



クマゼミ (院内にて)

未来を見据えて

今回の「石鎚」が皆さまのお手元に届く頃は暑夏を迎え、太陽の日差しが厳しく、暑さ対策が欠かせない日々をお過ごしのことと思います。

今はまだ、新しく芽吹いた若葉が山々を爽やかに彩っている時期です。

3月には定年退職を迎えたり、他の機構病院に異動となったり、諸事情による退職などで当院を去られた方々がおられ、4月には、医師、専修医、看護師、臨床検査技師、理学療法士、保育士、療養介助専門員、診療情報管理士、業務技術員を新たに採用し、また、人事異動による新メンバーを迎え、新体制で平成29年度を始動しました。例年、3月、4月は別れと新しい出会いがあり、心情的に寂しさと楽しみが複雑に入り混じる時期です。

新採用職員の多くはこの時期の山々を爽やかに彩る若葉と同様、初めて仕事として臨床に関わる状

況ですが、みなさん頑張って成長してくれています。

さて、昨今医療を取り巻く環境は大変厳しいと言われていますが、当院も例外ではありません。今後、愛媛県においても、国が策定した地域医療構想の方針に基づき、団塊の世代の方々が後期高齢者となる2025年の望ましい病床数を推計し愛媛県地域医療構想が策定され病床数の見直しが行われるため、病床の稼働実績によっては縮小ということが危惧されます。当院としましては、患者様に必要とされる医療を提供するという医療機関としての使命を果たすことにより、地域に信頼される病院を目指して参ります。

事務部長 浅松 誠治



小児科医長

菊池 知耶

本年4月より当院に赴任しました菊池知耶と申します。平成14年に愛媛大学を卒業し、これまで愛媛大学附属病院、市立宇和島病院、愛媛県立子ども療育センターにて勤務してきました。

小児科の中でも神経疾患を専門とし、前勤務先の子ども療育センターでは、発達が心配なお子さんの外来フォローや療育施設への紹介、てんかん、入所および在宅の重症心身障害児(者)の診療などに従事しておりました。

当院では、在宅で過ごされている重症心身障害児(者)のご家族の手助けとなれるようなショートステイの受け入れ、急性期病院から在宅移行を目指す患者さんの受け入れ、重症心身障害児(者)病棟に入所されている方が穏やかな時間を過ごせるような医療面のサポート、小児神経疾患の患者さんの外来診療などに力を注いでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



整形外科医師

相澤 淳一

平成29年4月より赴任した相澤と申します。平成15年に愛媛大学を卒業後、宇和島や西条市で勤務してきました。地方勤務が長かったので、骨折等の外傷や人工関節の他にも幅広く診療を行っています。

整形外科では痛みの症状がある患者さんが多いため、神経ブロック注射を中心とした疼痛治療に力を入れています。

レントゲンで異常がないと言われた肩関節痛で、MRIを撮るほど困っていない方に対しては、超音波で腱板損傷の有無を簡単に診断できますので相談に来てください。

また、愛媛医療センターでは常勤の皮膚科医が勤務されていないようですので、ワイヤーによる陥入爪(巻き爪)の矯正なども実施します。

愛媛医療センターでは通常の診察や手術以外にも、愛媛大学病院との連携強化のためパイプ役として働いていく予定です。よろしくお願いいたします。



専修医

川上 真由

本年度4月から愛媛医療センターに採用いただきました川上真由と申します。2年間の初期研修を終え、阿部副院長をはじめとする先生方に篤い指導をいただきながら呼吸器内科目指して日々邁進しております。4月からは初めての外来もはじまりドキドキしておりますが、多くの方の手助けの下なんとかやっております。できないことが徐々にできるようになり、新しいことを知ったりするたび一喜一憂する忙しい日々を送っております。

初期研修医2年目の4月から6月まで短い間ながらも愛媛医療センターで楽しく研修させていただきました。胸腔鏡検査や救急対応は愛媛大学病院ではできなかった経験であり、貴重な研修をさせていただいたと大変ありがたく思っております。素晴らしい指導医の先生方がそろっている愛媛医療センターで再び働くことを希望していましたので、今ここに在ることを大変嬉しく思っております。

