



財団法人 倉敷中央病院

倉敷リバーサイド病院

ふれあい

● 2009 ● Vol.21



八塔寺村 撮影：河野 宏 名誉院長

世界の旅



澄みきった青空に太陽が輝き、雪がきらめく白銀の世界。とくに1年で最も美しく雪化粧した山々は絶景です。スノーパラダイスとして有名なスイスでは、スキーをはじめスノーボード、ウィンターハイキング、ソリ、クロスカントリー、スノーシューなど、さまざまなウィンターアクティビティが盛ん。スキーヤーは優雅に滑降り、ハイカーは雄大な山並みや静かな森の散策を満喫しています。「スキーを楽しむならばスイス、挑戦的に滑るならばフランス、スキーを習うならばオーストリア」というその筋では有名な言葉があるようだ。海外スキーはカナダのバンフ、ヨーロッパスキーはカナダスキーよりも時間とお金がかかるらしい・・・

2008年7月、人気の絶景ルート「ベルニナ・エクスプレス」の路線で、「グレッシャー・エクスプレス」の一部区間でもあるレーティッシュ鉄道のアルブラ線・ベルニナ線が新しい世界遺産に登録されました。約100年前にアルプスの自然を壊すことなく切り開いた驚異の鉄道技術、そして鉄道とともに守られてきた山里の暮らしや美しい眺望は、今も世界中から訪れる多くの人々を魅了しています。

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」を大切にし、地域の住民のみなさま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. 患者のみなさまの立場を尊重し、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. 地域のみなさまの診療、健康保持・増進に努めます。

新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

倉敷リバーサイド病院も無事6回目の新年を迎えることが出来ました。ひとえに地域の皆様のお陰と感謝しております。

昨年から世界中が100年に1度と言われる大きな経済危機に覆われており、今年は更に厳しい状況になると言われています。経済危機は各方面に影響を及ぼしており、水島の地域医療にも影響が出て来ています。



院長 島村 淳之輔

昨年から倉敷リバーサイド病院の次の5年間の目標として次期中長期計画を作ってきました。次期中長期計画では、

1. 病院医療機能の向上
2. 医療の質の確保
3. 説明ある安心な医療の実践
4. 人材確保と育成
5. 病診（病院・診療所）、病病（病院・病院）連携の強化
6. 財務安定性の確保
7. 病院ハードシステムの整備
8. 従業員満足度の向上を挙げています。

本年の計画としては、健診センター、病棟の改修を考えています。健診受診者も年々増加してきて、健診検査の流れもスムーズでなくなって来ています。また、病棟では個室が少なく、個室希望の患者さんに充分対応出来ていません。患者さん、付き添いの方に居心地のよい空間を提供出来るように病棟も改修したいと思っています。全身麻酔手術も年々増加して来ており、多数例の人工関節手術を行っています。さらに本年は、人工関節センターを開設する予定です。また、常勤眼科医の就任も予定されており、白内障手術を始め、眼科手術も当院で再び出来るようになります。

皆様方の2009年のご健康と増々のご発展を祈念して新年のご挨拶とさせていただきます。

Dr.に訊く

「新型インフルエンザ対策の現状」

— 備えあれば憂いなし —



現在流行中のインフルエンザに関しては、その予防、診断、治療に関してほぼ一定の流れができています。今後の課題としては、タミフルの耐性化と新薬の開発、インフルエンザ脳症の病態解明とその対策、さらには注射ワクチンから経鼻ワクチンへの移行等が考えられています。

