

## ふれあい通信 平成26年1月号



発行：国保坂下病院広報委員会 TEL 0573-75-3118

ホームページアドレス <http://www.sakashita-hp.jp/>

「ふれあい通信」は坂下病院ホームページでも御覧いただけます

## 連載こくほ四方山話

病院長 高山 哲夫



あけまして

おめでどう

ございます

今年も よろしく

お願いいたします

(101 偽装)



有名ホテルの、食材の偽装発覚が相次いでいます。ロブスターを伊勢海老、バナメイエビを車エビと偽装した。また、国産と偽って外国産を使用した等々、芋づる式に出て来ます。本物が高い、あるいは手に入りにくい時は偽物が出回ります。でも、中国で養殖したウナギを日本へ持って来て、1か月くらい飼育し「日本産」と称したり、出回っているシシヤモは、ほとんどがシシヤモではなくキュウリウオやカラフトシシヤモであったり、回転寿司のひらめはカラスカレイであることが多いことは周知のことです。私達が好んで食べるマグロにだって外国からの輸入に頼っています。どうしてこんな世の中になってしまったのでしょうか。

医療の世界でも偽装がありました。新聞で騒がれた高血圧の薬に関するデータのねつ造。また、以前にも書きましたが、ジェネリック医薬品にしても同じです。「いやジェネリックは違う。薬の作用は同じだから。」と国から怒られそうです。でも、今回のホテルの偽装事件でも「まずい物を食べさせた」「味が違った」と云うクレームではありません。味の問題ではなく、メニューに記載した名称と異なる食材であったことが問題にされているのです。そう考えれば「この薬を」と医師が処方した薬を「作用が同じだしこちらのほうが安い」とすり替えるのは、今回の偽装事件と本質的に変わるものではないと思います。

このような偽装を防ぐためには、私達自身がブランドに惑わされず、真実を見極める目を養う事が大切です。名前ではなく、自分自身が良いと判断したものを選択していくことです。降圧剤データ偽装のように、事実を曲げてデータを出したところで、必ずいつかは馬脚を現します。ちなみに、私は、製薬メーカーさんが出したデータは、基本的に鵜呑みにしません。同じ薬に関して、メーカーごとにデータが異なるなんてことは、通常の社会ではありません。メーカーは、自分の良いデータは出すけれど、都合の悪い

データは隠してしまうものです。それより、自分が使用して得られた感触を大切にしています。それだけに、自分の処方した薬を「作用が同じだけれどこちらの方が価格が安い」と違う薬を出されることは好みません。何故なら、私はその薬を使ったことがないからです。

さて、病になった時、誰でも「何とか早く治したい。それなら都会の有名病院なら間違いなだろう。」と思いがちです。でも、以前にも書きましたが、肺がんと診断された患者さんが、大学のえらい先生ならと頼んで受診した先が肝臓専門の先生だった。吐血し、大学病院を救急受診したら、内視鏡専門の当直医が不在で、市中の病院へ紹介されたと言う逸話もあります。有名病院はオールマイティではないのです。医師は常に真剣に皆さんを診て「これは自分の手に負えない」と判断した時には、一番適切な医療機関を紹介するものです。私共を信頼して頂ければと思います。

## 高山院長の「国保四方山話」が

本になりました！



平成17年から、ふれあい通信に連載中の「国保四方山話」が、1冊の本になりました。高山院長の、坂下病院における医療の記録、是非ご一読ください。

院内売店で購入できます。

こくほ四方山話

高山 哲夫



# 医師のひとりごと



今月の「医師のひとりごと」はお休みになりません。申し訳ありませんが、来月号をお待ちください。

## 連載 ふれあい



### リハビリ教室 ⑦

#### 「いきいきネットワーク」

12月3日(火)、坂下病院1階理学療法室にて「いきいきネットワーク第2回研修会」が行われました。今回のテーマが「移乗動作の研修」と言うことで、坂下病院リハビリスタッフが講師をさせていただきますました。

当日の参加者は66名で、理学療法室が狭く感じました。大変寒い夜でしたが、それ以上に皆さんの熱気で、寒い夜が暑く感じるほどでした。

参加者が5グループに分かれて、色々な患者さんに対応できるように、な移乗方法(車椅子→ベッド)を、

検討しながら学びました。各々の職場での体験や悩みを含めての、実技中心の研修会になりました。

今回の研修会を通して、直接現場の皆さんの声を聴くことができ、私達も、とても勉強になりました。

今後も、このような形で、リハビリスタッフより発信できたら良いなあと  
思いました。



↑実技中心の、熱い研修会になりました。→



# 連載 こんにちはは栄養科です

## 〜お餅とお雑煮の話〜



年に一度のお正月!!おせち料理、お酒、お雑煮と、エネルギーをとりすぎてしまった!?!という方も多いのではないのでしょうか。また、この地域の方々は、自宅でお餅をつかれる方が多く、冷蔵庫にお餅が沢山残っていて、冬中お餅ばかりになりがちです。

北海道と沖縄はもとも異なる食文化を持つ地域だったため、お正月にお雑煮を食べる習慣がありませんでした。今では、お雑煮を食べることもありますが、特に北海道は、明治以降に全国各地から移住した人が多く、お雑煮もそれぞれの故郷の味が持ち込まれているようです。

