

ありのままをお伝えする季刊誌

2005

# SUZUCHU VOL.3 NOW

秋

- 発行日 2005年10月1日
- 発行 鈴鹿中央総合病院
- 編集 鈴鹿中央総合病院広報委員会  
〒513-8630 鈴鹿市安塚町山之花1275-53  
TEL 0593-82-1311
- URL [http://www.miekosei.or.jp/2\\_sch/](http://www.miekosei.or.jp/2_sch/)
- 編集協力 TCK名古屋

道

…その先にあるもの  
「健全経営」全ては地域のために

■Salon de news

- ・救急フェア開催
- ・小児科医療集約化
- ・第7回納涼医局会

■からだの春夏秋冬

睡眠時無呼吸症候群

■院内【知っ得!辞典】

ICT(感染対策委員会)

■誌面でクッキング

いびきと肥満に効く簡単レシピ!





# Coffee Break



# SALON DE NEWS

鈴中ニュース

## 第7回納涼医局会

恒例になりました納涼医局会が平成17年7月21日(木)172名の参加者によって盛大に開催されました。第一部では鈴鹿中央総合病院の診療報告が行われ、各医師による「早期胃癌に対する内視鏡治療」向 克己、「神経内科の治療方針」真鈴川 聡、「子宮体癌について」矢納 研二、「胸腔鏡手術の現状」深井 一郎の4題が発表されました。第二部では懇親会が行われ、新任医師及び研修医の紹介、情報交換等親睦が図られました。たくさんのご参加ありがとうございました。

## 小児科医療集約化

平成17年8月1日より鈴鹿市の小児医療体制が変わりました。小児科の入院治療及び時間外2次救急(入院を必要とするような病気)は鈴鹿中央総合病院に集約されることになりました。



## 救急フェア開催報告

9月9日(金)当院中央ホールにて救急フェアを開催しました。皆さまの沢山の参加、ありがとうございました。内容は、心肺蘇生法や高規格救急車の展示、応急手当、クイズ等を行い、特に一般の方に使用が認められるようになった自動体外式除細動器(AED)を用いての蘇生法や、災害時に必要な器材に関心が寄せられました。



事務部長 渡邊 裕

鈴鹿中央総合病院が「地域医療支援病院」としての使命を果たしていく上で、大前提となる重要なキーワード。それが「健全経営」である。



# 道

…その先にあるもの

# 「健全経営」すべては地域のために

経営が健全だからこそ、**「選ばれる病院」であり続けるために。**

「市民病院のない鈴鹿市において、当院はその機能をも担っています。健全経営の維持は、その大切な使命を果たしていく上で根幹をなす重要なものだと考えています」そう語るのは渡邊裕事務部長。経営戦略の立案と具現化を担当する部署のトップである。地域医療支援病院として、地域の人の健康を守り続けていくこと。臨床研修指定病院として、明日の地域医療を担う人材を育成していくこと。災害拠点病院として、万二の際にも高度医療を提供できる体制を整えておくこと——などなど、鈴鹿中央総合病院はいわば地域医療の



## 「選ばれる病院」であり続けるために。

では、健全経営の維持のために、鈴鹿中央総合病院ではどのような取り組みを進めているのか。その取り組みは大きく2つに分けられる。「選ばれる病院になること」と「業務の効率化」だ。渡邊事務部長は語る。「選ばれる病院になる——これは、健全経営の大切なポイントであるとともに、当院の理念でもあります。では、どうすれば選ばれる病院であり続けられるのでしょうか。私たちは地域医療の中でも特に高度医療・

リーダーとして、さまざまな使命を担っている。これらはすべて、経営が健全であってこそ可能になるもの。今回、当コーナーで「健全経営」をテーマとして取り上げた理由はそこにある。

