

みどりの 通信



2020

9

NO.478

～ 防災の日 ～



9月1日は防災の日。当院では防災訓練の実施、災害派遣医療チームの保有、栄養課での食料備蓄など、多方面で災害に備えています。いつおこるかわからない天災、災害への備えについてこの機会にいま一度、考えてみましょう。

【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



新型コロナウイルス感染症 拡大防止に関するお願い

症状の有無にかかわらず院内ではマスクの着用をお願いいたします。

当面の間、出入口を病院正面玄関のみとさせていただきます。受診する患者さんに来院時体温測定を実施しています。尚、待合室の椅子は間隔を空けてお座りください。面会につきましても、引き続きご家族お一人のみ短時間とさせていただきます。

感染予防にご理解・ご協力をお願いいたします。



地震総合訓練を行います

地震発生時の広域災害に備えて、的確な初期活動や傷病者の受入などを病院全体で実施いたします。院内放送等でご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



日 時：9月18日(金) 17:30~18:15

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の皆様へ ～ハローワーク浜松による就職支援のご案内～

患者さんの悩み・不安にハローワーク浜松の就職支援ナビゲーターがアドバイスします！

日 時：9月16日(水) 10:00~12:00

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

電 話：053-439-9046

※事前予約可能です。医療相談室にて予約ください。

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24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：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

がん患者さん等のための 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：10月8日(木) 13:00～16:00
場所：聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室
対象：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

おしゃべり会「じゃがいも」の中止のご連絡

9月24日(木)に開催を予定していたおしゃべり会「じゃがいも」は、昨今の新型コロナウイルスの感染拡大の影響と参加者の皆さまの健康・安全面を第一に考慮し、中止させていただくこととなりました。



10月以降の開催につきましては、後日ご案内いたします。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

人間ドックのご案内 聖隷予防検診センター

お申し込み：

0120-938-375

【予約受付時間】

◆月～金曜日 9:00～16:30
◆土曜日 9:00～12:00

患者さんのための「医学情報プラザ」ご案内

医学や健康に関する書籍、一般書籍合わせて1,000冊を所蔵、インターネットもご利用いただけます。

絵画展のご案内

聖隷厚生園讃栄寮プチ宝石箱展を開催いたします。

期間：9月1日(火)～9月30日(水) ※土日祝日を除く
10:00～16:00

場所：患者さんのための「医学情報プラザ」
どなたでもご覧いただけます。
是非お立ち寄りくださいませ。



みどりちゃんのつぶやき

だんだん秋に近づくと鈴虫の鳴く季節になります。8月中旬から鳴き始め、9月上旬にピークを迎えます。鈴虫は雑木林や川沿いの草むら、石の割れ目やすきまに潜んでいます。あまり姿をみせることはありませんが、夕方の散歩に行く際には少し耳を傾けてみてください。きれいな鳴き声で癒やされますよ。

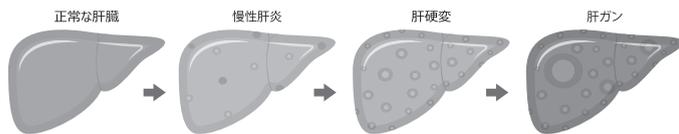


肝臓病は早期発見、 早期治療が大切です

肝臓内科
部長 岡井 研

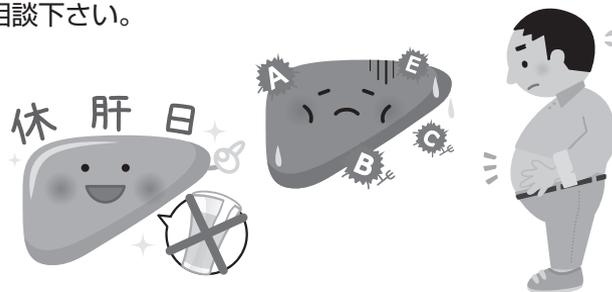
検診やドック、定期検査などで肝機能異常と言われたことはありませんか？「自覚症状がないから大丈夫」と専門的な診察を受けていらっしやらない方もいるのではないのでしょうか。肝臓は沈黙の臓器と言われていきます。慢性の肝障害では進行が緩やかなため、症状が進むまで症状に気がつかないことがあるのです。肝臓で慢性的な炎症が繰り返されると、徐々に肝臓が硬くなり（肝硬変）、日常生活に支障が出たり、肝がんや肝不全といった命に関わる病気になることがあります（肝炎や肝硬変を起こさずに肝がんが生じることもあります）。

