

こころ通信

2020年
11月
Vol★**93**

TOPICS

- 新任医師のご紹介
- 内視鏡検査
- 岡山東警察署代替災害訓練
- 秋の鮭の炊き込みご飯
- リハビリ体操
- 花開く
- 第27回地域医療連携



社会医療法人 盛全会

岡山西大寺病院

〒704-8194

岡山市東区金岡東町1丁目1番70号

086-943-2211 (代表)

086-943-2212 (FAX)

<http://www.saidaiji-hp.or.jp>

新任医師のご紹介

脳神経外科医長誕生 大西 学先生

理事長の“8年越しの恋”が実りました



略 歴

平成15年 岡山大学医学部 卒業
岡山大学付属病院研修医
平成17年 香川県立中央病院 脳神経外科 医員
平成19年 岡山大学病院 脳神経外科 医員
平成24年 岡山大学病院 高度救命センター 特任助教
岡山大学大学院博士課程修了(医学博士)
平成25年 国立岩国医療センター 脳神経外科 医員
平成27年 川崎医大総合医療センター
脳神経外科学2 講師

専 門

脳神経外科専門医・指導医
プライマリーケア連合学会認定専門医・指導医

診察日

月曜午前、火曜午前、水曜午前午後、木曜午前、金曜午後

趣 味

家庭菜園、庭造り、犬にウサギにインコに熱帯魚にウーパールーパーに・・・。

挨 拶

2020年10月から西大寺病院に赴任しております。総合診療科、脳神経外科の大西学です。今までは脳神経外科医として特に救急と脳腫瘍の治療を主として診療してきました。脳神経は脳だけでなく脊髄から指先、足先にまで張り巡らされてており、患者様の全身を診療することが求められる科でもあります。頭が痛い、頭を打った、意識を失う、けいれんする、物忘れがひどい、二重に見える、めまいがする、顔が動かない、手足が動かない、顔や手足が痛い、首が痛い、腰が痛い、痺れる、歩きにくい、怒りっぽい、眠れない、介護に困る、等々、多岐にわたる様々な症状、状況に脳神経外科医が関与し患者様とともに考え治療、緩和できる疾患がございます。まだまだ未熟者にてこれからたくさん患者様と疾患について勉強していかなくてはなりませんが、よろず相談いただけるような診療を志しますので何卒よろしくお願い申し上げます。

内視鏡検査による早期発見・早期治療を!

内視鏡検査では、食道・胃・十二指腸・大腸への診断と治療を各専門分野の医師が行っております。



安心・苦痛なしを心がけ、
高度な内視鏡機器を導入!

安心して受けていただく体制を整えております!

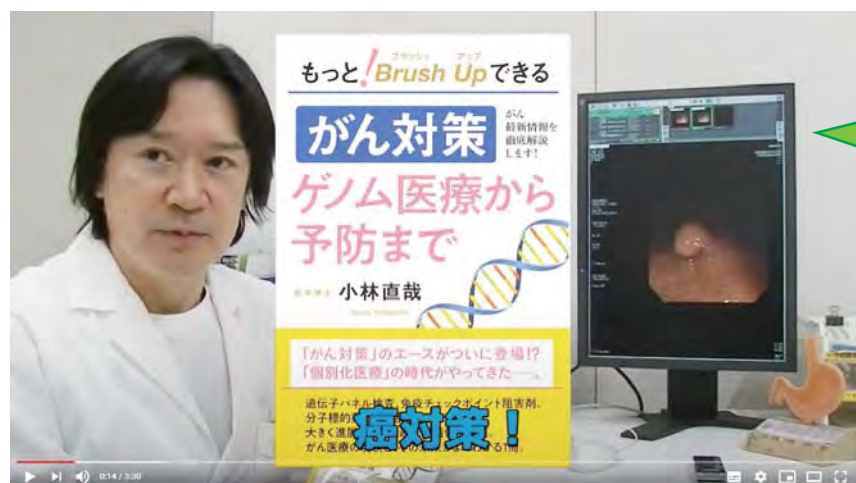


女性医師もいるので、女性の方でもお気軽に受けていただけます。消化器系のがんは、男性では40歳から増加傾向にあります。また、女性においても高齢になるほど罹患リスクが高まります。

なにか気になる症状がある方だけでなく、
症状がない方もある程度の年齢を過ぎたら
定期的に検査を受けましょう。



詳しくは、岡山西大寺病院HPまで <http://www.saidaijihp.or.jp/>



YouTubeにて当院の
内視鏡検査の魅力が詰まった
動画を公開中!
「西大寺病院内視鏡」で検索!