救急医療の提供を使命として担っています。健全経営の維持により、高度な医療環境を整備し続けていくことがまず、選ばれる病院であり続けるための大切な要素です。ハード面ではその他にも、身体障害者用駐車場の整備や院内のバリアフリー化なども進めてまいりました。今後はより利用しやすい環境を整えるために、病棟の再編についても検討していきたいと考えています。ソフト面においては、接遇委員会やTQM(※1)などの活動を通して、患者さまサービスの向上に力を注いでいます」

## 業務の効率化も積極的に推進。

業務の効率化についても、さまざまな取り組みを実施している。「これまでにCE(※2)部の立ち上げによる医療機器の一括管理、コージェネ(※3)の導入による電気の削減などを行ってきました。今後は電子カルテの導入による業務の効率化なども進めていきたいと考えています」そして、健全経営を維持していく上で何よりも重要なのは、やはり病診連携の強化だと渡邊事務部長は語る。

## こちら解説室

- ※1 TQM Total Quality Managementの略。全員・全体で、医療の質を継続的に向上させるための活動。
- ※2 CE Clinical Engineerの略。CE部は臨床工学士で構成され、医療機器の一括管理を推進し、過剰設備を防止するとともに、機器故障・誤操作による事故発生を防ぐ役割を担っている。
- ※3 コージェネ 発電に伴って発生する熱を給湯や冷暖房などの用途に利用する省エネルギーシステム。



「地域連携室の増員を図るなど、病診連携の強化には積極的に取り組んでいます。地域の皆さまにも、病診連携という患者さまにとってメリットの多いシステムへのご理解をぜひいただきたいと考えています」

# からだの春夏秋冬

## 「いびき」と「睡眠時無呼吸症候群」

秋も深まって参りましたね。ゆっくりと休養をとるにはとても良い季節です。今回は睡眠時無呼吸症候群についてお話しします。



いびきは、息を吸い込む時に気道の中の圧力が気圧よりも低く、「真空より」になります。すると気道の壁は吸い寄せられ細くなります。起きている時は体に力が入っているので空気の力ではあまり細くなりませんが、睡眠中は体の力が抜け気道の壁が柔らかくなっているため、舌や軟口蓋(いわゆる「のどちんこ」)を中心とした部分などで著しく狭くなり、壁が振動してブルブル音が発生するのです。これが「いびき」です。扁桃腺肥大や肥満などで気道の一部がもともと狭いと、この現象が生じやすく、気道が細くなり過ぎて完全に閉じてしまうと呼吸が止まります。これが睡眠時無呼吸です。

**睡眠時無呼吸症候群**というのは、無呼吸のレベルがある一定の基準以上にひどくなった場合をいいます。ひどくなると眠っている間息苦しい状態で過ごすため、熟睡出来ません。自分は眠っているつもりでも眠れていないのです。そのため昼間も眠気が強く、集中力も欠如し仕事の効率の低下や交通事故などを招いたり、アドレナリンの分泌が増え血圧の上昇・心拍数の増加をきたし脳梗塞や狭心症、心筋梗塞を引き起こす原因になります。

夜中に何度も目が覚める、昼間に異常な眠気がある、いびきがひどくて高血圧、などの方は一度睡眠時無呼吸を疑って検査を受けられる事をお勧めします。

(耳鼻咽喉科 藤田 祐)



## HEADLINE

### つなげ、命の大切さ!



当院では去る9月の「救急月間」にちなみ、いろいろなイベントが開催されました。



コンピュータで現場確認      いざ、出勤      救命処置      救急車内の説明      救急フェア

9月4日～9月10日まで当院医師、看護師が救急車搭乗実習をし院外の救急現場を体験。  
9月9日(金)には恒例の「救急フェア」を催し、一般の方にも救急法を学んでいただきました。

