

個々の安全意識改革の重要性



手術室長 川崎美千代

9月15日、第16回安全対策講演会が行われました。149名の出席者に対し、杉村薬局長の「医療法の一部改正について」の講演と、各部署の安全対策取り組み発表が行われました。全職員を対象に、年2回行われる安全対策講演会も定着し、全体の安全意識が高まっていることを感じます。

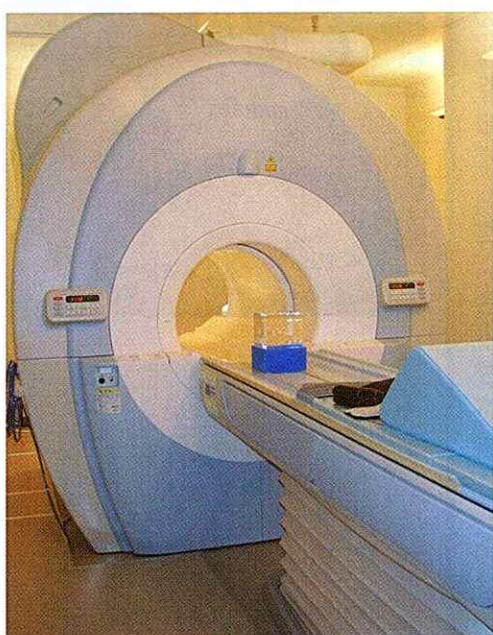
手術室長 川崎美千代

私が、当院の安全対策に関わって早や9年となりました。振り返って見れば平成10年に看護部安全対策委員会が発足し、翌11年に病院全体としての安全対策委員会が設置されました。この9年間は、社会的にも医療事故に対する意識が高まり、医療界には年々厳しい風が吹き続けてきました。組織としての足もとを固めつつ、社会の風を読みながらただ走り続けてきた様に思います。安全管理指針や事故対策マニュアルが整備され、事故報告書（インシデントレポート）の提出も自主的に確実にあ

げられています。事故対策としての安全ルールも見直しされ追加改正されています。組織体制が整い、土台はつくりあげられました。今後は、現場に密着した安全対策が課題です。業務中での危険予知、確認行動の習慣化、各職域での個々の安全意識改革が必要です。

安全の原点は「5S」と言われます。業務が安全に行われるための環境整備が基本です。「整理」「整頓」「清潔」「清掃」そして「躰」です。ルールを守るといふ事が身に付く、一人ひとりが自覚する事で、気がついたら確認行動が自然に行われている、個々の安全意識を高めることが重要です。また、当院は、急性期病

な疾患への診断や治療方針の選択のための一助になるものと期待している。



新世代MRI装置

MRI装置の設置工事が無事完了し、9月10日よりMRI検査がスタートした。導入した機種は、静けさと高画質を実現した新世代MRI装置「東芝EXCELART Vantage」で、1.5テスラの磁場強度を持つタイプである。MRI検査の特徴（利点）として、①X線による被ばくがない。②他の検査に比べ、骨に閉まれた複雑な構造をした部位（頭部など）をきれいに画像にできる。③造影剤を使用せずに血管系を画像化できる。④多方向からの撮影が可能であるなど、従来は撮影が困難だった様々

CS委員会主催 接遇セミナー

7月14日、周西公民館にて接遇セミナーが行われた。講師は杏林製薬埼玉千葉支店営業所の佐藤一朗所長によるもので、テーマは「癒しのコミュニケーション」だった。参加者は総勢160名で、患者さまとのコミュニケーションをよくすること、それ以上に職員間のコミュニケーションが大切であることを学んだ。

防災訓練実施

9月4日、防災週間にちなみ防災訓練が行われた。大規模地震とそれに伴う火災の発生を想定し、院内の安全確保、救急受け入れ準備、避難等の訓練を行った。非常災害時に備え、防災意識の高揚と防災活動の基本を理解することが出来た。

