

ざしきわらし

〒028-6193

岩手県二戸市堀野字大川原毛 38 番地 2

TEL 0195 (23) 2191

FAX 0195 (23) 2834

URL <http://www.ninohe-hp.net/>

編集発行

岩手県立二戸病院 図書広報委員会



地域と共に、これからも

事務局長 千葉 直樹

去る8月24日(土)、当院1階ホスピタルストリートをメイン会場に「二戸病院祭」を開催し、100名を超える地域の方々に来院いただきました。

二戸病院祭は、地域みなさんに病院のことを少しでも知っていただきたいとの思いから始まったもので、今年で7回目を数えますが、今年も各部門で趣向を凝らし、

普段見ることのできない手術室の見学や各職種のお仕事紹介などのほか、二戸警察署による認知機能測定、二戸消防署によるAED講習、二戸高等看護学院の生徒さんによるハンドマッサージ、そして地域の飲食店さんにも出店いただくなど、まつりに花を添えていただき、当院のイベントではありますが、私たち病院も「地域」に支えられているということを改めて実感した1日でもありました。

岩手県は広大な県土に26の県立病院・診療所が設置(全国最多です)されています。私はこの4月に他の病院から人事異動により二戸病院に赴任しましたが、今でこそ他の県立病院でも病院公開等が行われるようになりましたが、「病院祭」としてその先駆けをしたのが二戸病院であり、少々手前味噌となってしまうかもしれませんが、「ここがステキだよ二戸病院(二戸地域)」を、紙面の都合もありますので2点だけご紹介させていただきます。

① ひめほたるネット(カシオペア地域医療福祉連携研究会)

近年、高齢化の急速な進展により社会構造が変化してきた中、良質な医療サービスを提供していくうえでのキーワードは「連携」ということになるでしょうが、このキーワードは医療に限らず、介護、福祉、行政などにおいても同じなのではないでしょうか。

「ひめほたるネット」は二戸地域の病院、診療所、介護施設、福祉施設、役場などで働く様々な職種の職員が「地域のために何ができるか」を検討、情報共有するとともに、顔の見える関係づくりを進めるため、平成22年に設立され今年で10年目を迎えます。その間、情報提供様式の統一、事前指示書「HOTARU」の作成、従事者のスキルアップに向けた研修会の定期開催などを地道に行ってきたほか、「地域のために」のベクトルのもと、それぞれが「守備範囲」から少しずつ手を差し伸べあって隙間を埋める意識の醸成につながっていると感じており、これは当院というよりも「地域」として誇れるものだと思っています。

② カシオペア医療セミナー(市民公開講座)

毎月1回当院の各部門持ち回りで講師を担当するミニ講演会を地域の方々にも公開のうえ開催しています。

もちろん当院職員も多数聴講しますが、一般の方にもわかりやすく説明し、例えば今年7月は小児科 林先生が「こどもの発熱・感染症」と題し講演しましたが、若いお母さん方にぜひ聞いていただきたいと感じる内容でした。開催日、講演内容等は当院ホームページ、市町村の広報などでご確認くださいので、興味のあるテーマの回にでもぜひ当院へ足をお運びください。

「地域と共に、これからも」。これは当院のホームページのタイトルですが、これからも地域から必要とされる病院としてあり続けるために、地域の一員として、地域と共に、地域のために、400余名の職員が一丸となって役割を果たしてまいります。



【「手術室見学ツアー」の様子】

カシオペア医療セミナー

「カシオペア医療セミナー」は、院内の各診療科や部門が持ち回りで講師を務め、その時々タイムリーな話題等を発表する研修会として長い歴史があり、毎月最終火曜日の 18 時 15 分からを基本として開催しています。

従来は職員のみを対象として開催していましたが、平成 28 年度からは、基本的に「市民公開講座」として一般公開で開催することとし、多くの市民の皆様にも聴講していただいております。

今年度の開催状況は以下の通りです。

開催日	部門	演題	参加者数 (市民の皆様)
5月28日	泌尿器科	腎機能低下時の薬剤使用について	39名 (23名)
6月25日	薬剤科	あなたのカゼに正しい抗菌薬	22名 (3名)
7月29日	小児科	こどもの発熱・感染症	26名 (6名)



カシオペア医療セミナーでは、参加者からの質問も受け付け活発な議論が交わされています。

開催日時については、院内掲示・当院ホームページ・カシオペア FM などでお知らせしておりますので、ぜひご参加ください。



がん患者家族サロン「たんぽぽ」のご紹介

緩和ケア部会

平成28年よりがんの患者さんやご家族の情報収集の場、少し休憩する場、医療スタッフに相談できる場として開設しています。

中庭を眺めながら、がんに関するパンフレット、パソコンで調べ物をして頂く等自由にご利用下さい。（飲食はご遠慮下さい）

月に一度緩和ケア担当の看護師や医療ソーシャルワーカーが居ります。

- ・病気の経過や治療の選択
- ・痛み、浮腫などの体の症状
- ・ご本人やご家族の不安や悩み
- ・療養場所や受けられる支援各種制度について

その他ただ話を聞いて欲しいなど遠慮なくご利用下さい。



【利用可能日時】 平日 8:30~17:00

【場所】二戸病院 3 階 エレベーターすぐ左側（案内板があります）

【相談日時】毎月第3水曜日 11:00~14:30 専門職員が相談に応じます。



カロリーオフとゼロカロリーの違いって？

～食品成分表示・強調表示の見方～

【栄養管理科】

食品成分表示が義務化され、食品や飲料には、栄養成分が表示されるようになりました。

糖質オフや糖類ゼロ、低カロリーなどの栄養強調表示も多くなっています。今回は飲み物のカロリー表示について、ご紹介します

【エネルギーとは】

生命を維持し、日常生活を送るために必要なもので、主に食品、飲料から摂取します。

栄養成分表に記載されるエネルギーには、三大栄養素の炭水化物 1g=4kcal、蛋白質 1g=4kcal、脂質 1g=9kcal のエネルギーも含まれます。アルコール 1g は約 7kcal です。

【カロリーとは】

エネルギーの単位を表すもので、主にキロカロリー（kcal）が使われます。

【炭水化物とは】

炭水化物は、消化・吸収できる糖質と消化・吸収できない食物繊維の総称です。糖質は、炭水化物から食物繊維を除いた糖質+糖類で、糖類は、砂糖、ブドウ糖、果糖などが分類されます。食物繊維には、エネルギーはなく、血糖値の上昇や便秘を防ぐ働きがあります。

【栄養成分表示基準】

栄養成分表示では、エネルギーがあっても、「ゼロ」と表示できるので、注意してください。

※すべて飲料の場合

栄養成分表示	100ml 当たりのエネルギー等
無糖、ノンシュガー、糖類ゼロ	糖類 0.5g 未満で
ゼロカロリー、ノンカロリー	エネルギー5kcal 未満
低カロリー、カロリーオフ、ライト	エネルギー20kcal 未満
低糖、微糖、糖分ひかえめ	糖質 2.5g 未満
甘さ控えめ	味覚に関する表示、糖質量を示したものではない
糖質オフ	比較する他のより、糖質が 2.5g 以上少ないこと
食物繊維たっぷり	食物繊維 3g 以上
食物繊維入り	食物繊維 1.5g 以上

