



財団法人 倉敷中央病院

倉敷リバーサイド病院



ふれあい



● 2008 ● Vol.17 ●



表紙によせて

♪お食事の準備が出来ました♪栄養治療室スタッフは医師・室長・管理栄養士・調理師（給食委託会社）で構成されています。栄養管理や食の安全を守りながら、1日3回365日患者さまへのお食事を提供させていただいております。ご入院中のお食事は治療であり（普通食、肝臓病食、糖尿病食等）、月に2回の行事食（お花見弁当・行楽弁当・祭り寿司等）は楽しみのひとつにされている方も多く、患者様の声を聞きながら、「一人ひとりに喜んで頂けるようなお食事」を目標にしております。ご退院の時「食事がおいしかった」と言って頂く事が、私達の喜びであり、励みにもなっています。また、外来やご入院中の患者さまやご家族に、医師の指示に基づく「栄養相談」や、糖尿病教室（1回/月）を行っておりますので是非ご利用下さい。

栄養治療室 小川 裕子

理念と基本方針

- <理念> 私たちは医療の担い手としての責務を自覚し研鑽を重ね、「人と人とのふれあい」を大切に、地域の住民の皆様に一層の信頼を得られる医療を提供し地域社会に貢献します。
- <基本方針>
1. 患者様の立場を尊重し、納得と同意に基づく医療を実行します。
 2. 医療技術と知識の習得に努め、良質で安全な医療を提供出来るよう努めます。
 3. 地域の皆様の診療、健康保持・増進に努めます。

5周年を迎えて…

おかげさまで、倉敷リバーサイド病院も今年開院5周年の記念すべき節目を迎えます。これもひとえに皆様方のおかげと感謝しております。

当院は昨年、日本医療機能評価機構の発行する認定証（バージョン5）の更新審査をうけ合格する事が出来ました。病院機能評価とは中立的第3者機関である(財)日本医療機能評価機構が学術的、体系的審査で、病院の問題点の改善に努め成果を上げている病院に認定証を発行するものです。我々はこの認定証を取る事が、とりもなおさず倉敷リバーサイド病院が患者さんに選んで頂ける病院である必須条件の一つと考えております。



院長 島村 淳之輔

今年1月から新しい会計システムが稼働を始めています。新しいシステムでは患者番号も倉敷中央病院と同じ8桁になり、受診カードも倉敷中央病院、倉敷イオン診療所、当院間で共通に使えるようになり、カルテも新しくなります。また、検査室、薬局のシステムも新しくなり、検査関係では従来より結果が出るのが速くなり、細菌培養検査等一部の検査は倉敷中央病院のオートメーションシステムで行われるようになります。これにより以前よりも幅広い感受性検査が出来るようになります。薬局に関しては薬袋に内容薬名が印字されるようになり、以前より薬をお渡しする待ち時間が短くなります。

昨年末、内視鏡検査室に径約6mmの上部消化管用汎用ビデオスコープが入りました。従来の内視鏡径約1cmの半分の細さで、今まで上部消化管内視鏡検査で嘔吐反射が強く、検査が難しかった方には朗報だと思います。また、放射線検査室に多目的オールデジタルX線TV装置が入りました。色んな方向からレントゲン撮影が出来るようになり、多目的検査が可能で、楽に速く、レントゲン線も少なく検査が出来るようになりました。

病院を発展させるためにはハードウェアと共に、ソフトウェアの充実も大切です。今年1月から内科医、2月から整形外科医が新しく就任しています。当院では70歳以上の方の入院が60%以上を占めており、高齢者入院が多く、看護が医療の中でより重要な部分を占めています。この点からも看護スタッフの充実が重要であり、これが今年の重点課題の一つと考えています。

病気を診るだけでなく全人医療を行う事を目標にスタッフ一同頑張っていきたいと思っています。最後になりましたが、皆様のご健康をお祈りすると共に、今後とも倉敷リバーサイド病院をよろしく願いいたします。

