



ザ☆ジャーナル!!

National Hospital Organization Okayama Medical Center

Vol.6
No.3

やさしさ便り～岡山医療センターの今

CONTENTS

災害拠点病院
地域医療支援病院
がん診療連携拠点病院

岡山医療センターの理念

人にやさしい病院

—Human Friendly Hospital—

- 1 患者さまにやさしい病院を目指します
- 2 病院で働く人にやさしい病院を目指します
- 3 地域の人にやさしい病院を目指します

- 2 **特集** 西棟完成紹介
- 6 センター NEWS
国立病院総合医学会を終えて
糖尿病お食事会のご案内
- 8 看護助産学校通信
医療安全通信
- 9 リソースナース室通信
臨床研究推進室便り
健康ワンポイントレクチャー
- 10 ところが喜ぶログ
健康レシピ
- 11 TOPICS!
教育研修部 研修だより
編集後記
- 12

表紙写真：2011.10.7
国立病院総合医学会
撮 影：近藤 博行



携帯サイトを
開設しました!



新病棟(西棟)の紹介

統括診療部長 佐藤 利雄

当院は、平成13年に南方から現在の田益へ新築移転し、広大な施設とスタッフの努力を礎に10年間で大きく発展しました。

さらに今年11月1日に新しい病棟(西棟)が完成しましたのでご紹介致します。

近年当院では、紹介患者、手術数ともに増加し、ベッド不足の為に救急患者の受け入れが充分に出来なくなっています。これらの問題の解決と

診療機能の充実を目的に新しい病棟を増築しました。

2階には救急病棟(9床)、手術室(2室)、地域医療連携室が入り活動しています。3階は、内視鏡センター、外来化学療法センター、がん登録事務室、がん相談支援センターなど外来診療を充実しました。4階は外科系病棟(30床)、5階は内科系病棟(30床)です。全室個室運用、プライバ



シーが確保された快適な入院生活の提供を目指しています。7階はスキルアップシアターという愛称の1フロア全体から成る研修センターで、従来のスキルアップラボ(個人技術研修用)に加え、研修用模擬病棟(愛称はホスピタルスタジオ)を備えています。1階には、職員用の保育園(定員80名)も併設しています。

8階建ての西棟が完成して病院全体で29床増の609床となりました。

新たな診療体制でさらなる躍進を目指します。



■くるみ保育園(1階)

私達は、個性輝く子ども・生きる力のある子ども・表情豊かな子ども・素直で自他に向き合える子どもを保育目標に掲げ、職員の皆様の大切なお子様をお預かりしています。

皆様に、子ども達の思いが詰まった園歌をご紹介します。

～♪～

- 1 今日も元気やって来た 可愛い笑顔のくるみっ子
お父さん、お母さんお仕事に だからいい子で待ってるよ。
くるみくるみ保育園 ※※繰り返し
- 2 家族みたいに仲良しで 泣いたり笑ったりくるみっ子
お父さんお母さん宝物 だからぎゅっと抱っこしてね。
※※繰り返し
- 3 明日は何があるのかな 夢に向かってくるみっ子
お父さんお母さんありがとう 大きくなるまで守ってね。
※※繰り返し



可愛く、明るく、楽しい園に遊びに来て下さいね。

■西2病棟(2階)

私たち西2病棟は、救急病床9床に局所麻酔対応の手術室を2室備えています。日勤帯では手術、夜勤帯では軽～中等度の救急患者様の入院に対応し、翌日の転棟までの看護を看護師長以下16人で頑張っています。お互いに慣れない業務も、新病棟を自分たちで一から



手術室

作り上げよう、新しいことにチャレンジしようという、苦しいけれどやりがいと楽しみをスタッフ全員が持っています。どうぞ、今後ともご指導とご協力をお願いいたします。



■地域医療連携室（2階）

地域医療連携室は、西棟2階の一番奥に移転しました。開放病床登録医室も隣接しています。本館外来窓口へのアクセスが近くなり、患者様や医療関係者の皆様へのよりスムーズな対応が可能となりました。また、医療相談など患者様との多様な面談に対応するため、西棟2階エレベーター前に相談室を設置しています。入院患者様への医療福祉相談や退院支援などは、従来通りですのでご安心ください。