しかし現在、最も注目されるのは新型インフルエンザがいつ発生するかということと、その対策です。そこで、いくつかの問題点を提示します。



小児科：杉田 真喜雄 副院長

1. 新型インフルエンザは現在「鳥インフルエンザ」として知られているH5N1がもっとも考えられます。おそらく東南アジア～東アジアから発生すると想定されており、日本への航空機や船舶からの侵入を阻止する対策が考えられています。しかし、これだけでは、完全に防御できません。またH5N1ではなく別のH7型のウイルスがパンデミック（世界的大流行）を起こすと予想する研究者もいます。
2. H5N1鳥インフルエンザより作製されたプレパンデミック（流行前）ワクチンがすでに備蓄がすすんでおり、医療関係者等を中心に先行接種する計画がありますが、その有効性は不明であり、副作用等を考慮すると時期早尚であるとする研究者もいます。また新型インフルエンザ発生後に作られるパンデミックワクチンが国民全体に行き渡るのに1年～1年半かかってしまうという問題も残ります。さらにタミフル効果についても不明です。
3. 新型インフルエンザ流行については、日本でも色々なシミュレーションが描かれています。国内では人口の約1/4の3000万人がかかり、約64万人の死亡者ができると推定しています。それに対する具体的な診療体制は各県レベルでは少しずつ進んでいますが、各市町村や地方の病院・診療所レベルでの対策は、非常に遅れているのが現状です。実際にパンデミックが発生すれば、人的被害だけでなく経済的損害も甚大なものになるだろうと予想されます。WHOも厚生労働省も第1～6段階に分けた対策を立てていますが、現実感に乏しいため国民には十分浸透していません。政府機関、マスコミ等によるさらなる啓蒙が必要であるが、当院としても地方の中小病院の立場で啓蒙活動および対策を立てねばならないと思っています。そうしないと日本全体がパニックに陥ってしまいます。個人のレベルでの予防対策は以前から言われているように、マスク着用、うがいや手洗いの励行、電車やバス等の人混みを避けること、不必要な海外旅行をしない等の配慮が必要となります。