原図 奥村彪生 先生  
「おくむらあやお ふるさと伝承料理 わくわくお正月とおもち」農文協発行

## お雑煮文化圏マップ ZONI-MAP

- 角もち・焼く □ 角もち・煮る
- 丸もち・焼く ○ 丸もち・煮る
- ◎ あんもち・煮る



お餅は、見た目よりもエネルギーが高く、食べ過ぎに注意が必要です。市販の四角い切り餅1個約50gで、約117キロカロリです。1個で、ご飯約75g分に相当するので、1回に3個も4個も食べてしまっていたら、カロリーオーバーになってしまいますので、食べるときは1〜2個にするなど、食べ方を工夫しましょう。

その点、お雑煮は、一つのお椀に「主食」「主菜」「副菜」にあたる食品が入っている、大変便利なメニューです。地域特有の具はもちろん、餅の形状も地域によって違います。

全国のお雑煮を紹介します。

(右下図…お雑煮文化圏マップ)

あなたの家のお雑煮に当てはまるものはありますか？



## 先月のイベント

### 坂下高校



ギター・マンドリン部

クリスマスコンサート

12月5日(木)、坂下病院1階エンターテインメントホールにて、坂下高校ギター・マンドリン部「クリスマスコンサート」が開催されました。綺麗な優しい音色が病室中に響き渡り、患者さんだけでなく、病院職員まで癒される時間になりました。



## 4階東病棟

### クリスマス会・忘年会

12月18日(水)、坂下病院4階東病棟食堂にて「4東病棟クリスマス会・忘年会」が開催されました。職員によるマジックあり、演奏ありの楽しい時間になり、笑顔あふれる会になりました。



## 連載 四季の画

### 坂下病院 花暦

今月の花：(みかん)



今月の絵は、お正月には欠かさない「みかん」です。

「みかん」には多くの種類がありますが、代表的なのは「温州蜜柑(うんしゅうみかん)」です。冬になれば「こたつの上にミカン」という光景が一般家庭に多く見られます。「冬ミカン」または単に「ミカン」と言う場合も、普通は「うんしゅうみかん」を指します。甘い柑橘ということから、漢字では「蜜柑」と表記されます。古くは「みつかん」と読まれていたそうです。「うんしゅう」は、柑橘の名産地であった中国の温州にあやかっつけられたとされます。



季節の画を提供してくださる三浦貞夫さんは木曾郡南木曾町田立在住。現在もリハビリをしながら絵を描き続けており、その作品はリハビリ室前の廊下にも掲示されています。

# 職員募集！ 看護師・准看護師さん

以下の時間帯で働ける方を、大募集しています！

「13:00~17:00」・「16:00~21:00」・「夜間」

\* 外来・病棟での勤務になります \*

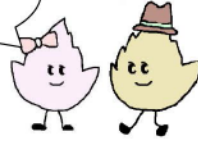
勤務内容、勤務時間などは相談に応じます。ご連絡をお待ちしています。

電話 0573-75-3118

内線 210

担当：松本看護部長

お待ちしております



## ☆ お知らせ ☆

催し物	日時・場所	内容
糖尿病食試食会	1月 7日 (火) 1月 21日 (火) 午前 11時～3階食堂	予約：坂下病院栄養科 (内線 164) お電話でおねがいします。 会費：300円 (食材費)
糖尿病教室	2014年4月12日(土) 10時から 開催予定です。	
ふれあい健康塾	未定です。	

## ☆ 坂下病院各科診療表

診療状況により予約時間どおりには受診できない場合があります。予めご了承ください。

(平成 26 年 1 月 現在) 予約変更などのお問合せは、平日午後 2 時以降に各科受付窓口へお願い致します。

診療科目	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
内科	第一(予約)	高山	酒井	高山(午前)	高山(午前)	酒井
	第二(予約)		緒方【呼吸器】	伊藤	高塚	田口【呼吸器】午後
	第三(予約)	信太(午前)	村瀬	信太		高塚(午前)
	新患外来	酒井	高塚	告野	信太	高山
	午前内科		大野【神経内】第3			佐橋【神経内】第1.3
	午後診療特殊			井上【漢方】第2.4 13:00~ 青木【腎臓】隔週		渡邊【腎臓】隔週
	午後診療	高塚	高塚	告野	酒井	信太
外科	第一	柴田	保坂【血管外科】	高橋【血管外科】	高木	水野
	第二	近藤	近藤	高木	近藤	高木
整形	第一	小嶋【リウマチ】	小松	小澤	小松	小松
	第二	矢野	米田	矢野	矢野	山下
小児科	杉本	杉本	杉本	杉本	杉本	
眼科	木下 受付11:00まで	木下	木下 受付11:00まで	木下	木下	
泌尿器科	渡邊		渡邊	山田 第1.3.5 青木 第2.4	深津	
耳鼻咽喉科	小川	西村	清水	矢野原	稲川	
皮膚科			伊能 第1.3.5 松本 第2.4			
脳神経外科				大須賀 14:00~		
婦人科				浅井 第1.3	萬羽(午前)	