地域医療連携室への本館病棟からのアクセスは、2階および3階の本館外来フロアを通り抜け、西棟との渡り廊下を経て、西2病棟を目指しておいでいただく形となり、従来よりやや複雑になりますが、今後とも、変わらぬご利用、ご愛顧をお願い申し上げます。



■内視鏡センター（3階）

従来の内視鏡室を閉鎖し西棟3階に新たに内視鏡センターとして装いも新たに新規移転オープンいたしました。新しい内視鏡センターは616平米の広さを誇り、明るく快適な環境で内視鏡検査を受けていただく事が出来ます。

苦痛の少ない鼻から挿入する経鼻内視鏡検査やハイビジョン画像で約100倍まで拡大して病変の詳細な観察が出来る拡大内視鏡検査をはじめ、現在国内で施行可能な内視鏡検査のほぼ全てが施行できます。また、身体にやさしい内



視鏡手術専用の手術室も用意しており、皆様方のお役に立てると思います。

■外来化学療法センター（3階）

当院では今まで外来がん化学療法は外来処置センターで行って参りましたが、

患者さんにより快適に、より安全に、安心して治療を受けていただけるように外来化学療法センターを新設いたしました。外来化学療法センター

は14床（リクライニングチェア4台、ベッド10台）で個室6室を配備し、快適な治療環境となっております。このたび専任医師、専任看護師、専任薬剤師が配属され、患者さんに安全で快適な抗がん剤治療を提供できるよう心がけております。





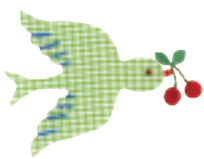
■がん登録事務室（3階）

がん登録事務室（通称：がん登録室）は新病棟（西棟）3階、エレベーターを降りて正面にある『がん相談支援センター』の南側に位置しています。平成20年に

岡山医療センターは国から『がん診療連携拠点病院』に指定され、がん登録室の稼働が始まりました。通称は『がん登録』ですが、すべての悪性腫瘍の（脳腫瘍については良性腫瘍も含む）患者さんについて、その診断期日、病変の拡がり具合（TNM分類や病期）、予後などに関する情報の登録業務を行っています。室長である米井と副室長の藤原を中心に、



がん診療に携わる多くの医師の協力を得ながら、診療情報管理士2名、医療クラーク1名により、年間約1,000件のデータを登録しています。データのセキュリティには万全をきしており、匿名化されたデータは、国立がんセンター等の公的な機関に提供され、わが国のがん罹患率の推定、がん検診の評価、がん医療の評価等に利用されます。平成24年には、3年に1度の予後の追跡調査を行う予定です。なお近い将来、悪性腫瘍以外の疾病についてもデータベースを構築することを想定しており、いずれ『がん登録室』という名称は、『臨床情報登録室（Clinical Information Registration Office）』と改称したいと思っています。



■がん相談支援センター（3階）

がん相談支援センターは月曜日から金曜日（祝祭日を除く）9時から17時までオープンしています。がんに関する情報収集ができるように、インターネット閲覧用のパソコンや書籍・DVDがあります。パソコンの利用には専用カードが必要です。受付にお越しください。また、相



談員による情報提供も可能ですのでセンターにお越しいただくか電話086-294-9911（内線8076）におかけください。どなたでもどうぞ自由にご利用ください。



■西4病棟（4階）

西4病棟は、30床全個室で、外科系の患者様が入院しています。主に、眼科や整形外科、外科などの手術を受ける患者さまや手術後の患者さまの看護を行っています。毎日、入退院と手術の多い病棟ですが、広い廊下と全個室という静かな環境で、快適な入院生活を送っていただけるよう、スタッフ一同患者さまの立場に立ったおもてなしの精神をモットーに、また、明るく楽しい病棟をめざし日々頑張っています。





■西5病棟（5階）

西5病棟は10診療科の内科系混合病棟で、代謝内科の肥田責任医長と師長・副師長・看護師14名のスタッフ構成です。

全室個室（30床）は、プライバシーが保たれ、周囲を気遣う必要がない環境を提供しています。また、自宅感覚で入院生活が過ごせる設備とCS・BS放送、個人用パソコンでのインターネット使用や、お部屋で携帯電話が気軽にできる自由な環境が整っています。

