり続けるためにこれからも継続して参ります。



職員の提案から生まれた活動に「美力アップサークル」があります。職員の健康維持、増進そして美力アップのために毎週ヨガやピラティス、太極拳、歩き方、ロコモ体操などをインストラクター指導のもと男女問わず多くの職員が参加し、体を動かしリフレッシュしています。また、「メイクアップ研修」ではスキンケアや自分に合

理念

私たちは患者様の立場に立った医療を提供します。

基本方針

- 脊椎外科・関節外科を主体とした整形外科専門病院として信頼できる医療を提供します。
- 地域社会に開かれた病院をめざします。
- 患者様の権利を尊重した医療をめざします。
- 誠実さと思いやりの心を持った診療をします。
- 専門知識、技術の研鑽と共に人格の形成に努めます。

CONTENTS

健康づくり県民会議「健康経営部門」表彰

- ドクター紹介
- 新入職員紹介
- 健康になるお教室
- 事務管理研究会
- 健康ウォークラリー
- スタンプラリー
- 骨粗鬆症
- バスケット優勝!!
- ミニバレーボール大会
- ナイターソフトボール
- 病院対抗ソフトボール大会
- 外来診療医一覧表
- 栄養科





ドクター紹介

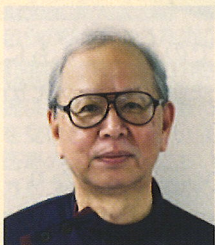


友田邦彦
(リウマチ外科部長)

10月から皆様方と一緒に仕事をさせていただきます整形外科医の友田です。どうぞよろしくお願いいたします。

私は、鹿児島大学を卒業後、熊本大学の麻酔科に入局しました。初めて点滴ルートを確認する時、野上先生から、サーフローの持ち方、刺し方をマンツーマンで指導していただいた事を、今でも鮮明に覚えております。麻酔科で2年間研修した後、熊大体質医学研究所病理学教室に大学院生として入局しました。教授が、人間魚電回天の生き残り、研究テーマは、第二次世界大戦中に日本軍が使用していた秘の薬が、ヒトの関節リウマチに効くことを証明することでした。そこで、ラットに関節リウマチを発症させ、それに対して秘の薬を使用しました。

大学院を修了後、熊大病院病理部に1年間勤務し、いろいろ迷いましたが、アジュバント関節炎ラットの発症を指導していただいた東野先生（熊本整形）の「一緒にリウマチの診療をしましょう」という言葉で、熊大整形外科に入局しました。御存知のように、関節リウマチは全身病であり、また近年、その治療に免疫抑制剤、生物学的製剤、分子標的型合成抗リウマチ剤（ジャソク阻害剤）などを用いることから、その診療は整形外科医だけでは明らかに困難で、内科医との協力が不可欠です。これから内科の東先生とタッグを組んで頑張ります。皆様方の御理解と御協力をどうぞよろしくお願いいたします。



東 修一
(内科)

令和元年10月から勤務しています東です。非常勤で主に外来診療を担当しています。特に友田先生が治療される関節リウマチの患者さんの内科的なサポートが中心です。

私は、産業医科大学を昭和59年に卒業（1期生）後、第1内科に入局し、平成7年に膠原病関連の論文で博士号を取得しました。職歴としては、大牟田の三井病院（現大牟田天領病院）に21年間程内科医として勤務し、その後、熊本整形外科病院に移りました。移る契機となったのは、北九州で開催された日本リウマチ学会で、久しぶりにお会いした友田先生から勧誘されたことが主因です。熊本整形外科病院には、7年間程在籍し関節リウマチを含めた膠原病患者さんの診療とICTやNST活動を行いました。

趣味は、1)車及びドライブ 2)DVD鑑賞です。1)に関しては、これまで夏休み、5月連休などを利用し、京都、金沢、天橋立、伊勢神宮などに車で旅行しました。2)に関しては、15年ぐら前に上熊本から妻の実家の船場町の家に転居した際に100インチのスクリーンを使ったシアタールームをつくりました。時間に余裕ができた時に妻とペット（トイプードル）と一緒にスペクタクルなDVDを観るのが楽しみです。