糖尿病教室開催

7月21日、坂田クリニック研修室にて、第80回糖尿病教室が行われた。参加者21名は、2時間の講話を熱心に視聴していた。荻野良郎副院長が「糖尿病の基本は食事から」と題し、糖尿病患者数の現状、合併症について、食事療法の重要性、また吸入インスリンなど最近のトピックスも含め説明した。次に西井大輔管理栄養士が「正しい食事の知識」と題し、食生活のありがちな落とし穴を例に挙げ、注意事項を提示し、基本の



真剣に取り組む新入職員

ボランティア活動ニュース

病院ボランティアグループが手作りのお月見うさぎを外来ロビーに飾りました。今回は、お月様をイメージして作ったまゆ玉を吊るし、うさぎと一緒に飾りました。外来の患者さまが届けてくださったサツマイモ、かぼちゃ、柿とスキに囲まれ、うさぎたちの周りにぎやかにになりました。今年は季節の飾りを作っています。次の飾りもおたのしみになります。



外来ロビーに秋到来

第81回糖尿病教室

7月21日、坂田クリニック研修室にて、第80回糖尿病教室が行われた。参加者21名は、2時間の講話を熱心に視聴していた。荻野良郎副院長が「糖尿病の基本は食事から」と題し、糖尿病患者数の現状、合併症について、食事療法の重要性、また吸入インスリンなど最近のトピックスも含め説明した。次に西井大輔管理栄養士が「正しい食事の知識」と題し、食生活のありがちな落とし穴を例に挙げ、注意事項を提示し、基本の



熱弁をふるう理学療法士

中学生職場体験学習

7月9日～8月10日、中学生の職場体験学習が行われた。今回体験学習に来たのは、周西中学校6名、周南中学校5名、清和中学校2名、畑沢中学校2名、天羽中学校4名の生徒たちで、病院についてのオリエンテーション後、ナイースエイド・栄養士・理学療法士・

褥瘡対策学習会

7月20日、坂田クリニックにて、褥瘡対策委員会主催による学習会が開催された。年2回行われている学習会で、今回は、新入職員を対象とした学習会となり、37名が参加した。褥瘡（ぶくし）の基礎知識はもちろん「褥瘡をつくらない」という予防の視点で、実践を交えた講義内容だった。参加者は真剣に聞き取り組んでいた。

感染対策学習会

9月14日、第3会議室にて看護部主催の感染対策学習会が開催され、52名が参加した。医療廃棄物の分類や効果的な手洗い方法などの説明が行われた。医療廃棄物と一般ごみの正しい分別方法を再確認する機会が得られた。

第12回君津市民ふれあい祭り
8月5日、第12回君津市民ふれあい祭りのメインイベントである「いやさか君津踊り」に、今年も玄々堂君津病院が出場した。「いやさか君津踊り」は、今年も47連、約3000人と多くのエントリーがあった。各団体が工夫を凝らした様々な踊りを見せた中、玄々堂君津病院は総勢80人の息のあった踊りで、努力賞を獲得した。



努力賞獲得!!

クローズアップスタッフ

Produced by N.Sumizawa

今回薬局では、病棟担当となった金城さんと、木更津クリニックを中心にベテランの域に入ってきた安高さんをクローズアップしたいと思います。

Q・薬局を離れて病棟での仕事はどうか、慣れましたか？

金城・いや、先輩方からいろいろ教わっているのですが、コミュニケーションがへたなので、まだまだ修行が足りないと思います。

Q・仕事上で工夫していること、こうしていきたいと考えていることがありましたら教えてください。

金城・僕は、今、TDMをやってみたくて考え、次長とともに取り組んでいます。TDMとは、薬物の血中濃度を測定して、患者さまごとの薬剤投与量を決定する方法です。これにより、有効濃度や安全域の狭い薬でも、安全に効果的に使うことが出来ます。一人でも多くの患者さまに安心して薬を使っていたけように、これからも取り組んでいきたいと思っています。

