



高知県立あき総合病院
Aki General Hospital

広報誌

ひだまり⁺

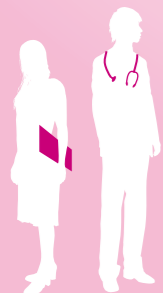
Aki General Hospital will provide practical training programs most suitable for young motivated residents who will play an active role in community health-care.



総力特集!!

新世代の研修医へ

—地域医療を学ぶなら—



CONTENTS

- 2-3P 研修医よ来たれ
- 4-5P 研修なう
- 6-7P 新任医師・看護師紹介
- 8-9P 教えて Dr-耳鼻咽喉科-
- 10P 部署紹介-3F(産婦人科)-
- 11P 管理栄養士のちりめん井レンビ

この広報誌は0円です。
自由に取っ替えてください。[TAKE FREE]
vol.4
2013.5

ひだまり⁺ Vol.4

発行元 高知県立あき総合病院
〒784-0027 高知県安芸市宝永町1-32
Tel 0887-34-3111(代表) Fax 0887-34-2687

発行責任者 前田博教(院長)
発刊月 平成25年5月

企画 広報誌企画部会
編集・制作 山本信平(リハビリテーション科)

外来診療一覧表

■予約が必要な診療科は桜色(白抜き字)で表示していますのでご注意ください。
■下記の診療一覧表は平成25年4月時点のものです。学会や緊急手術、異動などにより担当医師が変更となる場合もございます。どうかご了承ください。

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	午前	川田光顯 的場俊	品原正幸 的場俊	川田光顯 品原正幸	川田光顯 的場俊	品原正幸 松本竜季
	午後(予約)	品原正幸(糖尿病)	—	—	—	—
消化器内科	午前	大崎純子 —	和田邦彦 高橋昌也	大崎純子 —	和田邦彦 —	大崎純子 和田邦彦(10:30~)
	午後(予約)	秋澤雅史 北岡裕章	—	秋澤雅史 —	秋澤雅史 高橋有紗	—
循環器内科	午後(予約)	—	河瀬成穂	窪田哲也	—	—
呼吸器内科	午後(予約)	—	—	—	—	—
血液内科	午後(予約)	—	—	—	—	研谷和人
精神科	午前 新患(予約制)	澤田健	—	村上洋文	—	峯瀬正祥
	再診(予約制)	峯瀬正祥	澤田健	澤田健	峯瀬正祥	澤田健
神経内科	午前 : 再診(予約制)	—	吉村公比古(第2)	—	—	—
	午後	—	村上洋文	峯瀬正祥	村上洋文	村上洋文
外科	午前	前田博教 直木一朗	直木一朗(予約) 山本盛雄	直木一朗 —	山本盛雄 —	直木一朗 前田博教
	午後	—	—	—	ストーマ外来	—
形成外科	午前	—	—	—	—	緒方英之
整形外科 リハビリテーション科 リウマチ科	午前	今里滋宏	今里滋宏	森澤豊	今里滋宏	森澤豊
	午後	森澤豊	—	市川徳和(予約) (第1・第3)	—	—
胸部・心臓 血管外科	午後	—	渡橋和政(第4)	—	—	岡田浩晋 (第2・第4)
脳神経外科	午前(予約)	—	筒井巧(第4のみ休診)	—	—	—
	午後(受付13:00~16:00)	—	—	野中大伸	—	—
眼科	午前	吉田和之	吉田和之	吉田和之	吉田和之	吉田和之
	午後(受付14:00~16:00)	吉田和之	—	吉田和之	吉田和之	吉田和之
産婦人科	午前	岡田真尚 —	岡田真尚(予約) —	岡田真尚 —	岡田真尚(予約) —	岡田真尚 高知大学 応援医師
	午後 (受付14:00~15:30)	岡田真尚 母乳外来	岡田真尚 1ヵ月健診(予約) 母乳外来	岡田真尚(予約) 母乳外来	岡田真尚(予約) —	岡田真尚 母乳外来
耳鼻咽喉科	午前	西山正司	西山正司	西山正司	西山正司	西山正司
	午後	禁煙外来(予約)	—	西山正司(予約)	—	西山正司(予約)
小児科	午前	前田賢人 佐藤哲也	前田賢人 —	高知大学 応援医師 —	佐藤哲也 —	前田賢人 佐藤哲也
	午後 (受付14:00~16:00)	前田賢人 佐藤哲也	乳児健診(予約)	高知大学 応援医師	予防接種(予約)	前田賢人 佐藤哲也
	あつぷるクリニック(予約)	—	—	前田賢人 (第2・第4・第5)	—	—
皮膚科	午前	廣瀬康昭	廣瀬康昭	—	廣瀬康昭	廣瀬康昭
	午後 (受付13:00~16:00)	—	—	廣瀬康昭	—	—
泌尿器科	午前(11:00まで)	安田雅春	高知大学 応援医師	安田雅春	—	高知大学 応援医師
	午後(予約)	安田雅春	—	—	—	—

