地域にはぐくまれて100年―― 公益財団法人宮城厚生協会　坂総合病院 広報誌

SAKASO［さかそう］

ご自由にお持ちください

特集 先生に聞いてみよう

外科の“今”について。

2023.2 Vol.58

おしらせ

共に働く職員へ、感謝の気持ちを届けました

厚生労働省が推進する、患者さんの安全を守ることを中心とした総合的な医療安全対策。その一環として、医療機関などにおける取り組みを推し進め、国民の理解や認識を深める「医療安全週間」を定めています。坂総合病院では2022年11月25日前後の2週間を「医療安全週間」とし、各職場で行っている安全のための取り組みや安全川柳、感謝状でかたどったクリスマスツリーを掲示しました。2020年から始めた感謝状のツリーは、「日頃なかなか伝えられない感謝の気持ちを伝えよう」がテーマ。ポジティブなメッセージは職員同士の支え合いやよりよい人間関係つくるきっかけになり、安心して発言できる“心理的安全性”のある職場づくりにつながっています。

届いた感謝状は224枚。「皆さんの頑張りに感謝します。いつもありがとう」などの言葉が並んだ

診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただき ご確認をお願いいたします。

コールセンター 022-361-8288

- 平日　8:30～16:30（小児科のみ8:00～）
- 土曜　8:30～11:30（小児科のみ8:00～）

※日曜・祝祭日、年末年始（12/30～翌年1/3）、8/16（お盆）は休業。

◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。
◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号（022-365-5175）にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。
坂病院 検索 https://www.m-kousei.com/saka/

電車の場合 ▶ **JR仙石線・下馬駅**下車。駅前が当病院です。

お車の場合 ▶ **第三駐車場**は、当院ご利用の方は**無料**です。
第三駐車場と病院間の**送迎バス**を運行しています。

表紙について

佐澤先生の趣味はネットサーフィン。仕事の話題だけでなく、社会情勢や話題の出来事を調べるのが日課だといいます。お子さんとの話題づくりのため、ネット小説も読むそうです。

●表紙撮影／坂総合病院

SAKASO 坂総合病院 広報誌［さかそう］
2023年2月1日発行

公益財団法人宮城厚生協会
坂総合病院
〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5　https://www.m-kousei.com/saka/
【広報誌に関するお問合せ】Tel 022-365-5175（代）

毎回特集内容を変え、病気や病院のあれこれを発信。今回は、現在の外科の在り方について紹介します。

特集

先生に聞いてみよう 外科の〝今〟について。

塩釜市を中心に地域の医療を支える坂総合病院。適切な治療と高度な技術で人々を支えています。今回は、医師一人ひとりがレベルアップを欠かさず、常に先を見据える外科の今について聞きました。

佐澤 由郎（さざわ よしろう）

宮城県出身。弘前大学卒業後、坂総合病院に入局。幼少期に診察を受けた医師への憧れと、「困っている人の役に立ちたい」という思いから医師を目指す。現在は外科系診療部長・消化器センター長を務め、後進を育てる環境づくりにも力を入れている。

おしえて先生

Q 坂総合病院の外科の特徴を教えてください。

一番の特徴は、地方にある病院でありながら、常に標準治療を念頭に治療を行っていることでしょうか。私たちは塩釜市近隣で暮らす皆さんが不便な思いをすることなく、さらにお金と時間をかけて遠方へ出向かずとも済むような診察体制の整備を目指してきました。その積み重ねとして、現在当院では首都圏の病院と比べてそう変わらない治療を提供できていると感じています。しかしこの状態を維持していくためにはいっそうの努力が必要です。今後は若手医師の育成にも力を注ぎ、高い技術を持った先生たちとも途絶えることなく交流を続けていきたいと考えています。

Q 佐澤先生は坂総合病院から一度離れ、外部の病院で研修を行ったそうですね。どんな研修を行ったのでしょうか？

私が研修に出向いたのは40歳を過ぎてから。「医師として目指す目標にこのままでは到達できないのではないか」「このままでは医療技術の進歩についていけないのではないか」という不安を感じたことがきっかけでした。研修先は、年間300例以上の肺がんの手術を行っている病院。毎日朝から晩まで行われる手術に私も参加しました。ハードルの高さを感じる場面も多くありましたが、短期間で集中して勉強できたことはとてもいい経験となりました。