今年発生するか10年先に発生するか不明だが**備えあれば憂いなし**である。

予防が大切です



マスクをしよう

手を洗おう



人ごみはさけよう

うがいをしよう

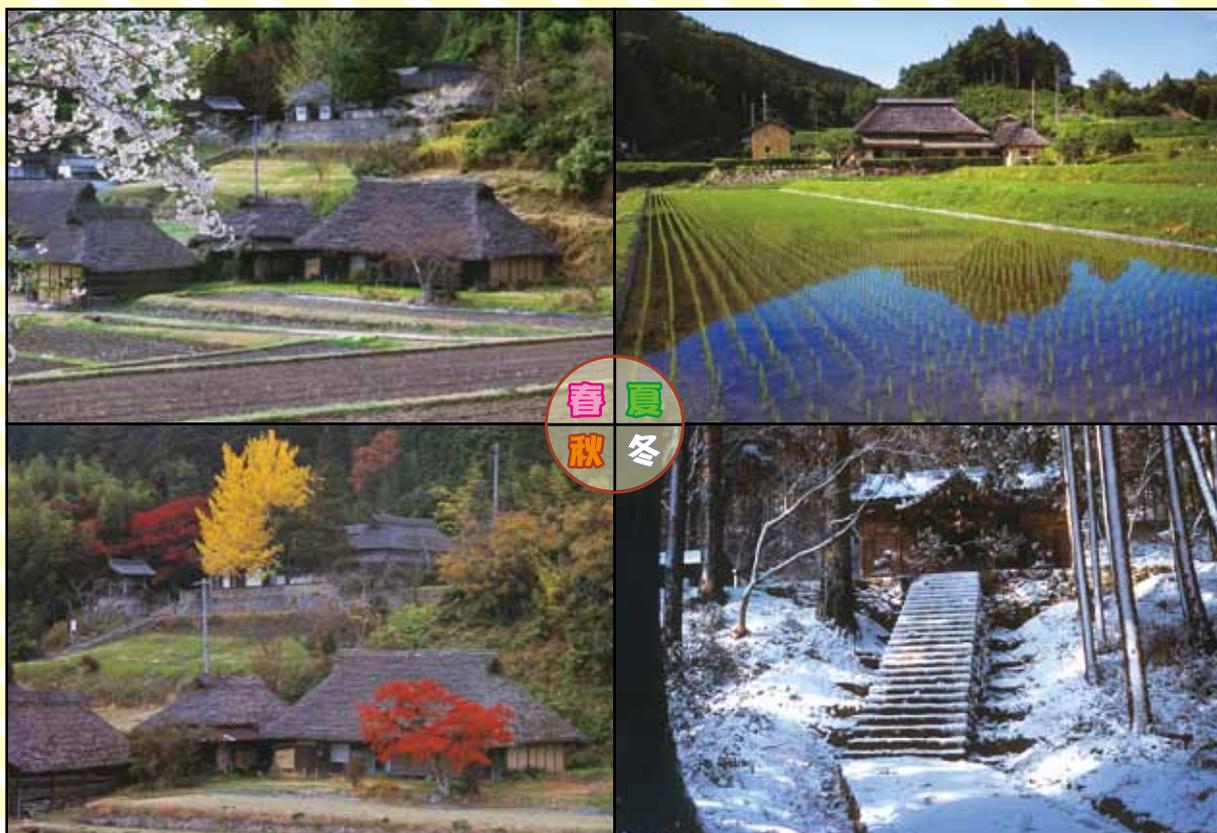


見てみて！ 

ふるさと村憧憬—八塔寺村の四季

河野名譽院長が写真集を出版

古い茅ぶき屋根の家が、過ぎ去った時代への憧憬をいだかせてくれる。八塔寺村の四季折々を切り取った写真集。



写真集の紹介

ふるさと村憧憬—八塔寺村の四季

河野 宏著

岡山市街地から東へ約 30 キロのところ吉永町があり、その町の北東の外れ標高 539 メートルの八塔寺山中腹に日本の原風景ともいえる集落がある。

十数軒の民家と二つの寺、神社、郵便局があり、小さいながらも村の形体をとっている。

この風景に魅せられた著者は、6 年間通い続け、八塔寺村の四季折々の姿を写真におさめてきた。

その膨大なフィルムの中から 51 点を選びまとめた写真集。

山腹の静かなたたずまいは、世の中の流れに逆らいながら存続し、それだけにいっそう魅力を感じさせる。周囲を歩いても 30 分とかからない小さな村落だが、季節をとわず訪れてみたい誘惑にかられる。

♪院内『ふれあいコーナー』、健康管理センターに置いてあります。宜しかったら是非ご覧下さい。



■著者プロフィール

河野 宏(こうの・ひろし)
 国立岩国医療センター、倉敷リバーサイド病院名誉院長
 昭和6年岡山県津山市生まれ
 昭和32年岡山大学医学部卒業
 昭和48年香川大学教授
 昭和62年国立岩国病院(現国立岩国医療センター)院長
 平成9年同定年退官、名誉院長
 川鉄水島病院(現倉敷リバーサイド病院)院長
 平成15年倉敷リバーサイド病院名誉院長、現在に至る

の 広 場

食べてみて〜!

食堂がリニューアルしました!

店名は**軽食・喫茶 リバーサイド**宜しくお願いします。
さらに、新メニューも登場しました。



軽食・喫茶 リバーサイド



新メニュー

メニュー

師長さんお勧めメニュー



美味しいよ

コロッケ定食
(味噌汁・漬物付)

480円



500

ワンコインメニュー



天津飯 (スープ・漬物付)



親子丼 (味噌汁・漬物付)



他にも五目チャーハン、
中華丼などあります。



500円 エビピラフ (スープ・ミニサラダ付)

お待ちしております。

- コーヒー 300円
(お菓子付)
- 紅茶 300円
(お菓子付)
- ホットケーキセット 480円
(コーヒー or 紅茶付)
- ラーメン 380円
- きつねうどん 330円
- 天ぷらうどん 330円
- 焼そば 380円
- カレーうどん 380円
- ざるうどん 380円
(夏季のみ)
- 焼肉定食 580円
- 豚カツ定食 580円
- スパゲティ+ポリタン 450円
- スパゲティ+カルボナーラ 450円
- カレーライス 400円
(サラダ付)
- おにぎりセット 250円
(味噌汁付)
- 野菜サラダ 100円
- カツカレー 580円
(サラダ付)
- 味噌汁 50円
- サービスメニュー 500円
(ミニサラダ付)
- etc...