常勤医一覧

内科	消化器内科	循環器内科	眼科
川田光顯 的場俊 松本竜季 品原正幸	大崎純子 和田邦彦 秋澤雅史	吉田和之	
外科	整形外科	小児科	救急科
前田博教 直木一朗 山本盛雄	今里滋宏 森澤豊	前田賢人 佐藤哲也	鮫島志郎
産婦人科	耳鼻咽喉科	皮膚科	泌尿器科
岡田真尚	西山正司	廣瀬康昭	安田雅春
			寺島正子

高知県立あき総合病院
Aki General Hospital

県立あき総合病院 検索

お問い合わせ ☎ 0887-34-3111(代表)

午前受付 8:30 ~ 11:30
予約変更 14:00 ~ 16:00
地域連携室 0887-35-8107 (直通)

高知県 Kochi Prefecture 日本一の健康長寿県構想

研修医よ来たれ、安芸へ。



すこやか文庫

開館日：火・金曜日
(10:00～16:00)
※津田クリニックに併設



地域医療を支える力に

津田クリニック 院長 津田 道子

高知県出身・1979年に徳島大学医学部卒業後、徳島大学附属病院、高知赤十字病院、徳島県阿南医師会中央病院、徳島大学附属病院、国立普通寺病院勤務を経て、1994年より現職。



臨床力アップを目指す 若い医師に向けて

内科医長 的場 俊

三重県出身・昭和42年生 自治医科大学卒業後、高知県立中央病院、高知県国保大月病院内科、宿毛市立沖の島僻地診療所、馬路村馬路診療所、国保梶原病院、岩手県国保藤沢病院勤務を経て、H24.4より現職。



県立あき総合病院の 地域における役割

院長 前田 博教

宮崎医科大学(現宮崎大学)卒業後、高知医科大学(現高知大学)第二外科入局。98年ペンシルベニア大学留学。帰国後05年高知大学第二外科講師、10年同大学准教授を経て11年高知県立安芸病院院長。(12年あき総合病院)



医療法人 祐和会
津田クリニック
〒784-0022
高知県安芸市庄之芝町9-34
TEL: 0887-34-1195
FAX: 0887-34-1239
診療科目：内科

こ 今県東部は、県立あき総合病院と地域の病院・診療所がお互いに顔の見える診療連携で患者さんの診療にあたっています。患者さんは複数の疾患を同時に持っていることが多く、専門医であっても常にジェネラリスト(総合医)であることが要求されます。若い先生方が研修をされる時には、患者さんの生活背景などにも心を配ることが出来るジェネラリストのいる病院を、そして各科の垣根が低く、いつでも相談し合える医局の雰囲気と楽しく元気に仕事をしている先生が沢山いる病院を選んで頂きたいと思っています。

