



謹賀新年



本年も引続き皆様のご指導ご支援を
よろしくお願いいたします。

【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



聖隷三方原病院は、公益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。

おしらせ



年頭所感 2016年1月1日



「あけましておめでとうございます。」

これからますます高齢化が進みます。老人が増えて子どもの少ない社会にも対応できるような社会福祉制度への変換が急がれます。財政的にも、将来に向け明るい材料の乏しい中、気持ちだけでも前向きに笑顔を絶やさず頑張りたいものです。平均寿命よりも健康寿命に重きを置いた政策へ、さらに日本人の死生観そのものにも変革が迫られています。そのようななか、浜松市北西部においては、誰もが生涯安心して生活できるような医療介護の整備に努力したいと思えます。

今年1年が皆様方にとりましてよい年でありますように！

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

聖隷三方原病院
病院長 荻野 和功



「みどりの通信」へのご意見、ご感想をお待ちしております。
皆様からお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@sis.seirei.or.jp FAX : 053-438-2971 みどりの通信編集部

季節の食材～1月～『みかん』

冬にかけて出荷最盛期のみかんには、肌をきれいにし血液中の総コレステロールを調整してくれるビタミンCが豊富に含まれています。善玉コレステロールを増やし、血液の流れを良くしてくれるので動脈硬化を防ぎます。みかんの皮を天日干しし、布の袋に入れてみかん風呂にすれば体の芯から温まり、リラックス効果が期待できます。

新任医師紹介

麻酔科
さとう のりこ
佐藤 徳子
(浜松医科大学 2007年卒)



第43回
聖隷三方原病院
病院学会
写真コンクール

院長賞

「いいこ いいこ」
杉本 晃子 様



妹分をやさしくなでている、
心癒される一枚です。

がん患者さんのための 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：1月28日（木）13：30～14：30

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

お問い合わせ：よろず相談地域支援室
がん相談支援センター

TEL：053-439-9047



簡単！旬のレシピ

みかんを丸ごと使った
「みかんカップケーキ」
をご紹介します

《栄養価 1人分》

エネルギー	251 kcal
たんぱく質	3.9 g
脂質	10.1 g
炭水化物	35.1 g
食塩	0.16 g

カップケーキ5個分

- ★薄力粉 ……………120g ・砂糖 ……………60g
- ★ベーキングパウダー…小さじ1 ・みかん …2個(60ml)
- ・無塩バター ……………50g
- ・卵(L) ……………1個



作り方

- ① みかんを絞り、果汁を60mlとる。
- ② もう一つのみかんの皮を剥き、輪切りに切る。
- ③ ボウルにやわらかくしたバター、卵、砂糖を入れてよく混ぜる。
- ④ ③に★の材料を直接ふるいながら入れ、ゴムベラでさっくり混ぜる。
- ⑤ ④に①の果汁を加え、ゴムベラでなめらかになるまでよく混ぜる。
- ⑥ カップケーキ型に生地を入れ、②をトッピングする。
- ⑦ 180度のオーブンで25～30分焼けば完成！

調理師 河島 知枝

<栄養課の野菜ソムリエより>

静岡県は全国でも有数のかんきつ類の生産地です。県西部では三ヶ日町産の温州みかんや細江町産の白柳ネーブルが有名です。また優良品種の発祥も多く、早生みかんとオレンジの交配種「清見（きよみ）」や、清見とポンカンの交配種「はるみ」などがあります。

美味しいみかんの見分け方は形が扁平形で重みがあり、皮の表面の点々が小さくて数が多く、ヘタの部分が細いものとされています。

ノロウイルスと今期の流行について

感染性胃腸炎や食中毒は一年を通して発生しますが、ノロウイルスによるものは特に冬季に流行します。今期は新規遺伝子型ノロウイルスによる流行の拡大が懸念されていますので注意が必要です。

◆ノロウイルスって？

ノロウイルスは人の小腸粘膜で増殖するウイルスです。主に11月から3月にかけて胃腸炎を起こします。少量のウイルス（100個以下）でも発症し感染力のとても強いウイルスで、保育園や高齢者施設など集団生活の場では感染がひろがり集団発生を引き起こす危険性があります。

ノロウイルスは、感染者の吐物や糞便中に大量に含まれています。吐物には1グラム当たり1万～10万個程度、発症初期の患者糞便には1グラム当たり約10億個ものノロウイルスが存在します。ノロウイルスの感染は、吐物や糞便とともに排泄されたノロウイルスが直接もしくは手指や食品、水などを介して口に入ることにより起こります。



◆新規遺伝子型流行の兆し！

ノロウイルスは、3つの蛋白質コード領域を有し、蛋白質の違いによりGⅠ～GⅤの5種類の遺伝子群に分類されます。このうちヒトに感染するのはGⅠ・GⅡ・GⅣで、中でもGⅡの遺伝子型“4”：GⅡ.4が流行の主流となっていました。しかし、昨年度新たな遺伝子型のノロウイルス**GⅡ.P17-GⅡ.17**が検出されました。流行状況調査と遺伝子解析を行った結果、2014-2015冬季シーズンの1月以降に広域流行を引き起こしていたことが明らかになりました。

このノロウイルス**GⅡ.17変異株**は2014-2015冬季シーズンに関東近隣の自治体において流行したことが判明しましたが、最近では三重県での検出報告もあり、全国的に流行していることが推察されます。さらに、GⅡ.17変異株は国内のみならず、中国でも流行を引き起こしていることが報告されており、特にアジア諸国での検出数が著しく増加しています。また、本ウイルスは米国でも散発的に検出されていることから、既に世界中で検出されている可能性があります。

現段階ではGⅡ.17に対する免疫（感染を防ぐ抗体）を持たない人が多いため、今後このウイルスが国内において主要な流行株となり、感染が拡大する恐れがあります。

臨床検査部 技師長
山田哲司

◆感染の予防には

感染予防の方法は、新規遺伝子型のウイルスであっても従来と同様です。基本的な手指衛生の徹底、汚染物の適切な処理を行い感染予防に努めましょう。



<感染対策のポイント>

- ① 十分な手洗いを徹底する。
- ② 外出時にはマスクを着用する。
- ③ ウイルスが検出されやすい二枚貝などの食品は、中心部分を85度以上で90秒以上加熱する。
- ④ 嘔吐物や便を処理する時には、使い捨ての手袋やマスク、ガウンを着用し、ペーパータオルなどで静かに拭き取った後ビニール袋に密封し処分する。
- ⑤ 消毒には塩素系漂白剤を使う。

ボランティア感謝会が開催されました

院内各所で当院のサービス向上に貢献してくださっているボランティアの皆様をお招きし、12月9日ボランティア感謝会を開催いたしました。ボランティアによる素晴らしいギター演奏やマジックショーを、病院長をはじめ職員と共に楽しみ交流を深めました。



編集後記

1月は5日に「小寒(しょうかん)」、20日に「大寒(だいかん)」と二十四節季を2つ迎えます。漢字の如く、特に寒さの厳しい時期に該当し、各地で年間の一番寒い記録が現われると言われています。新年を迎えて初詣、新年の挨拶など予定している方も多いのではないのでしょうか。寒気の厳しい季節ですので、寒さ対策を万全にして出かけましょう。