

外来担当医師表

□予約のみ

[泌尿器科] ※4月1日～変更がありますので、ご確認ください。 受付時間 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○		○	□

[皮膚科] 受付時間 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○		○			○

[眼科] 受付時間 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前		○	※○		○	

※受付時間8:00～11:00

[リハビリテーション科] 受付時間 8:00～12:00 14:00～18:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	※○
午後	※○	※○	※○	※○	※○	

火曜日のみ受付16:30終了

※物理・マッサージのみ

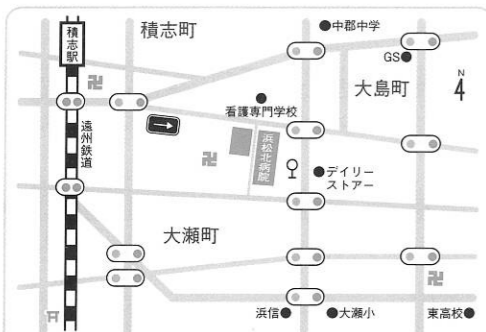
[放射線科] 受付時間 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○

[歯科口腔外科] 受付時間 8:30～11:30 14:00～18:30

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	※○	○	○	○	

※16:00まで



遠州鉄道/積志駅下車 徒歩15分  
 遠鉄バス/JR浜松駅10番バスターミナル  
 (⑦労災・東海染工・イオン市野) 浜松北病院下車  
 東名高速/浜松I.C.→天竜浜北方面直進2.5km→  
 オートサービス杉本左折2.5km (2010.9月現在)

〒431-3113 静岡県浜松市東区大瀬町1568番地  
 TEL (053)435-1111(代表)  
 FAX (053)433-2700(代表)  
 TEL (053)435-1522(医療連携室)  
 FAX (0120)435-351(医療連携室)  
 E-MAIL seisyukai@hamamatsu-kb.or.jp  
 ホームページ http://www.hamamatsu-kb.or.jp

(切り取ってお使いください)

職員募集

あなたの'キャリア'を生かしてみませんか!

☆看護師(正職員・パート)

☆看護助手(正職員・パート)

※中途採用も随時受け付けております。ブランクのある方には研修も行っておりますのでお気軽にご相談ください。

※病院見学も随時受け付けておりますので、ご希望の方はご連絡ください。

連絡先:浜松北病院

看護部 TEL 053-435-1111(代表)

【担当:藤原】



編集後記

寒かった2月、こたつに入ってじっとしていませんでしたか?もう春がきます。ここでちょっと家の中を片付けてスッキリしたいものです。家の中がゴチャゴチャしているとつまずいて転んで骨折、ということもあります。やはり片付けは早めにしておきたいものですね。

でも、片付け中、これはあの時の・・・なんて思い出したら手が止まってしまうがちですが、急がば回れ。

さあ、新しい年度が始まります。気持ちよくスタートをきって元気に過ごしましょう。

盛翔会だより

翔き

はばた

2015  
春号  
No.37



新理事長就任あいさつ  
澤田 健

このたび松田宏一前理事長の後任として医療法人社団盛翔会理事長に就任致しました。

(浜松北病院院長兼任)

今後とも急性期医療から介護支援事業に至るまで満足の頂けるサービスを地域の皆様にお届けできるよう、職員一丸となって日々研鑽して参りたいと思いますので、よろしくお願い致します。



医療法人社団 盛翔会  
浜松北病院

大瀬介護保険センター おおせの郷(ジョイントステイ)  
 訪問看護ステーション大瀬 訪問リハビリテーション大瀬  
 おおせデイサービスセンター おおせ第二デイサービスセンター

基本理念

思いやりを基本とした愛情ある医療と福祉を実践する。

職場紹介

おおせデイサービスセンター

こんにちは。おおせデイサービスセンターです。

平成15年11月に西病棟の1階に開所してから、早11年が過ぎ12年目に入りました。これも地域の皆様のおかげと感謝しています。ありがとうございます。当初、11名弱の職員でしたが現在は介護職11名、歯科衛生士2名、看護師3名、運転手3名に、1月中旬より作業療法士1名を加え、多職種の職員を揃えて皆様の在宅生活を支えるお手伝いをしています。また、おおせデイサービスは、ケアマネージャー、訪問看護、訪問リハビリ、在宅診療部のそれぞれの皆さんと連携をとり、全面から利用者様の在宅生活を支える一部として今後もサービスを行ってまいります。

