

患者様の心にいつも寄り添って

エキサイだより

vol.
102

2020
Winter

ご自由にお持ち帰り
ください



一般社団法人 日本海員救済会
名古屋掖済会病院

〒454-8502 名古屋市中川区松年町4-66
Tel<052>652-7711 Fax<052>652-7783
<http://www.nagoya-ekisaikaihosp.jp>

窓をあければ
風がくる、風がくる。
光つた風がふいてくる。

窓をあければ
こゑがくる、こゑがくる。
遠い子どものこゑがくる。

窓をあければ
空がくる、空がくる。
こはくのやうな空がくる。

窓

新美南吉





エキサイ人のおすすめ



こだわりの蕎麦と、 揚げたての天ぷらで寛ぐ

名古屋掖済会病院 院長
河野 弘

この街に 安心をもたらず 医療機関をめざして

28年前に赴任した頃と比べると、この街も随分変わりましたね。この病院も当時はまだ古い病棟でしたし、医療設備も今ほど整っていませんでした。外科医長という立場でしたから、名古屋掖済会病院の医療をさらに充実させたいとの思いで、日々、奮闘していたことを覚えています。現在は、ほとんどの時間を病院のマネジメントに割いていますが、医療の最前線で手術台に向かっていたころのことが懐かしく思い出されます。

も力を入れなければならぬ立場にもありました。そのひとつが、近隣の医療機関との「病診連携」です。自宅近くのクリニックに通う患者様に手術や高度医療機器での診断が必要になった時、安心して当院にお任せいただけるような医療機関同士の信頼関係づくりが急務となってまいりました。そうした「病診連携」の整備は、地域住民の方々にも大きな安心感をもたらすためにも不可欠なものであり、当院が地域の基幹病院としての使命を果たすためにも重要なテーマとなっていたのです。

「掖済」とは ワキを手で 支えるように サポートすること

ところで、みなさんは「掖済」という言葉の意味をご存知でしょうか？これは、明治時代に日本の郵便制度をつくった前島密がつくった言葉で、「ワキに手を添えて支える」という意味です。そして、当院を含めて全国8箇所にある掖済会病院の母体は明治時代に設立された「日本海員掖済会」という日本初の公益法人で、もともとは海で働く船員さんたちの福利厚生を目的にスタートしたものです。

現在も船員の健康診断や海上保安庁と当院が連携した洋上救急などの活動は続いています。海で働く人が徐々に減ってきたことから、

「掖済」の理念は地域医療にも向けられるようになっていきました。実は、私もこの病院に赴任するまで「掖済」の意味を知らなかった(笑)。ただ、今も当院の風土の中には「掖済」の精神が流れていることを知っていただきたいと思っています。

患者様の目線で “伝える医療”を

常日頃、私たちがめざしているのは「患者様目線の医療」です。医療スタッフはきちんと説明したつもりでも、患者様には伝わっていないことがあります。昨今よく耳にする医療事故の出発点には、患者様と医療従事者とのコミュニケーションに行き違いがあることが多く、そうした事故を未然に防ぐためにもありますが、いずれにしても伝わらなければコミュニケーションは成立しません。

質の高い医療は、病院スタッフによる気持ちのよい接遇があっただけで成立するものではありません。当院も最先端の診断・治療設備を備えた医療機関としての自負はありますが、それらは医療の質を示す前提のひとつにすぎず、本質ではないはずなんです。

その点においてウチの職員はノリがいいとでも申しますか、いいことはすぐに受け入れる土壌ができています。感じているのですが、いかがでしょうか。

毎年10月に開催している「エキサイ祭り」も有志の職員の活躍によって

成り立っています。これらのイベントは掖済会病院を知っていただくための取り組みであると同時に、患者様と病院を結ぶコミュニケーションの地づくりでもあるのです。

病院も、蕎麦店も、 ”一日にしてならず“

時間に少し余裕がある日や、お客様がいらした時、私がよく訪れるのは「一心」というお蕎麦屋さんです。いつも行列ができていたところを見ると、知る人ぞ知る銘店なのでしょう。必ずいただくのは、ざる蕎麦と揚げたての天ぷらのセット。値段もリーズナブルで、大将の気配りも絶妙です。私が赴任した時にはすでにお店がありましたから、長いお付き合いになりました。そろそろ老舗の域に入ってきています。

