



フライトスーツが新しくなりました



年間数百件の現場対応や災害現場にも常に着用するフライトスーツを、7月よりリニューアルしました。

これからも地域の救急医療に貢献出来るよう、日々邁進してまいります！

【理 念】キリスト教精神に基づく「隣人愛」

【経営方針】聖隷発祥の地から日本一信頼される病院を創る



社会福祉法人 聖隷福祉事業団
医療保護施設

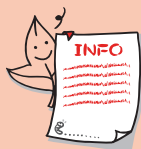
総合病院 聖隷三方原病院

SEIREI MIKATAHARA GENERAL HOSPITAL

〒433-8558 浜松市中央区三方原町 3453

TEL 053-436-1251 (代) FAX 053-438-2971

おしらせ



新任医師の紹介

心臓血管外科
そね くみこ
曾根 久美子
(神戸大学 2020 年卒)



あれ!? これって…
認知症?

認知症相談会

認知症の人には
どう接したらいいの?

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：8月22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：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

LINEお友達募集中！！

スマートフォン・タブレットなどで利用できるLINEにて公式アカウントを友達追加していただくと最新情報などお届けしています。ぜひ、友達追加をお願いします♪



ID : @406jcpds

『分娩施設見学会』開催のお知らせ

出産する病棟や病室を見学してみませんか？

日 時：8月17日(土) 14:00～15:00

場 所：C2 病棟・院内助産

内 容：陣痛室や分娩室、院内助産の見学

14:00までにC2病棟にお越しください。

予約の必要はありません。



詳細はこちら→



『お産の無料相談窓口』開設のお知らせ

毎月第3金曜日 13:30～16:00 1組30分

場 所：産科外来

内 容：妊娠反応陽性から受診までの流れや、分娩施設を選ぶ際の相談

ご予約：病院代表電話(053-436-1251)に電話してC2病棟へつなぐようお申し出ください。



詳細はこちら→



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：8月21日(水) 10:00～12:00

場 所：よろず相談地域支援室

お問合せ：医療相談室（電話：053-439-9046）

※事前予約可能です。医療相談室にてご予約ください。

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：8月15日(木) 13:00～14:00

場 所：第4会議室

対 象：がん患者さんとご家族

参加費：無料

最新情報はこちら→



お問合せ：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）

栄養課通信 7月

～ 生姜の魅力 寿司屋の「ガリ」の由来と効果 ～

寿司屋でおなじみの「ガリ」は生姜を甘酢で漬けたものです。このピンク色をした薄切りの生姜は、その爽やかな風味で、食事の合間に口の中をリフレッシュしてくれます。

＜ガリの由来＞

諸説ありますが、食べた時にガリガリと音がするからと言われていました。「ガリ」という呼び名は、ムラサキ（醤油）、アガリ（お茶）、シャリ（酢飯）、おあいそ（お勘定）などと同様に、本来は業界用語として店側が使う言葉でしたが、現代では一般的に生姜の甘酢漬け＝ガリとして使われています。

＜ガリが寿司屋に置かれている理由＞

- ・口直し：生姜は魚の臭みを消す効果があり、酢の効果がさっぱりと爽やかにしてくれるので、寿司の味をリセットして次の寿司を楽しむことが出来ます。
- ・殺菌作用：生姜に含まれる成分に殺菌作用が期待されます。
- ・刷毛代わり：寿司を食べる際に、ガリを使って醤油を寿司にぬることができます。

＜手作りガリの作り方＞

1. 新鮮な新生姜を選び、皮をスプーンなどで軽くこそげ取る。
 2. 新生姜を縦に沿って出来るだけ薄くスライスする。
 3. 沸騰した湯で1分程茹でる。
 4. 茹でた新生姜をざるに上げ、水気を切り薄く広げ全体に塩をふる。
 5. 甘酢に漬込む。
- ※ガリがピンク色になるのは、生姜に含まれる色素（アントシアニン）が酢と反応することによって染まります。