今後、皆様にご迷惑をおかけすることがあるかもしれませんが、自分なりに頑張るつもりです。よろしくお願いいたします。

新入職員紹介

新入職員です。宜しくお願いします。

①所属 ②趣味・特技 ③ご挨拶

New Face



うらかわ ゆい
浦川 由衣

①地域連携室
②映画、ショッピング
③整形外科での病院勤務は初めてなので、早く仕事を覚えて役に立てよう精進していきたいと思っております。宜しくお願い致します。



きたはら やすえ
北原 康衣

①2病棟
②ジョギング
③慣れるまで迷惑をおかけすると思いますが、早く仕事を覚えることができるよう頑張りますので宜しくお願いします。



にいどめ みずか
新留 瑞葉

①看護部（手術室）
②旅行
③熊本に来てまだ間もないので、色々教えてください。仕事も心機一転で頑張ります。

健康
に

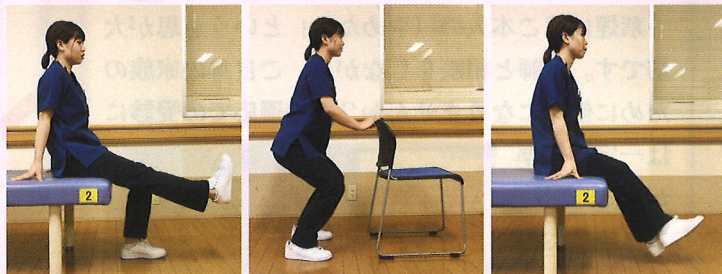
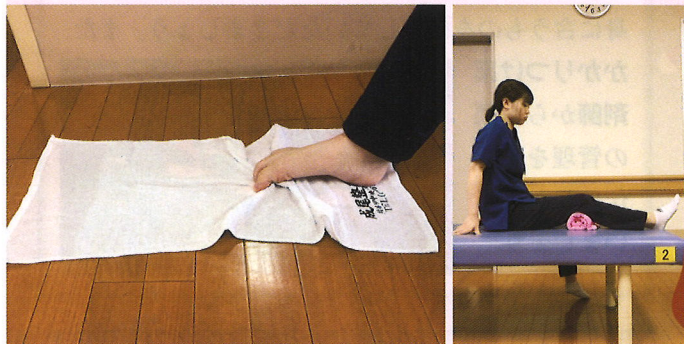
なるお教室

令和元年
8月28日(水)



リハビリテーション科 活動報告

「第8回健康になるお教室」を開催しました。今回は特別講演として、当院整形外科の林田実医師より膝関節についての基礎知識や変形性膝関節症の病態、治療（薬、注射、手術）についてのお話をさせていただきました。実際に人工関節の手術で設置される機械を手にとってみるなどの体験もあり、皆さん興味深く話を聞いていらっしゃいました。



- 膝の負担を減らすためには体重の増え過ぎには要注意！
- 長距離の歩行は膝の負担が増えるため、近年は運動として推奨されていない。エルゴバイクや水中ウォーキングが良い！

第14回 病院事務管理研究会

令和元年8月17日(土)

第14回病院事務管理研究会が開催され、当院から2名が発表しました。今回は全体で19演題の発表があり、参考になる内容も多くありました。今後の業務改善に活用していきたいと考えます。



- 「医師事務作業補助者としての業務確立」 クラーク室 係長 木村喜代
医師事務作業補助者の業務が医師の負担軽減に貢献するために…
- 「事務に片脚突っ込んだ」 総務課係長・リハビリテーション科主任 川中洋平
兼務することで 見えてきた 日常業務での課題や改善策について…

イオン健康ウォークラリー

令和元年7月27日(土)

イオン熊本中央店にて開催された「イオン健康ウォークラリー」に参加させていただきました。

熊本市高齢者支援センターささえりあ様、熊本市役所様などが中心となり開催されたイベントで、今回が記念すべき第1回目の開催でした。地域に住まわれる方々がいつまでも元気に暮らしていけるようにと、各病院・施設が様々な角度から健康にまつわる情報を発信できる盛大なイベントになりました。

当院は脚の機能、脳の機能を簡易的に測定する検査を行わせてもらい、イオンにお集まりになった100名超の方々に立ち寄って頂きました。今後も病院内の活動に留まらず、地域の健康なからだ作り、街作りに貢献していきたいと思ひます。



なるおスタンプラリー

7月

10月

患者さまの入院生活の時間を分けて頂いて、当院のイベントに参加していただけるように「スタンプラリー」を開催しました。豆知識になる学習系イベントにも多くの方にお越しいただきました。

【禁煙講習会】

7月、8月、9月、10月

スタンプ

禁煙にはご本人の「やめたい」という意思が大切です。医師と相談をしながら、ご自身の家族のために健康になりませんか？保険適応での受診には一定の基準があります。お気軽にお尋ねください。