病棟方針は、「患者さまが安全・安心して治療・検査に専念できるようコミュニケーションを大切にした医療を提供します」「私たちは、あらゆる内科系診療科に対応できる知識と技術の提供ができるよう日々研鑽します」を掲げ、4月に各部署から経験年数1年～10年の看護師が選ばれ、11月オープンに向けて、未経験診療科の研修・勉強会を行いながら開設準備をしました。急性期病院としての役割の基に、チームワークとホスピタリティを大切にした医療・看護の提供を目指して、現在スタッフ一同が大奮闘中です。



■スキルアップシアター（7階）

西日本最大規模の研修センター（スキルアップラボとホスピタルスタジオ）を開設しました。

スキルアップラボでは、24時間365日いつでも個々の技術トレーニングを支援し、ホスピタルスタジオにおいては複合的テーマ研修・チーム研修の実施・発展を目的としております。オリジナル研修ソフトの充実を今後の課題とし、更なる医療の質向上に貢献したいと考えています。



■大研修室（8階）



センターNEWS

OKAYAMA MEDICAL CENTER



国立病院総合医学会を終えて

国立病院総合医学会は戦後まもなく全国の国立病院・療養所・ハンセン施設が参加する全国学会として発足しました。国立病院が独立行政法人化された後も継続され第65回を迎えた今年、当院が会長施設となり10月7日・8日の二日間コンベンションセンター、ホテルグランヴィア、デジタルミュージアム、全日空ホテルを会場に盛大に開催され成功裏に終わりました。この学会では、これら施設に勤務する全職種が参加して先端医療から看護、医療政策、病院経営など多岐にわたる内容が討論され、年を追うごとに重要性が認識され、最近では6000人ももの参加者を見るようになりました。今年は3月に東日本大震災にみまわれ開催があやぶまれましたが、むしろ被災地の方々も含めて連帯感を深めるために開催すべきだと考え予定通り10月開催としました。

学会のテーマは「明日の医療のために～チャレンジ、そしてチェンジ～」としました。

矢崎義雄理事長によるオープニングリマークス、国立病院機構本部企画によるシンポジウム「国立病院機構の基本的戦略」に続き「東日本大震災～災害医療」に関するもの、「多職種連携～チーム医療に関するもの」の二つをメインとし29のシンポジウムを組み、大変実り多いものとなりました。また一般口演、ポスター発表は合わせて1987題にもなりました。特別講演として宇宙飛行士・科学未来館館長の毛利衛先生から「宇宙からの視点～地球生命の挑戦とつながり～」というテーマで、諏訪中央病院名誉院長の鎌田實先生からは「命を支えるということ」というテーマ

でご講演をいただきました。どちらも素晴らしい内容で、サブ会場もあふれるほどの大盛況でした。終わってみれば全国からの参加者は6347名で過去最多であったと思われます。また今年は岡山という地を印象付けたいと考え岡山城前

■院長 三河内 弘

の広場で全員交流会を行いました。幸い穏やかな晴天に恵まれ、ライトアップされた岡山城と綺麗な月様をバックに全国の参加者の間で会話に花が咲き連帯感を強めるとともに、岡山のすばらしい思い出を印象付けることができましたと思っています。



学会の企画・準備・当日の会場運営など全てに当院の職員が関わりましたが、改めて職員の能力の高さ、優秀さに敬服しています。この素晴らしい職員なくして、この学会を成功に導くことはできなかったと思っています。まさに職員は病院の宝であることを再認識いたしました。この

場を借りて改めて全職員に感謝いたします。患者様方のためはもちろんのこと職員のためにも、さらに良い病院、働き甲斐のある病院にしなければいけないとプレッシャーをかけられる結果となりました。

今後とも全国の国立病院機構の一病院として、また地域の一病院としてお役に立ちたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。