肝障害の原因は非常に幅広く、B型肝炎、C型肝炎などの肝炎ウイルスによるものやアルコール、肥満といった生活習慣、薬物や自己免疫の関わる肝障害もあります。そして肝障害はその原因により治療法は全く異なります。特に以前は治療が難しかったウイルス性肝炎



ですが、最近は飲み薬だけで肝炎ウイルスを治療したり、進行を食い止めることができるようになってきました。また検査や治療に関わる助成制度も整備され、安心して治療が受けられるようになっています。

当院は地域肝疾患診療連携拠点病院です。2020年8月より肝臓内科を開設し、肝炎や肝硬変、肝がんの専門的な検査や治療体制を強化しています。肝機能異常を指摘された方、肝臓病がご心配な方はぜひ早めにご相談下さい。





病院で働く人たち

薬剤師



薬を飲めば体調が良くなる。そんな患者さんにとっての"あたりまえ"を支えている職種それが薬剤師です!!患者さん自身の考えを大事にし、「一人一人に合わせた飲み忘れ・間違い対策と指導」や「疑問や質問への丁寧な対応」を心がけています。また、医師への確認、飲み合わせや副作用歴のチェックなど、薬が安全に使用されるよう活動しています。



いいづか みほ
飯塚 美帆

"薬剤師ならではの"を意識して日々奮闘しています。

看護外来のご案内

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)

季節のレシピ

栄養課通信 9月

～夏バテ対策「一杯の味噌汁」～

9月に入ってもまだまだ残暑が厳しい日が続いています。暑い日が続くと身体もだるく食欲がわかず、食べることがおっくうになります。それが続くと栄養不足になり、さらに体力も気力も落ちてしまうという悪循環に陥ります。そのような時には「味噌汁」がおすすめです。味噌は大豆と麹・塩を原料とし、たんぱく質、炭水化物、ビタミン、ミネラル等を豊富に含みます。また発酵させているため酵母や乳酸菌などの栄養素を含み、体内への吸収がしやすいといわれています。今回は簡単にお椀で作る即席味噌汁を紹介します。お椀で作るので1人分だけ、鍋を使うのは少し手間、インスタント味噌汁はちょっと味気ないと感じる人におすすめです。氷を入れて冷たい味噌汁もおすすめです。火を使わないので、夏場はととても助かる1品です。

簡単!旬のレシピ

おすすめメニュー

「味噌汁」をご紹介します

1人分

| | | | |
|----------|--------------|-------|--------|
| 味噌 | ………大さじ1 | 温泉卵 | ………1個 |
| かつお節(粉末) | ……小さじ1/4 | 乾燥ワカメ | ……お好み |
| 熱湯 | ………180~200ml | 葱 | ………お好み |

作り方

- ① お湯を沸かす。
- ② 器に乾燥ワカメ、葱、味噌、かつお節粉末を入れ、熱湯を注ぎ味噌を溶く。最後に温泉卵を入れて完成。

※器が熱くなりますので火傷に注意してください。

★アレンジ★

おすすめ食材

切り干し大根・とろろ昆布・焼き海苔・桜エビ・塩昆布・梅干し・ごま・大葉・みょうが・生姜・佃煮・鮭フレーク・まぐろフレーク・サバ缶・コーン缶・豆腐・天かす など
塩分を多く含む食材を使う時は味噌の量を減らし、味の調整をしてください。