営業時間：10：00～16：00 オーダーストップ 15：30

『クリスマスコンサート』

柔らかな音色のハンドベルとトーンチャイムで心癒されました



12月6日に第11回ミニコンサートが開催されました。



今回の出演は金光地区の小学生トウインクル☆ベルによるミュージックベルの演奏とシングルズによるフルート、クラリネットの演奏でした。普段あまり聞くことのできない素敵な音色で、曲目もクリスマスの季節にピッタリで幻想的な雰囲気に含まれていました。とても多くの方が参加されており、コンサートが終了したときの笑顔がとても印象的でした。次回のコンサートも今からと

りハビリテーション室 井田 英司

スパイパワー



我が家のじまん料理



スパイスには色々なパワー（作用）があるのをご存じですか？

スパイスの持つ作用には、メジャーなものとして「香り付け」としての役割があり、何かの臭みを消したり、香りを矯正したりする目的で使われたり、「辛味付け」目的での使用、スパイスの使い方としては他とは異質っぽいものとして、黄色くないカレー、黄色くないパエリアが想像できないように着色を目的とする使用方法があります。

そんなスパイスの知られざるパワーについて…

・シナモン

腹痛や風邪などに効果がある万能薬として知られています。また、お腹の中からしっかりと体を温める効果もあります。

・ベイリーフ

すがすがしい香りが特長。肉や魚介類の臭みを消す作用があるので、煮込み料理に使うと料理の味がぐんと引き立ちます。ローレルとも呼ばれています。

・クローブ

料理に香りのアクセントをつけるほか、胃を温める効果あり。

・カルダモン

清涼感のある香りが特長で、体の温度調節を助ける働きがあります。また、リラックス効果や脂肪の燃焼を促す効果もあります。

・クミン

インド料理では基本のスパイスとしてほとんどの料理に使われています。カレーにも欠かせないスパイスのひとつで、まさに「カレーパウダー」の香りです。

・ターメリック

日本名の“うこん”でも馴染み。肝臓の機能を助けます。また、カレーの独特の黄色はターメリックを入れることによって出るものです。



カレー鍋

鍋がおいしい季節。毎年いろいろな鍋が注目され流行となりませんが、今年は断然、カレー鍋がブームの気配♪

材料（10皿分）●豚肉スライス 200g ●ウインナー 8～10本 ●大根10cm ●しいたけ4個 ●シメジ1pac ●まいたけ1pac ●玉ねぎ1/2個 ●キャベツ1/4個 ●小松菜 1/2把 ●焼き豆腐 1丁 ●カレールウ100g ●だし汁(和風)1000ml ●醤油 大4 ●みりん 大4 ●酒 大2 ●乾燥スライスにんにく 5～6枚 ●ローレル 1枚 ●ガラムマサラ 適宜



作り方

- ①大根は皮をむき、5mm厚のイチョウ切りにし、きのこ類は石突きをとってほぐします。玉ねぎ、キャベツ、小松菜、焼き豆腐はそれぞれ食べやすい大きさに切っておきます。
- ②鍋にだし汁、乾燥スライスにんにく、ローレルを入れて沸かし、醤油、みりん、酒を加え、カレールウを溶かしてスープを作ります。
- ③2に豚肉、ウインナー、大根、きのこ類、キャベツ、玉ねぎを入れて火が通るまで煮ます。さらに、焼き豆腐、小松菜を加えて軽く煮込んで完成です！器に取り分けたら、好みでガラムマサラを振ってお召し上がりください。

POINT 取り分けたお皿にガラムマサラやカレー粉を振ると、食欲をそそる香りがぐんと高まり、辛味もプラスされます。辛いのが好きな方は、作り方2の、スライスにんにく<ローレルを加える段階で、赤唐辛子(ホール)を1本一緒に加えるのがおすすめです。