国立病院機構総合医学会を終えて

■岡山看護助産学校 教育主事 入江和子

10月7日(金)・8日(土)の2日間、この岡山の地で第65回国立病院機構総合医学会が開催されました。看護助産学校でも学生と共にお手伝いができ、無事に終わり本当にほっとしております。

学生は、病院が準備して下さったピンクのスカーフで、スーツに彩りを添え、緊張しながらも、笑顔で精一杯役割を果たしてくれました。

学生の学会参加の感想では、「各職員の方々がとても優しく動きやすかった」「機構病院の規模の大きさを肌で感じた」「仕事をされている看護師の方々がたくさん看護研究発表をされていることに驚いた」などの意見がありました。

学生は、今回の学会で職員の方々と一緒にスタッフとして動くことによって、国立病院機構の中の一で



あることを実感したようでした。また、皆で協力し一つのことを成し遂げる達成感を感じながら、同じ目的を果たすためには職員の方々とのコミュニケーション、チームワーク、連携が重要であることを学習できていたように思います。日々の授業や実習とは異なる体験から、大きな学びを学会より得たことを実感した次第です。

今後も、臨床の方々と連携し、より良い学生の育成につとめていきたいと思っております。



国立病院機構QC活動奨励優秀賞及び優秀ポスター賞を受賞して

■臨床検査科技師長 榎本 泰明

この度、平成23年度「できることから始めよう!国立病院機構QC活動」経営改善部門に応募し、頭書の成績を収めました。

テーマは、検査科単独では解消しきれない検査請求漏れと加算請求不足の2点、その他コスト軽減等計4点の課題について、院長を始め、院内各部署の協力と共有認識を仰ぎ、戦略目標を「検査科の収支改善」と定め「協働」の基本理念である相互の立場や特性を尊重遵守して、アクションプランを実行しました。その結果、検査システムの改変により大幅な収支改善が実現出来たので、取纏め紹介したものです。

今回の受賞は、検査科スタッフ一同の励みと自信になりました。今後は、業務改善の有用性と手法を次世代へ継承するよう、一層努力致します。





糖尿病 お食事会 のご案内



当院では地域医療連携強化の一環として、糖尿病患者様およびそのご家族様を対象に定期的に「糖尿病お食事会」を行っております。前回（第5回）は去る2011年10月18日に行い、近隣の医療機関にかかりつけの患者様やご家族も含めて、7名の方にご参加いただきました。バイキング形式で、カロリー計算をしながら数ある食材の中から実際にご自分の料理を取り分けていただきました。

参加者の皆様からは、「今まで炭水化物を抑えていたかも…」「野菜をしっかり摂ると、おなかいっぱいになるね」など様々な感想を頂き、普段取り組まれている食事療法の中に新たな発見を見出された方も多かったようです。

食後には、参加者でざっくばらんに話し合いながら糖尿病に対する知識と理解を深める新しい療養指導ツール「カンパセーション・マップ」に挑戦し、食事療法についておさらいしました。

次回は下記の要領で2012年2月に予定しております。地域医療連携強化の一環として行っておりますので、近隣の医療機関にかかりつけの糖尿病患者様およびそのご家族様にもご気軽にご参加頂ければ幸いです。



記

日 時：2012年2月21日（火） 11:30～13:30

場 所：岡山医療センター 本館 11階 スカイラウンジ
（岡山市北区田益1711-1）

参 加 費：食材費として800円いただきます。

予約方法：栄養管理室

直通電話：086-294-9512（内線番号：**4153**）に直接お電話下さい。

氏名、性別、年齢、住所をうかがいます。

締 切：最終締切日は2月14日ですが、定員に到達次第締切りとさせていただきます。



DPC勉強会への取り組み



H23.3月より、佐藤統括診療部長をオブザーバに迎え、病歴管理室と医事係が中心となりDPC勉強会の開催をしています。「病歴管理室」と聞くと、「病歴？あ～あの地下にあるカルテがある所？」とか「仕事って何してるん？」といった院内での認知度で、場所さえ把握していない職員が多いのが現状でした。これではダメだ!!という上司の後押しもあり、我々の業務内容を理解してもらい、同時に、日常業務の中心であるDPC制度を、院内に周知することで、業務の効率化を目指すことを目標に取り組みを開始しました。