【お薬の話】

8月

スタンプ

骨粗鬆症のお薬には、いろいろなタイプがあります。まずは検査を受けてから医師と相談しご自身に合うものを処方していただきましょう。また、**かかりつけ薬剤師**からお薬の管理をお手伝いしてもらいましょう。



【夏バテ予防のための食事】

9月

スタンプ

夏バテの予防には「土用のうなぎ」と思われるかもしれませんが、実は「炭水化物」が大切です。暑い夏はそうめんが（炭水化物）が夏バテ予防を助けてくれます。いろいろな薬味でそうめんを楽しんでください。



【カラオケ大会】

8月、10月

スタンプ

入院生活の楽しみのひとつにして頂きたいと思っています。歌って声を出すことでご本人、応援に集まってくださった皆様が笑顔に、気持ちがより元気になるお姿にスタッフ一同は喜びを感じています。



【骨密度検査】

9月

スタンプ

骨粗鬆症は女性に多い疾患です。60歳を超えたら一度検査をされてはいかがでしょうか。骨密度検査は健康への影響はほとんどなく安心、安全な検査です。

- 検査時間 5～10分
- 検査費用 1,350円 (3割負担)
- (※検査のみの金額です)

【骨粗鬆症予防のための食事】

7月、8月、10月

スタンプ

いつものお食事にプラス1品を。「簡単にできそう」と思っただけの提案をしています。ごま・桜海老・ひじきなどサラダやごはんにかけてください。

おかずに迷ったら「鮭」を選んでください。骨にいい栄養が豊富です。

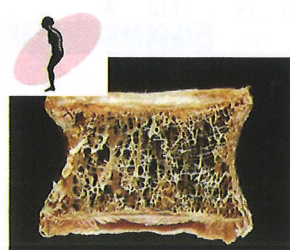
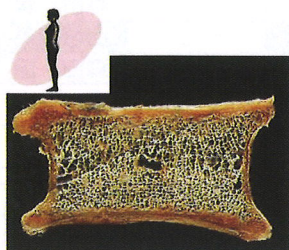


骨粗鬆症



皆さま、骨粗鬆症に対してどのようなイメージをお持ちですか？日本では 10 人に 1 人が骨粗鬆症であると言われていますが、その治療率は 15% ととても低いです。今回から骨粗鬆症の豆知識をシリーズ化し、正しい知識をお届けします。

骨粗鬆症とは、骨密度が減少し骨の構造がもろくなることで、骨折が起きやすくなる病気です。また「沈黙の疾患」とも呼ばれ、自覚症状に乏しく骨折する事で骨粗鬆症が判明する事もあります。骨折を起こしやすくなるという事が骨粗鬆症での最も大きな問題です。



もろくなった
骨の断面

活動報告

バスケ優勝!!

10月14日(月)

当院には昨年よりバスケットボールサークルが設立され、月に2回程度活動を行っています。体育の日に、せんだメディカルクリニック・整形外科井上病院・当院の3チームにて病院対抗バスケットボール大会が行われました。結果は2勝で優勝することができました！初心者も多く参加し、みんなで楽しくプレーする事ができました。

これからもバスケットボールを通じて当院スタッフ間の連携強化、他施設との交流を積極的に行っていきたいと思えます。



ナイターソフトボール

7月16日(火) ~ 18日(木)

大江体育協会主催のナイターソフトボール大会に今年も出場してきました。職員、家族含め参加し、1勝1敗と良い成績は残せませんでした。職員間の交流もでき、有意義な大会となりました。

来年は更なる高みを目指して頑張っていきたいと思えます。



ミニバレーボール大会

9月9日(月) ~ 10日(火)

白川中学校にて「第27回職場対抗ミニバレーボール大会」が行われました。当院から理事長先生をはじめ30名の職員が参加致しました。2日間で8戦というハードなスケジュールでしたが、特に大きなケガもなく汗と笑いに包まれた楽しい時間を過ごすことが出来ました。残念ながら入賞とはなりませんでしたが、来年度は入賞目指して頑張りたいと思えます。参加・応援にお越し頂いた皆様、本当にありがとうございました。



病院対抗ソフトボール大会

11月10日(日)

今年も病院対抗ソフトボール大会に出場してきました。結果は2戦2敗と良い成績は残せませんでした。職員間の交流もできて有意義な大会となりました。次回は1戦1勝目指して頑張りたいと思えます。