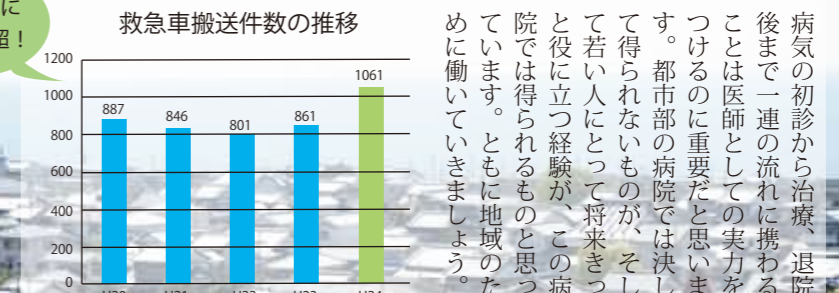
今、県立あき総合病院は、若い先生方の教育環境の整備に積極的に取り組まれている前田院長と、指導医として理想的な場所先生を中心に若い先生方を迎える体制が整ってきていると思います。遠い昔になりますが、私自身の勤務医時代を振り返った時、指導して下さった先生方の一言一言や患者さんに対する思いや学び続ける姿勢が今の私の医師としての原点になっていると思います。一人でも多くの若い先生方が県立あき総合病院のスタッフとなり、この地域の医療を支える力となって頂きたいと思っています。

基 礎的な臨床力をつけるために、マニュアルや決まった手順で検査や診療を学ぶことは大変重要なことです。また、大きな病院で症例を積み重ね、専門医としての経験値をあげることが重要なことは異論がありません。では、社会人として伸びるため最も重要なことはなんでしょうか？それは私は、「人がやらないことを自ら率先してやる」、今、目の前にあることに真剣に取り組む、そういった姿勢を持つことだと思っています。大病院であるのが、診療所であるのが、どんな職場であろうと関係ありません。そしてもう一つ、医療人としてどうしても備えてもらいたいことがあります。

それは、「この人の笑顔を見たい」、「患者さんの体調・気持ち・生活や環境をどうすればよい方向にもっていかれるだろう」と思いやる「心」です。医療の原点はまさにそこに始まると思います。プロとして仕事をする以上、給料に見合う仕事をするのは当然です。しかしモチベーションなくしては良い仕事はできないし、長続きしない。やっていて充実感なければ自分が嫌になっってきて、気持ちが路頭に迷ってしまいます。皆さんにはぜひ、楽しく仕事をしてもらいたい。そのためのお手伝いができればと思っています。一緒にチャレンジしていきましょう。

医 療機関が少ないこの安芸地域では、どんな病気でも診てくれる、全ての患者さんのニーズに応えることができる、すなわち総合病院が必要で。例えてみると、何でもそろっているスーパーマーケットで、中には専門店も入っていてブランド品も売っている、モールのような病院と言ったところでしょうか。決して高級デパートである必要はなく、普段着で入っていき、地域に根付いた病院、そんな病院があき総合病院の姿です。この新しい総合病院には若いドクターの力が絶対必要です。ここでは専門性を活かしながら、ひとり一人の患者さん全体の診療にかかわることが出来ます。

7年ぶりに1000台超！



地域における役割はますます高まっている！

気になる研修医の生活がまるわかり！

研修なう。

1 あき総合病院の魅力。

今回、私は平成24年10月〜25年3月までの6ヶ月間、あき総合病院で内科・麻酔科の研修をさせていただきました。勤務は一般内科病棟・外来に始まり、全科救急対応・全科当直、腹部工科一など多岐にわたり、将来志望している麻酔科での手術麻酔(週2回)もさせていただきました。研修中は内科・麻酔科はもちろんのこと、他科の先生方からも丁寧な教えていただくことができ、大変充実した指導体制であったことに心から感謝しております。

また、地域の病院では患者さんの抱える疾患だけでなく、患者さんやそのご家族の生活を支えていくことが特に重要であり、毎日院内のさまざまな部署の方々と綿密に連絡を取り合いながら対応し、コメディカルの方々からも数多くのご指導をいただきました。休日も東洋町生見でサーフィンを始めるなど、大変有意義でした。今後、麻酔科医として研修を始めるにあたり、あき総合病院で学んだことは一生の財産になると思います。



武藤 容典 むとう・よしのり
平成22年3月に山梨大学医学部を卒業後、栃木県の自治医科大学附属病院で初期研修を行いました。平成24年4月から同院で内科系後期研修医として勤務し、今回6ヶ月間の予定で当院へ派遣していただきました。

