

プチ宝石箱展



8月2日(月)から8月31日(火)まで、患者さんのための「医学情報プラザ」にて第10回プチ宝石箱展を開催しました。聖隷厚生園讃栄寮の絵画サークルの皆さんによる作品10点が展示され、訪れる方々の心を和ませてくれました。

【理 念】キリスト教精神に基づく「病人愛」
【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
医療保険施設・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、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。

市民公開講座 『脳卒中予防の10か条』

日 時：平成22年9月25日(土) 13:00～15:00

場 所：聖隷三方原病院 救急棟3階 大ホール

講 師：脳卒中科 部長 名倉 博史

栄養課 管理栄養士 八木 京子

※参加費無料(減塩食品サンプルをご用意します)

予約制ですでお早めにお申し込みください。多数のご参加をお待ちしております。

お申し込み方法

「市民公開講座参加希望」と明記のうえ、参加を希望される方のお名前(FAXの方はFAX番号も)をご記入いただき、

F A X : 053-438-1126

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

のいずれかでお送りいただくか、1階栄養相談室の申込用紙にて9月24日(金)12時までにお申し込みください。

がん患者さんのためのおしゃべり会「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？

おしゃべり会は皆さんで体験をわかちあい、支えあう会です。

日 時：9月16日(木) 14:30～15:30

場 所：聖隷三方原病院 第7会議室(管理棟2階)

対 象：がん患者さんとご家族

お問い合わせ：よろず相談地域支援室

浜松がんサポートセンター

TEL : 053-439-9047



おしらせ



2010年度 フェスタおおぞら

開催日：2010年9月26日(日)

時間：13:00～15:00

場所：聖隷おおぞら療育センター

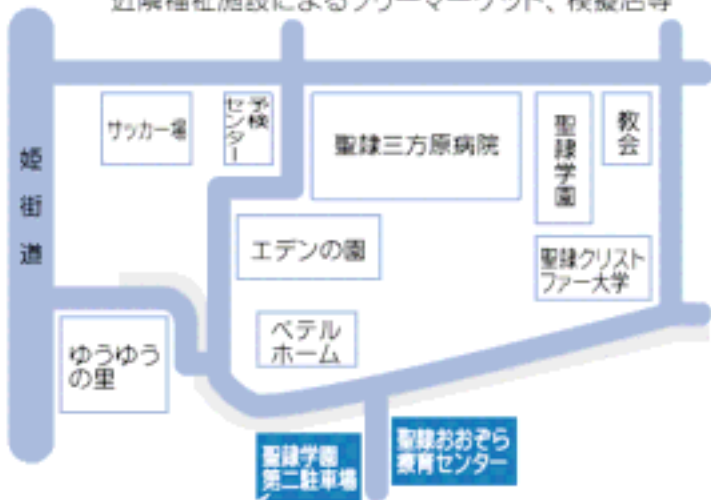
正面外来駐車場および施設内ホール 他

内容：フラダンス

アフリカンパーカッション

家族の会によるバザー

近隣福祉施設によるフリーマーケット、模擬店等



お車は聖隷学園第二駐車場にお停めください。

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

栄養課通信9月

秋におすすめ“梨・柿”

果物には、一年を通していつでも手に入る果物と、季節で楽しめる果物があります。梨・柿は秋を感じる果物の代表といえるでしょう。

梨のさわやかな甘みのもとにはソルビトールという成分です。ソルビトールは虫歯菌の働きを妨げるので、おやつにも最適です。また腸内に入ると水分を吸収してくれて、腸を刺激するため、便通をスムーズにする効果もあります。

よく熟れた柿の色は、カロテノイドの色です。そして柿のビタミンCは約1/2個(100g)で70mgときわめて豊富で、相乗効果による血管の老化防止が期待できます。

旬をより実感するためには、果物狩りにでかけるのもおすすめです！果物が一番美味しくなる旬の時期に、ぜひ本物の味を味わってみてください。

簡単！旬のレシピ

フルーツのおろし和え

《栄養価 1人分》

エネルギー	58kcal
食物繊維	1.4g
塩分	1.5g
ビタミンC	28mg

1人分

梨	20g	酢	10cc
柿	30g	砂糖	5g
大根	50g	塩	1.5g

《作り方》

- ① 梨と柿は、皮をむいて芯を取り適当な薄切りにする。
 - ② 大根をおろし、調味料を加え、①をあえる。
- ※大根おろしの水分によって、調味料の割合を加減してください。



