



## 総合防災訓練



9月1日に行われた静岡県の総合防災訓練に参加しました。この訓練は、北海道から広島の名病院より62チームのDMATが参加し、県内災害拠点病院への病院支援訓練及び受入れ病院における連携訓練を行うものです。当院では名古屋掖済会病院のDMATチームを受入れました。

もしもの時の広域災害に備えて、真剣な訓練が行われました。DMAT―災害発生時に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた医療チーム

【理念】キリスト教精神に基づく「病人愛」  
【経営方針】この地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、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。

## ご利用ありがとうございます。

1階窓口会計前自動販売機コーナーに設置しているハートフルベンダー(募金機能付自販機)を通じ、平成22年1月から7月末の間に110,453円の募金・寄付をいただきました。寄付いただいたお金はNPO法人「ハートフル福祉基金」を通じて、地域福祉活動に役立てられます。

## 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？

おしゃべり会は皆さんで体験をわかちあい、支えあう会です。

日 時：10月28日(木) 14:30～15:30

場 所：聖隷三方原病院 第7会議室(管理棟2階)

対 象：がん患者さんとご家族

お問い合わせ：よろず相談地域支援室

浜松がんサポートセンター

TEL: 053-439-9047



## 看護師募集について

～復職・中途採用をお考えの方へ～

聖隷三方原病院では看護師を募集しています。随時、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。なお、併せて病院見学も受付けておりますのでご利用ください。また、ご友人やお知り合いの方で看護師として就職・復職を考えておられる方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。

お問い合わせ

聖隷三方原病院 総務課 担当：久保・平田

TEL: 053-439-9050(直通) / FAX: 053-438-2971

E-mail: mk-hosp@sis.seirei.or.jp

# おしらせ



Transplant - 10月は全国臓器移植推進月間です-

(財)静岡県腎臓バンクでは、移植医療に対するご理解とご協力をいただくためGift of Life 絵画の展示をはじめとする様々な啓発活動を行っています。

当院は、静岡県健康福祉部事業に於ける「臓器移植推進協力病院」として、これらの啓発活動に協力しています。

## 黄色い羽根募金

11月30日まで窓口会計のカウンターに募金箱を設置いたしております。ご協力をお願いいたします。



## Gift of Life 作品展

期間：2010年10月15日(金)～10月29日(金)  
(土・日を除く、10:00～16:00)

場所：患者さんのための「医学情報プラザ」

『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: mikwebmaster@els.aelnet.or.jp FAX: 053-435-2971 みどりの通信編集部

栄養課通信10月

## 秋の代表 秋刀魚

秋に産卵のため寒流に乗ってやってくる秋刀魚は栄養価が高く、たんぱく質や脂質が多く含まれています。特にEPAとDHAの脂質が豊富といわれています。

DHAは健脳効果が高く、EPAは血液をサラサラにして、血栓を予防する効果があります。

DHAやEPAは抗がん効果が認められているω-3脂肪酸で人参のカロテンと一緒に摂るとがん予防に有効です。また、ビタミンB12も多く含まれており貧血予防にも効果的です。

選び方は口先が黄色で目のきれいなもの、そして背中模様や腹の銀光がはっきりしているものが鮮度がよいとされています。食欲の秋、旬のものを食べて体調を整えていきましょう。

| 《栄養価 1人分》 |         |
|-----------|---------|
| エネルギー     | 423kcal |
| 蛋白質       | 25.1g   |
| ビタミンB12   | 14.2μg  |
| 水分        | 2.2g    |

## サンマと大豆の南蛮漬け

1人分

|            |     |   |     |      |
|------------|-----|---|-----|------|
| サンマ(三枚おろし) | 80g | A | 酢   | 20cc |
| 水煮大豆       | 15g |   | 水   | 25cc |
| 人参         | 20g |   | 醤油  | 10cc |
| 小麦粉・揚げ油    | 適量  |   | 砂糖  | 5g   |
|            |     |   | 塩   | 0.8g |
|            |     |   | 鷹の爪 | お好みで |
|            |     |   |     |      |

### 《作り方》

- ① 鍋にAを入れて火にかけ、砂糖が溶けたら火を止める。
- ② 三枚おろしのサンマは、一口大に切る。
- ③ 人参は薄い拍子切りにする。
- ④ 揚げ油を入れて熱し、大豆と人参は素揚げ、サンマは小麦粉をまぶして揚げる。それぞれ熱いうちに①の液に漬ける。
- ⑤ お好みの漬け時間で美味しく召し上がりましょう。



