



日本医療機能評価機構認定病院

医療法人 杉村会 杉村病院 地域広報誌

発行：医療法人 杉村会 杉村病院 広報委員会

発行責任者：杉村病院 発行日：平成 27 年 5 月 1 日

〒860-0811 熊本市中央区本荘 3 丁目 7-18

TEL 096-372-3322 FAX 096-371-0886

出合い in 杉村病院 vol.28

「就任挨拶」

杉村病院 名誉院長
介護老人保健施設のぞみ 施設長

西川 博



プロフィール

昭和 24 年生まれ 65 歳

昭和 49 年 熊本大学医学部卒業

熊本大学医学部附属病院第一内科研修

平成 10 年 自衛隊別府病院 病院長

平成 16 年 自衛隊福岡病院 病院長

平成 18 年 自衛隊札幌病院 病院長（陸将）

などを経る

平成 27 年 4 月 1 日から杉村病院 名誉院長 兼 介護老人保健施設のぞみ 施設長として杉村会にお世話になっています。

自衛隊が好きで防衛大学校に進みたかったのですが、視力が足りず、長らく結核を患っていた母の主治医の勧めで熊本大学医学部に入学しました。医学部卒業後、第一内科で研修したのち自衛隊に入り勇退するまで、主として全国各地の自衛隊病院に勤務しました。医師としては平凡ですが、医療行政面で重要な仕事ができ、医師として最高の位まで経験できた事は幸せでした。

長い単身赴任を終え、熊本で一医師としてのんびり過ごそうとしていたのですが、多くの勝縁が重なり、現在の職をお引き受け致しました。

杉村病院は民間でありながら、循環器内科や脳神経外科をはじめ、救急医療にも力を入れていることに感銘を受けています。この環境作りに少しでも力を尽くせたら本望です。

趣味は、剣道・テニス・マラソン・ノルディックウォーキング・読書・花づくりと多くを楽しんでいます。中でもノルディックウォーキングは、札幌でノルディックスキーをしていたこともあり、健康づくりに最適だと実感しています。今、片道 3.5 km の距離をノルディックウォーキングで往復通勤しています。ノルディックウォーキングはクロスカンリースキーの夏のトレーニングとして北欧で始まり、健康運動としてとても盛んで、日本でも数年前から急速に広まってきています。簡単で脚に優しく、手軽にできますので、ぜひ皆さんも始めてみませんか？

仕事を通じて、また趣味を通じて杉村会で楽しく充実した勤務が出来ることを願っております。

皆様、どうぞ宜しくお願い致します。

基本理念

地域の人々の健康を守り
地域の人々から愛され
社会に貢献できる病院を
目指します

基本方針

1. 心のこもった適正な医療サービスを提供します
2. 十分な説明をし 同意を得るための努力を惜しみません
3. 患者さまのプライバシーを守り 個人の尊厳が保たれるように努力します
4. 患者さまを看させて戴く事に感謝の心を忘れません
5. 高齢者の様々なニーズに細やかに対応します

気になる症状やお薬、入院
などについてのご相談は
広域医療連携室まで
お気軽におたずねください。

24 時間対応

080-1796-5903

看護師就職支援ガイダンスに参加しました

4月19日、ホテル日航で開催された「熊日看護師支援ガイダンス 2016」に看護部長、副看護部長、病棟師長や主任看護師などで参加しました。今年からは若手看護師も参加して来年の新人看護師獲得に向けて積極的に PR して参りました。

会場には350人ほどの看護師さんが来場していて、当院のブースには30人を超える方々が説明を聞きに来てくれました。病棟師長の軽妙なトークと世代の近い主任・副主任の身近な説明で、笑顔の絶えない有意義なガイダンスとなりました。スタッフの充実のため、今後いろいろな活動を行って参ります！



お知らせ

医療法人 杉村会
杉村病院

看護部サマーセミナー 2015

看護師を目指す学生の皆さん！

熊本市本荘にある医療法人杉村会 杉村病院では、夏休みを利用して就活中の学生さんたちに、病院の現場をリアルに感じてもらうと「看護部サマーセミナー」を企画いたしました。

実際の病院の雰囲気を知る絶好のチャンスです！

話を聞くだけでなく、最新の医療機器での検査風景を見学したり、ハイケアユニットや病棟で、先輩看護師の仕事ぶりを見学することで自身のキャリアイメージを膨らませてみませんか？