新任 Dr. 紹介

平成20年 1月1日付で 藤田先生 が内科に着任。

今回は内科の藤田先生にご登場いただきました。自称、とっつきにくく見えるでしょうとおっしゃる藤田先生をご紹介します。ふれあい隊はおそろおそろインタビューしてみます・・・(ドキドキ)

ふれあい隊：まずは先生の自己紹介をお願い致します (ハ。ハ)
先生のお生まれは？

藤田先生：玉島出身です。小学校からの学校はすべて玉島で、その近辺で育ちました。

ふれあい隊：まあ、玉島ですと幼少期を過ごされたんですか？

藤田先生：そうですね、中高一貫の学校も金光にあり、家の近くで遊ぶ普通の少年でした。岡山市内に住んでいますので通勤に1時間ぐらいかかります。近道あったら教えてえ～。遠いけどがんばって通ってます。

ふれあい隊：了解しました。(～;) (読者の方、先生に近道おしえてあげてください。)
ところで(ハ〇ハ)当院にこられるまでもずっと先生は岡山ですか？

藤田先生：卒業後、岡山大学付属病院、倉敷中央病院、高松赤十字病院で勤務した後、岡山大学の大学院へ入学して4～5年研究をしました。よ～く考えたら長いこと学生してます

ふれあい隊：先生がお医者さんになったきっかけは？家族構成は？奥様との馴れあいは？

藤田先生：家が医者の家系だったからと言ってしまったら、身もふたもないですが、一応、尊敬する人が、医者だったからといっておきましょか。家族構成は私と妻と子供4人の6人家族で・・・あ、犬も加えると7人(?)の大所帯です。子供は上から6歳、5歳、2歳と昨年7月に生まれた0歳で性別は男、女、男、女です。奥さんとは岡山大学消化器内科の入局が一緒で、3年ぐらい付き合った後ゴールインしました。

ふれあい隊：えっ！子沢山で頑張りましたね。2男2女うまいこと産み分けましたね。長いこと学生や研究やって奥様に苦勞をかけた上に、子育ても4人！経済的にも精神的にもできた奥様ですねえ。この少子化の世の中に貢献してますね。

藤田先生：そうなんですよ、子供4人(ハ〇ハ)／がんばりました！？あ、妻がね。苦勞かけてます。自分で言うのはなんですが、私と正反対(?)でできた奥さんでね～(うなずく)共働きで、頑張ってくれてます。感謝！

ふれあい隊：ところで先生の趣味は？お休みの日には何をなさっておられますか？子供の頃から好きなことは？

藤田先生：大学ではラグビーをしていました。ポジションはフォワードで学生時代はプロテイン飲んで筋トレとかしてたので、今より20キロぐらい大きかったです。その後、ぶよぶよになった後、一念発起してダイエットしました。

ふれあい隊：先生もラグビーですか？当院の新人の先生3名とも大学でラグビーとは驚きです！その割には今の体系は・・・フムフムややブヨブヨになってまいりましたか？ハハ； まだ間に合います。

藤田先生：休みの日は、音楽聞いたり、映画を観たり、ダラダラしてますねえ。ああ、暖かくなると天気の良い日には家族でふらっとキャンプによくでかけています。これからの季節が楽しみです。

ふれあい隊：多人数でのキャンプは楽しいですね。バーベキューをしながら、子供と遊ぶ、いいパパですね。では最後に、当院での先生の抱負をお聞かせ下さい。

藤田先生：大学では、大腸のがん研究をしてました。すぐ臨床に役立つというわけでもないんですが研究生活を通して、病気や治療の表面的な部分だけでなく、ふとその奥を考えると、それまでとは違った見方ができるようになったのではないかと自分では思っています。それが直接患者さんの治療に活かしていければいいなと思っています。

ふれあい隊：なるほど、研究熱心ですね・・・。

藤田先生：無愛想に見えるときがあるとよく言われるんですが、そういったときは考え込んでいるだけであり、そんなに機嫌が悪いわけではないんです。そうならないようにしているんですが・・・