Q. 武藤先生、エコーを学ぶならいつ？

3 超音波検査を専門医から学ぶ。

A. 今でしょ！



12年前に高知医大放射線科から県立安芸病院に赴任し、5年間お世話になりました。がん研病院では超音波検査部に所属し、検査士がこなす年間5〜6万件の超音波検査を二人の専門医で確定診断していました。最近の画像診断はPACSが普及しCT・MRI、超音波、核医学の情報を組み合わせで診断することが一般化しています。超音波検査は、装置の進歩で精度が上がっており、今後需要が高まると思います。超音波検査は、侵襲が少なく、ランニングコストが安く、手軽に始められますが奥が深く、上達するには専門医の下で研修することが近道だと思います。

す。私は現在高知市内の凶南病院院長である久直史先生に超音波検査を教わりました。思い返せば当時は、超音波検査が臨床検査から画像診断のモダリティとして認知されるようになる過渡期でありました。その時期にCTMRIと合わせて超音波検査を学べたことは幸運であったと思います。現在は火曜日以外に腹部超音波検査を担当していますので、興味のある方はご連絡ください。

先日、検査部の佐々木さんが日本超音波医学会認定超音波検査技士の試験に合格しました。どんな雰囲気か知りたい方は佐々木さんに聞いてください。



【左から藤原 医師・武藤 医師・佐々木 臨床検査技師】

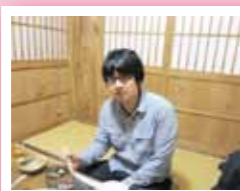
藤原 良将 ふじはら・よしまさ
出身：大阪府
学歴：平成2年高知医科大学卒
職歴：県立安芸病院(H12.4-17.4) がん研有明病院(H17.5-H24.1) 高知医療再生機構(H24.2-) 専門：画像診断
資格：医師、医学博士、放射線診断専門医、超音波専門医、IVR 専門医、PET 核医学認定医

START!

研修医 塩田 × 1DAY



18:37



仕事が終われば飲み会！安芸の美味しいお酒と料理をいただき、ここでも熱い話が展開されるのです。

17:44



その日入院した患者さんの情報を確認し、カルテにまとめます。

15:20



手に汗握る緊迫感！一日で最も熱い研修であり、一瞬たりとも力は抜けません！

15:00



整形外科の手術に入ります。手術は積極的に参加させてもらえます！

14:16



担当患者さんのカルテ作成中。その日の検査結果なども全部評価します。

8:42



病棟回診。指導医の病場先生と担当患者さんの状態をチェックします。

8:39

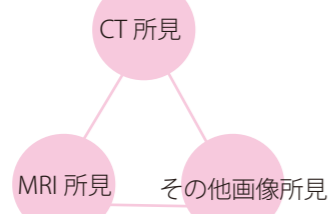


朝のカンファレンスで入院患者さんの治療計画を立てているところです。

4 画像症例検討会とは。

ふだん何気なく診療している症例をじっくり考えてみるための時間です。ありふれた症例の落とし穴的なもの。教育的な症例。うっかり失敗してしまった症例。それらの症例を提示し、他科の先生方にコメントをもらいながらお互い切磋琢磨していく、息の長い勉強会です。他の職種の方もぜひご参加ください。

【内科医長 的場 俊】



発表例
糖尿病増悪が契機で発見された肺癌の一症例
原因不明の縦隔気腫を呈した一症例
空腸捻転により通過障害をきたした一症例
原発不明の偽粘液腺腫(粘液腺癌)を呈した一症例

第3金曜日 18:30~

2 研修中の住居。

広いキッチンで料理も思うまま！

らくらく入れるお風呂！

病院まで徒歩3分

新築なので床や壁はむっちゃ綺麗！



今年度の新任医師紹介

が間違っている。今年度の看護部新人

4月からの新任医師（休職からの復帰含む）は以下の5名になります。どうぞよろしくお願いたします。
（※上から50音順に掲載）



副院長（精神科）
澤田 健

①出身校・経歴
高知大学医学部卒業後、いくつかの病院勤務を経て13年4月に現職。

②専門領域・専門資格
精神科全般。精神科指定医・専門医。

③専門科を専攻した理由
もともと、心の問題に興味があったから卒業業時に精神科を選びました。

④自分を動物に例える？
渡り鳥。定期的に行きたくなくなるな所に行きたくなるから。

⑤趣味・特技
スキー、スノーボードなど。

⑥読者に向けて一言
腰をすえて頑張ろうと思います、よろしくお願いたします。



救急科 部長
鮫島 志郎

①出身校・経歴
数十年救急専従医。

②専門領域・専門資格
救命救急、整形外科。

③専門科を専攻した理由
自分に合っていたんでしょ。

④自分を動物に例える？
疾走する人間。見た通り。

⑤趣味・特技
Surfing.

