

月刊 まつなみ

発行2010年6月1日



川島環境楽園にて 笠松町瓢町 小栗敬彦撮影



2010
No.128

6

June

●発行●



松波総合病院

羽島郡笠松町田代185の1
TEL.058-388-0111(代)

社会医療法人 蘇西厚生会
理 念

私たちは、地域中核の社会医療法人として地域住民の皆様に、安全で質の高い医療・福祉を効率的かつ継続的に提供する。

基本方針

私たちは、医療における安全を重視し、患者様中心の根拠に基づいた医療・福祉サービスを提供します。

私たちは、患者様や利用者様のプライバシーを守り、権利を尊重します。

私たちは、経営の安定と組織の活性化を図り、職員の働きがいと生活が安定し向上するよう努力します。

目 次

- 新人医師ウエルカム
研修医師紹介
- 羽島市・羽島郡医師会セミナーに於ける
森田則彦・林 慎両副院長先生の話聞いて
- 県立岐阜工業高等学校同窓会総会
記念講演より 講師 板東英二氏
お知らせ

新人医師ウエルカム

》笠松の松波総合病院

臨床研修の質の高さ 認定更新

新人医師に対する臨床研修の質の高さを示そうと、笠松町の松波総合病院が、NPO法人「卒後臨床研修評価機構」(東京)の認定の更新を受けた。研修医が研修先の病院を選ぶ際の一つの目安にもなり、更新を受けて新人教育に一層の力を注いでいる。(石井宏樹)

つなごう
医療

強みは「常に密着指導」

研修の質を評価するこの機構は、調査員が書類や実地調査で、臨床研修の内容を審査する。研修体制や施設整備など百二十三項目で一定レベルを満たすと認定を受けることができ、県内で認定を受けているのは同病院と県総合医療センター(〇七年から四年間の認定)の二病院だけ。

同病院は二年前に認定を受け、今回は三段階評価のうち最高評価が全体の八割以上あったため、認定期間が前回の二年間から倍の長さになった。

臨床研修を行うのは医師免許を取得してから二年間。十カ月間は内科、救急医療、地域医療を学び、残りはほかの診療科で経験を積んで専門性を高める仕組みだ。

山北宜由院長は同病院の臨床研修の強みを「指導医との濃密な関係」と話す。同病院の研修医は十二人で、四百三十二床という規模からすると多くない分、研修医を指導する指導医に一日は密着させることで、現場で知識や経験を積ませることができると、同病院の内科で四月から研



中日新聞 2010年4月24日(土曜日)掲載記事

研修医紹介

宜しくお願いします



氏名 大畑 えりか
出身 各務原市

経歴 2009年岐阜大学医学部 卒業
岐阜大学病院にて研修
趣味 テニス・スキューバダイビング・旅行
抱負 日々成長できるようなります。



氏名 古賀 正一
出身 可児市

経歴 2010年岐阜大学医学部 卒業
趣味 映画鑑賞・ドライブ
抱負 日々努力し、期待に応えられるよう頑張りたいと思います。



氏名 田中 正人
出身 岐阜

経歴 2010年岐阜大学医学部 卒業
趣味 釣り・ソフトテニス・ドラ
ラーメンを食べること。
抱負 一生懸命頑張ります。

森田則彦・林 慎両副院長先生の話聞いて



副院長
林 慎



副院長
森田 則彦

1 健康を脅かす塩リスクとは？

食塩の摂取量の目安は、1日10g以下です。

塩分を摂りすぎると、①～④のリスクが・・・

- ①高血圧
- ②胃がん
- ③ぜんそく
- ④骨粗鬆症

①高血圧の発症における「塩リスク」の比重は、非常に大きいと考えられています。「食塩のないところに高血圧はない」と言われるほどで、例えば自然界の動物の世界には高血圧は無いと言われています。高血圧は心不全をもたらし、動脈硬化を促進します。動脈硬化が進むと、脳梗塞や脳出血、狭心症、心筋梗塞を引き起こす危険性が高まります。