内容は①医師の疾病に対する講義（初心者向け）②診療情報管理士から質の高いコーディング、請求ミス減少のた

めの注意点の説明③入院係から実例の検証です。これらにより診療情報管理士の仕事を理解してもらい、DPC制度に対する院内全体の意識統一およびレベルUPを図っています。第7回終了しましたが、毎回勉強会は盛況で、先日とも放射線科の方より、激励のお言葉をいただきました。毎回好評をいただいておりますが、多数の他職種の方の参加をお待ちしております。



看護助産学校 通信 Vol.7

キレイのカプロジェクトに 取り組んで

12期生 道橋 霞

昨年から取り組んでいるキレイのカプロジェクトで、ようやく患者様に私たちの頭髮でできたウィッグを届けることが出来ました。患者様は、東日本大震災で被害にあわれた宮城県石巻市の女性患者様で、たまたま山陽放送の方が、その患者様がウィッグを受け取り、実際に自分につけられた場面を撮影されていました。先日、その場面と患者様のメッセージをビデオに収録されたものを視聴させていただきました。

患者様は涙を浮かべながら、「若返った気分だ」「お化粧をする気分になった」「外出もしたいと思う」などと言われており、患者様自身が気持ちを明るく生き生きとされておられる様子に感動し、涙がこぼれました。

まだ、学生で何も出来ない私たちでも、誰かの力になれることに喜びとやりがいを感じ、この活動はずっと続けていきたいと強く思いました。

「キレイのカプロジェクト」

癌患者さんにとって治療に伴う脱毛は、最も大きな苦痛の一つです。少しでもつらさをやわらげ、前向きな気持ちを支援する事を目指して、NPO法人キャンサーリボンズとP&Gパナソニックと共同で2008年度に、看護学生の髪を使って医療用ウィッグを作る企画を立ち上げ、2009年度には15人の女性にウィッグをお贈りしました。当校も中四国初のこの取り組みのサポーター校として、2010年度より支援活動に参加させていただいています。



と笑顔をこれからも届けたいと思います。

誓いを新たにして

13期生 堤 千咲

先日の10月14日、私たち13期生は継灯式を迎えました。入学後の半年間は、毎日が忙しく感じ、でも看護学生として充実した日々でした。夏休み前の早くから1人ひとりが、継灯式に向けてどういう看護を目指していけばいいか試行錯誤してきました。その時にいつも心に留めておいたことは「博愛」「叡智」「自律」という当校の理念でした。13期生の学年の想いを、学校の理念に寄せて考えた誓いの言葉を是非ここに紹介したいと思います。

私自身はこの言葉を口にする時、“患者と同じ目線で寄り添える看護”という自分自身の目指す看護への思いが高まり、大変だけど頑張ろうという気持ちになれます。まだまだ分からない事だらけで、これからの学習や実習の中でも行き詰まることもあると思います。その時は、この誓いの言葉に立ち返り、一步一步確実に歩んでいきたいと思っています。



すべての人々に安心、信頼される看護を目指し、確かな知識と技術を身につけるために、向上心を持ち日々研鑽します。今まで受けた温かな愛に感謝し、同じ志を持つ仲間と助け合い、一人ひとりが成長し合い、自ら信念を持った、責任ある看護実践者を目指します。すべての人々に目を向け、人間の存在価値を尊重し、生や死をめぐる人々の苦しみや痛みに寄り添い思いやりと優しさのある看護を目指します。

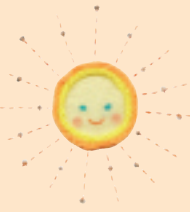


医療安全 通信

—セーフティマネージャー会議より—

セーフティマネージャーの グループ活動 ＜教育研修グループ＞

患者と医療者、医療者同士が良好なコミュニケーションをとり、チームエラーや事故を防止する風土作り・医療安全に関する情報共有を目標として、新採用者対象の点滴静脈内注射・真空採血・輸液ポンプ・シリンジポンプの使用法、危険な薬剤、人工呼吸器の安全使用、せん妄など、タイムリーな研修を心がけています。



リソース ナース室 通信

Vol.10



皆さん。こんなことを
やってほしい! というリクエストを
お待ちしております!