## 研修会のお知らせ

### 鈴鹿地域医療支援勉強会

日時・場所 平成17年 **10月13日**(木曜日)  
●18:30～20:30 ●鈴鹿中央総合病院/2階講義室

症例検討 **「早期胃癌」**  
演者：病理/馬場 洋一郎医師

講演 **「糖尿病性網膜症(基礎的知識から治療まで)」**  
演者：眼科/有馬 美香医師

RCC **「腹部外傷に対するIVRの2例」**  
演者：研修医/多田 耕平医師



質問に答える林医師



救命士さんも真剣

### BCT

日時・場所 平成17年 **10月12日**(水曜日)  
●7:00～8:00 ●鈴鹿中央総合病院/2階講義室

講演 **「脳出血、脳梗塞の診断と初期治療」**  
演者：脳神経外科/林 真人医師

日時・場所 平成17年 **10月26日**(水曜日)  
●7:00～8:00 ●鈴鹿中央総合病院/2階講義室

講演 **「脱臼整復手技」**  
演者：整形外科/山田 浩之医師

### ★お知らせ★

**10月27日(木)クリニカルパス大会  
開催のお知らせ(別紙参照)**

8月25日(木)に予定しておりました  
(台風12号荒天のため延期)  
学術講演会は**11月17日(木)**に開催予定です。

### 新任 ドクター 紹介

#### 呼吸器内科(非常勤)

小林 裕康(こばやし ひろやす)  
日本呼吸器学会専門医

#### ひと言

大学卒業後、塩浜病院での初期研修、紀南地域での5年間にわたるへき地医療従事、また米国での研究生生活を経て現在三重大学病院で臨床と研究に携わっています。今後は地域の方々の健康増進に少しでも寄与出来ますよう頑張る所存でございます。よろしくお願い致します。

# SUZUCHU

## 消化器内視鏡 HOT LINE 内視鏡による胃がん検診



斎藤 知規

胃がん検診にはレントゲンと内視鏡による2つの方法があります。日本消化器集団検診学会のまとめによると、胃がん発見率は、レントゲン検査で0.105%、胃内視鏡検査で0.29%でした。

当院の内視鏡による胃がん検診は非常に質が高く、平成17年度(4月～8月現在)の胃がん発見率は0.94%と全国平均の約3.3倍でした。

### 当健診センターの内視鏡による胃がん検診

平成16年4月から健康管理センター「オーリーブ」が開設され、胃がん検診に積極的に内視鏡検査が導入されるようになりました。平成16年度の内視鏡検診による悪性腫瘍(胃がん、食道がん、悪性リンパ腫)の発

見率は0.71%(胃がん発見率0.338%)と非常に高く、このデータをもとにして平成16年3月に『内視鏡による胃がん検診のすすめ』というパンフレットを作成し、内視鏡による胃がん検診を啓蒙しました。これにより平成17年4月以降、内視鏡による胃がん検診の受診者は約2倍に増加しました。(表1)これにともない胃がん発見率もさらに上昇しました。(表2)

また平成17年7月から内視鏡専門医も1名増員し、内視鏡画像ファイリングシステム(内視鏡画像管理コンピューター)も導入され、さらに診断能力が高くなりました。平成17年7月、8月の2ヶ月間の内視鏡による胃がん発見率は1.526%(全国の胃がん発見率の5.26倍)と全国でもトップクラスであり非常に質の高い内視鏡検査を行っ

ています。また内視鏡で発見された胃がんは19例中17例が早期の胃がん、そのうち6例は内視鏡的切除(ESD:内視鏡的粘膜下層切開・剥離法)が可能な極めて早期の胃がんでした。内視鏡による検診で胃がん以外にも早期食道がん4人、胃マルトリンパ腫(胃悪性リンパ腫に進行することが多い)3人が発見されています。

当院の内視鏡室では経験豊富な専門医師、看護師、内視鏡技師が揃い充実した環境の中で、安楽かつ質の高い検査を患者さま及び検診受診者に提供できるよう努力しております。

今は早期の胃がんであれば90%が治る時代です。発見率が高く、より早期の段階で発見できる「内視鏡による胃がん検診」を積極的にうけてみませんか。

(表1) ●胃がん検診の受診者	内視鏡検査	レントゲン検査
平成16年4月～8月	668人	1625人
平成17年4月～8月	1374人	1538人

(表2) ●当健診センターの内視鏡による胃がん発見率	発見率
平成16年4月～平成17年3月	0.338%(6/1774人)
平成17年4月～8月(現在)	0.946%(13/1374人)