梅雨もあけて朝晩も暑い日が続くようになりました。愛媛医療センターは花や木も多く、季節の移ろいを身近に感じられる美しい病院です。長い廊下の途中から見える美しい薔薇やおいしそうな枇杷を見ながら歩き、患者さんと一緒に桜や桐を眺めては話に花を咲かせたりもしました。はや7月に入り、時間が過ぎ去るようには成長のみえない私ですが、ゆっくりながらも精一杯頑張っ参りますので温かなご指導をよろしくお願い申し上げます。

MOVING IN

4月1日付で当院に赴任した職員です。
よろしくお願いします。 ※50音順

氏 名	職 名	部 署	前 任 地
岩原 容子	看 護 師	1 階 病 棟	東 名 古 屋 病 院
内田 圭美	看 護 師	21 病 棟	四国こどもとおとなの医療センター
大野 静夏	臨床検査技師	検 査 科	呉 医 療 セ ン タ ー
久保 好枝	看 護 師 長	23 病 棟	四 国 が ん セ ン タ ー
黒瀬 水紀	看 護 師 長	2 階 病 棟	四国こどもとおとなの医療センター
小林 雅也	副 看 護 師 長	4 階 病 棟	四国こどもとおとなの医療センター
佐藤 純一	副理学療法士長	理 学 療 法 室	四国こどもとおとなの医療センター
竹内 絵美	看 護 師	2 階 病 棟	呉 医 療 セ ン タ ー
竹岡 孝治	理 学 療 法 士	理 学 療 法 室	岩 国 医 療 セ ン タ ー
福井 博久	業 務 班 長	企 画 課	邑 久 光 明 園
藤方 智也	調 剤 主 任	薬 剤 部	浜 田 医 療 セ ン タ ー
山本 邦彦	副診療放射線技師長	放 射 線 科	呉 医 療 セ ン タ ー
湯浅 堅司	主任児童指導員	療 育 指 導 室	松 江 医 療 セ ン タ ー
渡部 亜海	看 護 師	3 階 病 棟	四国こどもとおとなの医療センター
渡辺 民子	薬 剤 師	薬 剤 部	高 知 病 院