私の好きな言葉は「ローマは一日にしてならず」。病院の場合は、目の前にいる一人ひとりの患者様にきちんと向き合っていくことでしか信頼を築くことはできません。おそらくお蕎麦屋さんと同じなのでしょう。この店の蕎麦へのこだわりを見ていると、そんな風を感じます。

とはいえ、おいしいのが一番の理由ではあるのですが(笑)。

ただ、私も患者様やご家族から「先生に看てもらえてよかったです」という言葉が励みとなり、ここまで続けることができました。この蕎麦をすすりながら、そんな風にしみじみと感じています。



手挽きそば 一心

昭和61年創業。玄そば、石臼挽き、手挽き、日本固有の品種を使った在来種そばなど、こだわりのお品書きが並ぶ銘店。天ぷらは注文が入ってから揚げるのが信条。

- 住所 愛知県名古屋市港区須成町3-9-1
- 名古屋競馬場前駅から975m
- 営業時間 11:00~14:00 17:30~20:20
木・金曜日は11:00~14:00のみ
- 定休日 月曜日

profile

愛媛県出身。名古屋大学卒業後、愛知県や岐阜県の病院勤務を経て、38歳の時に外科医長として当院に赴任。今年28年目を迎えた。愛読書は「孫子の兵法」。趣味と健康づくりを兼ねて月に1~2回ゴルフを楽しんでいる。



=====
掖済会病院の11月から12月のニュースと
これから行われるイベントの情報をお伝えします。
=====
=====

News 01

令和元年11月30日(土)

中川区役所にて
エキサイ健康教室市民講座が
行われました。

第1部は当院外科部長
加藤祐一郎医師による「がん
の診断・治療について」、第2部
は自らもがんを経験し克服
された元気アカデミー代表
加藤由香さんによる「私は
第四期のがんをこつして克
服した」をお話しいただきま



した。
同時に当院医師・看護師・
薬剤師による無料健康相談
も行われ、多くの方々にご来場
いただきました。



News 02

令和元年12月2日(月)

当院救命救急センター4階講堂にて
エキサイ健康教室が
行われました。

「歳を取るとなぜむせる?」
という演題を塚田紗弓看護師
(摂食・嚥下障害認定看護師)
が講演しました。
講演の中では、日常生活の
中のできる予防法なども紹介
され、皆さん熱心に耳を傾け
ておられました。



News 03

令和元年12月14日(土)

当院救命救急センター4階講堂にて
毎年恒例クリスマスコンサートが
行われました。

オーケストラ・ソングス楽団
の演奏に乗せて、ソプラノ歌手
奥村育子さんの美しい歌声
が響き渡りました。
また、会場ではクリスマス
らしいコスプレをした病院

職員が会場を盛り上げて
いました。
入院中の患者様も多く来場
され、少し早いクリスマス
気分を楽しんでいただけ
ました。



Information

インフォメーション

エキサイ健康教室

令和2年2月7日(金)14:00~15:00

2月

- 場所 救命救急センター4階 講堂
- 演題 「認知症かな…と思ったら」
- 講師 当院 脳神経内科 部長 細山幸子



ひな祭りイベント開催

令和2年3月3日(火)

3月

場所 外来棟一階ロビーにて

今年も
お菓子を
配ります





今回はお正月のお雑煮や、磯辺焼きに飽きてしまったときや、残ってしまった餅に少し手を加えることで喜ばれる料理を紹介します。

「餅」



栄養科
市江美津昭

今回のテーマ

花粉症

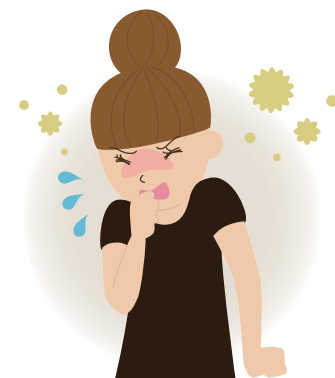
初期療法で早めの対策を

やさしい
医学

第101回

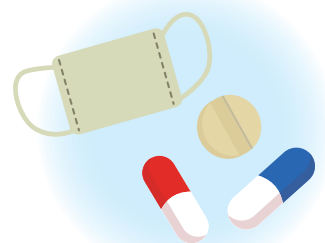
前年の気象条件が飛散量に影響します。

今や国民病ともいわれる花粉症。例年、早ければ1月頃から春先にかけて、全国各地でスギやヒノキなどの花粉が飛散し、アレルギー症状が現れ悩んでいる人が多い病気です。花粉の飛散量は前年夏の気象条件が大きく影響します。気温が高く、日照時間が多く、雨の少ない夏は花芽が多く形成され、翌春の飛散量が多くなるといわれています。(昨年は梅雨明けが平年より遅くなった地方が多く、8月後半は西日本を中心に大雨となりました。この影響で、2020年の東海地方の花粉飛散量は前年よりも少ないといわれています。)