デイサービスの一日は、朝の迎えが8時から帰りの送りが夕方4時過ぎと少し長い時間となっています。午前にはラジオ体操に始まり、入浴、機能訓練、脳トレなどを行います。お昼前に口腔体操をした後、お食事をし、食後にはお口を清潔にして安息の時間になります。午後は2時よりレクリエーションを行います。レクには、外部多数のボランティアさんによる催し物、例えばギター、ハーモニカ、大正琴やコーラスの皆さんと一緒に歌や演奏を楽しんだり、踊りや三味線の披露など目から楽しんだりするものがあります。その他には、教室活動(書道、生け花、俳句、絵手紙など)や手芸活動、DAM(カラオケの機械)を使った運動療法や音楽療法、カラオケなどがあります。ボランティアの皆様にはこの場をお借りし、日頃の芸能披露や教室活動にご尽力いただきお礼申し上げます。

今後私たちは、「笑顔で元気に」を心がけ、皆様の安心・安楽で活力ある在宅生活と生活向上をサポートする者として努力していきたいと考えています。

デイサービスは日曜日を除く毎日朝9時から午後4時までご利用いただけ、職員は8時から5時半まで勤務しています。いつでも見学できますのでお気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。

おおせデイサービスセンター 施設長 石田幸代





循環器科 杉山 壮

## 医療コラム

### 狭心症の自覚症状について

心臓がポンプの役割を果たすためには、心臓の筋肉(心筋)に栄養(=酸素)が行きわたることが重要です。その酸素を運ぶ血液は、冠動脈という心臓の血管を流れます。この血管が加齢や生活習慣からくる危険因子(高血圧・脂質異常症・糖尿病・喫煙など)により動脈硬化をきたすと、血管が脆弱になるとともに血管壁にコレステロールが沈着(アテローム)して狭窄をきたし血液の流れが悪くなります。その結果、労作時などに心筋が酸素不足に陥り胸痛を生じるのが狭心症です。血管平滑筋が痙攣により収縮して血流を障害するタイプの狭心症(異型狭心症)もあります。

狭心症の診断には問診が不可欠です。外来受診時に症状がおさまっていることがほとんどですので、症状が出るときの状況が重要です。痛みの性質、どういつ時に出現するか、どのくらいの頻度か、どれくらい続くか、どうしたら消えるかなど詳しく確認し、診断していきます。

狭心症の症状は様々です。「胸が押しつけられる」、「胸が締め付けられる」、「胸が重い」、「胸がもやもやする」、「おぼつたい」、「胸が焼ける」、「動くと息が切れる」、「ドキドキする」という漠然と

した胸部不快感や違和感です。嘔気、嘔吐、心窩部痛のような消化器症状、あるいはめまい、冷や汗を主症状としたり、喉や頸部、左肩、下顎や背部に症状が広がったりすることもあります。

狭心痛の範囲は比較的漠然としており、一点あるいは狭い範囲で示せることはほとんどありません。「チクチク」「キリキリ」「ズキズキ」など刺すような胸痛や「ズキン」「キュッ」などの瞬間的な鋭い胸痛、体位や深呼吸で増強する痛みは心筋虚血の可能性は低いと思われま

す。狭心症発作は、階段をあがる、重いものをもつ、食事、排便、入浴、精神的な興奮やストレスなど血圧、脈拍が上がるような労作が誘因となって起こります。歩行中に胸痛が生じて1、2回休むとその後は同じ速度で歩いても発作が起こりにくくなったり、歩行速度をゆるめて歩き続けると症状が消失したりすることも少なくありません。持続時間は比較的短く、発作の多くは労作をやめて安静で数分以内におさまります。労作を止めても持続する場合、症状の頻度が急激に増加した時、安静時にも発作が生じるようになった場合は速やかに専門病院への受診が必要です。