⑥読者に向けて一言
Visions get to your comfort zones.



内科 医長
品原 正幸

①出身校・経歴
平成13年高知医科大学卒業、平成21年高知大学大学院卒業。

②専門領域・専門資格
専門領域：内分泌
専門資格：内科認定医

③専門科を専攻した理由
身内に糖尿病患者がいたことから。

④自分を動物に例える？
あえていえば猫。気まぐれだったり、冬はこたつで丸くなったり。

⑤趣味・特技
趣味は読書。

⑥読者に向けて一言
これからよろしくお願いたします。



精神科 主査
村上 洋文

①出身校・経歴
高知大学医学部卒業後、高知大学附属病院で初期臨床研修、その後大学勤務を経て現職。

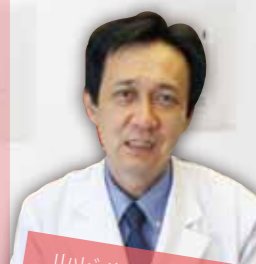
②専門領域・専門資格
精神科全般。

③専門科を専攻した理由
文科系の学問が元来肌に合っており、精神科がもっとも文学の香りがする分野だから。

④自分を動物に例える？
・・・なまけもの。

⑤趣味・特技
海外旅行（インドネシア、カンボジアなどアジアの国）

⑥読者に向けて一言
よろしくお願致します。



リハビリスポーツ医学 部長
森澤 豊

①出身校・経歴
昭和58年に東邦大学医学部を卒業し高知に帰ってきました。高知医大整形外科へ入局して国立高知病院や高知日赤病院等で研修し、県立幡多けんみん病院の開院時の整形外科医長も務めさせて頂きました。今年は卒業後30年を過ぎ、新たな気持ちであき総合病院の一員として診療に取り組むつもりです。

②専門領域・専門資格
専門領域は肩関節や肘、手指など上肢の整形外科手術とスポーツ整形外科です。専門資格は日本整形外科学会専門医、日本リハビリテーション医学会専門医、日本手外科学会専門医、日本体育協会スポーツドクターなどです。

③専門科を専攻した理由
整形外科の中でも上肢の診療を専攻したきっかけは、身内に肩の痛い患者さんがいて相談を受け勉強するようになったからです。

④自分を動物に例える？
自分を動物に例えたことはありませんが、眠れる牛にならないように気をつけています。

⑤趣味・特技
趣味は映画やスポーツ観戦ですが小中学校の野球選手の診察をしておりますので、地方大会や甲子園での試合はテレビでよく観ています。診察に来ていた選手の体調や故障の状態をチェックしてまいります。学生時代はバスケットボールをしていましたが、現在はストレッチや柔軟体操を日常的に行っています。