新採用者からのひと言メッセージ

※50音順



4階病棟 看護師
石本 弥生

一つひとつの援助を確実に
行い、常に学ぶ姿勢を持ち仕
事に励みます。



2階病棟 看護師
伊藤 千尋

早く仕事を覚えられるよう
精一杯頑張ります。よろしく
お願いします。



22病棟 看護師
宇都宮 ゆい

患者様に寄り添える看護師
を目指して頑張っています。



手術室 看護師
川口 直樹

早く仕事を覚えられるよう
に頑張りたいです。よろしく
お願いします。



3階病棟 看護師
菊池 桃乃

一人前の看護師に一日でも
早くなれるよう一生懸命頑張
ります。



23病棟 看護師
清本 恵理

新しい環境で不安なことも
ありますが、頑張っていきた
いと思います。



23病棟 看護師
久保田 彩弥

患者様から気づき、先輩方
に教わることに感謝して学び
たいです。



企画課 診療情報管理士
櫻井 美紀子


何事にも誠実に真摯に取り
組んで参りたいと思ってお
ります。



22病棟 看護師
 **下田 真由香**

患者様の側に寄り添い信頼されるような看護師を目標に頑張ります。



療育指導室 保育士
 **中 若奈**

充実した療育を通して楽しい時間を提供していきたいと思います！



21病棟 看護師
 **中矢 瞳子**

何事も誠実に取り組み、日々成長できるように頑張ります。



21病棟 業務技術員
 **名田 和加**

高校を卒業して就職しました。いろんなことをがんばりたいです。



4階病棟 看護師
 **二宮 未央**

忙しい中でも優しい看護ができるように努力します。



検査科 臨床検査技師
 **真鍋亜由美**

生理検査室で、早く一人前の検査技師になれるように頑張ります。



22病棟 療養介助専門員
 **宮岡 麻佑**

前職での経験を活かし、早く皆様のお力になれるよう頑張ります。



4階病棟 看護師
 **宮部 加菜**

正しい知識や技術を身につけ、患者さんやご家族に信頼される看護師になりたいです。



理学療法室 理学療法士
 **矢野 歩**

まだまだ未熟ですが患者様に寄り添い毎日笑顔で元気に頑張ります。



1階病棟 看護師
 **渡部 昌美**

日々学び、成長し続けて皆様から信頼される看護師を目指します。

善人なおもって健やかなり 看護の日 健康相談

5月12日は「看護の日」であり、今年も香積寺(隻手薬師)で健康相談を開催しました。身長、体重、体脂肪、骨密度、血圧などの身体測定や健康相談を行いました。この日は五月晴れで暖かい日となり、150名を超えるたくさんの地域の方々が立ち寄って下さいました。

私は初めて行事に参加し、緊張していましたが、来て下さった方々との会話や笑顔を見ているうちに楽しくイベントに参加することが出来ました。参加して下さいった方々からは、「毎年楽しみにしとんよ」「病院に普段行かんけん血圧測って欲しい」「骨密度測ったことないから分かって嬉しい。ありがとう」など、笑顔で嬉しい言葉を頂きました。また、「骨弱いけん運動しようかな」「最近太っ

たからご飯気を付けないかなあ」など今回の行事が生活習慣や健康管理を見直してもらう良いきっかけになったと感じました。参加して下さいった方々の笑顔や感謝の言葉を聞き、こちらも笑顔になり、元気をもらいました。

また、参加して下さいった方の中には、「循環器でお世話になっています」「ここの病院で手術したことあるんよ」などたくさんの地域の方から愛媛医療センターに来たことがあるという声を聞き、改めて愛媛医療センターは地域の方々と密着した病院だと感じました。今回初めて病院外で多くの方々と接し、地域の方々との関わりを大切にしていきたいと思います。

手術室看護師 鳩崎 祥華



医 心 伝 心

かけがえのない仲間のおはなし

私、今年から縁あってある高校のPTAの学年部長になっています。先日、「受験は団体戦だ、いい仲間と切磋琢磨でき、学校と家庭が生徒と力を合わせると全国第3位の医学部合格率を達成できた。うちの生徒はそれぞれ一流大学をめざしうる無限の可能性を持って全国から集まって来ており、知性と特性を磨きあう、素晴らしい仲間が存在がある。」とのお話を聞いてまいりました。

糖尿病などの生活習慣病は症状が乏しく、治療意欲を高めて維持するのはなかなか難しいのですが、最近、「当院にかかるとインスリンを卒業できる。」との評判がある、と患者さん達から教えていただきました。（インスリンは糖尿病治療最強の薬であり、やめるのがいいというわけではないのですが、不必要になれば、卒業した方がいいこともある注射薬です。）調査したところ、たしかに血糖コントロール不良で糖尿病内科に昨年度入院した患者さんはコントロールがついた結果、3人に2人がインスリンから卒業していました。

その理由にPTA総会でハッと気づきました。当院の患者さん達は健康長寿をめざしうる無限の可能性を持って県内から集まって来ており、運動やDVD学習、間食の我慢など生活習慣改善をめざし

各科のドクターがそれぞれの専門分野から、病気・治療・予防等々フリーテーマで一文をしたためます。

て声を掛け合うすばらしい患者仲間が存在がある、入院中だけでなく、糖尿病教室や生活習慣病教室などでも仲間と声を掛け合っており、教師の役割をしてくれる糖尿病療養指導士や病態栄養認定管理栄養士など糖尿病チームのみんなとも気軽に話しができている。なるほどな、と思いました。すばらしい患者さん達やスタッフの輪にめぐまれていることに感謝感謝です。

当院に集まって生活習慣病と戦うみんなのため、いい団体戦ができるよう、スタッフ一同さらなるレベルアップをめざしてがんばっていきたいと思います。お気軽にお声かけいただけると幸いです。

