



理念

- ・ 良質で心温まる医療
- ・ 奉仕の精神
- ・ 研鑽と謙虚

基本方針

- ・ 患者さまの権利を守ることを第一とする
- ・ 患者さまとのコミュニケーションを大切にする
- ・ 常に医療倫理の元に行動する
- ・ 医療安全管理の基本を怠らない
- ・ 良い接遇は良い医療を生み出すことを銘記する

糖尿病試食会を開催しました

糖尿病の治療には、食事療法・運動療法・薬物療法の3つの方法がありますが、なかでも食事療法はいかなる治療を行っている人においても必須の基本的療法です。

そこで、10月4日に内科では、大手町こぶけ内科クリニックと合同で、糖尿病外来に通院して下さっている患者さまを対象に糖尿病試食会を開催いたしました。



糖尿病の患者さまにとって、食事療法というのは最も大切な治療ですが、なかなか守ることの難しいものでもあります。どうしてもアルコールや間食がやめられない方、お腹いっぱいになるまで食べてしまう方、そしてなんとなくはわかっているけれど実際どのくらいの量を食べて良いかがわからない方、様々な理由で食事療法が守られていないのです。

そこで、実際カロリーを計算した食事を準備し、試食していただくことで、今後の食事療法への意欲につながっていけばと思い糖尿病試食会を開催いたしました。

試食会当日、大手町こぶけ内科クリニックの小武家暁子先生からは糖尿病の基本的事項から合併症、そして動脈硬化についてご講演をいただき、また、栄養士の先生からは試食会のメニューについての説明、食事療法のコツなどについてお話しいただきました。また、待ち時間を利用して血糖測定を行ったりもしました。

今回の食事は400～500kcalでしたが、調味料や食材を工夫してボリュームをもたせることができたり、調理の仕方ですべてカロリーを抑えることができたりすることを学んでいただきました。



数年ぶりの試みで不手際も多かったかと思いますが、今後の食事療法に少しでも活かすことができればと思っております。



内科医師 保澤 真紀



レシピ紹介

メイン料理

☆魚のパン粉焼き	160kcal
☆鶏肉と野菜のパプリカ煮	170kcal

} どちらか1品選ぶ

副菜

☆ひじきとオクラのサラダ	40kcal
☆野菜の炊き合わせ	50kcal
☆柚子みそ田楽	50kcal

} 3品のうち、2品選ぶ

汁物

☆歯ごたえ汁(清まし汁)	20kcal
☆ビーンズスープ(コンソメ)	35kcal

} どちらか1品選ぶ

デザート

☆ぶどうの寒天ゼリー	10kcal
------------	--------



一言メモ

- ・パン粉をつけてオーブン調理にすると、揚げるよりも80kcal程度カロリーダウン。
- ・肉類は脂身を取る。
- ・野菜はカロリーが低いため、しっかり食べても大丈夫。ドレッシングなどは適量を使い、塩分を摂りすぎないようにする。
- ・1口20回程度噛み、ゆっくり食べるようにする。(血糖の急上昇を抑えるとともに満足感を得る)
- ・歯ごたえのよいものを1品は取り入れる。
- ・デザートには適度に合成甘味料などを用いる。(多用はしない)



糖尿病試食会によせて

糖尿病試食会を10月4日に開催し、31名の方に参加していただきました。糖尿病食の試食や合併症についてのお話のほかに、血糖値の測定やおやつのカロリー展示、食事の一言アドバイスなどを行いました。

参加した方からは、「食事が美味しかった」、「話がよく分かった」など、参加してよかったという意見を多くいただきました。

たくさんの方の協力があり、糖尿病試食会を開催することができました。大変ではありましたが、勉強になることも多く、これからの栄養指導などに活用していきたいと思えます。

管理栄養士 三好 佳代



地域医療連携室の紹介



こんにちは。
地域医療連携室の紹介をさせていただきます。

お気軽にご相談下さい

地域医療連携室はガンマ棟6階にあり、
看護師1名、相談員2名が在籍しています。

主な業務は以下のものです。

- ① 相談業務（各種社会制度の相談・
経済的な相談・セカンドオピニオンなどの医療相談）
- ② 退院支援（在宅サービスの調整・転院の調整）
- ③ 他医療機関との受診予約や情報提供



物忘れが多くなって、心配

玄関やお風呂場に手すりを設置したり
和式トイレを洋式トイレに改修したいな

足腰が弱って
今までできていたことが
できなくなったわ

布団からの立ち上がりが
難しくなってきたわ
ベッドが必要ね

施設を申し込むには
どうしたらよいの？

医療費の支払いが負担で
安心して診療を受けられないな

介護保険や障害の
サービスについて聞きたいな

退院の時期が近いけど、
このまま家に帰るのは不安だわ

などなど、様々な相談にのらせていただきます。

患者さまに安心して診療を受けていただくために、
関係職種・関係機関と随時連携をとっています。
お困りのことがございましたら、
いつでも地域医療連携室にお越しください。



新任医師紹介

9月に整形外科に着任しました瀬分(せわけ)と申します。宜しくお願いします。私は、昭和55年広島大学整形外科入局ですが、広島県立身体障害者リハビリテーションセンターをかわぎりに松山赤十字病院、広島大学病院、平成年代は世羅中央病院1年、中電病院12年、済生会広島病院1年、吉島病院9年、これまで数多くの股関節疾患、脊椎疾患、結核と結核性脊椎炎(脊椎カリエスのこと)、大腿骨近位部骨折、上腕骨近位部骨折や手関節周辺骨折を経験しました。



当院では、これまでの経験を生かして、入院と手術を中心に積極的に取り組みたいと思います。得意分野は、椎間板ヘルニアや脊柱管狭窄症などの脊椎疾患由来の疼痛に対する治療(手術を含む)、整形外科的外傷や骨折での手術を中心にした治療です。私は、早くて正確な診断と治療が出来る整形外科、思いやりと絆を大切にす整形外科を目指します。入院や手術など、何でもお気軽にご相談ください。

整形外科 瀬分 厚

第2回たかの橋ふれあい祭りを開催しました

2012年10月20日(土)

今年で第2回となる、たかの橋ふれあい祭りも無事終了いたしました。昨年に比べ来客数が大幅に増え、来場された皆さまより満足して頂けたというお話を伺っております。昨年人気でした屋台やバザーは今年も来場された皆さまに喜んでいただき、また、催し物も高い評価をいただきました。

ボランティアの方々の協力もあり、利用者さまや患者さまを交えた踊りや、素晴らしい演奏も楽しんでいただけたと思います。

地域で協力し、人と人が繋がってひとつの事を成しえること、これほどの大きなイベントができることは、とても素晴らしいことだと思います。これからもこの繋がりを大切に、より大きなイベントに拡大していくことで更に地域の発展に繋がっていくことと思います。

第2回たかの橋ふれあい祭りに携わって下さったすべての人に感謝します。ありがとうございました。

たかの橋ふれあい祭り 実行委員



編集後記

寒い季節になりましたが、街のイルミネーションはとてもきれいで楽しくなりますね。

今年も残すところあとわずかです。

福利厚生・広報委員 菅原、井上