ふれあい隊：だんだんとお話ししていると先生の気さくな性格がよくわかりました。患者さま、近づいてご相談なさってください。とっても知識豊富で真面目でおやさしい先生です。噛みつきません♪怖がらせずにいつもスマイルの先生でいてください。ふれあい隊からのお願いです。
インタビューありがとうございました。



内科 藤田 英行



元気になる餅、美味しかった！



友杉農園の無農薬野菜や袋詰め放題のみかんも大好評でした



先生方のつくおもちも愛情いっぱい、元気でました！



お買い上げありがとうございます



12月15日(土)に毎年恒例の餅つき、ふれあいバザーを開催しました。餅つきが始まるまでは、友杉農園の無農薬野菜やふれあいバザーに人だかりが、そして餅つきが始まれば、そちらに人の波の移動が…たくさんの方々が参加され、今年初めて参加した私は圧倒されてしまいました。『よいしょ、よいしょ』のかけ声と共に、先生方のついた愛情いっぱいのお餅はとても美味しく、息子と共に、おかわりをしました。今ではなかなか食べることがない杵と臼でついたお餅を来年も皆さまも食べに来てください。 健康管理センター 中桐 史佳

ふれあいバザー、野菜市の収益についてのお知らせ

ふれあいバザーや野菜市の収益の一部を歳末たすけあい募金に寄附させていただきました。「歳末たすけあい」の義援金は、共同募金会を通じて、国内の援助を必要とする子どもたちや体の不自由な方々、そして介護を必要とするお年寄り、福祉施設などにおくられます。皆様のご協力ありがとうございました。



我が家のじまん料理

鶏肉は「病人の滋養食」栄養素が豊富に詰まった鶏肉。消化がよく、栄養成分の効果も早く現れる

鶏肉パワー

鶏肉はビタミンB群や亜鉛、セレンなどビタミンやミネラルを豊富に含んでいます。

消化がよく、栄養成分の効果も早く現れることから、昔からアメリカとカナダでは、チキンスープを飲むと風邪がよくなるという言い伝えがあります。

美肌の元となるコラーゲンも豊富！

世界三大美女の1人「楊貴妃(中国)」も、手羽先を煮込んだ料理を好んで食べていたと言われています。皮膚以外(目の角膜、関節など)にも多く存在し、「美肌」効果だけでなく「白内障」や「老眼」、「関節痛」などの予防にも効果があるといわれています。

「冷え性」や「怪我の修復」などにも効果！

人間には不可欠な栄養素たんぱく質。牛肉や豚肉にも含まれていますが、同量の脂肪分が含まれているのも事実。それに比べて肉と脂肪が分離されている鶏肉は、脂を簡単に取り除き「たんぱく質」のみを摂取することが可能です。

鶏肉の栄養素《メチオニン》はサケの飲みすぎや過食からなる「脂肪肝」を予防。「二日酔い」の解消にも！

メチオニンが不足すると、血管内にコレステロールが沈着することで起こる「動脈硬化」や、それに付随した「心臓病(狭心症、心筋梗塞etc)」や「脳梗塞」を引き起こす可能性も…。



レシピ 鶏団子のお手軽ポトフ

材料 (2人分) 鶏ひき肉80g、大和芋15g、にんじん20g、うずらの卵1個、酒・薄口しょうゆ各小さじ1、おろししょうが小さじ1/2、長ねぎ小さじ1
スープ 【水2カップ、顆粒スープの素小1、塩・こしょう少々】
かぶ1個、アスパラガス2本、キャベツ1/6個、トマト

作り方

- (1)ボウルに鶏ひき肉とすりおろした大和芋、みじん切りのにんじん、うずらの卵、酒、しょうゆ、しょうが、長ねぎを入れ、なめらかになるように混ぜ合わせる。
- (2)スープの材料を鍋に入れて煮立ったら、(1)を団子にしてゆで上げ、スープはアクを取り温めておく。
- (3)くし形に切ったかぶ、3等分に切ったアスパラガス、キャベツを、スープで煮ます。
- (4)(3)と鶏団子、湯むきしたトマトを皿に盛り、スープをかけます。