Q・安高さんはいかがですか？

安高・薬局の中で仕事をしているときよりも、透析室で仕事をしているときのほうが、患者さまからもスタッフからも、生の声を聞くことが出来ます。患者さまの為に何が出来るのか、そのためには、スタッフとどのように連携をとればよいのかという発想が自然とわき上がってくるように思います。同じ現場で考えることが、とても大切なことを痛感しています。

(尚、筆者の他者評価として、彼女の仕事ぶりは、早い、きれい、そして何よりも思いやりのある仕事が出来た人であることを付け加えておきます) お二人ともありがとうございました。

部署紹介コーナー ~薬局~

今回は、病棟や外来業務も担当している、チームワークのよい薬局を紹介します。



薬局スタッフは、現在14名(産休1名の薬剤師が常勤しており、病棟チームと外来チームに分かれ、ローテーション方式で業務を行っています)。

以前は、調剤を中心とした業務であったため、皆様にとっても、薬剤師は薬を調合する人というイメージが強いと思います。勿論、それも大事な業務なのですが、当院では、薬に関わる全ての事に薬剤師は関わって行こうと取り組んでいます。

さらに、医薬品情報室では、各種の問い合わせの検案や、採用薬剤や緊急情報の伝達など、多岐にわたって取り組んでいます。病院で治療を行う上で薬は欠かせません。薬が有効に安全に使用されるように、医師・看護師・他の職種と連携をとり、チーム医療の一端を担い、「薬のあるところに薬剤師ありき」をモットーに、今後も取り組んで行こうと考えています。

10年表彰者

10年勤続して今思ふこと

5月20日にマザー牧場において永年勤続表彰が行われました。今回は10年表彰者の思いを紹介します。

保育所 山口 とし子

10年表彰をいただきありがとうございます。仕事に慣れるまでは、続けられるのかな？この仕事で自分に向いているのか？などと日々悩んでいました。でも、沢山の子ども達に励まされ、ここまで頑張ることが出来ました。あつという間の10年だったように思います。これからも初心を忘れず頑張っていきたいと思っています。

3B病棟 相沢 由美子

雨にも負けず、風にも負けず、そして加齢にも負けず...この10年当院に通い続けました。時には「相沢さんの住所は玄々堂なん？」「病院大好き相沢ちゃん」なんて言われたこともありました。これからの命の続く限り、通い続けたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。

放射線科 西山 茂

あつという間の10年でしたが周りのスタッフに支えられてやってこれました。感謝しております。今後ともよろしくお祈り致します。

2階病棟 伊藤 悦子

身内がそれぞれ新たな目標を見つつけ、ハツラツとしているのに触発され、もう一度看護師として働いてみたいと思ひ、お世話になりました。10数年ぶりの仕事は大変でした。でも皆さんの温かい励まし、ご指導により10年間も働くことが出来ました。感謝しております。ありがとうございます。

2階病棟 青江 静子

どんな仕事をするのかわからぬまま入職させて頂き、皆様に支えられてあつという間に10年が経ってしまいました。その間、医療機関の中でなければ学べない沢山のことが耳に入ってきて大変勉強になりました。病院で働けることに感謝しております。これからも明るい笑顔忘れず頑張っていきたいと思っています。

臨床工学科 立石 好行

10年勤めた津田沼病院から当院に就職、一旦退職し再就職。10万人を超えないだろうとされた透析患者も26万人を超え、今こそ透析や臨床工学科士が認められています。当時は自分の仕事が出来ないなかつたり、資格を得る為に看護学校に通つたりと苦労もありました。

透析室 芳村 智子

私のこの10年を振り返ると山あり谷ありの10年でした。泣いたり笑ったり、怒ったりと色々なことを思い出します。入職当時は、小学生だった子供達も成長し、今はもう結婚でき、今ではもう結婚できる年齢になりました。それだけ長い年月の流れがあったのだと感じずにはいられません。私がこの現場で働いていられるのも家族愛と仲間愛があったからこそです。今風に言えば「なまか」がいたからこそ頑張ることができ、「なまか」が支えてくれたおかげで今も頑張っています。ありがとうございます。これからもよろしくね！

