



医療法人社団 慈生会 松山城東病院広報誌

# 笑顔JOY☀️通信

No.8  
2021.1



職員の子供さん達が  
描いてくれた😊アマビエで  
疫病退散!



愛媛県イメージアップキャラクター  
みぎやん  
許諾番号:212010



初めまして、

診療放射線部です。



私たち診療放射線部は、5名の診療放射線技師で業務を行っています。「診療放射線技師」という名称は世間での認知度は高いとは言えず、どういった業務をしているのかあまり知られていないのが現状です。「レントゲン撮影する人」と言うほうが容易にイメージできると思います。単純X線撮影装置・CT装置・MRI装置などを用いて画像データを集め、医師に提供するのが診療放射線技師の役割です。

診療放射線技師は、4年制大学の保健学科・放射線技術科学専攻や専門学校を卒業後、国家試験に合格することで資格を取得することができます。

当院には、外来・病棟・訪問診療や人間ドックなどがあり、これら各部署から検査依頼があります。私たちは、皆様の健康状態や治療に必要な情報を正確かつ迅速に提供し、チーム医療の一員として貢献できるよう努めています。令和2年9月より女性の診療放射線技師が加わり、マンモグラフィなど女性特有の検査を受けやすい体制となりました。

では、私たちが当院で行っている業務を紹介します。

◎単純X線検査(レントゲン検査)

胸(肺)やお腹の状態を検査する胸部・腹部撮影や骨折の有無の撮影など。

◎CT検査

X線を使って体の断面を撮影し、レントゲン検査よりもさらに詳しく体の状態を調べる検査。

◎MRI検査

強い磁石の力と電磁波を使用し、体の断面を撮影する検査。X線を使用しないので被ばくすることはありません。

◎消化管造影検査

一般的には胃バリウム検査と呼ばれており、人間ドック受診者に検査を行っています。

◎乳房X線検査(マンモグラフィ)

◎骨密度検査(骨塩定量検査)などの検査もおこなっています。

放射線部の  
仕事。



●単純X線検査(レントゲン撮影)



●CT検査(コンピュータ断層撮影)

X線を使って体の断面を撮影する検査。心臓・肺・大動脈などの胸部、肝臓・腎臓などの腹部、脳出血の有無などの頭部、整形分野における骨折の有無など、様々な病変の検査に利用されます。



●乳房X線検査(マンモグラフィ)

乳がんは日本人女性がかっとも多くなるがんとしており、乳がんの患者数は年々増加傾向にあります。マンモグラフィ検査は乳がんの早期発見に有効な検査の一つになっています。



●MRI検査(核磁気共鳴像法)

強い磁石の力と電磁波を利用した装置で体の断面を撮影する検査。早期脳梗塞やレントゲンではわかりにくい骨折の検査などに利用されます。X線を使用しないので被ばくの心配がありません。



# 新病院建設、始動しました。

## 2022年春完成予定



新病棟完成予想図



新病棟完成予想図

着工に先立って地鎮祭の神事がと行われました。



愛媛県イメージアップキャラクター みぎやん 許諾番号:212010

### 新病院完成までのスケジュール

- 地鎮祭(桑原八幡神社) ..... 2020年11月14日
- 建設工事着工 ..... 2020年11月16日
- 新病院完成 ..... 2022年3月(予定)
- 新病院営業開始 ..... 2022年5月(予定)
- 旧病院解体・外構工事完了 ..... 2023年3月(予定)



工事期間中は、患者様をはじめ、ご来院される皆様方に、大変ご不便・ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解の上、ご協力いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。



# 足は大切！

最近、足腰が弱っていませんか？  
今回は足の体操です。

人体は約206個の骨で構成されています。そのうち56個は両側の「足」と「足関節」であり、それぞれたぐさんの靭帯や筋肉が繋がっており、関節を作り様々な動きができるようになっています。体を支える「足」は「家」と同じ構造で成り立っています。その一つとして、家を支える「梁」と同じ構造があります。「足」には「内側縦アーチ」「土踏まず」「外側縦アーチ」「横アーチ」と3つのアーチ(参照図)があり、これらが「梁」の役目を果たしています。3つのアーチ「足」は縁の下の力持ちで、しっかりと身体を支える働きをします。アーチが崩れてくると、足は様々な問題を引き起こします。例えば「外反母趾」や「膝痛」などです。今回は「横アーチ」と「内側縦アーチ(土踏まず)」を維持または改善するための代表的な筋力向上訓練をお伝えします。

