

◆◆◆医療安全月間◆◆◆



10月は医療安全強化月間として、様々な職員教育を行いました。  
7日にはテルモ株式会社、橋詰晴輝氏を講師に向かえ、「接遇～患者満足度の向上、そして医療安全対策へ～」というテーマで講演いただきました。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。

【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



## 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：11月26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



## 「リウマチ」市民公開講座開催

関節リウマチの治療やおくすりに関する知識を当院職員  
よりわかりやすくお話をさせていただきます。

日 時：2015年12月2日(水) 17:30～19:00

場 所：聖隷三方原病院 ホスピス2階会議室

参加費：無料(参加申込みも不要です。)

問い合わせ：聖隷三方原病院 総務課

TEL 053-436-1251

「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](mailto:mkwebmaster@sis.seirei.or.jp) FAX: 053-438-2971 みどりの通信編集部

## 新任医師紹介

耳鼻咽喉科  
やまだ たいき  
**山田 大貴**  
(浜松医科大学 2013年卒)



## 市民公開講座 開催

「心不全といわれたら」というテーマで  
当院職員がお話させていただきます。

日 時：2015年11月21日(土)

場 所：聖隷三方原病院 救急棟3階 大ホール

参加費：無料

申し込み方法：「市民公開講座参加希望」と明記の上、参加を

希望される方のお名前をご記入いただき、

FAX……053-438-1126

E-mail……t-kiyomoto@sis.seirei.or.jp

のどちらかにて送信、もしくは1階栄養相談

室(正面玄関、入院受付隣)の申込用紙にて

\*11月20日(金)12時までにお申し込みください

## 栄養課通信 11月

### 季節の食材～11月～『白菜』

白菜が最も美味しいのは、霜が降りる頃の晩秋から冬になります。その時期の白菜はギュッと結球して甘みを蓄えています。これからの季節は鍋料理に欠かせない野菜として全国で栽培されます。冬の時期は茨城・長野・愛知が主な生産地ですが県内でも多く作られています。白菜の95%は水分ですが、ビタミンCが多く風邪予防や免疫力UPに効果的です。

#### 簡単！旬のレシピ

当院のメニューの具だくさん

#### 「中華風炒め煮」

をご紹介します

(栄養価 1人分)

エネルギー	171 kcal
たんぱく質	15.7 g
脂質	7.9 g
炭水化物	9.2 g
食塩	1.8 g
ビタミンC	16.0 mg

4人分

- ・豚こま切れ ……120g
- ・冷凍むきエビ ……120g
- ・うずら卵水煮缶 ……8個
- ・白菜 ……320g
- ・人参 ……80g
- ・干し椎茸 ……4枚
- ・絹さや ……8枚
- ☆サラダ油 ……小2
- ☆ごま油 ……小1
- ☆塩 ……小1強
- ☆酢 ……小4
- ☆胡椒 ……少々
- ☆片栗粉 ……小2

#### 作り方

- ① 野菜は食べやすい大きさに切る。
- ② むきエビ、絹さやは下茹でする。
- ③ フライパンに油を入れ、肉・野菜を炒める。
- ④ むきエビ、うずら卵を入れる。
- ⑤ 酢・塩・胡椒で味を付け、片栗粉でとろみをつける。
- ⑥ 最後に絹さやを加え、香り付けのごま油をかけて完成！！

#### 【調理のポイント】

短時間で調理したい場合は、野菜を下茹ですてから炒めましょう。

調理師 井田 知里

#### <栄養課の野菜ソムリエより>

白菜の保存は冬場なら新聞紙に包んで冷暗所に保存すれば3～4週間は長持ちします。

冷蔵庫に入れる場合は芯の部分は湿らせてラップをすると乾燥を防ぎます。白菜を立てた状態で保存し、外葉からはがして使っていくことをおすすめします。またカットされた白菜は傷みやすいので冷蔵庫で保存して早めに使い切りましょう。