⑥読者に向けて一言
日常的に首、肩、腰や関節の痛みを経験される方が多数いらっしゃると思いますので、気軽に相談ください。



- 坂本菜摘（さかもと・なつみ）
①5階病棟②運動・買い物など③好きな場所は実家（安芸から離れています、大好きな家族のいる実家が落ちつきます。）
- 明坂唯（あけさか・ゆい）
①3階病棟②買い物③好きな食べ物（もやし）④好きな食べ物（肉・白ごはん）⑤趣味は読書。
- 松下舞（まつした・まい）
①4階病棟②バレエ③好きな動物は猫（マイペースで体が柔らかくてふわふわしているの）
- 有光沙織（ありみつ・さおり）
①4階病棟②読書③好きな動物は猫（マイペースで体が柔らかくてふわふわしているの）
- 竹正美鈴（たけまさ・みすず）
①4階病棟②裁縫・散歩③好きな動物は犬（私のいやし・心の支え）
- 谷口実里（たにぐち・みさと）
①4階病棟②バレエ③スポーツが好きです（スポーツ全般好きでもりあがるのが好きです）④趣味はサッカー、野球などをよく観ます。
- 齊藤美帆（さいとう・みほ）
①3階病棟②助産師③ソフトテニス④好きな動物は犬です（とってもかわいからです。）
- 坂口涼子（さかぐち・りょうこ）
①4階病棟②バレエ③好きな場所は黒潮町佐賀（カツオが美味しい、海がキレイ）④高橋悦子（たかはし・えつこ）
- ①4階病棟②料理（ごはんも十市（家族や友だちなどなど私の好きなものがいっぱいあるからです！）
- 山川香（やまかわ・かおる）
①5階病棟②カラオケ③好きな食べ物（水・ガリガリ噛むのが、たまりません）
- 細井大地（ほそい・だいち）
①精神科①病棟②釣り③好きな食べ物（カレーライス（手軽でかんたん！）
- 蒲原由妃（かものはら・ゆき）
①4階病棟②読書③手紙を書いたり、もらったりすることが好きです。（後で読み返せるからです）
- 市原勇也（いちばら・ゆうや）
①精神科①病棟②サッカー③好きなスポーツはサッカー（小学2年からやっています。現在は社会人のサッカーリーグに参加し、楽しくプレーしています。）
- 岡村朋哉（おかむら・ともや）
①5階病棟②剣道③好きなものはテレビ（色々な情報が入ってくる。おもしろい。）
- 高田誠（たかた・まこと）
①精神科②病棟③ゴルフ④好きなことはゴルフ（景色もきれいなので、体も動かして、メンタルも鍛えられるから。）
- 土居一真（どい・かずま）
①5階病棟②野球③好きなスポーツは野球（7歳からずっとやっている野球です。他にも球技は全般好きです。）
- 氏原理香（うじはら・りか）
①3階病棟②ドライブ③好きな場所は海（眺めているだけで癒されます）
- 大田彰浩（おおた・あきひろ）
①4階病棟②サンバ・ゲーム③天下●品のこつてりラーメンが大好きです。なぜかはわかりません。好きなんです。

〔以上〕

おしえて、ドクター!

Un docteur,
s' il vous plait faites-moi savoir!

このコーナーでは、各診療科の医師が
気になる疾患の症状・治療・予防法など
について解説いたします。

「集団保育の低年齢化に 注意！急性中耳炎」

急性中耳炎は、約70%のヒトが3歳までに一度はかかる頻度の高い疾患です。しかし、生後約6ヶ月までは母胎からもらった免疫力(抵抗力)があり、急性中耳炎になることはまれです。それを過ぎれば徐々に風邪にかかるようになり、急性中耳炎も増えていきます。

【なぜ急性中耳炎は起こるの?】

風邪をひいた時などに鼻やのどにある細菌が、耳管という管を通して中耳に入ることによって起こります。乳幼児期は、この耳管の働きが弱く、成人よりも短く、水平に近い状態(約10度の傾斜)となっていて、細菌が入っていきやすくなっています(図参照)。ミルクを飲ませる時に寝かせた状態で飲ませると、耳管に入っていきやすくなるため、必ず上体を起こして飲ませて下さい。また、これは成人にもいえることですが、鼻をかむ時は、強くかみすぎると鼻の細菌が耳管を通して中耳に入りやすくなるため、「ツン」と耳にこない程度に加減することが必要です。

【集団保育の低年齢化に注意!】

年齢を重ねるに従い、子供自身で免疫力を獲得していきようになりますが、まだ十分な免疫力を獲得していないお子さんが保育園へ通い始めると、風邪をひきやすくなり急性中耳炎にかかりやすくなります。集団保育の現場では、色々な細菌やウイルスを子供たちが持ち寄って、他の子供たちと与えたりもらいあったりしているためです。最近では、急性中耳炎が治りにくかったり、治ってもまたすぐかかるといふ難治性中耳炎や反復性中耳炎が問題となっています。このようなお子さんは十分な免疫力が獲得される3歳頃までは集団保育へは行かさないほうが無難ということになります。

【お薬が効かない細菌がふえてきている!】

細菌をやっつけるお薬として抗生物質は非常に役に立ちますが、長く使っているうちに細菌が変化してその抗生物質が効かなくなる(耐性を持つ)ことが知られています。最近では、抗生物質が効かない耐性菌が増えてきていることが大きな問題となっています。