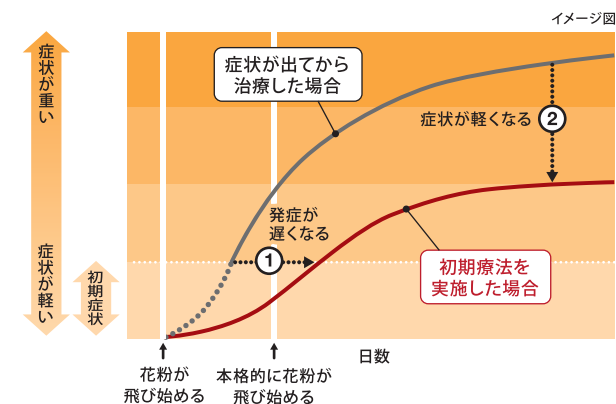
花粉症対策

「くしゃみ・鼻水・鼻づまり」などの花粉症の症状は、ひどくなると仕事や勉強、家事などが手につかなくなるなど、日常生活にも支障をきたします。マスク・メガネを着けたり、手洗い・洗顔を励行などの工夫をしても完全には花粉を回避できず、症状が現れてきます。医療機関の治療では、症状を和らげる薬を用いるほか、根治を期待する免疫療法が行われます。特に最近は、飲み薬や貼り薬などさまざまな種類が開発されていますので、かかりつけ医に自身の症状やライフスタイルを相談し、より適した種類を処方してもらうことをお勧めいたします。



花粉飛散前から準備しましょう

花粉が飛び始める前、もしくは症状が軽いうちに治療を始めることを初期療法といいます。薬は十分な効果を得るまでに一定期間が必要となります。本格飛散前に初期療法をおこなうと、症状が出るのを遅らせたり、本格飛散期に症状を軽くしたりできる可能性もありますので、かかりつけ医に相談してください。



耳鼻咽喉科 三好正人部長

医師からのひとこと

薬物治療、手術治療、免疫療法の詳細については個人差があるので症状にあわせて専門医療機関にて相談してみましょう。

ひとくちメモ

お餅はどんな成分からできているかご存じですか。お餅はもちろん、お米からできているわけですが、お餅に使われるお米は糯米(もちごめ)と呼ばれるもの。ちなみにご飯にするお米は粳米(なれぎこ)です。うるち米ももち米も共にでんぷんが主成分で75.8%を占めます。他の成分としては水15.5%、たんぱく質6.8%、脂質1.3%、灰分0.6%、です。でんぷん質を多く含む穀物はみな、重要なカロリー源であり、人間の食物として欠かせない基本的栄養素でもあります。餅は1切れ(50g)で118Kcalあり、ご飯茶碗1/2杯(80g)と同じエネルギーです。1度に3切れ、4切れと食べると思った以上にエネルギーを摂ってしまいます。また、餅は消化が良い食品ですが、ついつい食べ過ぎてしまうため、胃の中に比較的長く逗留してしまいます。そのため「餅は腹持ちがよい」のだと錯覚してしまいます。餅を食べるときには大根などジアスターゼを多く含む食品をいっしょに食べると胃の消化を助け、胃の負担を軽くしてくれます。



唐イモもち

材料 (4人分)
角餅……………2個
さつまいも……………320g
砂糖……………大さじ2
塩……………少々
きな粉……………適宜
砂糖……………適宜
塩……………適宜

作り方

1 さつまいもは皮をむいて1cm位の輪切りにし、水にさらしてからぬれたまま耐熱皿にのせ、ラップをして500Wの電子レンジで5〜6分加熱します。
2 1へ水をつけた餅を上のにのせ、再びラップをして2〜3分加熱します。熱いうちに砂糖、塩を加え、つぶして混ぜます。
3 きな粉に砂糖と塩を混ぜ(砂糖と塩は好みで)皿に入れます。
4 2の生地が熱いうちに適当な大きさの団子に丸めます。端を下に包み込むようにすると丸く仕上がります。丸くなった団子を3のお皿に入れきな粉をまぶします。

