

かすみがうら

第137号

<毎月1日発行>

■発行所■

霞ヶ浦医療センター

かすみがうら編集局

〒300-8585

土浦市下高津2-7-14

Tel 029-822-5050

Fax 029-824-0494

E-mail & Web Site

kasumi@kasumi.hosp.go.jp

http://kasumi-hosp.jp/

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとう
ございます。

平成26年の初頭にあたり旧年中のご厚情に感謝申し上げますとともに、新年のご挨拶を申し上げます。昨年4月に現在の西田正人名誉院長より院長職を引き継ぎ、微力ながら地域に信頼されるいいいな医療の実践を目指して職員一同努力して参りました。今年も筑波大学の土浦市地域臨床教育ステーションが当院内に開設されて3年目に入ります。地域住民、土浦市行政、近隣医療機関および筑波大学からの多大なるご支援をいただき、入院患者数および外来患者数は年々増加し、近隣医療機関からの紹介患者数も増加しております。



また、筑波大学附属病院などの患者さんや医療者の交流が多くなり、土浦つくば間の人事交流にも一役買っているものと思われま。平成23年以降、循環器内科、呼吸器内科、総合診療科、整形外科、耳鼻科、形成外科、病理診断科など新たに常勤医が赴任しました。設備面では平成25年度までに放射線大型医療機器などを最新式に更新し、オーダリングシステムを導入、さらに院内の病棟改修を行いました。病院の外観は従来通りですが、ソフト面とハード面の院内整備を行うことで当院は急性期型総合病院としての機能を回復してきております。

しかし、夜間休日の時間外緊急手術の対応などは、役割分担として高度医療機関へお願いすることがあります。外来待ち時間などは患者数増加に伴い、逆に皆様にご迷惑をおかけする場合がありますが、職員一同改善に努めて参りたいと思



整形外科初診予約についてご案内 診療予約センター

整形外科では、なるべくお待たせする時間が短くなるように、予約制で外来診療を行っています。予約患者様が優先となりますので、当日、予約なしで来られる患者様には長くお待ちせざる可能性があります。このため、整形外科では待ち時間軽減のために、初診の方でも予約をお取りすることと致しました。以下にご案内いたします。

●紹介状をお持ちで、初診で診察希望の方は、診療予約センター(029・826・7559)にて、ご予約を承ります。

●紹介状をお持ちでなく、初診で診察希望の方は、診療予約センター(029・826・6471)(12:30~16:00)にてご予約を承ります。なお、紹介状をお持ちでない方には、選定療養費¥3,150が加算されることになっておりますのでご了承ください。

今月の一品料理 栄養管理室 【帆立フライ】



エネルギー 1人前 310kcal

材料(4人分)

- ・帆立貝 8粒(大きめ)
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々
- ・揚げ油 適量
- ・フリルレタス 60g

【衣】

- ・小麦粉 大きじ2杯
- ・溶き卵 1個分
- ・パン粉 1カップ
- ・パセリみじん切り 大きじ2杯

【トマトソース】

- ・トマト缶(ダイス) 1缶(400g)
- ・にんにく 2かけ
- ・玉ねぎ 中1個(約100g)
- ・オリーブオイル 大きじ3杯
- ・塩 小じ1/2杯
- ・砂糖 小じ1杯
- ・コンソメ 4g(1個)
- ・バジル 小じ1杯
- ・オレガノ 小じ1/2杯

作り方
【トマトソース】

- ① にんにくと玉ねぎはみじん切りにする。
- ② 鍋にオリーブオイルとにんに

- ③ くを入れ、弱火で焦がさないように香りが立つまで炒める。
- ④ ②に玉ねぎを加え、焦がさないよう玉ねぎが透き通る感じになるまで炒める。
- ⑤ トマト缶を加え、攪拌しながら5分程火を加える。
- ⑥ (トマト缶がダイスでない場合は、固形部分を粗みじんに切ってから使用する。)
- ⑦ コンソメを加え、十分溶けたら塩、砂糖、バジル、オレガノを加える。
- ⑧ 更に弱火で10分程煮詰める。