消化器内科医長 山内 一彦



糖尿病チーム 前列右から3人目が山内ドクター

どと〜ん。と ハッピーフェスティバル 2017



特賞を当てて大喜びの患者さまと職員

5月31日(木)に「ハッピーフェスティバル2017」が22・23病棟のテラスにて開催されました。

当日14時30分、栄養管理室による「デザートコーナー」、保護者会による「ドリンクコーナー」、療育指導室による「くじ引きコーナー(いきものすくい)」がオープンしました。甘くておいしい「モカチョコプリン」を美味しそうに頬張る顔、冷たいジュースののどごしを楽しむ顔、ボーイでいきものをすくう真剣な顔など、フェスティバルを楽しむさまざまな顔があり、お店は大盛況となりました。

特別ゲストには愛媛県が誇るゆるキャラの「みきゃん」「ダークみきゃん」が来場し、握手や記念撮影、病棟のお部屋訪問など会場を賑わせました。メインイベントのステージコーナーでは、「和太鼓集団 道前太鼓 LA・BANTA (ラ・バンタ)」の7名の方が登場し、迫力満点で胸を打たれる太鼓や篠笛の演奏が繰り広げられました。

ポスターイラストコンテストでは、日々の療育活動やパソコンなどで描いた力作78点も並び、得票が多かった上位3作品については閉会式で保護者会から「会長賞」が授与されました。そして、受賞されたみなさんの「満点の笑顔」とともに「ハッピーフェスティバル2017」が幕をおろしました。

ステージ公演の最終盤で雨がぼつりぼつりと降ってきたため、進行を早めて行う結果となりましたが、過ごしやすい気候のなか、利用者さんと一緒に「笑い」「興奮」のある楽しいひとときを過ごすことができました。

療育指導室 主任児童指導員 湯浅 堅司





各部署から今年度採用された職員が集まりアドバイザーから助言をいただきながらグループワークを行いました。就職して2か月が経ち、仕事に少しずつ慣れてきている時期ですが、新人が集まり顔を合わせる機会がありませんので皆の姿を見てお互いの仕事のことなど話すことができ、安心することができました。

グループワークを始める前に、愛媛医療センターについてのクイズがありました。3グループに分かれてグループで相談して答えていきました。

病院の歴史や職員の人数、院長や副院長についてのクイズが出題され、まだまだ自分たちの知らないことがたくさんあると感じました。今後も愛媛医療センターについて様々な経験をして知っていきたいです。

その後、各グループに分かれて、午前・午後でふたつのテーマに沿ってグループワークを行いました。午前中は「愛媛医療センターの好き探し」で各々が病院の好きなところ、いいところを環境面や対人関係、制度など意見を出し合い、模造紙にまとめていきました。午後は「愛媛医療センターの未来予想図」というテーマで5年後の自分や病院についてどのようになってほしいか話し合い、発表できるようにまとめていきました。

自分以外の意見を聞くことで、新たな発見があったり、刺激を与えられ違う考え方を知ることができとてもいい経験ができました。また、今後の仕事に対しても同期で支え合いながら頑張っていきたいと思いました。

22病棟 看護師 下田 真由香



鉄は熱いうちに

新採用者研修



以前は南予の病院で働いていたので看護師経験はあります。新採用者研修では新卒の職員が殆どだと思われ、私が参加してもいいものだろうかドキドキしながら参加させて頂きました。

午前中は、グループに分かれクイズから開始です。院長の趣味は？の質問に3グループとも正解だったのは、びっくりしました。最初にグループ名を考えました。愛媛医療センターの愛、愛媛の愛、友人、家族、患者様への愛等でチーム「愛」に決定しました。

それから「愛媛医療センターの魅力」についてグループで話し合いました。まず、個人個人で愛媛医療センターの魅力を書き出していきました。それを項目別に分類し、愛媛の特産のみかんに愛をこめてハートの形の実にし、魅力を記入し実らせました。夢と希望たつぶりの木に成長しました。

午後からは「5年後に愛媛医療センターで働いている自分」というテーマで議論していきました。殆どワークの意見しかなくアドバイザーの方から『ライフの面も出てもいいのでは』とアドバイスを頂き、ワークライフバランスの大切さを再認識しました。