②胃がんの危険因子としてはピロリ菌が代表的ですが、高濃度の塩分によってピロリ菌の毒性が増加するという報告があります。

③過剰な塩分が気管支平滑筋を刺激し、ぜんそくの一因になるといわれています。

④血中の塩分が多くなって相対的にカルシウム量が不足すると、カルシウムが骨から溶け出すことになり、骨粗鬆症の原因になるといわれています。

そこで、体内の塩分を減らすには

- 1、減塩（薄味で1日10g以下を心がける）
- 2、日々の運動（ストレッチ・スクワット・踏み台昇降運動）
- 3、食塩の害を阻止するカリウムを多く含む野菜や果物、イモ類を積極的に摂り入れることにより余分なナトリウムを追い出す



自宅できるエクササイズ



2 自分のペースで無理なく運動

3 「減らす」に加えて「排出する」意識を

食事療法：カリウムを多く含む食品

食品100g当たりのカリウム含有量 単位mg (目安量1600~2000mg)

野菜	芋・豆類	藻類	魚介類	果物
パセリ 1000	きな粉 1900	まこんぶ 6100	するめ 1100	干しぶどう 740
よもぎ 890	いかり豆 710	干しひじき 4400	鯉節 940	アボカド 720
とうがらし 760	納豆 660	干しひじき 3100	くさや 850	干し柿 670
にんにく 530	里芋 640	味付け海苔 3100	かんばち 490	ブルーベリー 480
枝豆 490	大豆 570	こんぶ 770	はも 450	バナナ 360
ほうれんそう 490	さつまいも 470	わかめ 730	まだい 440	メロン 350



広報担当：尾関洋治



氏名 東田 昭彦
出身 郡上市

経歴 2010年東邦大学医学部 卒業
趣味 剣道
抱負 初心を忘れず頑張ります。



氏名 森 悠
出身 名古屋市

経歴 2010年岐阜大学医学部 卒業
趣味 BBQ・飲み会・スノーボード
抱負 自分の能力を理解しながら頑張ります。



氏名 渡辺 定克
出身 埼玉県

経歴 2010年岐阜大学医学部 卒業
趣味 バスケットボール
抱負 地域の皆様のお役に立てるよう頑張ります。

記念講演

テーマ 『勝負と人生』

講師 タレント・野球解説者 板東 英二氏



板東英二氏からのメッセージ

人生も終焉を迎えつつある自分を省みるに、経験ほど尊い学問はない。机上で学ぶことを実践に移すときの己の無能さ、はがゆさ、努力、練習の空しさこそ、いずれ自信と変わるものです。

現実を冷静に見つめること、自分とその位置を知ることこそが重要である。身体のハンディを頭脳でカバーすることこそが、人間に与えられた神からの贈りもの。その頭脳を錬える手段に最適なものはテレビ等の報道に対する疑問が大切です。番組を見ながら「それホント!?!」「貴男はその場にいたの!?!」違うチャンネルを見比べてみると温度差がある。幼い頃に生まれ変わって、「ナンデ?」「ドウシテ?」と、しつこく聞くことこそが頭脳を活性化し、ボケ防止になる。人生のテーマ、元気で迎えを待つ方法は何か?

6月

お知らせ

■糖尿病教室 ※糖尿病が気になる方はどなたでも気軽にご参加ください。

◎基礎コース…6月2日(水) 3階講堂にて 午後2時~4時

◎毎週水、金曜日、5階病棟デイルームにて 午後1時~2時

尚、都合により日時等変更する場合がございますのでご了承ください。

交通のご案内

新幹線羽島駅 — 西笠松 — 松波総合病院

名鉄竹鼻線 15分 徒歩10分

タクシー20分

名鉄岐阜駅 — 西笠松 — 松波総合病院

名鉄電車羽島行 10分 徒歩10分

タクシー20分

名鉄名古屋駅 — 笠松 — 松波総合病院

名鉄電車急行 25分 徒歩15分