### 各種サービスをご活用ください

#### 母親教室

■前期(妊娠4～5ヶ月) ●毎月1回/10月17日・11月21日・12月12日  
■後期(妊娠8ヶ月の終わり) ●毎月1回/10月24日・11月28日・12月19日  
●場所:どちらも2階講義室 午後1時より3時まで

乳房マッサージについても受け付けております。  
※詳しくは産婦人科外来  
TEL 0593-84-1024まで

### 外来のご案内

#### ◆診療受付時間/午前8:30～11:30

※再来受付機のご利用は  
午前7:30～11:30まで

#### ◆休診日/土曜・日曜・祝日

年末年始(12月30日～1月3日)  
※救急の場合は休診日や診療時間帯に関わらず対応いたします。

#### ◆診療申込み

初診の方および、受診する科が初めての方は診療申込用紙に必要事項をご記入の上、保険証とあわせて新患受付にお出ください。  
※保険証に変更がある場合は必ず受付までお申し出ください。

#### ◆患者さまへのご案内

●診察券はご来院の際、必ずお持ちください。各科共通で永久使用しています。  
●毎月1回、保険証の確認を行っております。

#### ◆2ヶ月以上、確認が取れない場合は再来受付機での受付ができません。

●受診の際、お車でお越しの方は駐車整理券を会計後お出しいただき、駐車料金無料の磁気処理をお受けください。

#### ◆紹介状をお持ちの方

●紹介患者さま専用受付を設置いたしております。紹介状をお持ちの場合は紹介受付へお越しください。また、紹介状をお持ちいただきますと、診察時間を優先させていただきます。

#### ◆特定療養費について

●初診で紹介状をお持ちでない場合は、初診時特定療養費1,575円をいただきます。紹介状をお持ちになれば初診時特定療養費の1,575円は免除されます。

### 病院の理念

良質で高度な医療を提供することにより、地域の皆様に信頼され、選ばれる病院でありたい。

### 病院の目標

- 1.患者さまの尊厳重視と、公正な医療の提供
- 2.最新で高度な医療の提供
- 3.医師の説明と、患者さまの選択に基づく医療の提供
- 4.情報の開示と、セカンドオピニオンの推進
- 5.地域医療ネットワークの推進

地域医療支援病院 三重厚生連  
**鈴鹿中央総合病院**  
TEL (0593) 82-1311



# SUZUCHU 外来診療担当医表

(17年10月1日現在)