標準治療を提案するために常に学びを欠かさない

患者さんの体に負担が少ない「内視鏡手術」。今でこそスタンダードな手術ですが、例えば肺がん手術において内視鏡だけを使って手術を行えるようになったのはここ10年ほどのこと。さらに宮城県内に定着したのはここ5、6年のことです。普及しはじめた当時は当院で手術が行われることはなく、私が技術を習得するには困難な状況でした。しかし、そこで乗り遅れてしまっては標準治療は提供できません。そうした状況を避けるために、常に研鑽を重ねてきました。

研修で得た経験を活かして地域の期待と信頼に応える

外科の盛口佳宏先生と黒川耀貴先生、高津有紀子先生は国内最大規模の診療実績を持つ病院で研修を行いました。日本のトップレベルで目の当たりにした経験と学びは、私たちの手術や治療に大いに活かされています。さらに現在は最新の医療技術の学びをいっそう深めているところです。

こうしてできた道が、現在の外科を成り立たせています。私は外科部長として消化器外科や呼吸器外科、泌尿器科、整形外科、形成外科を管轄しています。各科で抱える課題はあるものの、地域の皆さんにとっては常に医療体制が整っていることに信頼を寄せてくれていると感じます。その信頼に対し、外科の医師たちは治療や診察において十分に貢献できるはずです。

若手医師が坂総合病院で研修を行っている様子。多くの経験を積んだ医師がいるからこそ、高い水準の医療が継続して提供できる

支えるひとたち

第30回
薬　局

坂総合病院を、そして患者さんを支える人々。その「人となり」に迫ります。

使い方ひとつで毒にも薬にもなる。そんな不思議な物質に魅力を感じたことと、他職種と協力して治療を行うチーム医療に憧れて病院薬剤師を志しました。普段は、①患者さんの状態に適した投与量を確認して正確な量となるように注射剤や輸液を混合すること ②副作用の軽減や予防のための薬物治療を医師に提案すること ③患者さんのかかりつけ薬局へ情報を共有すること、を主に行っています。化学療法副作用への介入に正解がないことがこの仕事の難しいところですね。それでも患者さんの悩みや副作用を薬物治療で改善し、チームで解決策を見つけられたときには喜びとやりがいを感じます。今後も治療している皆さんが安心できる説明と提案、そして感謝を伝えることを怠りません。私自身も褒められるとうれしいので（笑）

投薬後は患者さんの体の変化を必ず確認します。たとえ効果が得られなくても、次に出来ることを見逃さないようにする努力は欠かせません。

渡邊 大地（わたなべ だいち）
薬剤師/クリニック主任・
外来がん治療認定薬剤師

次号は

堀 明子〈看護部長室 事務〉

運動療法センターのびのび Presents 宅トレラボ

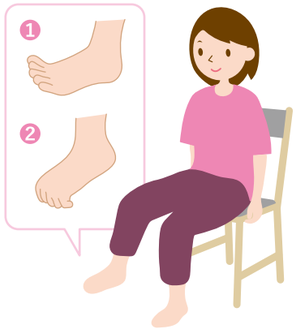
#3 自宅でできる！筋肉運動③

寒さが厳しくなると、筋肉が硬直し体の不調を引き起こしやすくなります。そんな時こそ室内で無理なくできるトレーニングがおすすめ。ほんの数分でも、自分の体と向き合う時間をつくりましょう。

転倒予防のための「すね・足先の運動」

❶ **重さのある椅子に足元や胴体が安定する状態で座り、片方の足指をすねの方に軽く反らす。可能なら、なるべく指と指の間を広げて反らす。**

❷ **同じ足指を下の方に軽く曲げる。❶と❷を5〜10回程度繰り返し、反対の足も同様に行う。**



〈注意点〉
足の裏がつりそうなときは無理に行わない。

「運動療法センターのびのび」とは…？
坂総合クリニック1号館6階にあるメディカルフィットネス。健康増進・疾病予防運動、生活習慣病の運動療法、介護予防運動などを実践する施設です。
※現在はコロナ禍のため、特定の病気の重症化予防を目的として個別にご利用いただいています

