

## 成人 おめでとう!



1月12日、当院スタッフの新成人を対象にお祝いのセレモニーを行いました。病院長をはじめ看護部長、事務長から祝辞を受けた後、今後の抱負・目標などを発表し、気持ちを新たにしました。

【理念】キリスト教精神に基づく「病人愛」  
【運営方針】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、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。

## ボランティアを募集しています

相手を思いやることのできるやさしい気持ちと積極的に取り組む気持ちがあれば、どなたでもできることがあります。

例えばこんなこと…

- ・患者さまのご案内
- ・患者さまの日常生活援助
- ・患者さまのための図書室の受付

参加条件は…

- ・18～70歳までの心身ともに健康な方
- ・患者さまのプライバシーを守ることができる方
- ・無報酬の活動であることを理解していただける方
- ・週1回、2～3時間以上定期的に活動（少なくとも6ヶ月以上）できる方

活動を始めるには「ボランティア説明会」にまずご参加ください。



### ボランティア説明会

日時：2月12日（金）14：00～

場所：聖隷三方原病院 ホスピス2階 研修室

※ 説明会后、登録前に面接をさせていただきます。

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）

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

# おしらせ



## 「たんぽぽ」祝100人目!

昨年3月にスタートした院内助産所「たんぽぽ」にて1月5日、ご主人やお母様に見守られる中、100人目の赤ちゃんが誕生し、皆で喜びを分かち合いました。



## 看護師募集について

～復職・中途採用をお考えの方へ～

聖隷三方原病院では看護師を募集しています。随時、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。なお、併せて病院見学も受付けておりますのでご利用ください。

また、ご友人やお知り合いの方で看護師として就職・復職を考えておられる方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。

お問い合わせ：聖隷三方原病院 総務課 担当：加藤、奥長

TEL：053-439-9050(直通)、FAX：053-438-2971

E-mail：mk-hosp@sis.seirei.or.jp

## 栄養課通信2月

## 栄養の宝庫“大豆”

新年を迎えてあっという間に1ヶ月が過ぎ、2月になりました。2月といえば節分!! 節分といえば大豆ですね。大豆は約30%がたんぱく質からできており、大豆たんぱく質には、コレステロール低下作用、肥満改善効果などの生理作用があるといわれています。また、大豆には様々な栄養素(脂質、炭水化物、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、銅、亜鉛、ビタミンE、ビタミンB1、葉酸など)が含まれていることから、自然のバランス食品といえます。

大豆は料理で使われるほか、豆腐や納豆、味噌、醤油などの加工食品としても身近な食品です。私たち日本人の長寿要因の1つと言えるのではないのでしょうか。さまざまな大豆製品を積極的にとりいれていきましょう。

### 簡単! 旬のレシピ

## 五目煮

《栄養価 1人分》

エネルギー	114kcal
たんぱく質	6.7g

### 4人分

水煮大豆	160g	昆布	10g
干し椎茸	4個	だし汁	1と2/3カップ
牛蒡	120g	砂糖	小さじ2
人参	120g	醤油	大さじ2と1/3
蒟蒻	120g	みりん	大さじ1と1/3

### 《作り方》

- ① 昆布は布巾で表面をさっと拭き、7～8mm角に切って30分ほど水につける。椎茸は水につけて戻し、7～8mm角に切る。
- ② 牛蒡と人参、蒟蒻は①と同じ大きさに切り、牛蒡は水にさらしてアクを抜く。蒟蒻は熱湯で1～2分ゆでる。
- ③ 鍋にだし汁、砂糖、醤油、みりんを入れて煮立て、①と②、大豆を入れて、煮汁がほとんどなくなるまで煮る。



栄養課 管理栄養士 戸田 綾子

# リハビリテーション科で診る障害のあれこれ

リハビリテーション科  
部長  
片桐 伯真

リハビリテーション科の対象患者は？と聞かれば、まず骨折や脳血管障害に伴う麻痺などの運動障害を考える方が多いと思います。実はリハビリテーション科が診る障害は幅広く、急性期では病気やけがの治療中に新たな問題が生じないように早期から診療科の垣根を越えて関わり、またその後の在宅生活や社会復帰に向けての支援が必要な方には、引き続き主治医として関わることもあります。

そんな中で、生活場面で徐々に問題となったり、退院後の生活で初めて問題に気付くような障害もあります。

## ■こんなことで困っていませんか？

例えば、食事をしている時に咳き込んだり、のどにつかえる感じがした時は、飲み込みの問題として**摂食・嚥下(せつしょく・えんげ)障害**が疑われます。気付かないうちに、この問題が原因で体力が低下したり、突然窒息や肺炎を起こしたりすることがあります。



また、病気やけがで治療を受けた後の生活で、今まで無かった物忘れが急に出てきたり、怒りっぽくなったりした時には、頭の働きの低下の1つである**高次脳機能(こうじのうきのう)障害**が疑われます。入院中は気が付かずに、日常生活や社会生活に復帰して初めて問題が見えてくることがあります。またその問題も周囲の方々が気付いても、本人が気付かずにいることもあり、この問題が原因で対人関係が悪くなったり、仕事などで問題を起こしたりすることがあります。

これらの障害は、たとえ軽い場合でも、その後の生活で新たな問題を起こしてしまうかもしれません。そうならない為には、問題があるかどうかを見極め、治療やリハビリテーションなどにより、今後の生活での付き合い方を習得することで、問題の改善や再発・悪化の予防を図ることが大切です。

「飲み込みが悪くなった」とか「頭の事故の後から急に記憶が悪くなった」といった問題が出た時に、どの科に行けばよいか迷ったら、リハビリテーション科にも御相談下さい。

### ■ 摂食・嚥下障害の主な症状

- 食べる時やお茶を飲む時にむせる
- かたいものが食べにくくなった
- 食事に時間がかかり、疲れやすい
- 食べ物がのどに残った感じがする
- 痰がからんだ感じがよくある
- 声がゴロゴロしたり、かすれる など

### ■ 高次脳機能障害の主な症状

- 新しいことが覚えられない
- 注意・集中ができない(続かない)
- 行動が行き当たりばったりになる
- 作業での見落としやミスが多い
- 我慢ができなくなる
- 言葉がうまく出てこない など



### 平成21年度浜松市医療奨励賞受賞

当院緩和支援治療科(代表:森田達也医師)の「地域における多職種緩和ケアセミナーの有用性」をテーマとした取組みが評価され、診断または治療方法の開発や改善など医療水準の向上に貢献した個人や団体に贈られる平成21年度浜松市医療奨励賞を受賞しました。



### 編集後記

2月3日は節分、4日は立春です。節分は季節の変わり目を意味し、夏・秋・冬にも節分はあります。なかでも春はその年の始まりを意味し、特に大切にされてきました。節分にまく豆には霊力があるといわれ、まいて鬼(邪気)を払い、福を呼び込みます。豆まきが終わったら年の数の豆を食べて一年の無病息災を祈りましょう。

#### 今月の星座：オリオン座

おいぬ座の主星シリウスとおうし座の主星アルデバランの中間にある、明るい三ツ星が目印です。冬の夜空を見上げてまず目につく星座で、最も明るく均整のとれた美しい星座です。

今月の色：ショコラ チョコレート色です