中村発
NH
すこやか通信
2008.6.10　No.8

理事長就任のご挨拶

医療法人社団仁寿会中村病院　理事長　中村　隆

昨年12月１日、父である前理事長中村　晃一死去に伴い、院長の私が理事長を引き継ぐこととなりました。前理事長葬儀の際には、暖かいお志をいただき、厚く御礼申しあげます。

当院は中村外科医院として昭和31年3月１日に、八広のこの地に開業して以来、本年で52年、医療法人となってから35年となりました。患者さんの中には、親子3代に渡って来院されている方もおられます。開業の日にちなんで、本年より3月１日を「中村病院　創立記念日」とし、休日とさせていただきます。

開業以来、常に誠実な医療を心がけ、地域に根ざした医療活動をしてまいりました。前理事長の遺志を受け継ぎ、今後も心暖まる医療、看護を目指し、患者さんの回復に努力しながら、地域の方々の健康維持のため奉仕し、これを誠実に実行できる様、今後も一層精進いたす所存です。

これからもどうぞ宜しくお願い申し上げます。

昭和51年日本医科大学卒業
平成12年中村病院院長就任
平成19年中村病院理事長就任
専門は外科・肛門科・救急

2008年東京マラソンにて

【理念】

誠心を持って医業を行い、常に医術の向上をはかり、誠実に実行します。

【基本方針】

心暖まる医療・看護を目指し、患者さんの健康の回復に努力し、地域の住民の方々に奉仕します。これを誠実に実行することを我々の喜びと致します。

①地域の医院・診療所との連携を密にし、24時間診療体制をとっています。

②生活習慣病の予防及び地元企業に働く人々の健康管理に専門的な見地から寄与します。

専門医の耳より話

BRAVE CIRCLEをご存知ですか？

内科
楠　　先生
金曜日担当

実は大腸がん撲滅運動のことです。大腸がんは、かつて日本では少ないがんとされていましたが、戦後から1990年代までに急速に増加し、2020年には、胃がん、肺がんを抜き、男女をあわせた日本人のがん罹患数、罹患率はともに1位になると予測されています。これは、欧米の生活習慣（特に、肉食中心の食生活）の影響が大きいと考えられています。大腸がんは、早期の段階であれば、90%以上の確率で治癒が見込まれますが、進行すると確率が下がっていき、最も進行した段階では20%以下にまで低下します。しかしながら早期の段階では無症状のことが多く、血便、便秘、腹痛などの症状が出現したときにはかなり進行した段階であることも少なくありません。大腸がん検診では、便に付着した大腸からの出血を調べる「便潜血（べんせんけつ）検査」が行われます。便潜血検査で出血の疑いがある場合は、何らかの疾患の疑いがあるので、大腸内視鏡検査、または補助的に注腸X線検査などの精密検査が行われます。40歳以上の方は毎年定期的に検診を受けることが重要です。「陽性」と判断されて精密検査を受ける人はこれまで約60～70%にとどまりますが、精密検査を受けない場合は大腸がんで死亡する危険が約5倍高くなります。

「陽性」と判断されたら必ず精密検査を受けるようにしましょう。

詳しく知りたい方はこちらまで
http://www.bravecircle.net/index.html

平成10年日本医科大学卒業
日本内科学会認定医
日本内視鏡学会専門医

院内消防訓練開催

平成20年３月28日、向島消防署ご指導の下恒例の院内消防訓練を開催しました。今年は７階厨房から出火したとの想定で訓練を開始しました。警報盤で７階厨房の火災異常を発見し厨房に報告する人、消防署に火災を通報する人、食堂のスタッフに声をかけ避難させる人、指示を受けて消火器にて消火活動をする人、７階消火栓を開けホースを引っ張って消火にあたる人、それぞれの分担となったものが声をあげて敏速に行動しました。

消防署の方からお話を伺ったところ、まず第一に火災現場やすぐ下の階の人を非難させる事、第二に火を消す事、第三に消防署に通報する事だそうです。実際に火災が発生してもパニックにならず速やかに行動できる様に、常日頃からの訓練の繰り返しが重要とのことです。

