



## ひな飾り



1階正面玄関ホールに豪華な二段飾り（出飾り）を飾りました。昨年までの7段飾りとは違うお雛様です。少し足を止めて鑑賞してみてください。

【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

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



## 就職説明会・看護体験研修のお知らせ

聖隷三方原病院に就職をお考えの看護学生の皆さまを対象に、看護師・助産師の就職説明会と看護体験研修を行います。

**開催日**：3月12日（火）、3月22日（金）、4月6日（土）、  
8月6日（火）

**会場**：聖隷三方原病院内（申し込みいただいた方には、  
別途会場のご案内をさせていただきます）

**内容**：就職説明会（開催日の午前 9:00～12:00）  
看護体験研修（開催日の午後 13:00～15:00）

**持ち物**：筆記用具、  
靴（ナースシューズまたは白いスニーカー）、  
印鑑

**服装**：軽装、清潔感のある服装でお越しください。

**その他**：昼食はこちらでご用意いたします。

詳しくは病院ホームページをご覧ください。

<http://www.seirei.or.jp/mikatahara/recruit/nurse/index.html>

### お申込み・お問い合わせ

TEL、E-mailにて下記担当者宛てにご連絡ください。

聖隷三方原病院 総務課 看護師採用担当

TEL：053-439-9050（直通）

E-mail：mkwebmaster@sis.seirei.or.jp

## 新任医師の紹介

脳神経外科  
あまの ゆうき  
**天野 裕貴**  
(浜松医科大学 2015 年卒)



## 浜松市医療奨励賞

当院循環器科（代表：若林康医師）の「心肺停止状態で救急搬送される超高齢者への蘇生についての研究」で、事前に蘇生を望まない意思表示があっても、蘇生行為が行われている現状の報告が評価され、市医療奨励賞を受賞しました。



## 読売新聞医療功労賞

地域の医療に長年貢献した人に贈られる「第47回読売新聞医療功労賞」を、整形外科部長 吉田正弘医師が受賞しました。吉田医師は腰椎や人工関節手術、脊椎外科など、幅広い領域で新たな術式の導入や普及努めたことが評価されました。



あれ!?これって…  
認知症?

## 認知症相談会

認知症の人には  
どう接したらいいの?

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：3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：3月28日(木) 13:30～14:30

場 所：聖隷三方原病院 第6会議室

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内 がん相談支援センター  
電 話：053-439-9047

### 第1回 就労に関する相談会

静岡産業保健総合支援センターから派遣された両立支援促進員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：2019年4月11日(木) 13:00～16:00

場 所：よろず相談地域支援室

対 象：がん患者さんとご家族

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

## 長期療養者就職相談会

がん、肝炎、糖尿病等の疾病により長期にわたる治療が必要な求職者を対象にハローワーク浜松の就職支援ナビゲーターがご相談をお受けいたします。

日 時：3月20日(水) 10:00～12:00 ※事前予約可

場 所：聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室

お問い合わせ：医療相談室(よろず相談地域支援室内)

電 話：053-439-9046



### みどりちゃんのつばやき

2月下旬より本格的に飛散し始めた今年の花粉。毎年花粉症に苦しめられる人にとっては気になる情報ですね。今年は例年比で「やや多い」、前年比では「少ない」という予報です。花粉の飛散量は花粉の元となる花芽の成長に大きく影響されるので、日本気象協会の予測は前年の6月と7月の気象条件を特に重視して予測を発表しているようです。



### 人間ドックのご案内

#### 聖隷予防検診センター

お申し込み：

【予約受付時間】

0120-938-375

◆月～金曜日 9:00～16:30

◆土曜日 9:00～12:00

# 口腔ケアについて

歯科  
部長 梅田 慈子

口腔ケアは口の中だけでなく、体全体の健康を維持するために必要なケアであることをご存知ですか？

私達の口の中には約700種類もの細菌が生息しています。口の中が清潔であれば細菌は適切に存在し、トラブルや病原体の感染を防いでくれます。しかし、口の中が不衛生であると、細菌が残った食べかすをエサにして黄白色のネバネバした物体を作り出し、どんどん繁殖していきます。この物体は歯垢といい、実態は細菌の塊です。歯垢1mg（爪楊枝の先で取った程度）当たり約1億もの細菌が存在しています。歯垢をそのままにしておくと増殖した細菌が虫歯や歯周病を引き起こし、歯だけでなく歯を支える骨も溶かし、最終的には大切な歯を失ってしまいます。

口の中が不衛生であると口の中のトラブルだけにとどまらず体全体の健康にも影響を及ぼすことがあります。

- ① **誤嚥性肺炎**：食べ物や唾液が誤って気管に入ってしまう、肺に口の中の細菌が入ることによって引き起こされる病気です。飲み込みの機能が低下した高齢者が起こしやすく、死因に繋がる恐ろしい病気です。口腔ケアを怠ると口の中の細菌が増加し、発症リスクは上昇します。
- ② **心臓病**：歯周病が進行した場合、歯周病菌が血管を