## 栄養科通信

### ガラスの小瓶



草木が芽吹き始め、春の訪れを目で感じる事ができる時期になってきましたね。山菜を摘み取る機会も増えてくるのでウキウキします。

先日、知り合いの伐採作業に同行し、柵作りの材料を切り出しに行ってきました。割と人里離れた山でした。チェーンソーを置き切株に座って一服中、足元にキラリと光る物発見。(悲しい性というか…。下ばかり見て歩くから落ちている物に直ぐ反応する私…。)

木の枝を手に取り、せっせと発掘作業開始。姿を現したのは、変わった形状・変わった色の小さなガラス容器が2つ。泥を落とす水も無かったので、とりあえずポケットに。

家に帰り、それを水で洗いました。瓶の口が小さい為、中に詰まった泥がなかなか落ちず苦戦しましたが、その甲斐あって現れた瓶の綺麗な事。一目惚れでした。一つはターコイズブルーの目薬瓶。もう一つは昔の病院で処方されたであろう水薬の瓶。現在ではプラスチック製が主流…『どの位前の物なのか…』と調べてみたら昭和初期の物でした。それと昔のガラス小瓶を収集する方が沢山いる事も知りました。

昔のガラスは、今のガラスと違い、どこか不恰好。ぐるぐる回すと景色もゆらゆら…。ガラスの中に気泡がいっぱい入っており、昭和の空気が閉じ込められていると思うと、何か懐かしさの様なものが…。斜めから差し込む春の軟らかい光を透かして見ると、今のガラスとは違い温もりも感じます。

新しい趣味に目覚めた様な気がしました。これらが映える…そんな棚を作ってみようと思います。

### ■山菜(こしあぶら)使って大人のチャーハン <1人分>

<b>【材料】</b>	<b>【作り方】</b>
こしあぶら※ 適量	〈下準備〉 焼き豚…荒みじん/卵…炒り卵/ネギ…みじん切り/こしあぶら…みじん切り
焼き豚 適量	①熱したフライパンに油を入れ、ネギ・焼き豚・卵・こしあぶらの順に投入。
(ベーコン)	②…こしあぶらを入れる際、油は少な目で
卵 1個	③ご飯を入れ塩・胡椒を入れる。
ネギ 適量	④醤油は鍋肌に落とし香ばしい香りをつける。
ご飯 人数分	⑤仕上げに胡麻油を入れ盛り付ける。
油 適量	<b>【ポイント】</b> (お店の味に近づきますよ)
塩・胡椒 適量	・チャーハン作る時はラード使用するとコクが出ます。
胡麻油 数滴	・塩少な目で中華コンソメ使用するとよし。美味です。
醤油 適量	※こしあぶらを他の山菜にしても楽しめます。茹の薑を使う際は、みじん切りにしたら流水で軽くさらして下さい。

管理栄養士 青山

## 外来担当医師表

2015年4月～

★学会等により、休診、代診など変更がある場合があります。  
★受付時間外の救急受診をご希望の場合は、来院前にお電話でお問い合わせください。

		受付時間 8:00~12:00 16:30~18:45					
	月	火	水	木	金	土	
午前	○	○	○	○	○	○	
	○	○	○	○	○	○	
	○	○	○	○	○	○	
夕方	○	○	○	○	○	○	

		受付時間 8:00~12:00					
	月	火	水	木	金	土	
午前		○					

		受付時間 8:00~12:00					
	月	火	水	木	金	土	
午前	○	○	○	○	○	○	
					○		

		受付時間 8:00~12:00					
	月	火	水	木	金	土	
午前	○	○	○	○	○	○	

		受付時間 8:00~12:00					
	月	火	水	木	金	土	
午前	○	○	○	○	○	○	

		受付時間 8:00~12:00 ※第1.3.5週					
	月	火	水	木	金	土	
午前	※○						

		受付時間 8:00~12:00					
	月	火	水	木	金	土	
午前	○	○	○	○	○	○	

		受付時間 8:00~12:00					
	月	火	水	木	金	土	
午前	○	○	○	○	○	○	

		受付時間 8:00~12:00 15:45~17:45					
	月	火	水	木	金	土	
午前	○	○	○	○	○	○	
午後	○		○		○		
乳児健診 (要予約)	火・木	13:30~					
予防接種 (要予約)	火・水・木・金 月・水・金 土	14:30~15:30 16:00~17:45 12:00~12:30					

※予約受付時間 8:30~17:00(電話予約可)

(切り取ってお使いください)