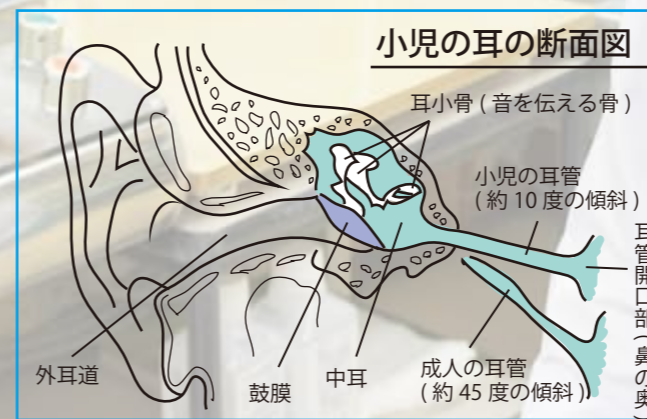
【どんな治療をするの?】

炎症が強くなると、痛みが強くなり高熱が出ます。中耳には膿がたまってきますので鼓膜切開が必要となります。すでに鼓膜が自壊して膿が出だしてから受診される方もいます。膿が外に出るような状態になると、炎症はひきやすくなり痛みや熱は収まってきます。膿が出ている間はできるだけお掃除に通ってください。内服薬としては、炎症の度合いに応じて抗生物質を出しますが、効果をみながら、また細菌検査の結果を参考にしながら、量を増やしたり、変更したりします。細菌検査の結果で効果のある抗生物質を使用している場合、子供さんの免疫力が弱い場合は治りにくいことがあります。内服薬で治らない場合は、入院して抗生物質の点滴をしなくてはならなくなります。中耳炎の原因は鼻やのどの炎症ですので、こちらの治療も大切です。

ポイントは…

滲出性中耳炎に移行しないよう、家庭でもこまめにケアしてあげてください。

こちらが良くなると、急性中耳炎が落ち着いてきても、中耳に滲出液がたまる滲出性中耳炎に移行する場合があります。家庭でも、よく鼻をかんだり、吸ってあげたりすることが大切です。



耳管は鼓膜の内側の部屋(中耳)と鼻の奥(のどの天井)との間をつないでいる管で、中耳の換気を行なっています。小児の耳管は成人より短く、水平に近いために細菌が鼻の奥から中耳に入りやすくなっています。成長に従い耳管は下の方に伸びて、成人になると図のように長くなり、約45度の傾斜を持つようになり、細菌は中耳に入りにくくなります。

耳鼻咽喉科部長 西山 正司

昭和60年卒業。専門領域は耳鼻咽喉科全般。日本耳鼻咽喉科学会専門医。※当院は安芸市以東で唯一入院可能な診療施設として、当科が重要な役割を担っています。

エディブルフラワー
がポイント!



Nutrition Manager's Recipe
管理栄養士のごはん。

今回の
ごはん

「安芸名物！
ちりめん丼」



【今回の担当】
有澤ゆかり

ちりめん丼

材料 (1人分)

- ごはん 200g
- すりごま 小さじ1 (2g)
- 刻み海苔 1g
- ちりめんじゃこ 30g
- おろし大根 30g
- 刻みネギ 1本 (1g)
- 刻み大葉 1~2枚 (1g)
- 刻みミョウガ 1g
- ポン酢醤油 大さじ1 (15g)
- エディブルフラワー 適宜

作り方

- ① ごはんをめし丼に入れ、すりごまと刻み海苔を散らす。
- ② ①の上からちりめんじゃこをたっぷりかける。
- ③ ②の上におろし大根を載せ、刻みネギ、刻み大葉、刻みミョウガなどを好みで散らす。
- ④ 季節のエディブルフラワーを添える。
(写真: ピオラ、アリッサム)
- ⑤ ポン酢醤油をかけていただく。