今年度から、リソースナース室のメンバーになりました。
今年の3月までは、病棟でがんの患者さんの看護をして
いましたが、4月から看護の場を外来に移しました。
11月からは、外来化学療法センターが新設されました。
今後、認定看護師として、実践・指導・相談をしながら、が
ん化学療法を受ける患者・家族、そしてがん化学療法に
携わるスタッフの方々の、連携窓口となれるように努力し
ていきたいと思ひます。よろしくお願いいたします。

がん化学療法看護認定看護師 川口 小巻



臨床研究 推進室便り

臨床研究推進室において、看護師4名が治験や臨床
研究の推進のために、CRC(治験コーディネーター)
として働いています。看護の視点を生かし被験者様
の気持ちを大切にしながら日々頑張っております。

今回は、治験管理室で働いている治験コーディネ
ーターの役割についてお話しします。現在、当院では、薬剤師
2名、看護師4名が治験コーディネーターとして働いてい
ます。患者さんが治験の内容を理解・遵守できるようなサ
ポート(説明文書作成・スケジュール調整・服薬指導・来院
時面接)や、院内スタッフが治験にスムーズに関われるよ
うなサポート(説明会の開催・病院スタッ
フへの日々の申し送り・診察への同席)、そ
の他重要な役割として治験が行われるま
での準備・臨床検査準備・報告書の作成・
治験依頼者との対応など様々な業務を
行っています。患者さんの気持ちを考え
ながら治験が正確かつ円滑に進むよう治



験に関わるスタッフ間の調整を図るのが、我々治験コー
ディネーターの役割です。



健康 Healthy ワンポイント One-point lecture レクチャー

歩き方により筋力が低下している部位が分かる!!!

リハビリテーション科
PRESENTS!!

筋力が低下している部位により、歩容(歩き方)に特徴が現れます。
その歩容から筋力低下が起きている部位を予測し、また、それらの
症状を予防するための筋力トレーニング方法を紹介します。

回数を5~10回を
1セットとし、少しずつ回数・
セット数を増やしていきましょう。
継続することが大事です。

踵〜足底接地時に膝折れが起こる
→**大腿四頭筋(大腿部前面)の筋力低下**



足底接地時に骨盤が対側に傾斜し、
頭部や体幹が傾く。
→**中殿筋(骨盤側面)の筋力低下**



踵接地直後に体幹を後ろに反らす
→**大殿筋(骨盤後面)の筋力低下**



Column

こころが 喜ぶログ

フリーアナウンサー
遠藤寛子



コトバのチカラ

現在、私はフリーアナウンサーとして山陽放送でラジオなどの番組も担当させていただいています。

山陽放送では今年の10月からテレビやラジオを通して『コトバのチカラ』というプロジェクトを展開しています。

～言葉には大きな力が宿っている～言葉は、人を救うことも反対に人を傷つけることもあります。

その“言葉”と常に向き合っている放送業界の責任として、“言葉”について皆さんと一緒に考えるきっかけにしていきたいというプロジェクトです。

担当している番組では、街で出会った方々から“好きな言葉、大切な言葉、心に残った一言”などをお聞かしています。

そこで、たくさんの素敵な言葉に出会いましたので、いくつかご紹介いたします。

ある60代の女性は「感謝」。この一言に尽きます。様々な経験を積み重ねてきて今やっとこの言葉の本当の意味を知ることがで

きたの。」、30代の女性は「“そのままいいんだよ” 人生に思い悩んでいた若かりし頃に友人から言われた言葉です。ふっと心が軽くなったのを覚えています。」、40代の男性「“努力” とにかくダメもとでやってみる!ですかね。」、また80代の女性は「これまで仕事を頑張ってきたから“ゆっくりしましょうか” という言葉かしらね…。」
などなど…。

皆さんそれぞれに素晴らしい言葉を持っていて、マイクを向けるたびに私自身が大きなチカラをいただいています。

聞いてくださっている皆さんも元気になれるような、そんな言葉をラジオやテレビを通じて、これからもお伝えしていきたいと思っています。

さて、あなたにとっての“好きな言葉” はなんでしょうか?