『かかりつけ医』からの『紹介状(診療情報提供書)』



『かかりつけ医』という言葉聞いたことがありますか？風邪等のちょっとした病気や軽いケガなどの診療、普段の健康管理を行ってくれる身近な

医師(主に診療所の医師)のことを『かかりつけ医』と呼んでいます。

普段、健康だから「かかりつけ医」なんて要らないという方でも、急な病気はもちろん、健康のこと、医療のこと、いろいろ些細なことも気軽に相談できる「かかりつけ医」(ホームドクター)を持つことをお勧めします。

かかりつけ医は、患者さまの体調、生活習慣、病歴などを把握しているため、ちょっとしたことでも早期に異常を発見し、必要に応じて専門医に紹介してくれます。

その際に、かかりつけ医が患者さまの診療情報について記載したものが紹介状(診療情報提供書)

になります。

厚生労働省は、初期診療は地域医療機関(診療所)で行い、高度な治療や精密検査が必要な場合は、かかりつけ医から適切な病院に紹介し、治療後病状が落ち着けば、再度、病院からかかりつけ医に紹介することを推奨しています。

かかりつけ医からの紹介状(診療情報提供書)があれば、病院の医師は、スムーズな診察をすることができると同時に、地域医療機関で行った検査データ等を参考にできるため重複した検査を避けることができます。

また地域全体で考えても、救急受診以外は地域のかかりつけ医に受診することで、大病院の混雑がなくなり重篤な救急患者さまの治療に支障が出てしまうというような事態が回避できます。

聖隷三方原病院では、初診であっても、紹介状があれば事前に予約をお取りすることができるため、待ち時間の短縮ということにもなります。逆に初診時に医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、保険外併用療養費(選定療養費)として別途3,150円をご負担

をお持ちください

地域医療連携室
室長
若野 倫義

いただくことになっております。

紹介状をお持ちの患者さまの受診予約については下記の地域医療連携室にて受付しております。紹介状をお手元にご用意いただき、診療科・担当医をご確認の上、お電話をいただければと思います。(診療科によっては紹介元医療機関への確認等をさせていただきます場合がありますのでご了解のほどお願いします。)

紹介状をお持ちの患者さまの受診予約

聖隷三方原病院 地域医療連携室

TEL:053-439-0001

FAX:053-439-0002

予約受付時間:月~金 8:30~17:00
土 8:30~12:00

ボランティア募集

当院でのボランティア活動に関心をお持ちの方はぜひ、「ボランティア説明会」にご参加ください。

日時:10月7日(木) 14:00~15:30

場所:聖隷三方原病院 ホスピス2階 研修室

お申込み・お問い合わせ

聖隷三方原病院 ボランティア担当 山口

TEL:053-436-1251(代表)(内線6332)



地震総合訓練を行います

9月30日(木) 17:30~18:30に地震防災訓練を行います。地震発生時の広域災害に備えて、的確な初期活動や傷病者の受け入れなどを、病院全体で実施します。院内放送や患者搬送などでご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



編集後記

猛暑の影響で、夏バテによる食欲不振気味の方も多いかと思いますが、店頭を彩る秋の味覚を見て、思わずニッコリ笑顔がこぼれる方も少なくないのではないのでしょうか。旬の味覚は、その時期ならではの自然の恵みをたっぷりと享受し、栄養価を多く含む食材です。秋の味覚を食べることで、秋を感じてみてはいかがでしょうか。

今月の花:りんどう

味が肝のように苦いことから、りんどうは「竜胆」と書きます。りんどうの根には薬効があり、消化不良や食欲不振に効き、解熱・解毒にも効果があります。

今月の色:ティキシー・ブルー 秋の夜空の深い紺です。

発行責任者:総合病院 聖隷三方原病院 病院長 萩野 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/>