

伊奈病院は  
（財）日本医療機能評価機構の  
認定病院です

# ハーモニー

## 理念

私たちは、安全で質の高い医療を提供し、患者さまに信頼される病院をめざします。

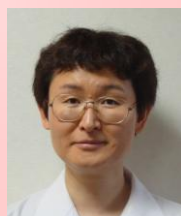
## 理念の実行方法

1. 私たちは、十分な説明と同意に基づき分かりやすい医療を実践します。
2. 私たちは、自己研鑽に努め、職員が一体となったチーム医療を実践します。
3. 私たちは、患者様の意思・権利・プライバシーを尊重し、思いやりのある医療を実践します。
4. 私たちは、地域に信頼される病院を目指すとともに、職員としての誇りを持つる職場を作ります。
5. 私たちは、健全で効率的な病院経営基盤を確立し、地域の基幹病院としての使命を遂行します。

## 新しい職員の紹介

麻酔科医師

齋藤 利恵



2013年7月から勤務しています。麻酔科の齋藤利恵と申します。出身は群馬県。これまで川越市の埼玉医科大学総合医療センター麻酔科に所属、多くの手術室で麻酔を担当、研鑽を積んで参りました。手術室麻酔の他には集中治療室、母子周産期センターでも研修し、赤ちゃん、妊婦さん、産褥婦さん、御高齢の方の全身管理に関わってきました。更には、ドクターヘリの基地病院になってからは、フライトドクターとして埼玉県の何処へでも飛んで、現場で救急初期治療をして搬送、状況によっては手術室で自らその方の手術の麻酔を担当することもありました。この度、非常勤で3年程勤務の御縁がありました伊奈病院に勤務出来る大変嬉しく思っております。当院の手術を行う先生方はとても質の高い手術を毎日行っておられます。今まで群馬、埼玉、東京都内合わせると20力以上の病院の手術室を拝見して、そう感じています。手術という怖いし受けずに済むなら受けたくないと思います。麻酔も自分の知らない所では何されるかなどだと思います。

もし、手術を決心された場合、当院の先生方は最高の手術を、外来、病棟、手術室の看護師の方々にはこまやかな看護を提供してくれます。術後の痛みに関しては、出来る限り取り除き、快適な術後生活を送れるよう努力して参りますので御安心ください。何か御不明な事がありましたら遠慮なく声をかけてください。宜しくお願い致します。



# 秋の味覚



秋といえば・・・「食欲の秋」ですね。全国各地で「食に関するイベント」の話題で盛り上がります。今回は、日本の主に東北地方で行われる季節行事「芋煮会（いもにかい）」を紹介します。

「芋煮会」とは、秋に河川敷などの野外にグループで集まり、里芋を使った鍋料理などを作って食べる行事です。「芋煮」にあたる呼称には地域差があり、同じ名称でも作られる料理が異なったり、地

## ～ 福島の芋煮（豚汁風）レシピ ～

すき焼風、よせ鍋風など）に違いが見られます。

### <材料> (約6人分)

豚ばら肉 200～300g  
里芋 10個  
大根 10cm  
人参 1本  
ごぼう 1本  
こんにゃく 1個  
きのこ類 1パック  
ねぎ 1本  
味噌 100g  
みりん 大さじ3

### <作り方>

きのこ類とねぎ以外の材料と味噌半量、みりんで味付けをし、最後に残りの材量と味噌を加える。

味噌は2回に分けて入れるのがポイント！



Q なぜ、芋煮に使われる芋は里芋が多いのでしょうか？

A 里芋の種芋は穴を掘って地中での保存が可能ですが、食用のものは7℃～12℃に保たないと腐敗してしまいます（温度が低すぎても保存できません）。その為、寒冷地の東北地方で越冬させるには保存が難しいようです。その保存の難しさから、厳冬期に消費する意味合いもあって「芋煮会」の原型が行われたと考えられています。



## ～ 行事食の紹介 栄養科 ～





# ロコモとスポーツの秋

リハビリテーション科 市川 智也

皆さんは『ロコモティブシンドローム（運動器症候群）』という言葉を目にした事があるでしょうか。最近医療についてのテレビ番組も多く放映されており、世間にも認知されているように思います。

