

# みどりの 通信



2017

11

NO.444

## 中学生から『ポットマム』の贈り物



10月13日、浜松市立庄内中学校の生徒さんがポットマム（鉢植え菊）を届けてくださいました。院内薬局前の窓際にメッセージとともに飾ってありますので、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

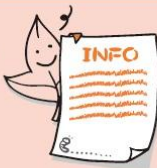
総合病院 聖隷三方原病院

SEIREI MIKATAHARA GENERAL HOSPITAL

〒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



## 「病院学会」の開催のお知らせ

多数のご参加をお待ちしております。

◆第45回 聖隷三方原病院 病院学会

11月19日(日) 9:20 ~ 16:40

(聖隷三方原病院内大ホール)

【研究発表】 9:20 ~ 12:00

日々の業務の成果 10題が発表されます。

【特別講演】 13:30 ~ 15:00

「心のバリアフリー」 ~私たちが 今すぐ できること~

中野 佐世子 氏 (なかの さよこ)

(NHK手話ニュースキャスター、手話通訳士、人権教育・啓発講師)

【地域がん診療連携拠点病院 市民公開講座】

15:10~16:10

「乳がんのやさしい基礎知識」

~早期発見・治療で もうだいじょうぶ~

講師 外科主任医長 諏訪 香 先生



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：11月30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：11月25日(土) 10:30~12:00

テーマ：必ず役立つ! 爪のケアとボディケア

~セルフケアで体も心も生き生きと~

場 所：聖隷三方原病院 管理棟2階 第7会議室

対 象：がん患者さんご家族



### 第3回 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：2018年1月11日(木) 13:00~16:00

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：よろず相談地域支援室内 がん相談支援センター  
電 話：053-439-9047



## 看護師・看護補助者・生活支援員 (おおぞら療育センター)募集について

聖隷三方原病院では看護師・看護補助者・生活支援員(おおぞら療育センター)を募集しています。随時、病院(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。

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：mkwebmaster@sis.seirei.or.jp



## みどりちゃんのつぶやき

10月は医療安全月間として、全職員を対象に藤田副院長による医療安全教育講演会、テルモ株式会社の黒澤氏による「医療安全につながる5S活動」など全5回にわたり様々な講演・研修を行いました。多くの職員が参加をし、医療安全について改めて考える機会となりました。



## 人間ドックのご案内 聖隷予防検診センター

お申し込み：【受付時間】◆月～金曜日 8:30～17:00  
◆土曜日 8:30～12:00  
0120-938-375

## ～ 秋の食材「さつまいも」を使って～

さつまいもは9～12月の秋から冬にかけて旬を迎えます。ホクホクした食感や甘味が特徴的で、焼き芋はもちろん、サラダやデザートなど幅広い料理に利用されています。さつまいもは芋類の中でビタミンC含有量が一番多く、食物繊維を豊富に含みます。

そして特に注目の栄養成分がヤラピンです。ヤラピンは腸の蠕動運動を促進する働きがあります。さつまいもが便秘に効果的であるのは食物繊維とヤラピンの相乗効果が大きいと言われてしています。

栄養は皮や皮と身の間に多く含まれているため、無駄なく栄養を取り込めるようさつまいもを皮ごと使った料理をご紹介します。

### 簡単！旬のレシピ

おすすめメニュー

## 「さつまいもサラダ」

をご紹介します

《栄養価1人分》

エネルギー	145 kcal
たんぱく質	2.0 g
脂質	3.7 g
塩分相当量	0.1 g
食物繊維	1.6 g

2人分

さつまいも・・・1本/100g  
白桃缶……………20g  
レーズン……………16g  
クリームチーズ ……20g  
プレーンヨーグルト…20g  
砂糖……………小さじ1/2  
レモン果汁……………適量

