

こどもの日



5月5日はこどもの日です。1階玄関ホールに当院に寄贈された五月人形を飾りました。人形をみて季節を感じていただければと思います。ぜひご覧ください。

【理念】キリスト教精神に基づく「隣人愛」
【経営方針】この地域にしっかりと根ざし、住民に信頼される病院づくり

社会福祉法人 聖隷福祉事業団
医療保護施設・地域医療支援病院

総合病院 聖隷三方原病院

SEIREI MIKATAHARA GENERAL HOSPITAL



聖隷三方原病院は、公益財団法人日本医療機能評価機構の定める認定基準を達成しています。

おしらせ



就職説明会・看護体験研修のお知らせ

聖隷三方原病院に就職をお考えの看護学生の皆さまを対象に、看護師・助産師の就職説明会と看護体験研修を行います。

開催日：5月28日(土)、6月4日(土)、7月23日(土)

会場：聖隷三方原病院内（申し込みいただいた方には、別途会場のご案内をさせていただきます）

内容：就職説明会（開催日の午前 9:00～12:00）

看護体験研修（開催日の午後 13:00～15:30）

持ち物：筆記用具、靴（ナースシューズまたは白いスニーカー）、印鑑

服装：軽装、清潔感のある服装でお越しください。

その他：昼食はこちらでご用意いたします。

詳しくは病院ホームページをご覧ください。

<http://www.mikatahara-ns.com/>

お申込み・お問い合わせ

TEL、E-mailにて下記担当者宛てにご連絡ください。

聖隷三方原病院 総務課 看護師採用担当

TEL：053-439-9050（直通）

E-mail mkwebmaster@sis.seirei.or.jp

卒後臨床研修医 の紹介

しらい ゆうすけ
白井 祐輔
(浜松医科大学 2015年卒)



『みどりの通信』へのご意見、ご感想をお待ちしております。

皆様からお寄せいただいたご意見・ご感想を今後の誌面作りの参考にさせていただきます。

e-mail：mkwebmaster@sis.seirei.or.jp FAX：053-438-2971 みどりの通信編集部

季節の食材～5月～『ニラ』

暖かい春に旬を迎える食材が豊富に出回ってきています。今の時期の一番旬りが、もっとも柔らかくおいしい野菜「ニラ」をご紹介します。ニラは漢方薬として用いられる事もあり、にんにくに似た香りのもとはアリシンという物質です。ビタミンB1の吸収を助け、疲労回復や滋養強化に効果があります。また、免疫力を高め、がんの予防にも効果があると言われています。

簡単！旬のレシピ

当院のメニュー

「豚肉のプルコギ風」

をご紹介します

《栄養価 1人分》

エネルギー	348 kcal
脂質	29.7 g
たんぱく質	11.9 g
炭水化物	4.0 g
食塩	0.7 g

4人分

- ・豚バラスライス…320g
- ・玉葱……………200g
- ・ニラ ……1束 (100g)
- ・おろしにんにく ……8g
- ・おろししょうが ……8g
- ・植物油……………適宜
- ・酒 ……大さじ 1
- ・濃口醤油…大さじ 1
- ・砂糖……………大さじ 1
- ・豆板醤 ……4g
- ・ごま油……………適宜

作り方

- ① 豚バラとニラは3cmにカット、玉葱は5ミリ幅にスライスします。
- ② ボウルにニラと油以外の材料を全て入れて混ぜ30分程なじませます。
- ③ フライパンにサラダ油をひき②の材料を炒めます。
- ④ 肉に火が通ったら最後にニラとごま油を入れて完成です。

【ポイント】

ニラとごま油は最後にサッと入れて、加熱し過ぎない事が香りよく美味しく仕上げるコツです。

調理師 杉岡 教男

＜栄養課の野菜ソムリエより＞

ニラには緑色以外にも薄い黄色の黄ニラや花ニラなどの種類があります。黄ニラは通常のものに日を当てずに栽培したものです。花ニラは花茎とつぼみを食用としたものです。

ニラはひとつの株から何度も収穫できますが、乾燥しやすく、すぐに葉先からしんなりしてくるので早めに食べきりましょう。保存する時は新聞紙などに包んで冷蔵庫に立てて入れましょう。