子供も大人も大喜びのお鍋になることうけあいですよ！最後のしめに、ご飯やうどんなどを入れても美味しい！ぜひ一度お試しください。クセになること間違いなしです。

手術室 小椋 恵美



院内で恒例の餅つき&ふれあいバザーを開催しました。



餅つき&ふれあいバザー開催

12月20日(土)にビッグイベントとして開催され、大勢の方でにぎわいました。



参加者には全員無料で餅を振舞って、やわらかくておいしい、つきたてのお餅をお召し上がりいただきました。同時開催された野菜市やふれあいバザーも好評で、60名のスタッフも嬉しい悲鳴を上げました。患者さんや、地元のみなさんの喜ぶ顔が見たい。病院に安心して来ていただきたい。そんな願いに対して、「ありがとう」「ご馳走さま」「美味しかった」「若返った」「楽しかった」など暖かい声援をもらいました。なかには「〇つじゃ足りん」「まだ欲しい」との声も・・・。



ヨイショ!とちびっ子もつきました



年々盛り上がりを見せていますが、もっと多くの皆さんに楽しんでもらおうと、餅のように夢を膨らませています。

臨床検査室 後藤 泰徳



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全部をユニセフに寄附させていただきました。皆様のご協力ありがとうございました。



ユニセフ(国連児童基金)は、全ての子どもたちの権利が守られる世界を実現するために活動する組織です。子どもたちの命を守り健やかに育てる環境を確保することは、世界の発展の基礎になるものだと信じ、ユニセフは、こうした考えに基づき、様々な方々と協力し、貧困や暴力、疾病、差別など、子どもたちが直面する様々な課題を克服する組織として創設されました。ユニセフは、「子どもの権利条約」をその活動の指針としています。開発途上国の現地事務所、そしてユニセフ協会という形で、世界190カ国で活動しています。

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 で約30分 ・倉敷駅～中島～大橋～倉敷リバーサイド病院 で約30分

JR「新倉敷駅」より、タクシーで約15分。 JR「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

1. 露橋を目標にこられる場合
露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。
2. 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出てすぐの信号を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

1. 露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。
2. 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直前の信号で左側側道に入り、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。

患者のみなさまの権利について

当院では、患者のみなさまとの相互理解により医療が行われるよう、患者のみなさま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. 説明と十分な理解による同意をもとに、適切な医療を選ぶ権利があります。
3. 当院で行われたご自身の診療に関する情報の提供を受ける権利があります。
4. 医療の過程で得られた個人情報には厳守され、患者のみなさまの承諾なしには開示いたしません。

患者のみなさまへのお願い

私たちが良質で安全かつ効率的な医療を提供するために次のことをお願いします。

1. ご自身の健康に関する正しい情報の提供
2. ご自身の医療への積極的な参加
3. ご自身の治療に必要な診療上のルールへの遵守
4. 他の患者のみなさまの診療に支障をきたさないためのご協力

患者のみなさまが、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祈り申し上げます。

平成20年10月改定

■編集後記■

- 先日、わけあってハイブリッド車に乗る機会がありました。思っていた以上の加速力で、今後発売されるハイブリッド車・電気自動車に紅葉マークになる前に乗れることを夢見ています。ふれあい隊 近藤 義昭
- 今年の目標も1年間健康に気をつけることです。ただ、阪神敗戦後の心痛は何とかならないですかねえ……。ふれあい隊 阿河 輝雄

- 高速道路で使用するETC車を車に取り付けました。さあイザ出陣! って時にカードがあるの? と、家族はとんちんかんなことを・・・しかし、『まかせなさい!』と自慢げに密かに注文したカードを持って出かけた私に待ち受けていたのは、【雪のため通行止め】の掲示・・・めずらしく準備万端だったのに(>_<) ふれあい隊 渡部 ゆかり

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。