スマホの方は
こちらからご覧
いただけます。



▲動画URLは <https://www.youtube.com/watch?v=NF2bGXTPpiU>

岡山東警察署代替訓練



令和2年9月5日に岡山東警察署による災害警備訓練が実施されました。当院の屋上のヘリポートにおいて、岡山県警察ヘリコプター「わしゅう」による救助者搬送の離着陸訓練が行われました。岡山西大寺病院では、万が一災害が発生した場合、岡山東警察署及び岡山東消防署の行政機関と連携し、岡山市東区周辺地域の災害対応を行ってまいります。



タオルで伸び伸び体操

膝折れを予防する効果あり!! 転倒を防ぎます!!

タオルを足の裏に引っ掛け
膝を曲げる



タオルを引っ張りながら
膝を伸ばす



ポイント：引っ張る強さはやや強めにする
回数：1日20回×2回

秋の味覚 秋鮭の炊き込みごはん

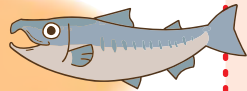


1食当たり 352Kcal/
 蛋白質 18g/脂質 3g/食塩相当量 1.3g



魚に含まれるDHA・EPA

血液をサラサラにし、
 動脈硬化を予防する
 などのはたらきがあります。



材料(4人分)

米	2合	●調味料●	
秋鮭	2切れ	☆醤油	大さじ2
舞茸	1パック	☆酒	大さじ2
青ネギ	適量	☆みりん	大さじ1
		☆昆布だし	400ml
		☆塩小さじ	1/3



作り方

- ①生姜と人参を千切りに、しめじは小房にわける。
- ②釜に米と☆の調味料を入れて混ぜる。
- ③鮭と舞茸を乗せて炊く。
- ④炊き上がったら10分程蒸らし、鮭を取り出してほぐした身をごはん混ぜあわせる。
- ⑤茶碗によそって青ネギをのせたら完成。



猫背すっきり体操



両手を前に組んで
 肩をしっかり挙げて
 いきましょう!



約20~30秒
 このまま!



肩をしっかり
 挙げたら左右に
 そらしましょう!

寒さに負けず背中を伸ばして
 猫背を解消!

花開く

-令和2年度新入職員のその後-



社会福祉士
のなみ かすみ
野浪 花純

先輩方が患者様やご家族様と関わっている姿を見ながら日々学んでいます。担当をもたせていただくようになり、患者様やご家族様の思いに寄り添った支援ができるよう努力しています。スピード感についていけず戸惑うことも多いですが、必要な知識を身につけ、信頼されるソーシャルワーカーになれるよう頑張ります。



臨床工学技士
やまもと りょうが
山本 遼河

入職して半年間が経ち、臨床工学技士としてまだまだ未熟ではありますが、とても働きやすい環境のもと、先輩方の指導を受け、入職した当時と比べると少しずつ成長出来ていると実感しています。これから、透析室以外の手術室や内視鏡室での業務にも取り組んでいく中で、常に向上心を持ち日々成長していきます。



理学療法士
かげもと あつや
影本 敦也

入職してから約半年が経過し、実際に患者様に理学療法を提供させていただく中で、患者様の障害像や動作から問題点を把握しアプローチする難しさを改めて感じています。今後先輩方からの指導や自己研鑽を行い、より良い理学療法士になれるよう努力していきます。



看護師
たかはし はるか
高橋 遥

入職して半年が経ちましたが、まだできないこと、わからないことばかりで先輩方に一つ一つ教わりながら日々仕事に取り組んでいます。そうしていく中で、少しずつ優先順位をつけて動くことができてきたと感じています。今後はさらに報告・連絡・相談のほうれんそうを大切に業務を行っていきます。