診療科目	診察室	月	火	水	木	金
内科	1診	濱田正行(循)	山本伸仁(呼)	澤井俊樹(循)	宮原真敏(循)	北井珠樹(循)
	2診	向 克己(消)	川上恵基(血)	斉藤/佐瀬(消)	渡辺泰行(血・免)	岡野 宏(消・肝)
	3診	西村 晃(肝)	西村 晃(肝)	西村 晃(肝)	山本伸仁(呼)	西村 晃(肝)
	4診	岡野 宏(消・肝)	渡辺泰行(血・免)	北井珠樹(循)	暮石泰子(循)	澤井俊樹(循)
	5診	山本伸仁(呼)	向 克己(消)	川上恵基(血・免)	濱田正行(循)	高木幹郎(腎)
	7診	宮原真敏(循)	佐瀬友博(消)	市川和秀(循)	齊藤知規(消)	宮原真敏(循)
	8診	藤田 聡(循)	加藤正美(消)	加藤正美(消)	川上恵基(血・免)	加藤正美(消)
	9診	暮石泰子(循)	藤本 源(呼)		石川英二(腎)	田口 修(呼)
	10診	北野滋久(腫瘍)				
	眼科	1診	有馬美香	有馬美香	大学医	有馬美香
2診		泉 奈々・坂倉美佐	坂倉美佐・泉 奈々		坂倉美佐・泉 奈々	泉 奈々
午後		手術	予約検査	予約検査	手術	予約検査
小児科	1診	西 英明	西 英明	西 英明	西 英明	
	2診	新藤啓司	伊藤馨子	新藤啓司	伊藤馨子	新藤啓司
耳鼻咽喉科	1診	足立光朗	新患のみ	藤田祐一	藤田祐一	足立光朗
	2診	藤田祐一		大学医	足立光朗	藤田祐一
	午後		手術	手術	PM予約検査	手術
呼吸器外科	1診		水野幸太郎			深井一郎
心臓血管外科					大学医	
外科	1診	飯田俊雄	田岡大樹	金兒博司	森山貴子	今井俊積
	2診	今井俊積	今井俊積	初診のみ	飯田俊雄	田岡大樹
	3診	金兒博司	森山貴子	担当医	担当医	森山貴子
整形外科	1診	佐藤憲史	高橋明子	高橋明子	佐藤憲史	奥山典孝
	2診	山田浩之	奥山典孝	稲田 均	稲田 均	稲田 均
	3診	奥山典孝	山田浩之	佐藤憲史	山田浩之	高橋明子
		PM手術	PMギプス	手術	手術	検査
脳神経外科	1診	久我純弘	森川初診紹介のみ	森川篤憲	久我純弘	森川篤憲
	2診	石垣共基	林 真人	久我純弘	石垣共基	林 真人
			手術	脳ドック結果説明	手術	脳ドック結果説明
神経内科	1診	賀川 賢(初診)		賀川 賢(初診)		賀川 賢
	2診	真鈴川 聡	真鈴川 聡(初診)	真鈴川 聡	紹介患者様のみ	真鈴川 聡(初診)
皮膚科	1診	野内伸浩	大学医	野内伸浩	野内伸浩	野内伸浩
	2診	大学医				
	午後	手術			手術	
産婦人科	1診	早川滋彦	矢納研二	丹羽正幸	早川滋彦	矢納研二
	2診	丹羽正幸	早川滋彦	矢納研二	丹羽正幸	早川滋彦
泌尿器科	1診	日置琢一	日置琢一	大学医	坂田裕子	鈴木竜一
	2診	坂田裕子	坂田裕子		鈴木竜一	日置琢一
精神科	1診	完全予約初診のみ			完全予約初診のみ	
麻酔科	1診	橋本 宇	橋本 宇	橋本 宇	橋本 宇	橋本 宇
放射線診療	1診		大学医(午後)		大学医(午前)	大学医(午前)
健診センター		金丸・川原田	西村・川原田	金丸・川原田	西村・川原田	1・3 金丸・川原田 2・4 金丸・西村

## 特殊外来

### 内科

循環器外来	月・水・木・金曜日
消化器外来	月・火・水・木・金曜日
呼吸器外来	火・金曜日
肝臓外来	月・火・水・金曜日
血液・免疫外来	火・水・木曜日
腎臓外来	木・金曜日

### 眼科

レーザー治療	火・水・金曜日 午後 要予約
斜視・弱視外来	火・水・金曜日 午後 要予約

### 小児科

乳児健診	水・金曜日 午後
予防接種	火曜日 午後 (BCG火曜日午後)
慢性疾患外来	水曜日 午後
育児相談	金曜日 午後予約 無料

### 耳鼻咽喉科

補聴器外来	第2・4水曜日
予約検査	木曜日 午後 14:00~16:00

### 外科

ストーマー外来	木曜日 14:00~(予約制)
乳腺外来	月曜日 14:00~(予約制)