安芸特産の「ちりめんじゃこ」は良質のたんぱく質を豊富に含み、カルシウムはもちろん、ビタミンDもたっぷり含有することから、強い骨作りにはもってこいの食材です。そして、ちりめん丼に使用する薬味食材(ごま、焼き海苔、大葉、ミョウガ、青ネギ、大根など)には、ゴマリグナン、βカロチン、ビタミンE、ビタミンCなどの抗酸化物質が豊富に含まれています。これらの薬味をたっぷりと散らしていただく「ちりめん丼」は“錆びない身体”を作るためにもってこいの一品料理です。当院の自慢料理に追加したいと考えています。

また今回は、ちりめん丼に芸西村産「エディブルフラワー」を添えてみました。季節ごとの“食べられる”お花が食卓を演出してくれます。

【管理栄養士: 有澤ゆかり】

栄養価 (1人分)

食塩	ビタミンC	βカロチン	ビタミンD	亜鉛	鉄分	カルシウム	糖質	脂質	たんぱく質	エネルギー
2.5 g	6 mg	400 μg	3.8 μg	1.7 mg	0.7 mg	105 mg	78.0 g	2.3 g	13.8 g	400 kcal

かわいい赤ちゃんに囲まれて仕事しています。

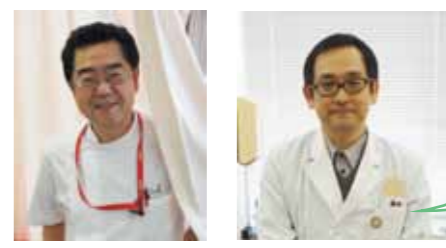


3F ナースステーションの西棟に産婦人科病室・陣痛室・分娩室・新生児室があります。妊娠中から助産師が外来で保健指導を行い、分娩・産後まで一貫して継続看護を行ないサポートに努めています。



すやすや...

産婦人科 医師



岡田 真尚 池上 信夫

毎週金曜 AM に、高知大学医学部附属病院より診療応援に来ています。大学病院との連携を強化しています。



産後 4日目にお出しする
お祝い膳です♡

！ 医療機器の整備も進めています

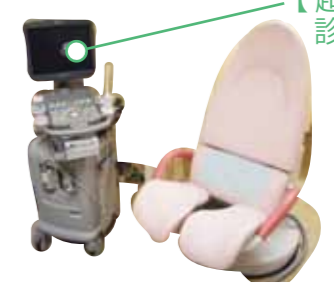
【保育器】



- 児のストレスを軽減 (音・温度)
- 児の安全性を向上 (転落防止)
- 児の感染リスクを低減 (セリ-構造)

(※製品紹介より)

【超音波診断装置】



- 5周波対応マルチカラーDopplerを標準装備
- 高精細画像にカー・パルスグラフ情報を追加
- モニタ・操作パネルの一体昇降・独立回転

(※製品紹介より)

NEWS 3 新病院電子カルテのベンダー決定!

新病院の電子カルテのベンダーが決定しました。昨年11月に募集し、プロポーザル方式により提案書等での選考を行った結果、IBM社製の電子カルテを導入しようとするキャノンITSメディカル株式会社と契約を締結しました。この電子カルテは、高知大学医学部附属病院に入っている電子カルテと同じものをあき総合病院に導入しようとするもので、IBM社製の電子カルテでは、大学病院と同じ電子カルテを県立病院が導入しようとするのは全国的にも珍しいケースとなっています。今後、打ち合わせを進め、来年3月の完成を目指して取り組んでまいります。

NEWS 2 地域医療研修始まる。

平成25年4月より高知大学医学部附属病院等と協定を結び、地域医療研修先として研修医を順次受け入れてあき総合病院の医師として在籍し、一般対応などをまた、無医の病院での実践しながら学んでいただく予定です。



NEWS 1 第3回 ふれあい医療教室を実施。

第3回“ふれあい医療教室”には、80名を超える方々の参加がありました。外科医長山本盛雄先生より「肺がんの診断と治療」、高知大学医学部麻酔科学・集中治療医学講座 准教授山下幸一先生より「集中治療と麻酔のはなし」と題して、日頃あまり聞く機会のない麻酔や肺がんの話を楽しく、わかりやすく話して頂きました。今後もみなさんのお役に立てるような内容の公演を継続していきたいと考えていますので、是非ご参加ください。



あき総合病院からのお知らせ



最近の情報を
まとめて公開!!