栄養科 小林 みゆき

早いもので10年が経過しました。この度の永年勤続表彰を拝受いたしました。知識や技術はまだまだ未熟ですが、当院に入職して出会った方々が私の財産だと思っております。これからも変わらぬご指導、ご鞭撻をよろしくお願い致します。

外来 茂田 昌子

アルバイトから始まり、入職して10年。私も10年前は...と昔話が出来るほどになってしまいました。永年勤続表彰をいただきありがとうございます。当院に10代で入職した私も今年で30才になります。あつという間の10年でした。入職当時を振り返ると、高校卒業したばかりで社会経験の無い私は元氣だけを取り柄に頑張っていました。辛いときもあり先輩や同僚に愚痴をこぼすこともありましたが、先輩からの丁寧な指導、そして沢山の職員の方々に支えられて今日を迎えることが出来ました。この10年病院は増築、改修など沢山の变化がありました。これからも沢山の变化があると思います。私もこの10年沢山の成長、変化があったと思います。この先10年・20年・30年と更に成長・変化できるように努力していきたいと思います。

総務課 石崎 照彦

おかげさまで10年勤続表彰という褒美をいただくことが出来ました。ありがとうございます。これまでの経験を活かし、これからも皆様の役に立てるよう努めていきたいと思っています。



津田沼病院 職員歓迎 永年勤続職員表彰

薬局 山口 昌子

あつという間の10年でした。仕事を続けていけるか不安な時期もありましたが、周りの人達に支えられて続けることができました。次の10年も今までの10年に負けないくらい頑張りたいです。

臨床工学科 早坂 正義

たくさんの方に支えられて、勤続10周年を迎えられたことを嬉しく思うと同時に、感謝の気持ちでいっぱい입니다。本当にありがとうございます。知識や技術はまだまだ未熟ですが、当院に入職して出会った方々が私の財産だと思っております。これからも変わらぬご指導、ご鞭撻をよろしくお願い致します。

臨床工学科 内田 茂男

勤続10年表彰をいただきありがとうございます。時が経つのは早いもので、学校を卒業し、職について、10年が過ぎました。この間に、結婚をそして双子の子供にも恵まれ、日々充実しています。これも日々、お世話になっています。病院の皆さまと家族のおかげです。これからもよろしくお祈り致します。

臨床工学科 齋藤 晃

永年勤続表彰ありがとうございます。当院に来て10年、今振り返ってみるとあつという間のよう感じます。私がかつまで勤められてきたのは、一緒に働いてきた方々のおかげだと感じています。これからもよろしくお祈り致します。

外科系診療の紹介



院長 大崎 慎一
副院長 堂々 大崎

当院の外科診療の現状について大崎副院長に解説していただきました。

はじめに

新聞委員会から外科系診療を紹介してほしいと依頼がありました。かなり広範にわたる診療なので、全部を紹介することは困難です。書き出すと止まらなくなりそうです。そこで今回は、私達があつかっている外科的疾患について、かいつまんで紹介することにしました。もちろんここに紹介できない細かい事は沢山ありますが、少しでも受診される皆さまの参考になればと思います。

1 消化器外科領域 1 お腹が痛い！でも原因も治療も多種多様

この分野は、いわゆる「お腹」をあつかう分野です。お腹といっても、いろんな臓器があるわけですが、食道や胃、大腸などの食べ物を通る道「管腔臓器」と、肝臓、胆嚢、膵臓そして脾臓という実質臓器があります。「お腹が痛い！」といっても、胃炎、肺炎、腸閉塞から悪性腫瘍まで様々な原因があるのです。ちなみに、この腹痛の原因のかきわけ治療を行うことは私達が最も得意とするこの1つでもあります。



