

2022  
年頭のご挨拶



あけましておめでとうございます。

あけましておめでとうございます。

生活が一変し、仕事でもレジャーでも家庭生活でも感染対策が重要になりました。引き続き聖隷沼津病院では感染対策に十分な注意を払ってまいります。マスク着用、手指消毒、体温測定にご協力ください。面会制限も継続中であり患者さんやご家族にはご不便をおかけしています。もうしばらくの辛抱と思います。

当院や聖隷沼津健康診断センター、聖隷訪問看護ステーション千本、看護小規模多機能型居宅介護事業所せいれい緑町を利用している方を優先して駐車できるように駐車場の整備を行い、昨年6月より運用を開始しました。しかし混雑時には駐車に時間のかかる場合もあります。ご迷惑をおかけします。

新型コロナウイルス感染症により、病院受診控え、各種定期健診控え、予防接種控えなどが報道されています。病気の重症化、がん発見の遅れ、各種感染症に対する抵抗力の低下などが予想されます。感染対策をしつつ、体調管理もしっかり行うことが大切です。

今年の干支は壬寅（みずのえとら）とのこと、厳しい冬を超えて芽吹き始め、新しい成長の礎となる意味があるようです。

みなさんにとってよいお年になりますように。

病院長 伊藤 孝

## じゃこ揚げ

和風のドレッシングでサッパリと召し上がれます



1人分  
210  
kcal

食塩相当量：0.7g

### 材料(4人分)

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 木綿豆腐……1丁(500g) | 揚げ油           |
| 片栗粉………20g      | 大葉………4枚       |
| 鶏全卵………1個(50g)  | レモン………1個      |
| チリメンジャコ……20g   | 和風ドレッシング……40g |
| 花かつお節………4g     |               |

### 作り方

- 木綿豆腐は、クッキングペーパーなどで水気をきる。
- チリメンジャコと花かつお節を混ぜ合わせる。
- 木綿豆腐に片栗粉→卵→チリメンジャコ+花かつお節の順にまぶし、175℃の油で表面がカリッとなるまで揚げる。
- お皿に大葉とくし切りにしたレモンをそえ、③を盛り、和風ドレッシングをかける。