### 整形外科

リウマチ科	水・金曜日
-------	-------

### 産婦人科

乳房外来	火・木・金曜日 午後 予約制
助産婦外来	月~金曜日 予約制
予約・再来	

### 麻酔科

ペインクリニック	月~金曜日
----------	-------

### 放射線診療

CT・MRI・RI・放射線治療	要予約
-----------------	-----

### 健診センター「オリーブ」

人間ドック	月・火・水・木・金曜日 (予約制)
脳ドック	月・火・水・木・金曜日 (予約制)
肺がんドック	月・火・水・木・金曜日 (予約制)
*健診センターにて受付致します。	

裏面の  
外来のご案内を  
ご覧ください

# ご近所のお医者さま

当院の登録医院を毎月5機関ずつ  
紹介してまいります。

## ばん小児科



医師名  
伴 英昭

### ◆診療科

●小児科

### ◆特色

一般外来のほか、乳幼児健診、予防接種、育児相談、喘息外来を行っています。

### ●休診日

日曜・祝祭日 木曜日午後

### ●診療受付時間

9:00~12:00 15:30~19:00

### ●所在地

〒513-0012 鈴鹿市石薬師町358

●電話 0593-74-0020

fax 0593-74-1936

## 長瀬内科



往診可 (応相談)

医師名  
長瀬 弘明  
一色 教幸

### ◆診療科

●内科 ●消化器科  
●循環器科 ●呼吸器科

### ◆特色

○一色医師(消化器病専門医、肝臓病専門)慢性肝炎・健診肝機能異常等への専門的対応  
○生活習慣病指導・予防接種の実施各種健康相談

### ●休診日

日曜・祝祭日 木曜午後 土曜午後

### ●診療受付時間

9:00~12:00 15:00~18:30  
(telのみ8:00~受付可)

### ●所在地

〒510-0244 鈴鹿市白子町70-1

●電話 0593-86-5121

fax 0593-86-5195

## すずかこどもクリニック



医師名  
渡辺 正博

### ◆診療科

●内科 ●小児科 ●皮膚科  
●アレルギー科

### ◆特色

喘息、アトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患、てんかんなどの神経疾患  
14:00~15:30は予約診療  
予防接種(月曜日 火曜日 木曜日 土曜日)  
乳児健診(火曜日 金曜日)  
一般診療は予約制ではありません。

### ●休診日

日曜・祝祭日 水曜午後

### ●診療時間(受付/8:30~12:00 14:30~18:00)

9:00~12:00 14:00~18:30  
(土曜日14:00~15:00)

### ●所在地

〒510-0258 鈴鹿市秋永町652-1

●電話 0593-80-1800

fax 0593-80-1881

## 金児小児科



医師名  
金児 清之

### ◆診療科

●小児科

### ◆特色

当院では、一般の感染症の疾患(かぜ等)のお子様と病気を持っていない健診・予防接種のお子様、待合室で一緒になることがないよう、それぞれ時間帯を別にしてます。

### ●休診日

日曜・祝祭日 水曜午後

### ●診療時間(受付/8:45~12:00 14:30~18:00)

9:00~12:00 16:00~18:00  
健診・予防接種 15:00~16:00予約制

### ●所在地

〒513-0816 鈴鹿市南玉垣町6998

●電話 0593-83-0421

fax 0593-83-0587

## 旭が丘ファミリークリニック



往診可  
(14:00~15:00)  
緊急の場合は随時

医師名  
木村英夫  
木村和夫

### ◆診療科

●内科 ●東洋医学(漢方・ハリ)

### ◆特色

当クリニックは、病院をはじめ他の医療機関・福祉施設などと連携をとりながら、西洋医学・東洋医学のもと、「かかりつけ医」「町医者」として、病気の予防・早期治療など、幅広く地域の皆さんのお役に立ちたいと考えています。健康診査・ドック・予防接種なども予約にて行っています。又手話のできる職員もいます。旭が丘公民館と共催で「養生塾」を年3回(6月、10月、3月)開催しています。