PROFILE 平成5年、山陽放送株式会社入社。在局中は夕方ローカルワイドニュース「山陽TVイブニングニュース」や県政・市政などのテレビ番組、スポーツ番組のリポートなどを担当。また、ラジオではお昼のワイド番組をはじめ、数多くの番組を手がける。平成12年に同社を退社後、フリーとして活動中。現在は、山陽放送テレビ・ラジオで朝の定時ニュース担当。またイベントや式典、ウエディングなど、様々なシーンでの司会進行でも活動が続ける他、マナー研修の講師も務める。



栄養管理室 PRESENTS!

栄養満点!ヘルシーメニュー

鰯のキムチ煮

【材料】(2人分)

- 鰯 2切
- 絹豆腐 100g
- キムチ 60g
- 水菜 50g

調味料

- 水 1/4カップ
- 酒 大さじ1
- 醤油 小さじ1/3
- ごま油 小さじ1/4

【作り方】



① 鰯は一口大に切る。豆腐は水切りし好きな大きさに切る。白菜キムチもざく切りにする。



② 鍋に調味料を入れて火にかき、煮立ったら鰯とキムチ、豆腐を入れて蓋をして煮る。



③ 時々かき混ぜて、水菜を加えてさっと火が通ったら完成。

1人前
エネルギー:120Kcal
たんぱく質:19.0g
脂質:2.5g
塩分:1.1g



鰯のお話



鰯は海底で生活していて、海底に生息する他の生物を貪欲に摂食する事から、「たらぶく食べる」「やたら食う」の語源になっています。

また白身魚の中でも脂肪分が非常に少なく、その脂肪分は鯛の約1/9程しか含まれていない淡泊でヘルシーな旬の食材です。

地域医療研修室

セミナー・講演会 (12月・1月)

会場: 当院西棟8階大研修室
時間: 19:30~20:30

日程	種 別	演 者
平成23年12月20日(火)	第114回初期治療セミナー	化学療法の副作用とその対策 診療部長 米井 敏郎
		放射線療法の副作用とその対策 放射線科医長 新屋 晴孝
平成24年 1月17日(火)	第115回初期治療セミナー	岡山医療センターの国際医療協力 外科医長 臼井 由行



教育研修部 研修だより

平成23年度中国四国ブロック管内
小児救急研修会を開催

小児科医師 清水 順也

11月18日から20日の3日間、看護師・助産師・医師43名と、3日目には岡山県内の救命救急士・養護教諭33名の参加者を迎え、第7回の研修を開催しました。新病棟7階スキルアップシアター、8階研修室フロアの柿落としとなった今回は、メインテーマを「こどもを理解する ～知と技のトータルアプローチ～」としました。例年どおりの一般的な小児救急に関する講義・実習に加え、新たにホスピタルスタジオで実際に人工呼吸器に触れながらの実習を行い、また、昨年に引き続き兵庫県立こども病院小児救急看護認定看護師 清水称喜先生に「子どもたちへのアプローチ 小児救急看護の現場から」と題して招待講演を頂き、いずれも研修後のアンケートでも好評でした。新病棟の立派な設備に負けないよう今後も研修ソフト面をバージョンアップさせていけたらと思います。



編集後記

話題満載の今号、ようやく発刊の運びとなりました。今号は、地域連携係長の大西君が編集担当で頑張って、明るい紙面ができあがりました。ありがとう!ウサギのように飛躍する筈であった今年は、大震災、国病学会、新病棟竣工と、竜巻にもまれながらもなんとかみんなで力を合わせて走り抜けたような、「脱兎の一年」でした。まだまだ大行事は続きます。少し長くなりますが、マハトマ・ガンジーの言葉を引用して、編集後記にかえたいと思います。『理想に近づこうと努力すればするほど、理想は遠ざかっていくものだ。しかし、理想の実現よりもはるかに価値あることは、熱い思いを持って前に進み続けることである。ときにつまづき、ときに倒れることもあるだろう。それでも私たちは再び立ち上がる。現実から逃げることさえしなければ、それで充分である。(1919年9月7日)』

(大森 記)