# 病院学会に参加してみませんか☆

毎年、当院では「病院学会」を開催しています。これは、職員による研究発表や地域みなさまにご参加頂けるイベントを同時に開催するもので、すでに42回開催しています。

今年も11月29日(日)に開催をすることとなりましたので、みなさまにご参加いただけるよう、あらためて病院学会について知っていただきたいと思ひます。

## 職員による研究発表

各部門・職場から、日頃の業務に関する研究、患者さんへの思いなどを発表いたします。審査員や多くの聴衆を前にして、少し緊張しながらの発表となります。内容が優秀な演題については、表彰が行われます。



## 特別講演・市民公開講座

### 【特別講演】

毎回、医療を幅広く捉えさまざまなテーマを設定し、その内容で講演頂ける著名な方を講師としてお招きしています。

### 【市民公開講座】

地域がん診療連携拠点病院として、当院の医師が、がんに関する内容で講演を行っています。

## 写真コンクール

毎回テーマに沿った写真を募集し、学会の最後に表彰を行っています。写真は地域みなさまから広く募集し、院長賞・総看護部長賞など合計8件の表彰を行います。入賞作品には豪華賞品をご用意しておりますので、奮ってご応募ください。

応募いただいた写真は、病院学会開催1週間前から病院玄関にて公開され、ご来院の方々に投票をお願いしています。



## 体脂肪・血圧測定コーナー

体脂肪・血圧を測定できます。基準とされている値と自分の値を見比べてみてください。

同じ場所に、お菓子と飲み物をご用意しています。結果に安心した方もそうでない方も、どうぞご自由にお召し上がりください。



## BLS・AED体験コーナー

BLSとは、心肺停止状態の人に対して行う救命処置のことです。AEDの使用方法など職員が一次救命処置について丁寧にわかりやすくご説明させていただきます。初体験の方、見たことあるけれど触ったことない方、大歓迎です!!

病院学会実行委員会 委員長  
吉田 正弘

### タクティールケア体験コーナー

今年度初めてタクティールケアのブースを開設します。興味のある方は是非体験してください。

タクティールケアとは相手の背中や手足を「押す」のではなく、やわらかく包み込むように触れる治療法です。



### 今年の病院学会について (第43回)

- 日 時：2015年11月29日(日)  
開会／8：40 閉会／16：40
- 会 場：聖隷三方原病院救急棟3階大ホール
- 特別講演：講師 笠原 睦美 氏  
(RADIANTSMILE 代表)  
13:30～15:00  
演題：「すぐに使える！生かせる！勇気づけのコミュニケーション～「やる気」と「笑顔」を引き出すヒント
- 地域がん診療拠点病院 市民公開講座：  
講師 井上 聡 医師(ホスピス科部長)  
15:10～16:10  
演題：「これからも自分らしく生きるために～ホスピス・緩和ケアとは～」

### 第43回 聖隷三方原病院 病院学会 ～写真コンクール開催のお知らせ～

11月29日(日)に開催される聖隷三方原病院 病院学会の企画として、写真コンクールを開催します。

以下の内容で写真の募集を致しますので、みなさま奮って応募ください。

対 象：どなたでもご応募できます。

写真テーマ：「癒し」

景色・動物・人…何でもOKです。

募集期限：11月20日(金)

提出方法：①院内回収箱(正面玄関近く)

②下記アドレスに送付

mail：photo@sis.seirei.or.jp

③総務課にお持込みOK!!

問合せ先：総務課 鈴木(内線：4016)



### 編集後記

11月は8日に「立冬(りっとう)」、23日に「小雪(しょうせつ)」と二十四節季を2つ迎えます。8日より暦の上で冬ということになります。朝夕冷え込み、秋の終わりと冬の訪れを感じます。季節の変わり目、十分な栄養と休養をとり、うがい手洗いを励行して体調管理を心掛けましょう。

発行責任者：総合病院 聖隷三方原病院 病院長 萩野 和功  
〒433-8558 浜松市北区三方原町 3453  
TEL 053-436-1251(代) / FAX 053-438-2971  
<http://www.seirei.or.jp/mikatahara/>