

みどりの  
通信



2017

9

NO.442

## 防災の日



防災の日とは、「政府、地方公共団体等関係諸機関をはじめ、広く国民が台風高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備する」こととした記念日です。皆さんも防災グッズの準備や点検、避難場所の確認などを行っておきましょう。写真は8月に当院で行われた日中火災訓練の様子です。

【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

# お知らせ

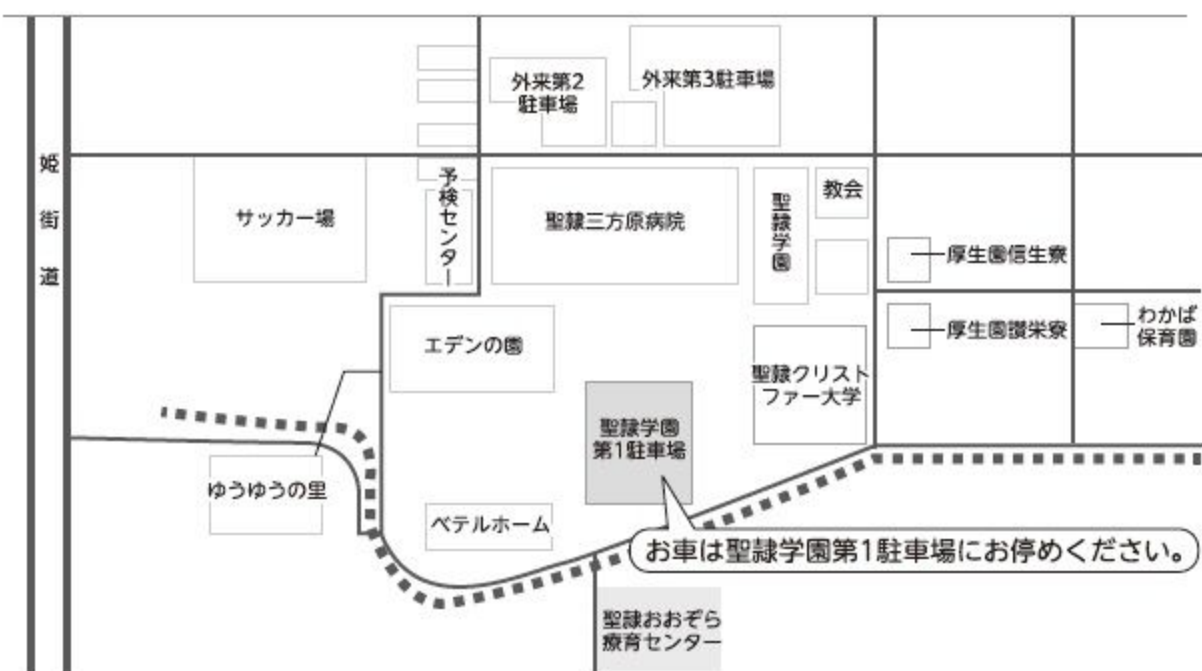


## がん診療連携拠点病院 聖隷三方原病院 市民公開講座

日時：平成29年9月23日(土)14:00～15:30  
場所：えんてつホール 遠鉄百貨店 新館8階  
講師：聖隷三方原病院 外科主任医長 諏訪 香 医師  
『乳がんのやさしい基礎知識』  
ー早期発見・治療で もうだいじょうぶ！ー  
参加費：無料(参加申し込みも不要です)  
《お問い合わせ》聖隷三方原病院 地域医療連携室  
電話：053-439-0001

## 2017年度フェスタおおぞら

日時：9月17日(日)13:00～15:00  
場所：聖隷おおぞら療育センター  
本館ロビーおよび施設内ホール他  
内容：近隣福祉施設によるフリーマーケット、模擬店  
皆様のお越しをお待ちしております。



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：9月28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：9月28日(木)13:30～14:30  
テーマ：日常生活に運動を取り入れよう 理学療法士  
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：10月12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

## 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、「ボランティア説明会」にぜひご参加ください。

**日時**：10月5日(木)14:00～15:30

**場所**：聖隷三方原病院 ホスピス2階研修室

お申込みは10月4日(水)までに下記担当者までお願いします。

**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 岩品

**電話**：053-436-1251(代表)



## 地震総合訓練を行います

9月13日(水)17:30～18:30に地震総合訓練を行います。地震発生後も長期的に活動を行い、病院機能を継続させていく為の訓練を病院全体で実施します。院内放送や患者搬送訓練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。

## 絵画展のご案内

— 聖隷厚生園讃栄寮 プチ宝石箱展 —

**期間**：9月1日(金)～9月29日(金)

**場所**：患者さんのための『医学情報プラザ』  
(土・日を除く、10:00～16:00)

どなたでもご覧いただけます。ぜひお立ち寄りください。



## 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

☎ 0120-938-375

◆土曜日 8:30～12:00

## 栄養課通信9月

### ～「敬老の日」をお祝いして炊飯器で作る簡単五目おこわ～

敬老の日は、ご長寿をお祝いする日です。そして、ご老人を敬い、知恵を受け継ぐ日ともされています。

平成13年のハッピーマンデー制度より、敬老の日は第3月曜日に移り、今年は9月18日です。

敬老の日をお祝いするメニュー、縁起のよい食べ物としては、お赤飯、ちらし寿司、海老の天ぷら、鯛料理等があげられますが、相手が好きな食材を使った料理は最高のおもてなしとなります。好物に勝るごちそうはありません。