【帆立フライ】

- ① 帆立貝はキッチンペーパーで水気をふきとり、両面に軽く塩こしょうして5分ほど置く。
- ② パン粉とパセリみじん切りを均一になるよう混ぜ合わせる。
- ③ ビニール袋に小麦粉と①の帆立貝を入れ、帆立貝にまんべんなく小麦粉をつける。
- ④ ③を溶き卵にくぐらせ、②のパン粉をしっかりとつける。
- ⑤ 170℃の揚げ油で、きつね色になるまで揚げる。
- ⑥ 皿にトマトソースを敷き、その上に帆立フライを盛り付けフリルレタスを添える。

帆立貝の旬は12月〜5月頃と言われているが、通年食べることができる食材です。帆立貝の特徴は、含硫アミノ酸の一種であるタウリンを豊富に含むことです。タウリンは胆汁酸の分泌や肝細胞の再生を促進したきがあります。胆汁酸の分泌を促進することで、コレステロールを減少させる効果があるため、動脈硬化を予防することも期待されて

います。また、アルコールの代謝を促進する働きがあり、アルコールによる肝臓への負担を軽くすると言われています。さらに、目の網膜に存在し、網膜を守ることや、目の新陳代謝を促進し、角膜の修復を助ける働きがあるとされています。

ご紹介したトマトソースは、ピザやパスタにも使え、応用が出来ます。帆立フライの衣にグリーンをあしらひ、いつもと少し違った盛りつけをして、ちよつとおしゃれにした帆立フライを召し上がってみてはいかがでしょうか。是非お試しください。

栄養管理室では、患者さまの個人栄養相談を行っております。個々の病状にあったお食事のアドバイスをさせて頂いております。ご希望のある方は主治医にご相談ください。

盗難事件発生!!

12月16日に当院の東5階病棟にて、入院患者さんの手荷物が盗難される事件が発生しました。犯人は患者さんが放射線科へ行っている間に病室へ侵入し、手荷物を盗んだ模様です。しかしその一部を同室患者の下田善朗さんが目撃しており、不審に思った下田さんが病棟職員にすぐ通報して下さいました。犯人が院外へ出たのが11時15分頃。この目撃情報が11時20分頃に病院事務に伝えられ、直ちに捜索が開始されました。この時犯人は11時30分出発のバスに乗って待っていました。盗難の連絡が事務に来た時、看護師と医事専門職が病棟へ事

実関係の確認へ行きました。そして医事職員の長尾が外へ出たところに、リハビリ職員の大山が病棟から降りて来て、伝え聞いた犯人の容姿について詳しく教えました。二人が周辺を捜索中に、バスの中で容姿のよく似た容疑者を見かけました。しかし、確証はないため、長尾はバスの運転手に事情を説明し、発車を遅らせてもらいました。すると容疑者はしびれをさらしてバスを降り、COCOストアの方に向かう坂を下りて行きました。

それを長尾が追いかけて、盗難のことを話して手荷物検査をさせてほしいと話したところ、容疑者はさらに走り出しました。そこで長尾は坂の下で取り押さえようとした。だが一人では危ない!そこに看護師の田村、リハビリの大山が次々に駆けつけて、長尾を助けました。最後に、同室患者の下田さんは職員達が院外で容疑者を引き留めた際に、わざわざ坂の下まで来て犯人の容姿の面割れに協力して下さいました。下田さんのご確認があったおかげで長尾らは確信を持って警察へ通報でき、駆けつけた警察官が手荷物検査を強制したところ、盗難物が出てきて、無事犯人逮捕となりました。大活躍した長尾職員には、後日警察から表彰状が送られました。また、貴重な目撃情報を提供してくださった患者の下田さん、犯人確保に協力したリハビリの大山、看護師の田村には、当院長から感謝状と記念品が贈られました。皆さん、本当にお疲れ様でした。このような盗難事件がまたおきないように、病院と