火災訓練の後で、シーツを使用した動けない患者さんの移送の訓練、屋外での消火器の放水訓練も実施しました。

大切な患者さんの命を守る為に我々スタッフは常に最善を尽くさねばならないと強く思いました。

4F 療養病棟 お花見

去る４月3日（木）、恒例行事である中村病院療養病棟お花見会が開催されました。

昨年はあいにくの天候により公園でのお花見はできませんでしたが、今年は天候も良く絶好のお花見日和となりました。

午後2時より患者様・ご家族・看護師・介護職員等が4Fに集合し舟原公園へと向かいました。

公園の桜は満開そのもので到着後、すぐに皆で記念撮影をしました。その後、簡単な体操をし、飲み物とお菓子でそれぞれ桜を満喫していただきました。

約一時間ほどのひとときでしたが、今年も無事にお花見を終えることができました。

これから暖かくなるにつれ車椅子での院外散策の機会を多く作っていければと考えております。また、患者様にとって快適な療養環境を提供できるよう４Fスタッフ一同、頑張って参りますので皆様のご支援よろしくお願い致します。

『苦しくない！』鼻からの胃カメラ、経鼻内視鏡検査

平成18年4月に経鼻内視鏡装置を導入してから現在まで約1,000人の患者様に検査を受けていただきました。多くの患者様より『おえっ』という反射が少ないこと、苦痛が少ないとの高評価を得ております。

初めて検査される方はもちろんのこと、過去に口から胃カメラでつらい思いをされた方にも『苦しくない経鼻内視鏡』をお勧めいたします。

現在の経鼻内視鏡は鉛筆と同じくらいの細さのものを使用しています。鼻からの検査で『おえっ』が少ない理由は“内視鏡が細い”“内視鏡が舌の付け根を避けて通る”ことです。

経鼻内視鏡検査では眠くなるような注射等はいたしません。検査後は比較的早く日常生活に戻ることができます。

胃がんは早期発見が一番です。体調が気になる方、そうでない方も年に一度は経鼻内視鏡検査を受けてみてはいかがでしょうか？

検査の内容を詳しく知りたい方は、当院スタッフまでお問い合わせ下さい。

また、当院ホームページでも詳しく掲載されていますのでご覧下さい。

☆HELLO STAFF☆

「リハビリテーション科」

リハビリテーション科は、理学療法士４名・リハビリ助手1名・受付事務１名でおこなっています。

入院・外来ともに腰痛・膝痛・骨折などの整形外科の患者様や脳梗塞・呼吸困難などにより日常生活に困難をきたしている方を中心にリハビリをおこなっています。

スタッフが若いため明るくにぎやかです。

少しでも日常生活の手助けができるよう患者様の目線で患者様のためのリハビリがおこなえるように日々努力しています。

メタボ対策レシピ

鶏肉とひじきのハンバーグ
（一人分　315kal）

ヘルシ～！美味しい～！
ハンバーgoo☆

ハンバーグ　材料（2人分）

	鶏挽肉		200g
	ひじき（乾燥）		5g
	しその葉		4枚
A	酒	大さじ	1
A	塩		少々
A	コショウ		少々
A	おろし生姜	小さじ	1/2
	玉葱（みじん）		20g
	オリーブ油	大さじ	1
B	醤油	小さじ	2
B	酒・みりん・砂糖	小さじ	1
B	水		40cc
	片栗粉（水溶き）		適量

付け合わせ　材料（2人分）

プチトマト		2ヶ
キャベツ		80g
レモン		1/4ヶ
カリフラワー		20g

[作り方]

① ひじきは水で戻して水気を切る。しその葉を千切りにして共にボールに入れ鶏ひき肉と玉葱とＡを加えて混ぜ合わせる。適当な大きさの小判型に形を整える。

② キャベツとカリフラワーをそれぞれ茹でて冷やし水気を切って付け合せにする。

③ フライパンにオリーブ油を熱し①を入れて両面に焼き色をつけ蓋をして火を通す。

④ 器に②の野菜とプチトマトと串切りのレモンを添える。③のハンバーグを盛りつけ野菜に好みのドレッシングをかけます。

⑤ 調味料Ｂを火にかけ煮立ったら水溶き片栗粉でトロミをつける。

⑥ 最後にハンバーグへ特製ソースをかけてできあがり！

墨田区の店主さんのお話

第8回　理髪店おかざき

今回は食べ物のお店ではありません。
今までは食べ物の産地やオススメ商品などのお話を聞いてきましたが理髪店という事で質問にもチョット悩んでしまいました。でも奥さんの勝江さんからとっても楽しくお話を聞く事ができました。
おかざきさんは当院に出張カットにきてくれるとてもありがたい存在です。