Point① チリメンジャコのカリカリと豆腐の柔らかさがマッチした食感です。

Point② 和風ドレッシングの他に、さっぱりと醤油と酢を合わせたものや青じそドレッシングがおすすめです。

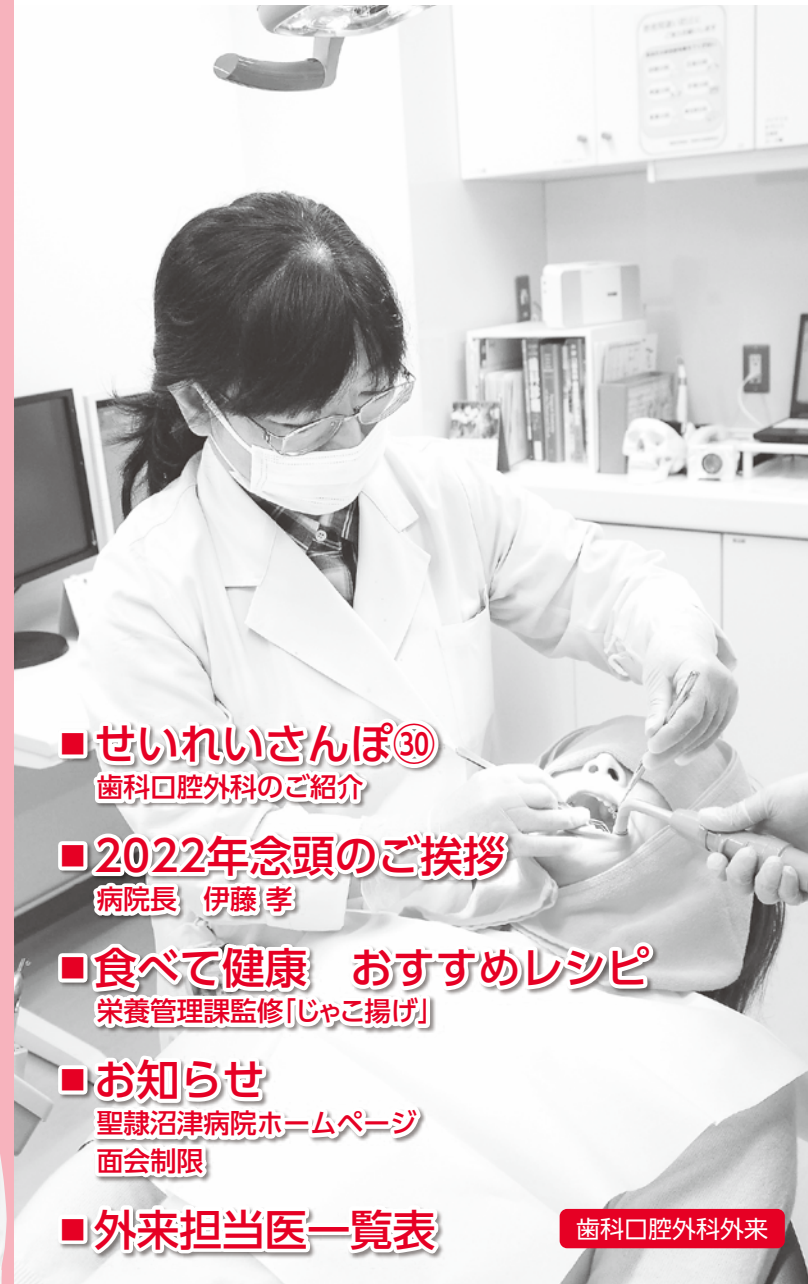
栄養管理課 調理師 薬膳マイスター 菅野 翔太郎

豆腐は涼性(体を冷やす性質)があるので、体を温める効果のあるしそとは互いを補い合えるので、相性が良いです。



# Numazu

せいれい通信



■せいれいさんぽ③⑩  
歯科口腔外科のご紹介

■2022年念頭のご挨拶  
病院長 伊藤 孝

■食べて健康 おすすめレシピ  
栄養管理課監修「じゃこ揚げ」

■お知らせ  
聖隷沼津病院ホームページ  
面会制限

■外来担当医一覧表

歯科口腔外科外来



TEL.055-952-1000  
FAX.055-952-1001  
〒410-8555 沼津市本字松下七反田902-6  
http://www.seirei.or.jp/numazu-hp/



## 歯科口腔外科



### スタッフ紹介

部長 山口 万枝  
医長 田中 里枝  
歯科衛生士 小山 清実  
歯科衛生士 柿田 知子

### 診療内容・特色

歯科口腔外科は、一般歯科治療(齲蝕治療や歯槽膿漏治療)では治療が難しい疾患の診療を行っています。血液さらさらの薬を内服中で出血しやすい方の抜歯や、口腔粘膜や顎骨内のできものを切除、摘出を行っています。また、転倒、打撲などによる、口腔内の傷や、顎骨骨折、歯の脱臼などを治療します。

最近では、骨粗鬆症の治療薬を内服中に、歯槽膿漏や抜歯後に骨髄炎を起こすことがあり(骨吸収抑制薬関連顎骨壊死)、洗浄などの保存的治療を行うことが増えてきました。

### 2020年度 診療実績

外来受診患者数  
8,619人

入院患者数  
971人

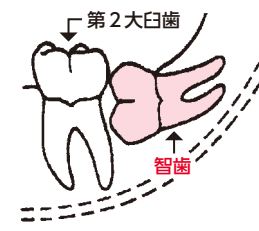
手術件数  
194件

### PICK UP 「親知らずについて」

親知らずは、知恵が付く頃に生えてくるからか<sup>ちし</sup>智歯と言います(英語でも知恵の歯wisdom toothといいます)。現代人は顎が小さくなっているためか、智歯が生えるスペースがなく、智歯が隣の歯(第2大臼歯、12才臼歯と言われています)にぶつかったり、歯みがきが難しく、う蝕になりやすかったりします。

智歯だけでなく、隣の第2大臼歯がう蝕になってしまうのは困りますので、智歯を抜歯して、奥歯の歯みがきをやすくして、自分の歯を長持ちさせるようにしましょう。

抜歯は、局所麻酔で行うことが多いのですが、骨に深くもぐっている智歯や嘔吐反射などがあり抜歯が難しい場合は、入院して頂き全身麻酔下で抜歯を行うこともあります。



(文責：歯科口腔外科 山口万枝)

外来担当日 裏面「外来医師担当表」をご参照ください。