栄養手帖 -食養室だより-

卵ってこんなにすごい！

毎日の食卓に欠かせない食材・卵。料理のメインにも引き立て役にもなり、栄養が豊富に含まれている優れた食材です。

卵には栄養たっぷり！

たんぱく質や脂質、ビタミン、ミネラルをはじめ、不飽和脂肪酸であるリノール酸やビタミンB2・B12などが含まれます。ただし脂質を多く含むため、1日1個を目安にしましょう。

よりよい保存方法は？

殻には小さな穴が開いており、丸い方から呼吸をします。そのため尖った方を下にした保存法がおすすめ。また、新鮮な卵は割ると卵黄に高さがあり、卵白はまとまりがあります。

レンジでパパッと！「玉子豆腐」

●材料（1人前）
卵…1個
絹豆腐…80g
和風顆粒だし…小さじ1/2

〈調味料〉
みりん…大さじ1/2
和風顆粒だし…小さじ1/4
片栗粉…小さじ1/4
水…50cc

●作り方
①卵と和風顆粒だしをよく混ぜ、絹豆腐を加える。なめらかになるまで混ぜる。
②耐熱容器に①を入れてラップをし、600Wのレンジで2分加熱する。
③別の耐熱容器で混ぜ合わせた調味料を600Wのレンジで1分加熱する。取り出して混ぜ、再度1分加熱する。
④②に③をかけて完成。

職場紹介

化学療法センター

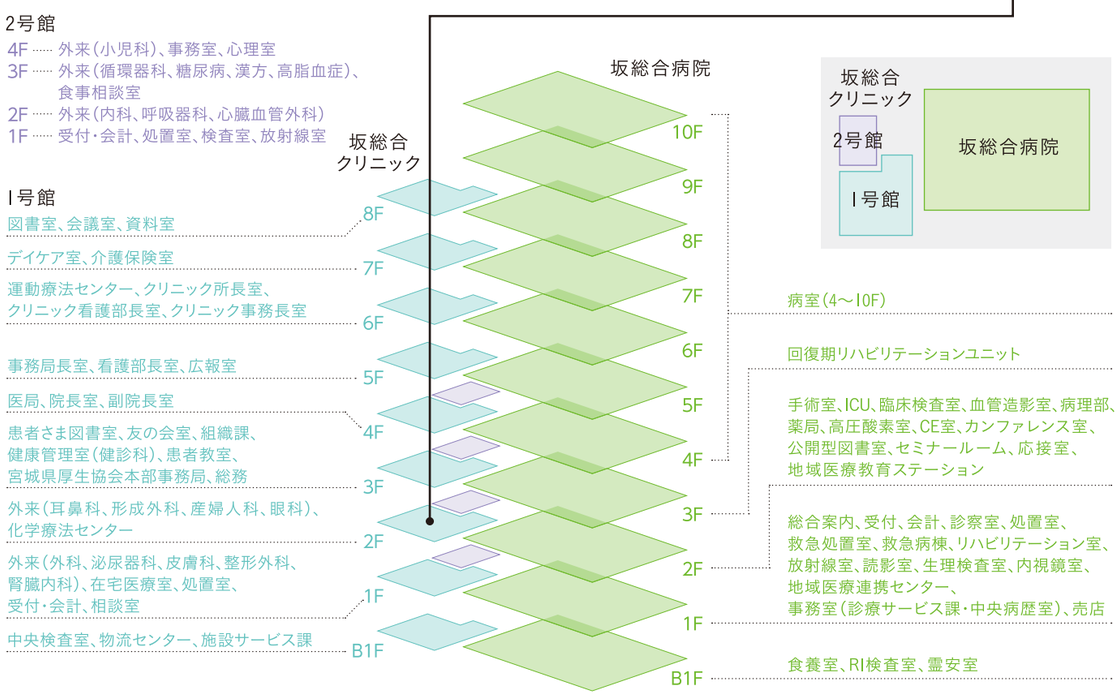
山﨑 恵（やまざき めぐみ）
クリニック師長

化学療法センターは、外来で抗癌剤の点滴治療を行う専用フロアです。ベット9床、リクライニングチェア2床を設け、2021年度には721件の治療を行いました。また外来化学療法加算Ⅰを算定しており、外来がん治療認定薬剤師が常駐しています。医師や薬剤師、がん化学療法認定看護師と連携を取りながら、患者さんが安心・安全に治療を受けられる体制を整えています。