外来診察医一覧表

2019年11月1日～

	月	火	水	木	金	土				
						1週	2週	3週	4週	5週
午前	成尾政一郎		成尾政一郎		成尾政一郎					
		浦門 操	浦門 操	浦門 操						
	矢渡健一	矢渡健一		矢渡健一			矢渡健一		矢渡健一	当日 担当医
	知花尚徳		知花尚徳	知花尚徳			知花尚徳		知花尚徳	
	林田 実	林田 実			林田 実	林田 実		林田 実		
		山城和馬	山城和馬		山城和馬		山城和馬		山城和馬	
	友田邦彦			友田邦彦	森田 誠	森田 誠		森田 誠		
		上蘭幸作 (内科)			友田邦彦					
東 修一 (内科)				東 修一 (内科)	野上俊光 (漢方内科)		野上俊光 (漢方内科)			
								野上俊光 (漢方内科)		

午後	月	火	水	木	金	土		
	林田 実	知花尚徳	知花尚徳	知花尚徳	森田 誠		休診	受付時間
森田 誠	矢渡健一	山城和馬	森田 誠	友田邦彦		※新患		8:30～11:00 1:30～5:00
友田邦彦			田中佳代 (禁煙外来)			診療時間		9:00～12:30 2:00～5:30

患者様の権利

個人の尊厳

- 病を克服する主体として、人格を尊重された医療を受けることができます。

平等で良質な医療を受ける権利

- 平等で現在の医療水準に基づいた安全な医療を受けられます。

情報を得る権利

- 自らの状況を知るために必要な情報を得ることができます。

選択の自由と自己決定の権利

- 提供された情報を基に、自己の自由な意思で医療行為を受けたり、あるいは拒否することができます。
- 医療のどの段階においても他の医師の意見（セカンドオピニオン）を求めることができます。

プライバシーの権利

- 診療の過程で得られた個人情報厳正に守られます。



栄養科 Recipe

ヘルシーかつ骨強化を！炒り豆腐

材 料 2人分

- 木綿豆腐 ……小1丁
- 干し椎茸 ……1枚
- 人参 ……50g
- いんげん ……40g
- 卵 ……1個
- サラダ油 ……小さじ2

a

- だし汁 …… 大さじ2
- 塩 …… 少々
- 砂糖 …… 小さじ2
- しょうゆ …… 小さじ2/3




作り方

- ①豆腐は布巾に包んで水気を絞る。②干し椎茸はもどして薄く切る。③人参は千切りにする。④いんげんはゆでて斜めに薄く切る。
- ⑤鍋に油を熱し、②と③を炒め、しんなりしたら豆腐を入れて炒める。⑥aを加え、汁気が無くなってきたら、④と溶き卵を入れて、卵がほろほろになるまで炒める。

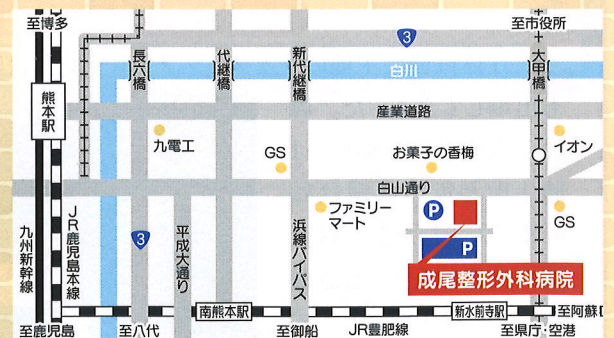
成尾整形外科病院



〒862-0958 熊本市中央区岡田町12-24
 TEL.096-371-1188 FAX.096-366-9923
 HP <http://naruoseikei.com/> E-mail madoguchi@naruoseikei.com

敷地内全面禁煙～禁煙のお願い～

喫煙は、肺がんや咽頭がんを始めとする多くのがんや循環器疾患等を誘発します。副流煙による受動喫煙により周囲の人々にも健康被害が及びます。健康増進法第25条の趣旨を鑑み、また喫煙される患者様にとって手術中・手術後は危険な状態に陥りやすい可能性があることから当院は「病院敷地内を含め全面禁煙」としています。皆様のご理解とご協力のほど宜しくお願い申し上げます。



「せいりょう」では身近な情報を掲載しています。記事に関するご要望などございましたら広報担当(渡邊)までお問合せください。次号発行は2020年新春号予定です。お楽しみに!!

広報担当

野上俊光・澤村拓朗・永友利幸・和田好未・池田 恵・田尻祥子・中野俊一・高山実可・片桐晶子
 道下 廉・中村友香・後藤愛望・辛川真由美・川中洋平・和田翔一・前田優佳・川上真理子・渡邊江身子