ロコモティブシンドローム（以下ロコモ）とは加齢とともに足腰が弱くなり、寝たきりや介護が必要な状態の事をいいます。現在日本は超高齢化社会であります。年々要支援、要介護者は増加しており、その中の5人に1人が『運動器』の障害により支援や介護が必要な状態になっているといわれています。運動器とは骨や軟骨、筋肉、神経系の事を差します。

ロコモを予防するためには、自分がロコモに当てはまるのかチェックする必要があります。そのためにロコモーションチェックという7つの自己チェック項目があります。



以上の7つの項目の中で1つでも当てはまるものがあればロコモと診断されます。ロコモを予防、改善するにはロコモーショントレーニング(以下ロコトレ)を行うことが推奨されています。

ロコトレは、片脚起立とスクワットを中心とした運動で、それ以外にも、ウォーキング、水中歩行、ラジオ体操、グランドゴルフなども提案されています。

これらの運動を行う際の注意点として、転倒しないようにすることが大切です。危なければテーブルや壁を使って体を支えて行っても構いません。また痛みが出る場合は無理をせず、様子を見ながら行うことも大切です。痛みが改善しないようでしたら、早めにかかりつけの整形外科を受診してください。これらの点に注意して習慣的に行えるようになるとロコモの予防、改善が期待できます。

暑かった夏も終わり、過ごしやすい季節になってきました。普段運動を行っていた方で、この夏の暑さのため、少しお休みされていた方も多かったと思います。また、この秋から運動を始めてみようと思っている方もいらっしゃると思います。運動をする際に、ロコモのことを頭に入れて運動をすると、1つの目標にもなり、楽しく習慣的に運動をするきっかけになるかもしれません。

# 患者さまからのメッセージ

- Q 救急で入院した私たちの為に、皆さまによくして頂きまして、本当に有難うございました。お1人お1人にお礼を言う時ありませんでしたので、せめてメモで・・・心からお礼を申し上げます。
- A お褒めのお言葉ありがとうございます。今後も患者さまへの快い対応ができるよう心がけていきたいと思えます。
- Q 外来待合室で携帯をかけている人がいました。携帯禁止の徹底をすれば他の患者さんに迷惑がかからないと思えます。
- A この度は不快な思いをさせてしまい、大変申し訳ありませんでした。携帯電話の使用エリアの制限に関して、院内掲示にて促してはおりますが、より良い方法を検討してまいります。この度は、気づきの機会を与えていただきありがとうございました。

## 〈お薬手帳を持ちましょう〉

お薬手帳とは、「いつ」「どこで」「どんな」お薬を処方してもらったかを記録しておく手帳です。複数の医療機関を受診する際は『お薬手帳』を見せるだけで、現在飲んでお薬の内容や身体に合わないお薬の情報などを医師や薬剤師に正確に伝えることが出来ます。重複した処方や、よくない飲み合わせを防いだりすることも可能です。検査や治療を行う際に一時的に中止する必要があるお薬もあり、安全に実施するための情報を正確に医師に伝えることにも役立ちます。

お薬手帳を有効活用する為には、「医療機関にかかる際は必ず持参する」「一冊にまとめる」「お薬手帳を持っていることをご家族に伝えておく」ことが大切です。



## 新入職員紹介

### 診療部

齋藤 利恵

### 看護部

渡辺 弓恵

原 稔

山本 陽子

### リハビリテーション科

清水 知恵

### 検査科

小林 理絵

### 栄養科

山藤 玲子

### 医事課

足立 佳奈子

### 経理課

田村 真由美

### 地域連携課

鎌田 雪子

よろしくお願い致します。

### 編集後記

皆様のお陰で今回も無事発行することができました。今後も医療情報・病院からのメッセージ・患者さまの声を届けたいと思っております。これからも伊奈病院をよろしく  
 お願い致します。  
 広報部会一同



医療法人一心会 伊奈病院

〒362-0806 埼玉県北足立郡伊奈町小室 9419

TEL : 048-721-3692(代)

公式ホームページ :

[http://www.issin.or.jp/ina\\_new/](http://www.issin.or.jp/ina_new/)

公式 facebook ページ : <http://www.facebook.com/inahospital>



当院の携帯サイトはQRコードよりアクセスしてください。

[http://www.issin.or.jp/ina\\_new/mobile/](http://www.issin.or.jp/ina_new/mobile/)