## Ⅱ) 「内側縦アーチ」の体操

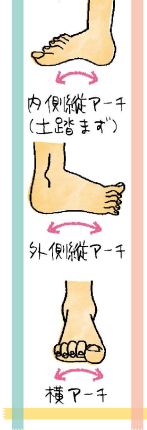


- ① テーブルや手すりなどしっかりした物を持ってください。
  - ② 体を天井に向けて真横ぐに持ち上げるようにつま先で立ちます。
- (注) ・痛みが強い時は、無理をしないでください。  
・全部の「ゆび」で立ちましょう。

「横アーチ」の体操は1回1分程度、毎日10回以上行うとよいです。

「内側縦アーチ」の体操は20回/1セットを1日3セットくらい行うとよいです。

## Ⅰ) 「横アーチ」の体操



- ① タオルの端もゆびでつまみあげ。
  - ② このまま「ゆび」で自分の右にたぐり寄せます。
- (注) ・しっかりと椅子に坐ってください。  
・なるべく、足の裏が床に接している状態が望ましいです。  
・新しい履物やゆびにタオルより、使い古したタオルの方がやりやすいです。

# スタッフ紹介

1階 医事課  
加藤 里菜  
趣味: 読書  
一生懸命がんばります。

1階 医事課  
岡本 満紀  
趣味: 音楽鑑賞  
よろしくお願いします。

外来 看護師  
石丸 冬基  
趣味: 釣り(主に海)  
謙虚な心を忘れず、何事にも一生懸命取り組んでいきたいと思っております。よろしくお願いします。

外来 看護師  
柴田 麗奈  
趣味: 旅行・お菓子作り  
仕事と子育ての両立を楽しんで笑顔で頑張ります。

3階 看護師  
池田 あかね  
趣味: テレビ鑑賞  
よろしくお願いします。

3階 看護師  
京河 葵  
趣味: 美味しい物を食べる  
笑顔で丁寧な看護が出来るよう頑張ります。

4階 看護師  
小笠原 志帆  
趣味: 茶道  
笑顔が絶えず、丁寧な看護が出来るよう、毎日頑張ります。

人間ドック 検診部 営業  
梶原 浩平  
趣味: サッカー・フットサル  
ひたすら頑張ります！  
よろしくお願いします。

施設  
野中 文博  
趣味: 野球観戦  
笑顔と根性で頑張ります。  
よろしくお願いします。

## 今回の表紙のイラスト

テーマ『アマビエ』  
新型コロナウイルスの沈静化を祈って

松本 ゆうひ 6才	青木 南奈 なな 小5	あんな 小2
さくら 小6	こうき 年長	あおい 小1 野芽 たいが 小3
松本 あさ 4才	岡本 綾音 あやね 小3	萩 森 ななみ

表紙のイラストを描いてくれた職員の子供さんたちです。



人はいつから自分を使い分けるのだろうか、年を重ねるごとに今の自分がどちらの顔をしているのか分からなくなる。自然体でいるはずの自分が裏の顔だつたりするかもしれない。裏の顔が続いていけばそれは表の顔になり、

裕の心がゆたかになる話

今のあなたは表の顔ですか？それとも裏の顔ですか？それを確かめる術はありません。『表裏一体』それは切り離すことのできない密接なもの。表があれば裏がある。表の顔も裏の顔も、どちらもあなたなのです。



あなた自身を構築してゆく。裏の顔と言っても、それは一概に悪い顔というわけではない。今笑っているあなたが心の底から笑えていなければ、それは裏の顔である。普段はしないことでも思い人のために何かをしてあげられる自分、それも裏の顔である。でも、いつだってそれが表の顔でありたいと願う。それが裏の顔だとしてもその顔を見せているあなたには表の顔として受け止めてほしい。これがあなたにとつての僕なんだ、今の僕を信じて。表の顔という知らぬ間に築かれた自分らしさの檻の中でもがいているなら、その必要は無い。僕だつてそう、誰だつてそうだと思つたら、そんな中でも僕の前では檻を開放して全てを見せてほしい。どんなあなたであつても全てを受け入れ全てを信じます。それがあなたに対する僕の顔。

