

みどりの 通信



2020

2

NO.471

二十歳の門出～院内成人式～



1月15日(水)、成人の仲間入りをした5名のスタッフを招き院内成人式を行いました。病院長、総看護部長、事務長から祝辞を受けたあと、新成人が今の気持ちや抱負を発表し、成人への仲間入りを喜ぶとともに決意を新たにしました。

【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

総合病院 聖隷三方原病院

SEIREI MIKATAHARA GENERAL HOSPITAL

〒433-8558 浜松市北区三方原町3453

TEL 053-436-1251(代) FAX 053-438-2971

おしらせ



聖隷三方原病院 市民公開講座 『最新の肺癌治療』

日 時：2020年3月14日(土) 13:00～15:00

場 所：浜松市北区三方原町 聖隷三方原病院
救急棟3階 大ホール

講 師：聖隷三方原病院 呼吸器外科部長 棚橋 雅幸
管理栄養士 小柳 雄一

備 考：○参加費無料

○予約制ですのでお早めにお申し込みください。
(定員100名)

○お申し込みをもちまして、ご予約完了とさせていただきます。

申し込み方法：「市民公開講座参加希望」と明記のうえ、お名前、参加人数をご記入いただき、FAX：053-438-1126 (FAXの場合は返信番号を記入してください)

または、E-mail(t-kiyomoto@sis.seirei.or.jp)にてお申し込みください。

1階入院受付となり、外来栄養相談室でも受付しております。

3月13日(金)12時までにお申し込みください。

第18回 聖隷福祉学会を開催いたします

日 時：2020年2月22日(土) 9:50～17:00

場 所：アクトシティ浜松 コンgressセンター

内 容：

① パネルディスカッション

テーマ：日本人からみた海外の福祉

～海外視察を通して我々は何を見出したのか?～

② パネル展

- D-CAT(災害派遣福祉チーム)を皆さんご存知ですか?
- 市民と多職種が地域で広める意思決定支援
- 海外研修の紹介と報告 ～欧州の介護・保育について～

入場無料、事前申し込みは不要です。

皆さまお誘い合わせのうえ、お気軽にご来場ください。

お問い合わせ：

聖隷福祉事業団 聖隷福祉学会実行委員会

TEL：053-413-3296

聖隷福祉事業団ホームページ<http://www.seirei.or.jp/hq/>



みどりちゃんのつぶやき

今年(うるうどし)は閏年(うるうどし)です。2月は29日まであります。この閏日4年に1度かと思いきや、世界中で使用されているグレゴリオ暦法では、閏年を次のように定めています。

- ① 西暦年号が4で割り切れる年を閏年とする。
- ② ①の例外として、西暦年号が100で割り切れて400で割り切れない年は平年とする。例えば西暦2100年は平年となります。

今年(うるうどし)はオリンピックイヤーでもあり、特別な年になりそうですね。

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。

参加費無料 申し込み不要

日時：2月27日(木) 13:30～15:00

場所：聖隷三方原病院 第6会議室

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内
がん相談支援センター
電話：053-439-9047

あれ!? これって…
認知症？

認知症の人には
どう接したらいいの？

認知症相談会

認知症に関する相談を、認知症看護認定看護師、医療ソーシャルワーカーがお受けします。

ひとりで悩まず、ご相談ください。

日時：2月27日(木) 14:00～17:00

※事前予約制、30分程度／1件

場所：聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室

申し込み：聖隷三方原病院 医療相談室(よろず相談地域支援室内)

電話：053-439-0006

受付時間：月～金 8:30～17:00

主催：聖隷三方原病院 浜松市認知症疾患医療センター

がん、肝炎、糖尿病等の疾病により 長期にわたる治療が必要な求職者の皆様へ ～ハローワーク浜松による就職支援のご案内～

患者さんの悩み・不安にハローワーク浜松の就職支援ナビゲーターがアドバイスします！

日時：2月27日(木) 10:00～12:00

場所：聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室

お問い合わせ：医療相談室

電話：053-439-9046

※事前予約可能です。医療相談室にて予約ください。

当院をご利用の皆さまへ

来院される際に発熱・咳などの症状がある方は、マスクの着用をお願いします。また、抵抗力の弱いお子様やご高齢の方の入院患者さんへのご面会はできるだけご遠慮ください。

なお、職員におきましても自らが感染源とならないよう、一部マスクを着用しております。ご理解とご協力をお願いします。ご家庭に帰宅された時には手洗い・うがいをしましょう。



人間ドックのご案内

聖隷予防検診センター

お申し込み：

【予約受付時間】

0120-938-375

◆月～金曜日 9:00～16:30

◆土曜日 9:00～12:00

日光角化症について

皮膚科
部長 白濱 茂穂

私の小さい頃、夏休み明け、皆で日焼けした肌の黒さを競い合っていました。そして、世間も日焼けしている方が健康的なイメージもありました。しかし、今では紫外線は「百害あって一利なし」と言われる時代になってきました。