今回研修に参加して、ポスター賞を頂いたり、他職種の方や他病棟の方とコミュニケーションがとれていい刺激になりました。

4階病棟 看護師 二宮 未央



医療安全管理室 だより こんなことしています

交代しました。

よろしく
お願いします。



4月1日より医療安全管理係長を命じられました佐久間千代子です。

看護師長になって10年間病棟師長として勤務していましたが、11年目に医療安全管理室という病棟とは全く違った部署で、医療安全管理者という大変責任の重い役割を頂きました。

今はまだ、Excelのデータ集計に四苦八苦しながら、会議の資料の準備と慣れない会議でのプレゼンに頭を悩ませ、各部署から報告して頂くヒヤリハットレポートを見て、「へえ」とか「ほ～」とか、たまには「げっ！」と驚嘆する毎日を送っています。

レポートに目を通した後は各部署をラウンドさせて頂いていますが、病棟勤務ではなかなか関わることのなかった部署の方とのお話や、その部署の環境を見ることができ、新しい発見や気づきを

感じております。その際、各部署の方にはヒヤリハットが発生した時の状況をしつこく聞いたり、カルテに必要な情報が書かれていないと小言を言ったりしますが、これもヒヤリハットが発生した要因を分析し、再発防止策を考える手段であるとうご理解頂き、寛大な目で見て頂きたいと思ひます。

医療事故防止を図ることは、患者の健康や生命を守ることはもとより、職員を守ること、更には病院への信頼を維持することでもあります。歴代の医療安全に携わった方の功績を継続しながら、職員皆様とともに更に医療安全推進を図っていきたくて考えております。まだまだ未熟な医療安全管理係長ですが、今後もよろしくお願い致します。



毎日暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。

今回は、皆さんおなじみの“きゅうり”についてご紹介したいと思います。現在は、ハウス栽培が普及し1年中見かけられるようになりましたが、旬は6～8月の代表的な夏の野菜です。

きゅうりは、今から3000年前には西アジア地域でも栽培されており、日本には中国を経由して、9世紀から10世紀頃までには伝わったとされています。「きゅうり」という名前は、熟した時の色に由来する中国語の“黄瓜”が語源とも言われるようです。江戸時代末期には、品種改良が進み、歯ごたえと味が良くなったことで野菜として認められ、後にサラダ用野菜の代表格と言われるほどよく使われるようになり、現在では国民一人あたりの消費量は世界一と言われるほどになったそうです。

成分の約95%が水分と多いため、体の中の余分な熱を放熱することで体を冷やす効果があり、カリウムが含まれることで、むくみ予防・改善にも

効果があります。独特の青臭さの元になっている香気成分「ピラジン」は、血液をサラサラにし、血栓や血液凝固を防ぐ働きがあるため、高血圧・動脈硬化予防にも効果があり、「ホスホリパーゼ」という脂肪分解酵素が含まれるため、体内の脂肪の分解・代謝向上効果があるともいわれます。

また、1本（約100g）あたり約15kcalなので、カロリーが気になる方にもおすすめ食材の一つです。

暑い時期には、きゅうりを使って酢の物やサラダ、炒め物などさっぱりとした味と食感を楽しんでみてはいかがでしょうか。

（治療中の方は、主治医に確認されることをおすすめします。）



平成30年度 入試案内 愛媛医療センター附属看護学校

	推薦入学試験	社会人入学試験	一般入学試験
募集人員	15名程度 (愛媛県内)	5名程度	20名程度
出願期間 (必着)	平成29年10月11日(水)～10月25日(水)		平成29年12月6日(水)～ 平成30年1月10日(水)
試験日	平成29年11月15日(水)		平成30年1月24日(水)
試験科目	学科試験 数学Ⅰ コミュニケーション 英語Ⅰ・Ⅱ 小論文 人物考査 面接	学科試験 コミュニケーション 英語Ⅰ・Ⅱ 小論文 人物考査 面接	学科試験 コミュニケーション英語Ⅰ・Ⅱ 国語総合(古文・漢文除く) 現代文B 人物考査 面接
合格発表	平成29年12月1日(金) 10:00		平成30年2月9日(金) 10:00
入学手続期間 (必着)	平成29年12月4日(月)～12月15日(金)		平成30年2月13日(火)～2月23日(金)

