

第76号 2010.1.27

高知県立幡多けんみん病院発行

〒788-0785

宿毛市山奈町芳奈3番地1

TEL (0880)66-2222(代)

http://www.pref.kochi.lg.jp/hata

病院ニュース

News Letter

平成二十二年の新年に

院長 山下 邦康



皆様、新年おめでとうございます。

昨年は、世界でも日本でも大きな変化のあった年でした。米国ではオバマ大統領が誕生し、核兵器のない世界を目指すと言説し、ノーベル賞を受賞しましたし、日本でも政権交代があり、何かと賑やかですが、一方で、世界不況が本格的になった年でもあり、ヨーロッパでもアメリカでも日本でも景気が悪く、失業率が高い状況が続いています。GMが倒れ、あのトヨタも苦戦、年末には日本航空も危なくなっていることが明らかになりました。

そのような中で平成二十二年

の新年を迎えましたが、新年早々政権の中心である民主党がお金の問題や米国との関係で迷走しているようです。我が国の経済や医療など様々な問題を抱えて始まった新年ですので、もっと将来に希望を持てるような始まり方をしてほしかったのですが、今年も前途多難な年になるのかなあと心配になります。

幡多けんみん病院も昨年は、眼科や皮膚科の常勤医がいなくなり出張医師による診療になるなど厳しい状況が続いています。今年からは精神科の出張診療が中止になるなど、今後ますます厳しい状況になることが予想されます。診療体制の縮小などで患者さんの皆様にはご迷惑をおかけすることもあるかと思えますが、幡多の医療を守るため、スタッフは精一杯頑張っていますので、よろしくお願いいたします。



今、全国の地方の公立病院では病院の存続自体が困難になり、

民営化されたり、管理を民間に委託したりする病院が続出しています。自治体病院の開設者（首長）は、よほどの覚悟を持って病院経営に臨まなければ、今後の地域の医療を確保することは難しくなると思います。地域の医療を確保するためには、従来のように病院に無理な要求をするだけではもはや病院は成り立たないところまで来ています。自治体の首長や議会や住民がこのことを真剣に考えるべき時に来ていると思います。今年はそのような年になるのではないかと思います。

本年もよろしくお願いいたします。





二月は一番寒さの厳しい時期です。寒くなってくると人間の体には低温に適応するように変化しますが、十分な栄養をとって、体に抵抗力をつけておかないと寒さを感じて、風邪をひきやすくなります。

タンパク質は寒さに対する抵抗力を強め、体を温かくします。牛乳・肉・魚・卵・大豆などを食べましょう。風邪のウイルスに負けないように、ビタミンAを多く含む、色の濃い野菜やビタミンCを含む野菜・果物・芋類を食べましょう。



今回は、ブロッコリーの茎を使ったレシピを紹介します。ブロッコリーの茎にも、つぼみと同様の栄養分が含まれています。茎は加熱すると甘味が増します。

ブロッコリーの茎のきんぴら



☆材料(2人分)☆

- ブロッコリーの茎…1本
- 人参 ……3cm
- ちりめんじゃこ…小さじ2
- ◎水 ……大さじ2
- ◎砂糖 ……小さじ1/2
- ◎みりん ……小さじ1/2
- ◎しょうゆ…小さじ1/2
- 一味唐辛子…1ふり
- ごま ……小さじ1
- ごま油 ……小さじ1

☆作り方☆

1. ブロッコリーの茎は、硬い

部分を切り取り、千切りにする。人参も千切りにする。

2. フライパンにごま油を熱し、ちりめんじゃこを入れ、カリッとするとまで炒める。

3. 2にブロッコリーと人参を入れ、油がいきわたるまで炒める。

4. 3に◎を入れ、汁気がなくなるまで炒め、最後に一味唐辛子とごまをふる。



*一味唐辛子の量は好みで調節して下さい。

*ブロッコリーは注目のがん予防成分のルテインが入っています。抗酸化作用に優れ、美肌の効果も期待できます。

是非作ってみて下さい。

二月三日は節分です。カいっばい豆を投げて、『福』を呼び込み『鬼』を追い出しましょう。「まめに働く」など、まめは真面目とか健康という意味に使われます。



○大豆(豆まきの豆)
大豆は蛋白質やビタミンがたくさん含まれ、牛肉に負けない栄養があるので、「畑のお肉」といわれます。

○小豆(あんこの材料)
昔から生活と密接に結びつき、行事や儀式にも使われていました。お祝の時に食べる赤飯にも小豆が使われていますね。

豆には脂肪の取り過ぎを防ぐ、不足しがちなビタミン・ミネラル・食物繊維を補う…といった効果があります。調理するのが面倒だと思われがちですが、茹でたものや缶詰も売っているので、スープや煮物などに手軽に使ってみて下さい。