海軍病院時代の思い出 その1

しましても十分に気をつけてまいるりますが、患者さんにおかれましては、貴重品の管理には充分お気を付け下さいますようお願いいたします。

当院は元霞ヶ浦海軍病院であります。我々現在の職員達にとつて、今から70年近く前の海軍病院時代のことはほとんど知られていませんでした。しかし幸いなことに、昨年12月に、海軍病院に勤務しておられた元職員の方をお招きして座談会をする機会を得ることができました。そのお方おっしゃるには、以前は霞ヶ浦海軍病院の職員達の間窓会があったそうです。しかし皆さんが高齢になって、会の参加者が減ったため、平成15年に会を解散され、その時に思い出文集を作られたとのことでした。

この度、その方のご厚意により、文集を頂戴いたしました。拝読しますと、戦争中に若者たちがこの病院で傷病兵の治療や厳しい訓練に明け暮れ、窮乏生活の中でも楽しみを見つけ、青春時代を送っておられた様子が伝わってきました。今と変わらぬところは、貴重な体験談だと思われまますので、今月号からその一部をご紹介しますと思います。なおご本人に転載のご了解をいただいておりますので、お名前は伏せさせていただきます。東京都中央区 Y様 昭和17年6月、福島日赤より招集を受け、婦長・先輩9名とクラスメート11人で、霞病勤務と

なりました。当時は定看と茨城とドッジボールやピンポン、将棋などをして、勝った負けたと本気に遊んだりしました。そんな患者さんの退院は、見送りに全員で「帽振れ〜」(注3)と手を振って送ります。元気に退院する姿に、私達も後から行きますよと心で言っていました。昭和19年6月、日赤より転勤命令が来て、マニラの陸軍病院に出発しました。

老人になった今、霞病時代を思い起こすと心から元氣を取り戻します。注1 海軍病院では、業務や部署名などが軍艦内と同じように呼称されていた。実際に病院の中に甲板があったわけではない。注2 1943年(昭和18年)10月26日、土浦駅構内で、入換中の貨車が上り本線に進入し、同駅を通過した上り貨物列車と衝突。貨物列車は脱線して下り

本線を支障し、下り普通列車と衝突した。普通列車の客車4両が脱線転覆、そのうち1両が傷した。注3 艦艇の出航時(特に長期)をはじめ、退官や転勤など、(部隊や港を)去って行く者に対する礼式の一つである。「帽振れ〜」の号令によって右手で帽子の鏢を持って脱帽した後、頭上で時計回りに3回、肘を曲げずに腕をゆつくりと、かつ円滑に回す(帽子を振る)。

「長寿を科学する」呼吸器内科 石井 幸雄 誰でも健康に長生きしたい

<インフォメーション>

○電話予約の受付時間 (診療予約センターより)

電話番号 029-826-6471 (直通)
受付時間 平日 12時30分~16時まで

○MR I 検査予約について (放射線科より)

当院では、MR I 検査を土、日曜日の午後実施することができます。ご希望の方は、主治医にご相談ください。

○禁煙外来のご案内 (呼吸器科より)

受付時間 水曜日: 13:30~ (完全予約制)
担当 呼吸器科医師 菊池 教大
費用 1クール通院5回 保険適応 (要件有り)
3割負担で合計6,500円程度
※初診の場合 (紹介状がない場合は、別に3,150円掛かります)

「公開市民講座のお知らせ」
会場/地域医療研修センター 講堂
日時/1月31日 午後3時~
誰でも健康に長生きしたい
「長寿を科学する」呼吸器内科 石井 幸雄

☆糖尿病教室(第2、5金曜日) 午後3時~ 第4会議室
10日『食事療法、3日坊主を卒業しよう!』 管理栄養士
17日『糖尿病とくすり』 薬剤師
24日『糖尿病とは:原因・症状・合併症など』 内科医師
31日『妊娠と糖尿病』 産婦人科医師

☆その薄味は減塩になっていく?!一度、味覚を確かめてみませんか? 管理栄養士

※予約の必要はありません。お気軽にお越しください。