※コミュニケーション英語Ⅰ・Ⅱは英語Ⅰ・Ⅱと同じ内容です

【問い合わせ先】 東温市見奈良1545-1

T E L 089-990-1830・F A X 089-964-4934 (平日9:00～16:00)

U R L : <http://www.ehime-nh.go.jp/school/>

平成29年度オープンスクールのご案内

日 時	第1回 平成29年7月22日(土) 10:00～15:10 第2回 平成29年7月30日(日) 10:00～15:10
場 所	独立行政法人国立病院機構愛媛医療センター附属看護学校
対 象	愛媛県下の高校生、社会人
定 員	第1回 60名 第2回 60名 ※第1回・第2回ともに、高校生は各校3名までの参加とさせていただきます。 また状況によっては、1校あたりの参加者の人数を調整させて頂くことがあります。
日 程	9:30～ 受付 10:00～ 学校の概要説明 11:00～ 公開講座「災害時の看護について学ぼう！」 11:45～ 昼食休憩 12:45～ 在校生との交流会 看護体験Part1.〔災害時の避難所・応急処置体験〕 看護体験Part2.〔喀痰吸引〕 看護体験Part3.〔新生児の沐浴・妊婦体験〕 ※進路相談も行います。 ※保護者の方の控室もご準備しております。
その他	・当日は、上履き用のシューズ(体育館シューズなど)・昼食をご持参ください。 ・参加者全員に平成30年度の募集要項をお渡しします。

【申し込み方法】

①**高校生の方は、進路担当の先生を通して、FAX089-964-4934でお申し込みください。**

②社会人の方は、次のことを記載し、往復はがきでお申し込みください。

希望日・氏名(ふりがな)・性別・住所・電話番号

③申し込み締め切り：第1回 7月14日(金)必着・第2回 7月21日(金)必着

※電話での申し込みは受け付けておりません。

【問い合わせ先】

〒791-0281 愛媛県東温市見奈良1545-1

独立行政法人国立病院機構 愛媛医療センター附属看護学校「オープンスクール」係

T E L 089-990-1830 ※平日の9:00～16:00でお願いします。

これから始まる学校生活に、期待と不安の入り混じった複雑な気持ちで入学式に臨みました。地に足がつかない気分で先生方の話を聞いていましたが、自分の名前が呼ばれ、返事と共に立ち上がった瞬間、やっと看護学校に入学したという実感がわきました。

それから2か月が経ち、ようやく学校生活に慣れてきました。慣れることはそう簡単なことではなく、高校生活との違いに戸惑い、何度も先生に指導していただきました。時間厳守は当たり前なこと、先生に報告する際の言葉遣いや内容の正確さ、また、物事の優先順位のつけ方など、考えて行動することが多くなり、なかなか思うように行動することができませんでした。しかし、それらのことは看護師になる上で必要なスキルであると教えていただいたので、学生のうちからしっかりと身に付けていきたいと思います。

講義の面では、高校の時より授業時間が延び、内容も専門性が高く、改めて医療従事者になる大変さを感じました。将来に繋げるために講義内容を十分に理解し、知識技術ともに身に付けていきたいと思います。

ともに看護師を目指す16期生の仲間は、皆とても優しく思いやりがあり、個性的で楽し

い人たちばかりです。私はそんな16期生の皆と一緒に夢を追うことができ本当に嬉しく、また、皆のおかげで毎日がとても充実しています。

これから覚えるべき専門知識が増え、実習も始めると、時に苦しくなることもあるかもしれませんが、皆と協力し、一緒に前に進んでいきたいと思います。豊かな教養と知識を持ち、患者さんを第一に考え相手を理解することのできる、そんな看護師になるために精進していきたいと思います。

16期生 大野 知佳

誓いの言葉



看護学生になって……

ちよつと言い放し

愛媛医療センターニュース編集委員の持ち回りでお届けします。

愛媛に住み始めて2年が経ちました。私は子どもの頃から水泳を習い毎日運動する日々をおくっていました。2年が経ちそろそろ運動を再開しようと思っていた。2年が経ちそろそろウツを行っています。ところで皆さんトレーニングや筋トレという言葉を耳にしますが、海外ではトレーニングとは言わずにワークアウトと言うそうです。海外でのトレーニングの意味は「軍隊の訓練、懲罰の意味の鍛錬」といった、あまりいい意味ではないことが分かります。つまり、トレーニングには自発的に体を鍛えるというニュアンスが無いのです。逆にワークアウトの意味は「解決策」という意味で使用されます。筋肉を付けたい、ダイエットしたい等、目標達成のために自発的にやっている行為というのが一般的だそうです。