お友達誘ってぜひ遊びにいらしてくださいね。

日時：7月4日（土）、8月1日（土） 9：30～11：30

場所：杉村病院 熊本市中央区本荘3丁目7-18

内容：概要説明、MS-CT、MRI、カテ室等見学
HCU、回復期病棟、リハビリ室見学
入職1～2年の先輩ナースとの懇親など



平成 25 年度入社看護師
1 年目フォロー教育

お申し込み・お問い合わせはお電話で！

096-372-3322（病院代表） 看護部長 橋本まで

お知らせ

平成 28 年度採用試験のご案内

日時：平成 27 年 10 月 3 日（土） 9 時から

試験内容：筆記試験（一般教養と看護師国家試験に準ずる問題）、面接

合格発表：10 月 10 日 本人へ通知

日本脳ドック学会認定施設となりました



健康管理部 部長
脳神経外科専門医
丸林 徹

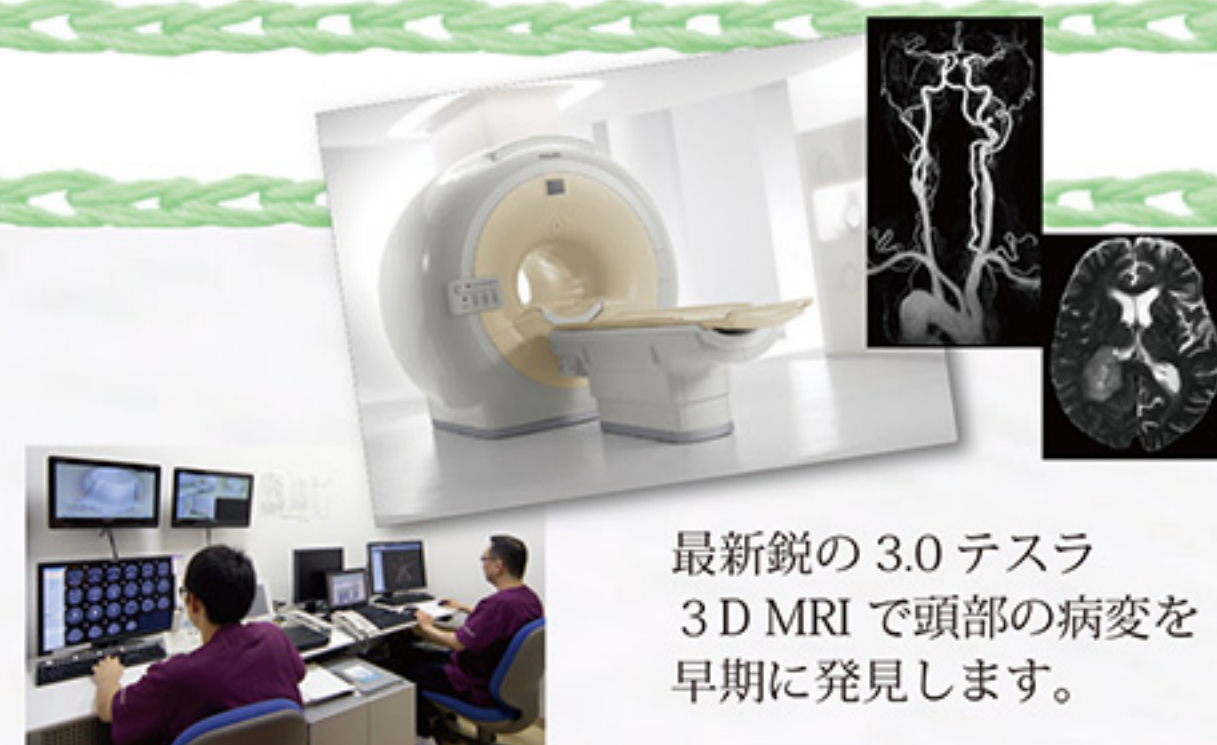
昨年より申請していましたが、日本脳ドック学会施設認定につきまして、今年 3 月に認定審査会が開催され、当院の『認定』が決定致しました。県内の医療機関では 7 番目の認定施設となります。

当院の脳ドックは、無症状の方を対象に、MRI（磁気共鳴画像）、MRA（磁気共鳴血管撮影）などの検査により、無症候あるいは未発症の脳および脳血管疾患を発見し、早期治療へと誘導することができます。また、ご自身の脳の変化などの危険因子（脳の健康状態）を理解して頂くことにより、発病を予防し、今後の