栄養素【一人分】	
揚げ餅のおろしのせ	
エネルギー	201Kcal
蛋白質	4.0g
脂質	5.6g
炭水化物	31.4g
塩分	1.3g
唐イモもち	
エネルギー	229Kcal
蛋白質	4.2g
脂質	1.8g
炭水化物	50.0g
塩分	0.1g

揚げ餅のおろしのせ

材料

(4人分)
角餅……………4個
大根……………320g
万能ねぎ……………4本
かけ汁……………適宜
だし汁……………400cc
薄口しょうゆ……………大さじ1と1/2
みりん……………大さじ1
細切りのり……………適宜
揚げ油……………適宜

作り方

1 大根はすりおろして軽く汁をきり、ねぎは小口切りにします。
2 揚げ油を160℃に熱し、餅を入れてゆっくりと揚げます。表面が薄いきつね色になり、割れてきたら、取り出し油をきります。
3 小鍋にかけ汁の材料を合わせ、強火で煮立てます。
4 器に餅を1個ずつ入れ、大根おろし、ねぎ、細切りのりをのせます。
5 餅のまわりからかけ汁をかけ、餅をかめながら食べます。

ちょっとした
待ち時間や
脳トレに

間違い探し

上下のイラストを見比べて、違っている場所を探してみましょう。
全部で8か所あります。答えは左ページの下をチェック！



みなさまの 声



師長さんが部屋にいられて気分がよくなったのは初めてであります。看護師さんと患者さんとの会話も明るい声で接している気持ちよかったです。また、私も何か頼むときも笑顔で接してくれたのでとても嬉しかったです。
(7東病棟)

点滴漏れの際に対応して下さったナーズさんが親切でよかったです。こちらが気づいてお願いするところではあるのですが、食事の前の鼻吸いを気づいて声をかけてくれた看護師さんがいてありがたかったです。保育士さんがすごく声をかけてくれて嬉しかったです。
(3南病棟)

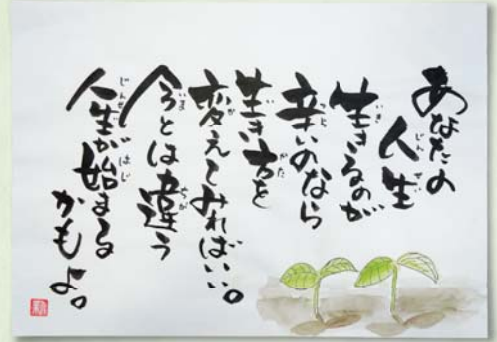
今回は、今年5回目の入院でしたが、このアンケートが初めて反映されたかは分かりませんが、入院初日から食事の量の調整がされていたのはありがたかったです。
(6東病棟)

意識を失い救急搬送され、危ない状態で後遺症も残る可能性が高い中、手厚い看護、懸命なリハビリ指導のおかげで順調に回復することが出来ました。ただただ感謝しかございません。ありがとうございました。
(6南病棟)

西川さんのケア最高。元気がもたえて気遣いがあった本当にありがと。佐々木さんをはじめ、みなさんも良くしてください。ありがとうございました。
(5南病棟)

楽詩書 コーナー

楽詩書とは、当院で入院されていた新司さんの書き綴った書です。リニューアル前のエキサイだよりの表紙を飾っておりましたが、新エキサイだよりでも毎回この素敵な書を紹介していきます！



[編集者のつぶやき]

今回からリニューアルした「エキサイだより」はいかがでしたでしょうか？エキサイだよりの歴史は古く、この号で102号となります。長く編集に携わってこられた佐竹先生、丹羽先生の意思を継ぎ、その歴史を未来へと繋げていきます。患者さまやご家族さまに親しみを持っていただけるような病院を目指して、編集者一同一丸となって作ってまいります。これからも「エキサイだより」をよろしくお願いたします。

エキサイだより vol.102

発行/名古屋掖済会病院
〒454-8502 愛知県名古屋市中央区松年町4-66
TEL052-652-7711
<http://www.nagoya-ekisaihaiosp.jp>

間違い探し答え ●左上雪の結晶がなし ●左上木の木の本数 ●月の向き ●熊の胸の模様 ●男の子の目の向き ●熊の子の頭の形 ●熊の子の頭の長さ ●熊の子の頭の形 ●一番後ろのリスの尻尾の形