最近では、動画サイトで多くの方がワークアウト関係の動画を投稿しており、さまざまな知識を無料で習得でき、簡単に身につけることができるのでこれらを参考にしながらワークアウトに取り組んでいます。

長らく運動から離れていたため、身体に脂肪が蓄えられていた。まずは減量から開始しました。自分の体重、体脂肪等からカロリー計算をし、食事にも気を遣い進めていきました。そうすると、体形に変化が現れ、周りの人たちに心配されることがありました。身体に負荷無く、楽しくできているので何の心配もありませんでした。実家に帰省した時にも、家族から「痩せたね」と言われました。このように周りの人から変わった等と言っていただけなので、ワークアウトの成果がでているのだと実感できました。

今後は増量にも挑戦し、より一層ワークアウトを頑張りたいと思います。そして、ボディビルに出場し、動画サイトにもアップし情報提供を発信していきたいと考えています。なんてね……(笑)

讃岐スイマー



外来診療担当医表

内科外来直通電話 089-990-1834 FAX 089-990-1858
外科外来直通電話 089-990-1835 FAX 089-990-1859

診療科	診察室	午前・午後	月	火	水	木	金
循環器内科	6診	午前	船 田	横 本	泉	岩田	船 田
		午後		岩 田			
	11診	午前			岩 田		
		午後					
	12診	午前			泉	檜垣(第2・4・5週)	
		午後					
消化器内科	9診	午前	古 田	山内(一)	久 保	山内(一) (糖尿病専門)	久 保
		午後					
	12診	午前			廣 岡	大 藏	
		午後					
呼吸器内科	10診	午前	阿 部	伊 東	佐 藤	阿 部	伊 東
		午後					
	11診	午前		渡 邊		大 西	川 上
		午後					
神経内科	12診	午前	小 原	白 岡			戸 井
		午後				小 原	
整形外科	15診	午前	宮 本			宮 本	担当医(初診のみ)
		午後					
	16診	午前	相 澤		相 澤		横 手
		午後					
リハビリテーション科	15診	午前		曾我部	曾我部		
		午後					
外科	14診	午前					
		午後		石 丸			
消化器外科	14診	午前		鈴 木	森 本	渡部(第3週)	
		午後					
呼吸器外科	14診	午前					湯 汲
		午後				佐野(第4週14時30分~)	
小児科(神経外来)	14診	午前					
		午後	菊 池		濱 田		菊 池

専門外来(予約制)		月	火	水	木	金
心臓外科外来	14診				泉谷(隔週)	
ペースメーカー外来	6診				第2・4(午後)	
糖尿病外来	11診					古川(月1回)
フットケア外来	8診				毎 週	
スキンケア外来	救外		第1・3(午前)			
ペインクリニック	11診			山内(康)(午前)		
じん肺外来	14診					西村(第1・3午前)
アスベスト外来	11診		午 後		午 後	
息切れ外来	11診	渡邊(13時30分~)				
S A S 外来	11診					渡邊(14時~16時)
頭痛外来	13診				永井(第2・4午前)	
神経難病	13診			橋 本		

※外来受付は8時30分から12時までです。内科は13時から16時までです。
ただし、土・日・祝祭日・年末年始(12月29日~1月3日)は休診です。
※S A S(睡眠時無呼吸症候群)

2017年7月1日現在

独立行政法人国立病院機構 愛媛医療センター

〒791-0281 愛媛県東温市横河原366 TEL 089-964-2411 FAX 089-964-0251
ホームページアドレス <http://www.ehime-nh.go.jp>

※弊紙の基本方針として、掲載写真については原則ご本人様の了解を頂いております。

※弊紙へのご意見ご要望ご感想は、当センター内病院新聞編集委員会までお寄せください。