医療連携を行なっている医療機関についてご紹介していくコーナー
今回は**これさわ内科医院**をご紹介します。

平成3年4月、中区海吉、操山の南麓東端、百間川の西側に内科・小児科診療所を開院させて頂きました。農家が多い地域ですがベッドタウンでもあり、乳幼児から高齢者まで幅広くかかりつけ医として、道端で挨拶するように気安く受診して頂くことを目指しております。

また高齢所帯も増えつつありますので、必要な場合には訪問診療も行っております。近くには富山中学校があり、学校医としても地域社会に貢献出来ればと願っております。



これさわしゅんすけ
是澤 俊輔 院長先生



受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30～12:00	●	●	●	●	●	●	×
15:00～18:00	●	●	●	×	●	×	×

○休診：木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

これさわ内科医院

- 住所 〒703-8261 岡山市中区海吉1537-2
- 電話 086-277-1881 ■FAX 086-277-1882
- アクセス：両備バス西大寺線海吉バス停
ダイワ自動車教習所から北へ約200m



第27回＜これさわ内科医院との地域医療連携＞

最も在宅に近い診療を提供されており、乳幼児から高齢者まで、かかりつけ医として、また訪問診療と幅広く地域の皆様に安心を届けられています。当院とは、整形外科をはじめ、入院治療が必要な患者様の紹介をいただいております。各専門性を生かしながら良い連携を継続していきたいと思っております。



外来診療表

○受付時間：午前 8:30～11:30 午後 14:30～16:30
○診察時間：午前 9:00～12:00 午後 15:00～17:00
○お問合せ：086-943-2211(代表)



更新日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
2020/11/1	小林直哉 小橋雄一 大西学	小西洋	小橋雄一 野島剛 大西学	小橋雄一 野島剛	小林直哉 徳増一樹 大西学	小林直哉 小西洋 大西学	小橋雄一 小西洋 大西学	小西洋 大西学	小林直哉 小橋雄一	小西洋 大西学	小林直哉	午前
内科	小林敬子 井久保卯 池田示真子 小崎佐恵子	小林敬子	池田示真子	池田示真子	井久保卯 半井明日香	井久保卯	池田示真子		小林敬子 井久保卯 大西尚子	井久保卯	池田示真子	
	花川志郎 綱島敬 久禮美穂 河村顕治	花川志郎 綱島敬 塩田陽子	花川志郎 綱島敬 中田英二	花川志郎 大塚亮介 田端雅弘	花川志郎 綱島敬 齋藤太一	原田良昭 綱島敬	花川志郎 塩田陽子 近藤宏也	花川志郎 依光正則 那須義久	花川志郎 綱島敬 塩田陽子 河村顕治	花川志郎 原田良昭	原田良昭 綱島敬 大塚亮介 塩田直史 三澤治夫 山内太郎	月1 月1 第1
脳神経外科		菱川朋人 第1/3/5			伊達勲							
外科		黒田新士	黒田新士	黒田新士						田邊俊介	宮本耕吉	
循環器外科	中山理絵	中山理絵	村上正明		角南春樹						吉田雅言	第1/3
皮膚科	太田知子	太田知子			森実真				太田知子	太田知子		
腎・糖内科			予約のみ 大西康博	予約のみ 大西康博					予約のみ 木野村賢		喜多村真治	
専門外来			リウマチ内科 勝山隆行	リウマチ内科 勝山隆行	予約制 スポーツ整形 根津智史 第1 平中孝明 第2 島村安則 第3 平中孝明 第4		乳腺科 岩本高行		形成外科 松本洋	形成外科 松本洋 泌尿器科 吉永香澄	眼科 眼科 神経内科 神経内科 リウマチ内科 心臓血管外科	第1/3 第2/4/5 第1/3 第2/4 第2/4 第2/4
内視鏡	喜多雅英		末廣満彦		半井明日香		瀧上隆夫 第1/3/5	半井明日香 第2/4			半井明日香	
歯科	園井教裕	園井教裕	園井教裕		園井教裕	園井教裕	畑中加珠		園井教裕	園井教裕		

※診療体制は変更する場合がございますので、事前に確認のうえご来院ください。（ただし緊急時を除く）