### ●休診日

日曜・祝祭日 土曜日午後

### ●診療時間(受付/診療時間の15分前)

9:00~12:30 15:00~18:00  
(土曜日14:00~17:00)

### ●所在地

〒510-0211 鈴鹿市東旭が丘3丁目2-10

●電話 0593-86-1222

fax 0593-88-5666

E-mail/jikyuu@mecha.ne.jp

# 院内 知っ得! 辞典

看護部 感染管理室  
ICN(感染管理 認定看護師)  
松島 由実



## 院内全体が意識・知識を持つことが大切。

皆さんもご存じの通り、医療現場における感染対策は、重要課題の一つとしてクローズアップされています。そのため当院では平成7年に感染対策委員会を立ち上げ、その対策に取り組んできました。私の所属するICTは、より実践的な活動を推進する組織として平成11年に立ち上げられ、ICD(感染

## ICT (感染対策チーム)

ICTとは、Infection control teamの略。  
院内感染を防止するためにさまざまな活動に取り組んでいます。

制御医師)、看護師、臨床検査技師、薬剤師で構成されています。私は「感染管理認定看護師」の資格を取得し、専任として感染対策に取り組んでいます。感染対策は、すべての医療従事者が意識と知識を持たなければ進めることができません。そのため私たちは院内全体への感染予防指導を中心に、さまざまな活動を行っています。具体的にはサーベランス(耐性菌の調査・監視)や週に1回のラウンド(院内各部署のチェック)をはじめ、スタッフに対する手洗いの啓蒙、「ICTニュース」の発行によるリアルタイムな情報発信などを実施しています。これからも感染症から患者さまをお守りすることで、安心・安全な医療の提供に貢献していきます。

# 誌面だけでクッキング

管理栄養士  
仕田原 由里 (したはらゆり)

## いびきと肥満に効く単品レシピ！

いびきは体の危険信号です。大きないびきをかく人は、睡眠時無呼吸症候群も考えられます。睡眠時無呼吸症候群の方は肥満の方が多く、まずは肥満を解消する事が大切です。少しでも効果的な食事で改善しましょう。

● **タンドリーチキン**  
ヘルシーな鶏胸肉を使って！  
のどが乾燥すると、風邪もひきやすくなりますので、免疫力をアップするにんにく料理もお勧めです。

● **キノコのマリネ**  
◆ **肥満さみのアナタへ**  
肥満はいびきの大敵。ローカロリーのものを使って、健康的に

◆ **眠りが浅いアナタへ**  
生姜には、鼻づまりの解消や、体をあたためる働きがあります。体ポカポカ、お鼻スッキリ、気持ち良く眠れるでしょう。

◆ **アレルギー症のアナタへ**  
葱には、抗菌作用、殺菌作用があり、いびきによるのどの痛みを緩和したり、疲労回復などにも効果があります。

◆ **金目鯛の香味ソース**  
低カロリーの  
白身魚を使って！

◆ **女性技師を希望できますか？**

◆ **女性患者さまの全員を女性技師が担当することは困難ですが、できるだけ対応できるよう努力いたします。女性技師を希望される方は、遠慮なくお申し出ください。なお、心エコーは医師が担当しますので、ご要望にお応えすることはできませんのでご理解と協力をお願いいたします。**



材料・作り方はホームページに掲載してあります。

TOP画面→ 患者さま→ NEWS&TOPICSの体にやさしいレシピでご覧いただけます。[http://www.miekosei.or.jp/2\\_sch/](http://www.miekosei.or.jp/2_sch/)

# ご意見にお答えします!

◆ **女性技師を希望できますか？**

◆ **こんなご意見も寄せられました。**  
小児科の新堂先生の素晴らしいお人柄に関心しました。きちんとした説明と気持ち良い対応をしていただいた先生は初めてです。ありがとうございます。

◆ **お褒めのお言葉大変ありがとうございます。**  
ごさいいます。これからも職員一同患者さまの窓口になり、家族の気持ちで患者さまに接するよう努力いたします。