有意義な生活を送るための手助けを行います。

脳ドックに関するお問い合わせは、当院スタッフまでお気軽におたずねください。

MRI 検査のお手伝いをする
診療放射線技師



最新鋭の 3.0 テスラ
3D MRI で頭部の病変を
早期に発見します。

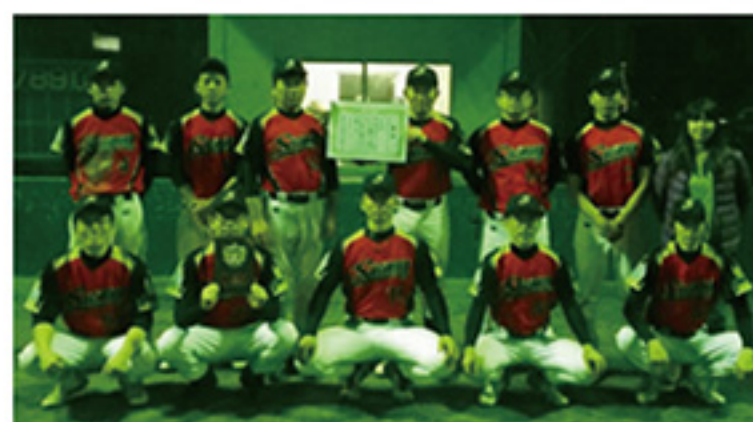


燃えています！ 杉村病院ソフトボール部

「杉村病院ソフトボール部」は今年度も熊本市ソフトボール協会主催のクラス別ナイターソフトボールリーグ大会に出場します！昨年の功績が認められ、クラスもGからDに昇格しました！また、今年度より新たなリーグ「KMC 杯 2015」にも参戦！

4月30日、さっすく1試合目となる「杉村病院 VS 桜十字病院」が水前寺野球場で行われました。20 対 6 で初戦勝利！更に軽騎を積んでリーグを制覇したいと意気込んでいます。随時、練習試合の受け入れをしておりますので、ぜひご連絡下さい！

杉村病院 096-372-3322 担当：リハ部瀧下



昨年は熊本市秋季ナイター準優勝



診療実績	
（平成 26 年 12.1～平成 27 年 3.31）	
外来数	・ ・ ・ 10,132 人
カテーテル治療数	・ ・ ・ 133 件
病床利用率平均	・ ・ ・ 85.25%



新任医師のご紹介

topic
トピックス



趣味：スポーツ全般

内科／呼吸器内科医長 高尾 英介



昭和 47 年生まれ 42 歳

平成 12 年 福岡大学医学部 卒業

職歴

福岡大学筑紫病院内科、佐田病院麻酔科、
福岡大学病院内科、国立大牟田病院内科、
丘ノ規病院内科、にしくもと病院内科、
江南病院内科、青磁野リハビリテーション病院
内科、山鹿中央病院内科

などを経る



新 看護部長 橋本 由利子



4月1日より看護部長を拝命いたしました。

当院では平成21年4月より心臓血管治療部が新設され、循環器外来がスタートし、同年6月よりHCU（集中治療室）と血管造影室が新たに開始されました。

入院病棟は、HCUの8床からスタートし、心臓血管センターは25床となり、私はその中で入退院の管理からHCUの稼働率、看護室用度の計算などをスタッフと共にやってきました。

当院が目指す医療のひとつに、『急性期医療から慢性期医療まで一貫した医療が提供できるように』があり、高度医療と質の高い看護サービスの提供を目指し日々頑張っています。

このたび、看護部全体の管理をする立場として、次の3つを私くしの看護部長としてのマニフェストとして掲げました。

1. 教育体制を強化

＊卒後教育、新人教育の充実

当院は外国人看護師の受け入れを3年前より行い、今年で9名となりました。
他の新人看護師と共に、教育担当者と協力のもと職員教育に力を入れます。

2. 看護師の獲得

＊新人看護師の卒業学校の訪問、奨学金制度の活用と説明会参加、学校訪問

3. 人財育成

＊個々の役割が果たせ、スタッフへの指導、能力判断ができる看護師の養成
必要な研修への参加などを促し、教育担当者と連携を図ります。

この3つの柱を念頭に置き、各病棟師長と共にカンファレンスを行い、さらに質の高い杉村病院看護部を築き上げていきたいと思っています。



毎日簡単！健康体操

ながら体操

腰痛予防のための筋力強化運動～お尻／太もも周り～

猫背などバランスの悪い姿勢は、腰痛を引き起こす大きな要因の一つです。姿勢を正しく保つために、骨盤を支えるお尻や太ももの力を付けるというのもひとつの方法です。今回は太もも編です。