海水浴などで大量の紫外線を浴びると日焼けを起こします。仕事やレジャーなどで紫外線に当たる生活が続くと、しみやしわなどの皮膚の老化、そして皮膚がんが発生しやすくなります。

日光角化症は、紫外線でできる皮膚がんの代表的なものです。顔面や手背などの紫外線によく当たる部位に好発します。皮膚の表面がカサカサして赤くなってきます。日光角化症は、皮膚の浅いところにとどまる初期の皮膚がんです。その段階では転移の心配などはありません。しかし、長く放置していると、より悪性な有棘細胞がんに変化していきます。普通の湿疹や、しみと見た目だけでは区別しにくいいため素人判断は禁物です。御心配な病変があれば、必ず皮膚科医にご相談ください。



皮膚科

	月	火	水	木	金	土
午 前	白濱	白濱	白濱	白濱	白濱	—
	大場	大場	大場	大場	大場	—
	石部	石部	石部	石部	石部	—
午 後	白濱 大場 石部	—	—	白濱 大場 石部	—	—

午後の診療医師は変更になる場合があります。

■■■ 初診の方へ ■■■ 紹介状をお持ちください。

紹介状及び予約が必要な診療科(紹介予約制)がありますので、事前にご確認ください。

なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、初診に係る選定療養費として5,000円(税別)を別途ご負担いただきます。

紹介状をお持ちの場合は電話にて予約を取ることができます。地域医療連携室までご連絡ください。

地域医療連携室 TEL. 053-439-0001 FAX. 053-439-0002
(月～金曜日：8:30～19:00 土曜日：8:30～13:00 / 祝祭日は除く)

院内助産所「たんぽぽ」 ～1,500人目の赤ちゃん誕生～

12月31日、助産師が中心となり健康で順調な妊娠経過の方の「お産」を担当していく院内助産所「たんぽぽ」で1,500人目の赤ちゃんが誕生しました。2009年3月に開設し11年目で節目の赤ちゃんを取り上げることができました。



職員が瑞宝双光章を受章しました

診療放射線技師の宮本一宏さんが瑞宝双光章（ずいほうそうこうしょう）を受章しました。宮本さんは長年にわたり医療へ貢献するとともに、コンピュータに精通した知識を活かし、デジタル化へ移行される職場環境への対応に多大な貢献をしました。

瑞宝双光章とは、日本の勲章の一つで、瑞宝章6つのなかで5番目に位置します。公務等に長年にわたり従事し、成績を挙げた方に授与されます。



右側 宮本一宏さん、左側 画像診断部技師長

季節の
レシピ

栄養課通信2月

～地産地消 今が旬!! 浜松産「セルリー」～

浜松市は長野県と並ぶセルリーの二大産地です。セルリーは年中食べることができますが浜松産は冬場、長野県産は夏場と出荷時期が分かれています。浜松のセルリーはシャキシャキとした歯ざわりと独特な香りがととも良く、筋やクセが少なく食べやすいのが特徴です。ほかにナトリウム（食塩）を排泄する働きがあるカリウムが多く含まれています。

今回は浜松産セルリーの食感と香りを楽しむピクルスを紹介します。

簡単!旬のレシピ

今回は、浜松産セルリーを使った
「ピクルス」

をご紹介します

《栄養価1人分》

エネルギー	61 kcal
たんぱく質	0.7 g
脂質	0.1 g
食塩相当量	1.2 g

※食塩相当量はピクルス液込み

2人分

セルリー茎 …… 1本(約150g)	A	ローリエ …… 1枚
人参 …… 1本(約100g)		酢・水 …… 各1/2カップ
★ピクルス液		砂糖 …… 大さじ1と1/2
「赤唐辛子 …… 1本		塩 …… 小さじ1/2

作り方

- ① セルリーの茎は固い部分があれば筋を取り除き、人参は皮をむいてそれぞれ長さ5～6cmの1cm幅に切る。唐辛子はへたと種を取る。
- ② 鍋にAのピクルス液の材料を火にかけて、ひと煮立ちしたらボールに入れる。セルリー・人参を加え30分ほどおいて味をなじませる。（一晩冷蔵庫で寝かせるとより味がなじみます）

※生野菜のクセが気になる場合は熱湯でさっとゆで水気をよくきりピクルス液へ。

アレンジレシピ

ピクルスとゆで卵を粗みじんにし、マヨネーズとこしょうを混ぜて簡単セルリーのタルタルソースの完成です。

栄養課 管理栄養士 井上 久美