通って心臓に移動し、血管壁に炎症を起こします。この炎症部分が引き金になって、心筋梗塞や狭心症といった心臓病のリスクが高まることがわかっています。

- ③ **糖尿病**：歯周病菌にはインスリンの働きを妨げる効果があります。インスリンの働きが妨げられると血糖値が上がってしまうため、糖尿病のリスクを高めてしまいます。
- ④ **認知症**：歯周病などで歯を失いしっかり噛むことができなくなると、脳が萎縮して認知症になるリスクが高まるとされています。

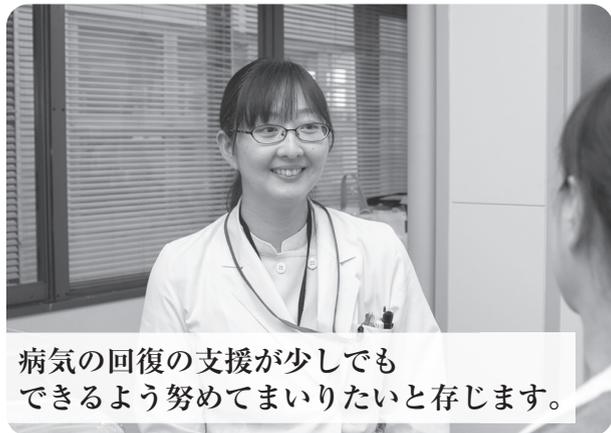
口の中だけでなく、体全身の健康を維持するために口腔ケアを行いましょう。同時に、虫歯や歯周病を放置しておかないことも大切です。定期的に歯科を受診し、良好な口を保ちましょう。



歯垢



部長 梅田 慈子



病気の回復の支援が少しでも  
できるよう努めてまいりたいと存じます。

当院歯科は外来診療を行っていないため、ご存じない方もいらっしゃるかもしれません。当院の歯科医師、歯科衛生士は入院されている患者さんに口腔トラブルがあった際に、歯科治療（虫歯、歯周病、入れ歯の治療等）や口腔ケアを行っております。入院中は病気や治療により歯や歯肉、口腔粘膜に影響が出てくるのが少なくありません。口腔トラブルを解決することで病気の回復の支援ができるよう、日々診療を行っております。

### ～春の食材桜えびのかき揚げ～

静岡県の駿河湾の特産のひとつに桜えびがあります。桜えびは、水産資源を守るために禁漁期間が設けられていて解禁されるのは春と秋の年2回となっています。昨年の秋漁は水産資源保護のため、とりやめになりました。解禁日は決まっておらず、その年の天候などを考慮して決められますが、春はおおよそ3月から6月の間、秋は10月から12月の間に漁が行なわれます。生で食べられるのはこの時期だけですが、乾燥させたものは使いやすしい食品です。ご家庭でかき揚げを作ると、「カラッと揚がらない」「散らばってしまい上手くまとまらない」といった声を聞きます。今回は調理師として、ここをおさえておけば失敗しない簡単なコツをご紹介します。

### 簡単！旬のレシピ

今回は、

## 「桜えびのかき揚げ」

をご紹介します

《栄養価 1人分》

|       |          |
|-------|----------|
| エネルギー | 290 kcal |
| たんぱく質 | 8.8 g    |
| 脂質    | 21.3 g   |
| 食塩相当量 | 0.3 g    |

2人分

|           |      |        |       |
|-----------|------|--------|-------|
| 揚げ油       | 適宜   | 天ぷら衣   |       |
| 桜えび(乾燥)   | 20g  | 冷水     | 100cc |
| 玉葱        | 1/4個 | 卵      | 1/2個  |
| 生姜        | 1片   | 薄力粉    | 70g   |
| 三つ葉       | 1/4束 |        |       |
| 薄力粉(打ち粉用) | 少々   | 天つゆor塩 | お好みで  |

### 作り方

- ① あらかじめAを千切りに刻んでザルに入れ冷蔵庫で冷やすと共に余分な水分を取り除いておく。
- ② Bを混ぜ合わせる(溶いた卵に冷水を加え薄力粉を加えてダマが残らないように混ぜ合わせる)
- ③ Aに桜えびを合わせ、打ち粉用薄力粉を振るいながら混ぜ合わせ材料の表面に薄く粉をまよわせる(余分な水分が無いので必要以上に粉がつかず、余分な粉は下に落ちる。)
- ④ 3をボールに移し替え、少しずつBを入れ材料全体に衣をまとわせる。  
※この時に衣をたくさん入れないことにより具材の間に隙間が生まれて軽い食感になります。
- ⑤ 好みの大きさにまとめて180℃の油で揚げる。

### ポイント!

天ぷらは、衣の固さが正しく、油の温度を一定に保つことが出来れば簡単にカラッと揚げる事が出来ます。その為には適した揚げ鍋でたっぷりの油を使用して、揚げ油の中に一度にたくさん入れすぎないことが大切です。そうすることで油の温度変化を小さくすることが出来ます。

調理師 櫻井 正哉