栄養課 栄養士 満口 智子



# 「緩和ケア」は病気が進んだ時だけのものではない ～緩和ケア普及のための地域プロジェクトのご案内



聖隷三方原病院では、浜松市内全ての地域がん診療連携拠点病院や医師会を含めた多くの施設の協力のもと、2008年度から「緩和ケア普及のための地域プロジェクト」に取り組んでいます（ホームページ <http://gankanwa.jp>）。

プロジェクトでは、市民公開講座の開催、リーフレットや冊子の配布、緩和ケアを知る100冊の設置を行ない市民の皆様へ緩和ケアの正しい知識の普及に努めています。あわせて2009年度までに医療福祉従事者を対象に、緩和ケアについての講習会14回を開催し最新の知識の提供、多職種が集まるグループワークや症例検討会22回を通じて地域の顔の見える関係の構築を行ないました。

先月、権威ある医学雑誌に「早期から緩和ケアを受けることでつらさが和らぐばかりで

なく、寿命が延びる」ことを示唆する研究が掲載されて話題になっています。「緩和ケア」というと、「病気が進んでから受けるもの」という認識もまだまだ強いと思います。しかし、「病気の時期に関係なく、つらいときには緩和ケア」という正しい認識を持っていただくことは、患者さまの生活の改善につな

がると思います。

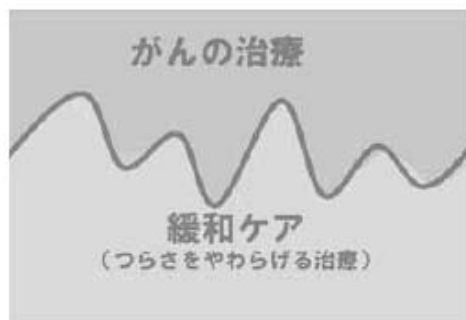
「緩和ケア普及のための地域プロジェクト」で作成した緩和ケアについてのリーフレット（つらい時期を上手に過ごす）や冊子（あなたの地域の緩和ケア）は、浜松市内の医



# はありません 内～

緩和支援治療科 部長  
浜松がんサポートセンター長  
**森田 達也**

療福祉機関、行政施設など約300カ所にて配布、  
緩和ケアを知る100冊は浜松市立図書館21カ  
所のほか、聖隷三方原病院「患者さんのための  
『医学情報プラザ』」に設置されています。お手  
にとってご覧いただければ幸いです。



## ポイント

緩和ケアとは病気や治療による体と心のつらさをやわらげる治療です。がんの治療と一緒にいきます。

## 【がん相談の窓口】

聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室内  
浜松がんサポートセンター

TEL: 053-439-9047

受付時間: 月～金 9:00～17:00

土 9:00～12:00

# 新任医師紹介



消化器内科 松井 智文  
(名古屋大 2003年卒)



整形外科 吉岡 篤志  
(大阪医科大 2005年卒)



小児科 清水 薫  
(高知大 2007年卒)



整形外科 鈴木 祥浩  
(宮崎医科大 1997年卒)



放射線治療科 原田 文  
(奈良県立医科大 2004年卒)



精神科 丸茂 晋平  
(浜松医科大 2008年卒)



## 編集後記

今夏の猛暑の影響で、9月に入っても暑い日が続いていましたが、ようやく秋らしくなってきましたね。秋の空は、空気も澄んでおり、すがすがしい青空が広がります。抜けるような青空を「秋晴れ」といったり、「天高く馬肥ゆる秋」といったりしますが、これは夏は太平洋高気圧で湿った空気中の水蒸気に光が乱反射して白っぽく見えるのに対し、秋は移動性高気圧の乾いた空気のために澄み渡り、いつもより上空の雲までよく見えるからです。だから秋の月が美しく見えるのですね。秋の夜長に月を眺めてみてはいかがでしょうか。

今月の花: コスモス

秋に桜のように群生して咲くことから「秋桜」という和名を持ちます。6月頃から早咲きが花屋の店頭には並びますが、本来は秋になり日が短くならないと咲かない花です。

今月の色: バットゲル・ピンク コスモス色です。

発行責任者: 総合病院 聖隷三方原病院 病院長 荻野 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/>