2016年度 新入職員が入職しました

今年は111名の新人が仲間に加わりました。まだ初々しい表情をしています。きっと立派な医療人になってくれることでしょう。

写真は4月1日の全体朝礼の様子です。



第43回 聖隷三方原病院 病院学会 写真コンクール

優秀賞 「想う」

川越 真季 様



何を想っているのかしら？

生活支援員募集について～就職・復職をお考えの方へ～

聖隷三方原病院では『おおぞら療育センター（重症心身障害児施設）』での生活支援員の募集をしています。

随時、施設見学・ご相談を承っておりますので、担当者までご連絡ください。

また、生活支援員として就職・復職を考えておられるお知り合いがいっぱいありましたら、是非ご紹介ください。

お問い合わせ：総務課 採用担当

TEL：053-439-9050（直通） FAX：053-438-2971

E-mail：E-mail:mkwebmaster@sis.seirei.or.jp

ジカ熱などの蚊媒介感染症について

皆さまはジカ熱（ジカウイルス感染症）という感染症をご存じでしょうか。ジカ熱は最近になって世界的に問題となってきた感染症で、日本においても、太平洋諸国、タイ、ブラジル帰りの方の発症症例が報告されています。現在はブラジルを中心に流行しており、この夏にオリンピックも開かれることから、世界への伝播も懸念されています。ジカウイルス感染症、そしてデング熱、チクングニア熱などの感染症は、一般に蚊に刺されることによって感染する疾患です。海外の流行地において、蚊に刺されてから数日後に、軽度の発熱、発疹、結膜炎、筋肉痛、関節痛、倦怠感、頭痛などの症状が見られることが多いです。



写真: ヒトスジシマカ(国立感染症研究所)

ジカウイルス感染症は一般的に軽症であり、重症化するリスクは極めて低いですが、流行地域へ渡航する場合は、長袖・長ズボンを着用したり、蚊の忌避剤（虫よけスプレーなど）を使用したりして、蚊に刺されないように注意してください。特に、妊婦の方は、ジカウイルス感染と胎児の小頭症との関連が示唆されていることから、流行地域への渡航は控えてください。ウイルスを持った蚊にさされることで感染し、基本的に感染したヒトから他のヒトに直接感染するような病気ではありませんが、性交渉による感染リスクは指摘されており、流行地域から帰国した男性で、妊娠中のパートナーがいる場合は注意が必要です。

これら蚊媒介の感染症は、症状が多彩で診断が難しい場合もあり、流行地域への旅行歴など総合的に鑑別診断をあげて考えていく必要があります（表：ジカウイルス感染症を疑う基準）。またジカ熱の確定診断は地方衛生検査所、国立感染症研究所などの専門機関での検査が必須です。

感染が心配な場合は、空港などの検疫所、最寄りの保健所などに御相談ください。発熱などの症状がある場合には、医療機関を受診してください。蚊媒介感染症専門医療機関は、日本感染症学会のホームページで

感染症・リウマチ内科
部長 志智 大介

蚊媒介感染症専門医療機関ネットワークで調べることができます。

ジカウイルス感染症に特異的な治療は今のところありません。発熱や頭痛などに対して対症療法を行うことになります。

ジカウイルス感染症を疑う基準

蚊媒介感染症の診療ガイドライン(第2版)から

次の 1.~3. をすべて満たすもの

1. 発疹又は発熱(ほとんどの症例で、38.5度以下)
2. 下記の a)~c) の症状のうち少なくとも一つ
a) 関節痛 b) 関節炎 c) 結膜炎
3. 流行地域への渡航歴(流行地域から出国後13日以内の発症)
流行地域は厚生労働省ウェブサイト等参照

ジカウイルス感染症の流行地域 (2016年3月時点)



(CDC.Zika fever, Geographic Distribution ; March 22, 2016)

がん相談支援センターからのお知らせ

おしゃべり会「じゃがいも」

同じ病気を抱えている患者さんといっしょにお話してみませんか?
おしゃべり会はみなさんで体験をわかちあい、支えあう会です。

日時：5月26日(木) 13:30~14:30

場所：聖隷三方原病院 管理棟2階 小会議室

対象：がん患者さんご家族

就労に関する相談会

静岡県社会保険労務士会から派遣された社会保険労務士
と当院の相談員がご相談をお受けいたします。

予約制

日時：5月12日(木) 13:00~17:00

場所：よろず相談地域支援室

対象：がん患者さんご家族

お問い合わせ：よろず相談室

がん相談支援センター

TEL：053-439-9047



編集後記

5月3日は憲法記念日です。日本国憲法の施行を記念し、国の成長を期することを趣旨としています。1947年5月3日に日本国憲法が施行されたことを記念して、1948年に公布・施行された祝日法によって制定されました。ゴールデンウィークを構成する日の一つです。

新年度が始まって1ヶ月が経ちます。疲れは溜まっていませんか? そんなときこそ祝日を有意義に使いたいものですね。

発行責任者：総合病院 聖隷三方原病院 病院長 荻野 和功
〒433-8558 浜松市北区三方原町 3453
TEL 053-436-1251 (代) / FAX 053-438-2971
<http://www.seirei.or.jp/mikatahara/>