Q・創業について教えてください。
A・昭和36年です。他のお店で経験をつんだ後、夫婦で独立しました。

Q・現在お店で働いているのは？
A・私 (勝江さん) と夫 (三郎さん)と長男(敬広さん)でやっています。

Q・この仕事でよかった事は？
A・流行りすたりがないから景気の心配はなく働けてよかったなあと思います。

Q・他にやりたかったことってありますか？
A・ないんですよ (笑) この仕事は親に『女も手に何か職を持ったほうがいい』と進められてなりました。

Q・嬉しかったエピソード聞かせてください。
A・以前入院中に髪を切った方の家族の方から退院した後電話をいただいたんです。
『うちのおばあちゃんがまたそちらで切って欲しいといってるんですが家まで来ていただけますか？』って言われて・・・。「いきますよ！」って行ったらすごく喜んでくれて。
病気になっても年をとっても髪の毛は伸びますものね。綺麗にしてあげたいじゃないですか。

他にも退院した後にお店に来てくれるお客さんもいるそうです。
最後にご夫婦の馴れ初めも聞いてみました。
三郎さんは茨城から、勝江さんは群馬からそれぞれ上京して同じ理髪店に勤めて修行をしてるうちにご夫婦になったとの事でした。
現在は長男さんご夫婦、お孫さんと一緒に暮らしていて勝江さんは「賑やかで嬉しい」とお話してくれました。
そして「ずっと現役で切り続けたい。病気もしないで元気なのでマダマダがんばれると思います」と心強い言葉もいただきました。

Q・墨田区のいいところは？
A・下町らしいところ。
でも最近は少し情緒が減ってきていてさみしい。マンションとかも増えてきたしね。

町並みは変わり地域の下町らしさは減りつつありますが古きよき時代のあたたかさが残る床屋さんです。
三郎さん、勝江さんずっと現役でがんばってください！

☎ 3695-7356

携帯サイトのお知らせ

中村病院の携帯サイトがリニューアルオープンします。
診療時間や地図、電話番号などが掲載されています。
右のＱＲコードを読み込みますと、サイトにアクセスできます。ぜひ、ページを開いて下さい。

4月より特定健診がスタートしました

当院も実施医療機関となっております。

医療法人社団仁寿会
救急・労災指定

中村病院

院長　中村　隆

当院は日本医療機能評価機構認定病院です

外来受付時間(診療時間)変更になりました

●診療時間●

AM9:00〜AM12:30
(受付)AM8:00〜AM12:00

PM1:30〜PM5:00
(受付)PM1:00〜PM4:30

夜-(水曜日のみ)
PM6:00〜PM7:00
(受付)PM5:50〜PM7:00

●休診日● 日曜・祝日・3月1日(創立記念日)(但し、急患は随時受付致します)

●診療科目●

外科	内科		
整形外科	循環器科		
胃腸科	肛門科		
脳神経外科	皮膚科		
泌尿器科	リハビリテーション科		
神経内科	麻酔科		

〒131-0041 墨田区八広 2-1-1　TEL 3612-7131(代)
ホームページアドレス　http://www.jinjukai.or.jp/

編集後記

◎出来上がるまでドキドキしていましたが、良いものに仕上がったと思います。(T)
◎今春も中村病院の駐車場の桜が咲きました。そしてすこやか通信第8号出来ました。ご愛顧感謝します。(❀)
◎今回のすこやか通信はとても色彩よく仕上がりました。(M)
◎いつのまにかすこやか通信も8号となりました。少しずつ、愛読者が増えるといいなぁ。(FU~ !)