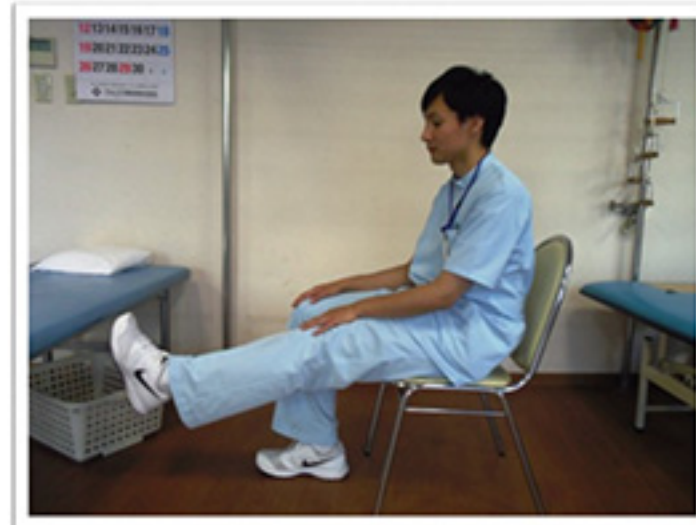
その1 太もも前側の筋肉の運動 (1セット 10 回 × 3 セット程度 / 1 日)

- ① 股関節と膝関節が直角になるように椅子に座ります



- ② ゆっくりと膝を伸ばします

注意：足裏が正面を向くように
しましょう
(足首の角度 90 度)



その2 太もも内側の筋肉の運動 (1セット 10 回 × 3 セット程度 / 1 日)

- ① 椅子に座り、膝の間にボールを挟みます



- ② ゆっくり膝を閉じ、再び膝を開きます



◎ストレッチをすると基礎代謝が上がってくるので「消費カロリーがアップ！」→ダイエットにつながります。

◎どちらの体操も無理しない程度から始め、調子が悪い時は休憩を取り入れながら無理せず行いましょう。

栄養満点☆大豆パワーで体も元気！

～大豆と豚ひき肉のひと口つくね～

古くから疲労回復や滋養強壮に使われてきました。ビタミン B1 が牛肉の 10 倍も多く含まれています。油っぽくカロリーが高そうですが、脂身の少ない部分は低カロリーでダイエット向けの食材です。

《豚肉》

『豆の王』と言われ、豆の中でもタンパク質の含有量が最も多く、アミノ酸の組み合わせが動物性タンパク質に似ていることから『畑の肉』とも呼ばれる非常に優れた栄養食品です。脂質も多く含まれていますが、動物性脂肪のようにコレステロールが多くないので、コレステロールが気になる方でも安心して食べられます。ビタミン B1、B2、E などが豊富で、カルシウム、鉄も多く保有しています。

栄養士おすすめ！

簡単レシピ

新緑が美しい、過ごしやすいシーズンですが、季節や環境の変化、疲労感、緊張など様々なストレスから体の不調を感じることが多くなる季節です。ストレスに打ち勝つには、日頃からビタミンやミネラルの多い食事をとることが大切です。

《大豆》

材料 (2 人分)	
豚ひき肉	100g
大豆の水煮	50g
生しいたけ	1 枚
ねぎのみじん切り	10g
卵黄	1 個
A 片栗粉	小さじ 1
みそ	小さじ 1
サラダ油	小さじ 2
ポン酢しょうゆ	小さじ 2
七味唐辛子	少々
水菜	10g

作り方

- ① 大豆は水を切ってビニール袋に入れ、手でよくつぶす。
- ② 水菜は 2 cm 長さに、生しいたけは石づきを取ってみじん切りにする。
- ③ ボールに①の大豆、生しいたけ、豚ひき肉、ねぎ、A を入れ、粘りが出るまで練る。
- ④ 6 等分して平らな丸型をつくねを作る。
- ⑤ フライパンに油を入れて熱し、③を並べてよく焼く。
- ⑥ 皿に盛り、水菜をのせ、七味唐辛子をふる。最後にポン酢しょうゆをかける。



1 杯分 - 270kcal
炭水化物 6.7g 脂質 19.0g
タンパク質 16.3g 塩分 0.7g