総務・管理 宇渡 仲子



ますますきれいに、なれますよ♪



話を聞き終えて「お父さん禁煙するといいのに…」の声も



禁煙教室行いました



平成19年12月4日(火)、病院内で禁煙への意欲を高めていただくための教室を開催しました。今回の参加は喫煙者や家族が喫煙するから参加など20名でした。

話の内容の中で印象的だったのは中国で起こったタバコの犠牲者の悲しい実話でした。中国の子供のお話で「肺がんで死んでしまったホワンホワンちゃん」。1歳のときに大人が泣き止まない子供に面白がってタバコを吸わせたなら泣き止んだことから始まり、若いときに吸ったため、害が大きくニコチン依存症になり、タバコが止められないまま、5歳で幼い命を失ったとのことでした。

健康に興味を持つ私はこのような実話を話して皆の禁煙を広めていこうと思いました。

この禁煙教室に参加して、教室での話を周りから聞いて、やめられそうな気がしてきたという声も聞かれました。

総務・管理 山崎 博史

禁煙するとこんなにいいことがあります

・ガン予防

タバコに含有されているタールなどの物質には、多数、発ガン物質が含まれています。喫煙を行うと、体内にこれらの物質が入ってゆきます。そして蓄積されたタールは発ガン物質を含んだまま肺にたまってゆきます。喫煙者の肺は常時、ガンへの驚異に犯されているという訳です。



・肌がきれいになる

喫煙を続けていると血液の流れが悪くなります。血流が悪くなれば代謝機能も低下します。従って肌の代謝能力も低下します。そして、肌の機能は正常さを失うため、吹き出物やカサつき感が出てきたりします。禁煙治療を行わず、煙草を吸い続ける女性はとくに、吸わない女性より肌の老化が加速するとも。美肌効果として利用されるビタミンCも、喫煙をすることにより消費量が増えます。



・血液がサラサラになる

タバコにはタール以外にニコチンも含まれています。ヘビースモーカーである人のことを俗に「ニコチン中毒」と表現される場合もあります。禁煙治療を行わずタバコを吸い続け、血管内の血液の流れが悪くなった場合、どのような障害をもたらすかは、動脈硬化や心疾患など、生活習慣病に関する項目が目につきます。体にとって、プラスになることはあまりありません。生活習慣病などを誘発する原因の中に、喫煙は含まれています。そういった悪い習慣を断ち切るだけでなく、血液中の一酸化炭素の数値が正常になることで心肺機能の回復が促進されます。

・食べ物が美味しくなる

禁煙治療をした人がよく「食べ物が美味しく感じられるようになった」などと言うことがあります。タバコの煙には口腔内や舌に対する味覚感覚を麻痺させてしまいます。そのため、禁煙、治療を施すと、味覚が復活し、食べ物に対して味に対する感覚が元に戻ります。