## 栄養室レシピ

良質なタンパク質が豊富な  
豚肉と大豆のカレー

- 【材料:4人前】 普通食用
- ・豚肉 200g ・大豆水煮 120g
  - ・じゃがいも(小)2個 ・玉ねぎ1個
  - ・人参(小)1本 ・油 適量
  - ・コンソメ(小さじ)1杯 ・水700ml
  - ・カレールウ(甘口・中辛を半々で) 120g
  - ・ウスターソース(小さじ) 1.5杯
  - ・トマトケチャップ(小さじ) 1.5杯
  - ・はちみつ(小さじ) 1/2杯



動物性のタンパク質が豊富な豚肉と畑の肉と言われる大豆入り

## 季節の野菜カレーもgood!



高齢者にも食べやすいひき肉入り♪

★高齢者には、タンパク質が大切です！  
タンパク質の不足で高齢者は筋肉が衰え、運動・認知機能が低下します。



『お年寄りには和食が好き』と思われるかもしれませんが、意外にも皆さん『カレー』が大好きで、老若男女問わず喜ばれるメニューです。カレーには食欲増進作用があり、手軽に一皿で主食・タンパク質の多い肉類や魚介類と野菜類が一緒に摂れるので食の細い高齢者にも最適！  
以前は「刺激物」「高カロリー」「高塩分」という事もあり、普通食にしか提供していませんでしたが、患者様からの要望が多く、糖尿病や減塩食などの治療食の方にも味付けなどを工夫して提供する事にした結果、皆様にとっても喜んでいただいています。

## 外来診療予定表 月～土曜日（日・祝祭日をのぞく）

《診察時間》午前9時～12時・午後2時～5時

《受付時間》午前8時30分～12時まで・午後2時～5時まで ※土曜日は午前中のみ受付となります。

★救急当番日の受付時間 午前8時30分～翌朝午前8時30分

		月	火	水	木	金	土
内科	第1内科(午前)	住田 昌亮(総合)		羽立 登志美※1 (糖尿)	住田(総合)	荒木 周平(消化器)	
	第2内科(午前)	川田 浩之(循環器)	井上 勝次(循環器)	川田(循環器)	三好 愛(呼吸器)	川田(循環器)	住田(総合)
	午後	廣岡 昌史(肝臓)	住田(総合) 井上(循環器)※2	住田(総合)	川田(循環器)	住田(総合)	
外科	午前	兵藤 眞	小川 靖	兵 藤	兵 藤	兵 藤	兵 藤
	午後	兵 藤※3	兵 藤※3	兵 藤※3	兵 藤※3	兵 藤※3	
整形外科	午前	桑原 公朗	桑 原	桑 原	桑 原	桑 原	桑 原
	午後		桑 原※3 (手術日)		桑 原※3 (手術日)	桑 原※3 (手術日)	
脳外科	午前	安部 智宏	河 野	安 部	河 野	河 野	河 野
	午後	河野 啓二	安 部	河 野	安 部	安 部	

※1 糖尿病外来の診察時間は、午前11時15分までの受付となっております。

令和2年12月25日現在

※2 井上医師午後の診察は、午後3時からとなっております。

※3 桑原医師・兵藤医師の午後の診察は、手術等のため休診になる場合がございます。ご確認の上ご来院ください。

### 駐車場のご案内

新病院建設期間中は、外来患者様用の駐車場が道路を隔てた病院向かい側となりますので、ご不便をおかけいたしますがよろしくお願いいたします。

※外来患者様駐車場をご利用の際、道路の横断は大変危険ですので、ご面倒でも信号機のある横断歩道をお渡りください。



#### 診療科目

内科/循環器内科/外科/消化器外科/脳神経外科/整形外科  
リウマチ科/リハビリテーション科/麻酔科/放射線科

#### 人間ドック

A(1日)ドック/B(2日)ドック/脳ドック/各種健康診断  
生活習慣病予防健診/特定健診

《救急指定病院》

医療法人社団 慈生会 松山城東病院

〒790-0915 愛媛県松山市松末二丁目19番36号

TEL : 089-943-7717(代表)

FAX : 089-921-1981 ☑ info@m-joto-hsp.com



松山城東病院HP