副作用を軽減する治療法の進歩や「生活の質（QOL: Quality of life）」を重視する考えなどから、外来で化学療法の治療を受ける患者さんが増加しています。そのため私たちが心がけているのは、外来での治療を選んだ患者さんに寄り添い、副作用が出た時のアドバイスなどのサポートができるようにすること。そして何より、安全な治療のためにスタッフ同士が声を掛けあって確認することを大事にしています。

初めて治療を受ける患者さんには、事前に化学療法センターの見学や当日の流れ、自宅での過ごし方などの説明を行っています。スタッフと顔を合わせることで「治療当日の不安が軽減された」と話してくれた方もいました。今後は今以上に患者さんのお話に耳を傾ける時間を持ち、少しでも安心して治療に向き合えるように支えていきたいです。

2号館
- 4F …… 外来（小児科）、事務室、心理室
- 3F …… 外来（循環器科、糖尿病、漢方、高脂血症）、食事相談室
- 2F …… 外来（内科、呼吸器科、心臓血管外科）
- 1F …… 受付・会計、処置室、検査室、放射線室



坂総合クリニック
2号館
- 8F 図書室、会議室、資料室
- 7F デイケア室、介護保険室
- 6F 運動療法センター、クリニック所長室、クリニック看護部長室、クリニック事務長室

1号館
- 5F 事務局長室、看護部長室、広報室
- 4F 医局、院長室、副院長室
- 3F 患者さま図書室、友の会室、組織課、健康管理室（健診科）、患者教室、宮城県厚生協会本部事務局、総務
- 2F 外来（耳鼻科、形成外科、産婦人科、眼科）、化学療法センター
- 1F 外来（外科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、腎臓内科）、在宅医療室、処置室、受付・会計、相談室
- B1F 中央検査室、物流センター、施設サービス課

連携医のご紹介

医療法人こがね雅会
こがね医院

［ 内科・呼吸器内科・消化器内科・アレルギー科 ］

理事長
金 俊夫 先生 ※写真左
（こがね としお）

院長
金 俊行 先生 ※写真右
（こがね としゆき）

内科・呼吸器内科・消化器内科・アレルギー科
医療法人こがね雅会
こがね医院

〒985-0026 塩竈市旭町5-10
TEL 022-362-2026
URL https://www.koganeclinic.com/

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30 – 12:00	○	○	○	○	○	○	／
13:45 – 18:00	○	○	／	○	○	／	／

休診日／水・土曜午後、日曜、祝日
※火・水曜…金 敏夫医師（内科・消化器）、
月・木・金・土曜…金 俊行医師（内科・呼吸器・アレルギー）

地域を支える医療の一助に

昭和33年に故・金 雅夫が当院を開設して64年余り。地域の皆さまの支えにより診療を継続することができました。そして今年1月1日の法人化に伴い、「医療法人こがね雅会 こがね医院」として新しく生まれ変わります。理事長・金 俊夫の専門は消化器内科、院長・金 俊行は呼吸器内科・アレルギー科として、より広くかかりつけ患者さんの健康の一助になれたらと考えています。内科一般としても家庭医の役割として、専門病院に適切につなげられるように日々尽力しています。金 俊行は、2020年3月より当院で診療を始める以前は、東京都にある在宅医療専門クリニックにて個人宅・老人ホームなどの往診を行い、老年医学・緩和ケアについて研鑽を積んできました。今後は当院も在宅医療を展開し、かかりつけ患者さんを最期まで責任を持って見届けたいと思います。そのためにも、坂総合病院の専門的な検査・治療は患者さんの穏やかな人生に必要だと考えております。「地域全体で患者さんの支えとなり、そこに少しでも寄与できるようになること」。それが私の夢です。（文／金 俊行）

坂総合病院から

金医院さんには、以前よりさまざまな患者さんを紹介いただいてきました。今回「こがね医院」としてリニューアルされ、さらなる発展を期待しています。在宅医療、緩和医療のニーズが増える中、さらに連携を深めて、地域の方が安心して過ごせる医療を提供していきたいと思います。よろしくお願いいたします。