

みついい便い 第13号



玉野三井病院 岡山県玉野市玉3-2-1

TEL: 0863-31-4187 FAX: 0863-23-2084
URL: <http://www.harenet.ne.jp/tamano-mitsui-hp/>
E-mail: mitsuhip@mes.co.jp

発行平成17年5月1日

玉野市基本健康診査のお知らせ



70歳以上の基本健康診査実施については、**心臓病、脳卒中等、循環器疾患及び肝疾患**など早期に発見し、栄養や運動などの生活指導や適切な治療に結びつけることにより予防することを目的としております。実施期間が**5/2～6/30**までの**2ヶ月間**で受診者個人負担は**無料**です。

受診手続きとしては、予約希望の方は、**主治医診察日に予約**をし、来院時**健康手帳・健康診査票持参**で**空腹**での来院になります。当日お薬は服用いただいて結構ですが、**糖尿病のお薬**を服用されてる方は検査日には**ご遠慮**ください。

新入社員紹介

当院に新しく仲間入りしました。よろしくお願いたします。

南病棟
看護師
萱 初子

受付
医療事務
石原 慶美

内科病棟
看護師
難波 美加



健康教室で待っています！

内科医長 藤原 隆行



目には青葉山ほととぎすはつ松魚
目に耳に、そして味わいに清涼を感じる好しい季節となりました。
只今玉野三井病院では下記の要領で健康教室を開催しています。

場 所 4階会議室
日 時 毎週水曜日 午後3時より
参加費 無料

戦後生活の欧米化が急速に進み、食生活においても高脂肪化が著しくなっています。加えて飲酒・喫煙・加齢・過度のストレス・運動不足などがあいまって、知らず知らずのうちに生活習慣病を発症し、健康診断などで指摘されることも多くなっています。生活習慣病自体には、自覚症状がほとんど認められないため、ついつい放っておいてしまいがちですが、内臓脂肪の増加や糖処理能力の低下は、動脈硬化・脳卒中・心筋梗塞・癌などといった成人病の大きな原因となることが知られています。

我々スタッフはみなさんと共に、健康にまつわるお話をしていきたいと思っています。アットホームな雰囲気の中で、普段気になっている疑問や質問など、どうぞお気軽におたずね下さい。又、各担当者による講演も予定しています。講演内容のリクエストがございましたら各スタッフまで、ご遠慮なくお知らせください。

スタッフ一同皆様のご参加を心よりお待ちしております。

臨床検査技師 高津 検査データはあなたの身体の状態を写し出す鏡です。数字の持つ意味がわかれば、もっと自分自身のことがよくわかります。一緒に考えてみましょう。

看護師 細川 今の生活を見直して一緒に学びましょう。

看護師 吉田 フットケアについて一緒に学びましょう。

看護師 延本 一緒に勉強しませんか。

薬剤師 才野 肩の力をぬいて、元気で長生きするコツについて学びましょう。

薬剤師 磯谷 生活習慣病(特に糖尿病)について疑問点や難しい部分をわかりやすく説明させていただきます。皆様も是非健康教室へご参加ください。

管理栄養士 大山 コントロールの基本は食事です。あなたに出来る食生活を見直してみませんか。

事務所 谷口 あなたも、みんなと一緒に自分の健康について考えてみませんか。



電動ベッド導入

当院病棟ベッドはすべて電動ベッドになりました（整形病棟の一部を除く）。今回導入したものは低床ベッドで特に高齢患者様の上がり降りが楽に出来、転倒防止にもなるなど患者様にやさしい環境を提供しています



MR I 撮影件数 10,000 件突破

放射線科医長 吉村 孝一 放射線技師 武田 典之

平成 11 年 5 月の MRI 導入から 6 年が経過し、検査数も 1 万件を超えました。

MRI 検査を受けたことのある方はおわかりになると思いますが、騒音と長い検査時間（30 分～1 時間）は、この検査の欠点であり多少の苦痛を伴うこともあります。しかし、電離放射線被曝が無い事や、他の画像診断装置では得がたい高組織分解能は、脳、脊髄、関節や軟部組織の損傷、炎症、腫瘍性病変の描出を可能にし、患者さんにとってメリットのある検査だと言えます。

具体的には、急性期の脳梗塞の有無、椎間板ヘルニアなどによる脊髄圧迫に関する情報や関節内外の靭帯、半月板など関節支持組織の損傷などの評価には特に有効です。

また、造影剤を使用することなく脳血管、胆管や膵管の描出が可能な事もこの装置の特徴と言えます。

当院では、平成 15 年 2 月にマルチスライス CT を導入し、検査の幅も広がっていますが、MRI の有用性は変わることなく、年々検査数も増加し、今では欠くことのできない重要な検査の 1 つとなっています。



MR I / 東芝製 VISART 1.5 テスラ

当院の“春”メニュー紹介!

管理栄養士

大山 和子

海老カツ(変りシューマイ・ニラ入り卵蒸し・茹でキャベツ)

菜の花と貝パスタのサラダ、若竹汁、漬物

栄養量(1人分) エネルギー844Kcal・蛋白質 34.7g・脂質 25.0g・塩分 4.0g

材料(1人分)

海老カツ		菜の花と貝パスタのサラダ		若竹汁	
芝海老	50g	菜の花	20g	タケノコ	15g
卵白	10g	シェルマカロニ	5g	生ワカメ	20g
片栗粉	3g	キュウリ	30g	みつ葉	3g
食塩	0.3g	ニンジン	5g	薄口醤油	5.9g
小麦粉	4g	コーン缶	5g	だし	120g
パン粉	12g	マヨネーズ	10g		
卵	10g				
大豆油	12g				
わさびのドレッシング	10g				
<small>(わさびと玉ねぎのクリーミドレッシング)</small>					

付け合せ

茹で野菜	35g
<small>(キャベツとニンジン)</small>	
変りシューマイ	20g
<small>(鶏肉、タケノコ、椎茸など具が多く入っています)</small>	
卵蒸し	40g
<small>(ニラを入れてニラ玉風に仕上げています)</small>	

海老カツの作り方

- ① 新鮮な海老の皮をむき、海老のぷりぷり感を少し残す程度にフードプロセッサーにかける。
- ② 中に卵白、片栗粉、食塩を混ぜ込んで、形を整える。
- ③ ②に小麦粉、卵、パン粉をつけて、揚げ油で揚げる。

ソースはお好みですが、今回はクリーミーなドレッシングにさらし玉ねぎとわさびをピリッと効かせたのを添えてみました。



患者様の権利について

私たちは患者様の権利を尊重し、信頼関係を築き患者様中心のあたたかい医療の実践に努めます。

1. 患者様の意思を尊重し満足される医療を提供いたします。
2. 治療の説明を受け、選択や拒否ができるように致します。
3. プライバシーを尊重いたします。

病院理念

- 1 21 世紀における最も大切な人間の生活の質を向上させる医療を分担する。
- 2 患者様に優しい医療、インフォームドコンセントを重視した医療を提供する。
- 3 全職員が医療人としての使命感と誇りを持った医療を心掛ける。