簡単！旬のレシピ

「ガリ」を使ったお手軽レシピ

「ガリとささみの さっぱり和え」をご紹介します。

2人分

鶏ササミ……150g 貝割大根……1/2パック
ガリ……30g 麵つゆ……大さじ1杯
もやし……100g オリーブオイル……小さじ1杯

作り方

- ① 鶏ササミは筋を取り1%程度の塩を入れた湯でボイルし、食べやすくほぐす。
- ② もやし、貝割大根は軽く茹でこぼし、水気を切る。
- ③ ボールに刻んだガリと調味料を入れ材料を合わせて完成。

★ポイント★

- ★鶏のささみは市販のサラダチキンで代用すると簡単にできます。
- ★ガリはさっぱりしているのでタルタルソースにピクルスの代わりにして入れても、梅肉の代わりに肉で巻いてフライにしても美味しいです。いろいろな料理にガリを使ってみてください。

気道異物(窒息)

子どもを守るためにできること

小児科
みなみの はつか
医長 南野 初香

毎年節分の季節となると、メディアが子どもの気道異物について取り上げたり、実際に子どもの異物事故の報道を見聞きしたりします。皆様のご家庭では何歳ぐらいからお子さんに豆（枝豆）を与えていますか？実は消費者庁は5歳までは豆を与えてはいけないと推奨しています。

子どもはなぜ気道異物(窒息)しやすいのでしょうか。

- ① 3、4歳までの子は噛む力がまだ弱く、かみ砕けずほぼ丸飲みをします。
- ② 咳をする力も弱いので、気道に入りそうなものを押し返す事が難しいです。
- ③ 食事の時にほおばってみたり、笑ったりしながら食べることも窒息に繋がります。

気道異物(窒息)になると、どうなるでしょうか。

最初は苦しそうにもがいたり、咳で出そうとしてみたり、手を口のなかに入れてみたりします。その内に顔色が悪くなり、意識がなくなります。すぐに対応しなければ大きな後遺症、命にもかかわります。

私たち大人ができることは何でしょう？

まずは子どもの気道に詰まりそうなもの（豆、小さな果物）は与えない、手の届くところに置かない。口に物を入れているときに笑わせたり、驚かせない。もし食品でないものを口に入れている時は、落ち着いて「お口からだそうね。」と声をかけてあげて取り出しましょう。万が一、窒息してしまったときは、背部叩打法やハイムリッヒ法（窒息時に腹部を急激に圧迫して、胸部と気管内の圧を上げることで異物の除去を行なう方法）で取り出しましょう。（いきなりはできないので、動画で確認などしてみてください。）

子どもの安全を守るために、私たち大人が注意深く見守り、適切な対策を講じることが大切です。



今月の部門紹介

小児科



未来をつくる子どもたちのために

小児科では生まれたての赤ちゃんから思春期に至るまで、全ての子どもたちが健やかに過ごすことができるようサポートしています。

かぜなどの日常診療だけでなく、入院が必要なお子さま、基礎疾患のあるお子さまの外来管理など、幅広く診療を行っています。また、小児救急医療、新生児医療にも24時間対応できるよう体制をととのえ、地域医療支援病院として子どもの命を守ります。

お子さまの健やかな成長が明るい未来につながると信じて診療に携わっていきます。



病院で働く人たち

がん看護専門看護師



がん看護専門看護師は、がん患者さんや患者さんを支えるご家族が、治療や療養をする中で抱える様々な心配事に対応したり、地域の医療福祉従事者と連携して自宅や施設等で過ごす患者さんやご家族を支援する活動をしています。



さくま ゆみ
佐久間 由美

院内では医師や薬剤師などから成る『緩和ケアチーム』に所属し主治医と連携して入院、外来に関係なく、治療や病状により生じる症状の緩和や様々な相談に対応しています。相談したい事がある方は、お気軽に最寄りの医師や看護師にお問合せ下さい。

看護外来のご案内

看護外来では、患者さんやご家族がその人らしい生活をスムーズに送れるよう、専門的な知識、技術を持った看護師が相談をお受けしています。

看護外来は予約制です。

- ・ ストーマ外来
- ・ 皮膚・排泄ケア外来
- ・ フットケア外来
- ・ がん看護外来
- ・ 助産師外来
- ・ 母乳外来



お問合せ先

よろず相談地域支援室（看護相談室）

TEL:053-436-1251（代）