今回は、我が家でよく作る「簡単にできる五目おこわ」を紹介します。簡単に作ることができますのでこの機会にぜひ作ってみてください。

一緒にお食事をしながら、ご家族のコミュニケーションを深めてみてはいかがでしょうか。



## 簡単！旬のレシピ

おすすめメニュー

### 「簡単五目おこわ」

をご紹介します

《栄養価1人分》

エネルギー	364 kcal
タンパク質	10.9 g
脂質	5.4 g
塩分相当	1.3 g

2人分

米	0.5合	牛蒡	20g
もち米	0.5合	干し椎茸	2枚
だし汁	160ml	みつ葉	少々
醤油	小さじ1	油	小さじ1/2
みりん	小さじ1	醤油	小さじ2
酒	小さじ1	みりん	小さじ2
鶏肉	50g	酒	小さじ1
油揚げ	0.5枚	だし汁	50ml

### 作り方

- ① 米ともち米は、洗米し1時間くらい浸水し、ざるにあげ水気を切って、aの調味料を加え炊飯器で炊き上げる。
- ② 鶏肉は小間切れにし、油で炒める。そこにせん切り油揚げ、ささがき牛蒡、もどしてせん切りにした干し椎茸を加えさらに炒め、bの調味料を加え煮汁がなくなるまで煮込む。
- ③ 炊きあがったおこわ①に具②を加え混ぜ合わせ、小口に切ったみつ葉を混ぜ合わせ出来上がりです。

\*みつ葉をいんげん等に変えてもおいしくいただけます。

栄養課 管理栄養士 渡瀬 優子

# 流行性角結膜炎(はやり目)について

眼科  
部長 宮道大督

残暑の候、お元気でお過ごしでしょうか。病気にも季節を感じさせるものがあり、インフルエンザやノロウイルスというと、冬場を連想される方が多いのではないかと思います。



対して、流行性角結膜炎は別名を「はやり目」と言いますが、夏場に多い疾患です。

主にアデノウイルスに感染することで発症し、結膜炎の症状である目の充血(赤目)、眼脂(目やに)、流涙(涙目)、異物感(ゴロゴロする)、眼瞼腫張(眼瞼の腫れ)などが引き起こされます。発熱や喉の腫れを伴うこともあります。アデノウイルスに対して直接的な効果を発揮する点眼薬が存在しないため、自然に治るのを待つことが基本となります。

流行性角結膜炎の涙や目やにの中に、アデノウイルスは含まれています。ノロウイルスなどと同様に、



基本的に手を介して扉の取手などにくっつくことで、他人にも伝染します。目の病気であることから、顔を拭くタオルなどを共有することで伝

染することもあります。「はやり目」が流行する理由に、①潜伏期(感染してから発症するまでの期間)が1週間あることと、②目の症状が改善しても1週間程度はウイルスが残っていることが挙げられます。言い換えますと、「知らないうちに伝染していて、治ったと思っても伝染させている。」という状況になりやすい病気です。

「はやり目」というと、「出席停止」を連想なさる方も多いと思われます。流行性角結膜炎は学校感染症の一つとされ、学校保健安全法により「出席停止」となる病気です。「はやり目」では、法律により学校への登校が停止されます。これとは対照的に、職場への通勤を停止する法律は存在しません。法律上は「はやり目」≠「出勤停止」という点に注意が必要です。とはいえ、実際には伝染する疾患です。必要とされる職能もそれぞれに異なることから、流行性角結膜炎の場合の出勤については、各職場で御相談ください。



# 今月の部門紹介

## 眼科



医師 藤田 太一



全ての患者様に安心・安全な医療を提供できるよう心がけています。

当科は白内障を中心に、緑内障や硝子体、ぶどう膜炎、斜視・弱視など幅広い分野で診療を行っています。白内障は日帰り入院手術か2泊3日の入院手術かのどちらかを相談の上選んでいただいています。硝子体疾患に関しては網膜剥離や硝子体出血といった緊急疾患などにも積極的に対応しています。また、近年導入され適応の拡大が進む硝子体注射についても数多く行っています。



# 病院で働く人たち

## 母乳外来



母乳外来では、「母乳がどの位飲めているのかわからない」「乳首が切れてしまった」「乳腺炎になってしまった」「断乳・卒乳をしたい」等の母乳



アドバンス助産師 鈴木 寿子

育児、授乳に関する悩みやトラブルに助産師が対応しています。出産して母乳育児を始めたお母さんだけでなく、卒乳や断乳までの長い期間、赤ちゃんの成長やお母さんの話をききながら不安なく、また自信を持って母乳育児ができるよう寄り添いながらケアやサポートをしています。

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）