節分

編集スタッフ

二月三日は、「節分」です。

「節分」とは、季節を分ける、つまり季節の始まりの日を指し、立春・立夏・立秋・立冬のそれぞれの前日が「節分」です。日本では、古くは春を一年の始まりとして尊び、新しい年の豊作を願ったことから春の「節分」のみを「節分」というようになりました。平安時代、宮中では陰陽師らによって厄災、邪気を祓う「追儀（ついな）」という行事が行われていました。室町時代になるとこの「追儀」に、炒った豆を撒いて鬼を祓う中国からの風習が伝わりました。もともと日本にも米を撒いて邪気を祓う習慣があったため比較的容易に取り入れられたものと思えます。豆まきは江戸時代には一般民衆にも定着し、現在の形になりました。

「豆（まめ）」は「魔滅（まめ）」に通じ、無病息災を祈る意味があります。豆まきに

使う豆は炒った豆に限られます。なぜなら、生の豆を使うと、撒いた豆から芽が出てしまい縁起が悪いからです。そして「炒る（いる）」は「射る（いる）」に「鬼を射る」という鬼退治につながります。



「節分」には豆を撒き、自分の年齢（数え年）の分だけ豆を食べると病気にならないという習わしがあります。豆を撒く時の掛け声は「鬼は外、福は内」が一般的ですが、これ以外にも変わった掛け声があり、例えば、鬼を祭神としている神社（鬼子母神）などでは、「鬼は内、福は内」としています。他にも、苗字に「鬼」がつく家庭（鬼塚、鬼頭など）や地名に「鬼」がつくところでも「鬼は内、福は内」というようです。

また、「節分」には、その年の「恵方」（陰陽道でその年の干支によって定められた最も良い方向で、その方向に歳徳神がいるとされる）に向かって巻き

ずしを丸かぶりすると縁起が良いという風習もあります。この風習の発祥地については諸説ありますが、いずれも近畿地方で、そのひとつは、江戸時代末期頃、大阪商人の間で商売繁盛を祈願して始まったというものがあります。巻きずしは「福を巻き込む」、丸かぶりは切らずに食べることから「縁を切らない」ということにつながるものです。巻きずしの具材は、七福神にあやかっ、かんぴょう・しいたけ・出し巻き・うなぎなど七種類のものを入れるとされています。ちなみに今年の「恵方」は「西南西」です。

最近では、「節分」に豆まきをするのもなくなりましたが、暖かくやわらかな春の訪れを前に、邪気を祓い、福を呼び込むために「恵方」に向けて巻きずしを頬張ってみませんか。どうか、みなさんに福が舞い込み、良い春が訪れますように...



院内研修会のお知らせ

IC委員会

2月19日に院外講師にお願いし、「感染症診療全般についての研修会」を開催する予定です。講師は神戸大学感染症治療学教室教授の岩田健太郎先生をお招きします。

「感染症診療全般に関して」

○演者 岩田健太郎 先生
(神戸大学医学部)

感染症治療学教授

○日時

平成22年2月19日(金曜日)

18時30分～

○場所

幡多けんみん病院 大会議室

○対象

幡多地域医療機関の先生方
当院スタッフ



病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉・介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をとおして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営をおこないます。

医療機関を受診される際は、**お薬の内容が分かるもの(薬剤情報提供書・お薬手帳など)**を持って行くようにしましょう！

私たちの目指す医療(基本方針)

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療

精神科・神経内科 休診のお知らせ

○平成二十二年四月より、精神科・神経内科が休診となります。

精神科、神経内科については、これまで高知大学からの応援医師により、週一回の診療を行っておりましたが、来年度から応援医師に来ていただくことが困難な状況となりました。

ご迷惑をお掛けしますが、平成二十二年四月以降の精神科、神経内科における診療を休診させていただきます。

ご理解、ご協力いただけますようお願い申し上げます。

なお、他医療機関へのご紹介についてご希望などありましたら医師までお問い合わせ下さい。精神科、神経内科の平成二十二年三月までの診療は、これまで同様に行います。



整形外科外来診療日 変更のお知らせ

○平成二十二年三月より、整形外科の外来診療日は月・木曜日の午前中のみとなります。

*初診受付は午前十一時までとさせていただきます。

*火・水・金曜日は午前中から手術を行うため、終日休診とさせていただきます。

*投薬、注射などで治療可能である方、手術適応のない方、症状の安定している方におかれましては、近隣の整形外科医療機関への紹介をお勧めさせていただきます。外来は手術を必要とする方、術後経過観察の方が中心となります。

何卒、ご協力くださいますようお願いいたします。



12月の統計

外来患者数	12,174人
新外来患者数	2,037人
紹介患者数	343人
新入院患者数	495人
退院患者数	527人
平均在院日数	12.86日
救急車・時間外患者数	1,865人
手術件数	151件

幡多けんみん病院における患者さんの権利

1. 患者さんは、良質な医療を平等に受ける権利をもっている。
2. 患者さんは、医療を受けるにあたり、十分な説明を受ける権利をもっている。
3. 患者さんは、プライバシーが守られることを期待する権利をもっている。
4. 患者さんは、自分の希望を伝え、医療に参加する権利をもっている。
5. 患者さんは、人間としての尊厳が守られることを期待する権利をもっている。