禁煙してみてもいいですか？……

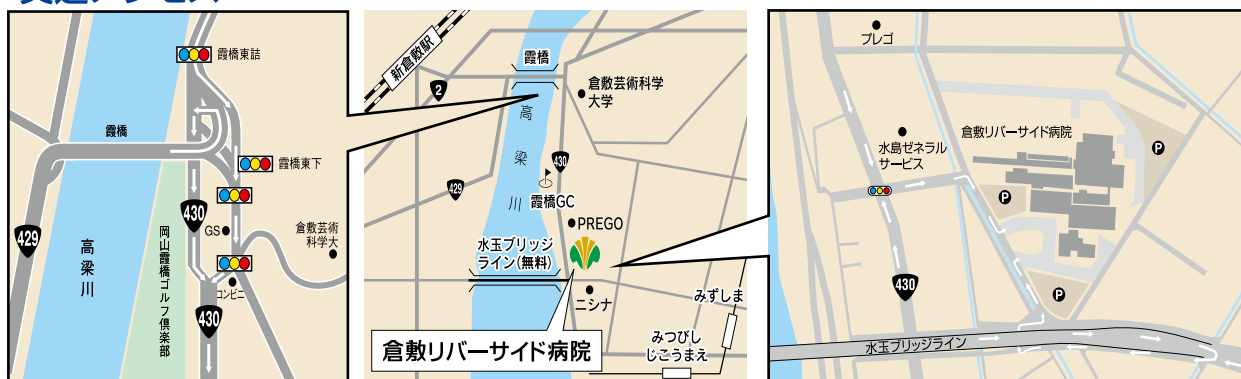


外来診療のご案内

(※診療開始：9時)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	15:30～16:30	○	○	○	○	○	○
	16:30～18:30	○		○		○	
神経内科	8:30～11:30	○	○				○
	15:00～17:00			○		○	
外科	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	15:30～16:30			○	○		
	16:30～18:30			○			
整形外科	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	15:30～16:30			○			
	16:30～18:30			○			
小児科	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	15:30～16:30	○	○	○	○	○	○
	16:30～17:30	○		○		○	
リハビリテーション科	14:30～17:00	○			○	○	
眼科	8:30～11:30			○		○	
耳鼻咽喉科	8:30～11:30						○
	16:30～18:30	○					
歯科	8:30～11:30		○	○	○	○	○
	13:30～16:30	○	○	○	○	○	○
	16:30～18:30					○	

交通アクセス



交通機関をご利用される方へ

両備バス<倉敷リバーサイド病院線>

・倉敷駅～大高～連島～倉敷リバーサイド病院 約30分
 ・倉敷駅～中島～大橋～倉敷リバーサイド病院 約30分
 JRF[新倉敷駅]より、タクシーで約15分。 JRF[倉敷駅]より、タクシーで約25分。

自家用車をご利用される方へ

山陽自動車道「玉島IC」より、約20分。

高梁川より西側の方

- 霞橋を目標にこられる場合
 霞橋を渡って水島方面へ左折、JFE(旧川鉄)鶴の浦団地西側(高梁川堤防の下)の国道430号線を約2km南下して下さい。
- 水玉ブリッジラインを目標にこられる場合
 水玉ブリッジライン水島大橋を渡り、すぐに右折して側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。

高梁川より東側の方

- 霞橋を目標にこられる場合
 429号線(旧2号)を橋の手前で水島方面へ左折、JFE(旧川鉄)鶴の浦団地西側(高梁川堤防の下)の国道430号線を南下して下さい。
- 水玉ブリッジラインを目標にこられる場合
 水玉ブリッジライン水島大橋の手前で左側側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。

患者様の権利について

当院では、患者様との相互理解により医療が行われるよう、患者様の権利を尊重します。

1. 医療を平等に受ける権利があります。
2. 医療を自由に選べる権利があります。
3. 医療の内容を知る権利があります。
4. 診察上知り得た患者様の個人情報には完全に保護されます。

患者様が、私たちと力を合せ、治療に専念され、少しでも早く回復されますよう心よりお祈り申し上げます。

編集後記

荒々しく変わる今日この頃の天気や、地球温暖化の影響に結び付けるには抵抗を感じながらも、ペットボトルのリサイクルには協力しています。(ふれあい隊一号 近藤)

製菓会社のアンケート調査で「花粉症がなくなるなら払ってもよい金額は？」に平均33万円と回答があったそうです。「花粉憎し！」という人がこんなに多いことを実感しました。(ふれあい隊二号 阿河)

最近世間を騒がしている農業に関するできごと。食の安全、真剣に考え勉強してみようと思う今日この頃です。ぎょうざ大～好きなんです。目指せ自給自足の生活、野菜から作ったぎょうざ…できるかしら?早速、土と豚(飼育できるかしら?)を買いに行きます!(ふれあい隊三号 渡部)

財団法人 倉敷中央病院 倉敷リバーサイド病院

〒712-8007 倉敷市鶴の浦2丁目6番11号
 TEL 086-448-1111 FAX 086-448-1251
 URL <http://www.kchnet.or.jp/krh/>
 発行者: 島村 淳之輔
 編集責任者: 松下 忠史

倉敷リバーサイドのホームページアドレス
<http://www.kchnet.or.jp/krh/>
 是非、アクセスして役に立つ情報をGetして下さい。