### 作り方

- ① さつまいもは皮ごと洗い角切りにする。
- ② 鍋に水とさつまいもを加え加熱し、柔らかくなったらお湯を捨て水を切る。
- ③ クリームチーズ、ヨーグルト、砂糖、レモン果汁をよく混ぜる。
- ④ 白桃缶をさつまいもと同様の大きさに角切りする。
- ⑤ さつまいも、白桃缶、レーズンを③にまぜて完成。

栄養課 管理栄養士 影山 美沙緒

あざのレーザー治療について

## 生まれつきの「あざ」で悩んでいませんか？

形成外科  
部長 佐藤 誠

赤ちゃんは生まれつき（医学用語では「先天性」と言います）身体のどこかに、あざを持って生まれてくることがあります。赤あざ・青あざ・茶あざなど、色彩や濃さもさまざまで、場所も顔・体幹・四肢と、ありとあらゆるところにできます。



日本人に特に多く、有名なのは「蒙古斑（もうこはん）」でしょう。おしりや背中にできる青あざの一種で、乳児期・幼児期には目立っていますが、成長とともに段々と薄くなり、最終的に気になることはほとんどありません。しかし、腕や脚などにできる「異所性（いしょせい）蒙古斑」と呼ばれるあざがあります。これらは衣服に隠れないため人目につきやすく、また幼児期を過ぎても薄くならないことがあります。

形成外科では通常、Qスイッチ付レーザーという器械を使って治療します。健康保険の適用にもなっており、確立された治療方法です。効果のほどはもちろん人によって異なりますが、数回の照射でかなり薄くなることが多いです。テスト照射や小範囲のときは局所麻酔

下（麻酔のシールやクリームを使用）に行いますが、年齢や大きさによって全身麻酔下で照射術を行うこともあります。小さなお子さんに全身麻酔をかけるのは怖い、という親御さんも多いと思いますが、現在の麻酔は昔とくらべ格段に安全性が高くなっており、過度に心配されることはないでしょう。

そのほか太田母斑（顔面のどちらか半分に広がる青あざ）や、扁平母斑（茶あざ）にもレーザー治療は効果があります。

生まれつきの青あざ・茶あざで悩んでいる方、あるいはそのお子さんがいらっしゃる方には、ぜひ一度形成外科で相談していただくことをおすすめします。

また将来的には、血管腫や血管奇形と呼ばれる、赤あざに対応できるレーザーを導入予定です。ご期待ください。





## 今月の部門紹介

### 形成外科

部長 佐藤 誠



病气やケガによって低下したQOLを向上させ、生きがい・幸福を取りもどすための「目に見える外科」です

「形成外科」と聞いて、あまりピンとこない方も多  
いかもしれませんが、まずは「目に見える場所の外科」  
とお考えください。主に顔面のケガ（骨折を含む）、  
やけど、きずあと・ケロイド、生まれつきのアザ、  
皮膚腫瘍・皮膚がん、皮下腫瘍、乳癌術後の再建、  
その他の整容的な問題（見た目）など、身体のあ  
らゆる場所のあらゆる病気を対象としています。ほか  
の科では「仕方のないもの」「これ以上は治らないも  
の」と諦められていた病態についても、形成外科な  
らではの視点で、みなさんのお役に立てるかもしれ  
ません。

## 病院で働く人たち

### がん看護外来

放射線治療はおもにがん治療におこなわれる治療です。放射線治療室では医師、放射線技師、事務とチームで安全で良質な治療をおこなって



がん放射線療法看護認定看護師  
西野 奈々江

います。患者さんは様々な不安をもちながら治療に向き合っています。看護師は治療をされる方の気持ちに寄り添っていき、体調の変化に早期に対応し、必要に応じて様々な医療スタッフと相談しながら治療が最後までできるように支援していきます。

看護外来のご案内です。

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
- ・ 助産外来
- ・ 母乳外来
- ・ 育児母乳相談外来



お問い合わせ先

よろず相談地域支援室（看護相談室）  
TEL:053-436-1251（代）