消化器領域は治療を内科と外科とに分けて考えるのが難しい

分野で、病態別にいろいろな治療法を使い分ける必要があります。たとえば悪性疾患を例に挙げますと、当院では胃癌においては早期癌の一部は胃カメラで切り取る治療（ESD）を内科が行っており、また、組織型によっては早期癌でも手術で胃を切り取る必要があります。また、大腸癌を中心に手術に加えて術後の化学療法（抗がん剤治療）なども積極的に導入して、治るために最良の治療を心がけております。肝臓癌においては肝切除手術とともに、ラジオ波焼灼術や血管化学塞栓術を併用し、さらに肝移植が必要な方にはそのマネージメントをするなど、患者さまの病態にあわせて最良の治療法を選んで集学的な治療を行っております。このように、患者さまにわけていろいろな治療法を使い分けることが消化器癌治療には重要だと私達は考えております。そのほか膵臓癌や胆道系の癌に対しても切除手術を行っております。

良性疾患では、まず非常に多い疾患である胆石症の治療は、腹腔鏡によって低侵襲な手術を行い、この手技は大腸手術にも導入しております。一方で腸閉塞や急性腹症などの緊急救命手術が多いのもこの分野の特徴で、手術治療のみならず多臓器不全など重症な病態への対応が生死を分けます。最近の外科医

2 内分分泌外科領域 2 高血圧の中には腫瘍もある

甲状腺、上皮小体、乳腺そして副腎を対象とした分野です。この領域は悪性腫瘍だけではなく、内分泌ホルモンを出す良性腫瘍が問題になります。たとえば副腎にホルモン産生腫瘍ができると、血圧が上昇したり動悸がしたりします。これはその腫瘍を取り除かないことには治癒しません。高血圧の方の中にはこの副腎腫瘍が原因の場合がありますので注意が必要です。当院ではこの様な副腎腫瘍に対して、後腹膜鏡を使用した低侵襲な鏡視下手術も導入しております。また、首にある副甲状腺に腫瘍が出来る、尿管結石が出来たり骨が溶け出したりしますが（副甲状腺機能亢進症）、この副甲状腺腫瘍を取り出すことで完全に治癒させることが出来ます。この様に、内分泌外科領域は、腫瘍が作るホルモンによって様々な悪影響を体にもたらすが、内分分泌疾患による場



合があるのです。この領域の悪性腫瘍として重要な疾患に乳癌があります。当院では乳癌専門外来を木曜日と土曜日に行っており、乳癌に不安のある患者さまや乳癌の患者さまの診療をマンモグラフィ読影認定医が行っております。乳癌の治療には様々な方法があります。その中で、個々の患者さまの病態に即した治療法を提案しております（院内で治療する場合と他施設を御紹介する場合があります）。また甲状腺癌も重要な疾患です。多くは非常に進行が遅い癌ですが、甲状腺に腫瘍のある方は定期的に細胞診検査をして癌化の有無をチェックする必要があります。悪性細胞が出た場合には切除手術を行っておりますが、定期健診が大切な疾患です。

3 血管外科領域 3 血管が細くなると、歩くと足が痛くなる

動脈硬化などで足の血流が少なくなると、歩行を続けているうちに疼痛のため歩行困難になり、休息で改善するという症状が出現することがあります。これを間欠性跛行といいますが、この様な時に、足の血管が細くなっている場合があり、外科的に治療が可能です。また、首にある副甲状腺に腫瘍が出来ると、尿管結石が出来たり骨が溶け出したりしますが（副甲状腺機能亢進症）、この副甲状腺腫瘍を取り出すことで完全に治癒させることが出来ます。この様に、内分泌外科領域は、腫瘍が作るホルモンによって様々な悪影響を体にもたらすが、内分分泌疾患による場



4 腎不全外科領域 4 透析特有の病気がある

当院は500人以上の人工透析の患者さまが通院され、さらに地域の腎臓総合センターとしてのニーズが高まっております。腎不全外科はこの様な腎臓機能を失った患者さまに対する外科領域です。中心は腎不全の患者さまが安心して透析治療を続けていただくための、透析に合併する様々なトラブルに対する治療です。たとえば透析を続けるのに必要なバスキュラーアクセス（透析用の血管）は年間に200例以上の手術や人工血管、そして約100例のリンパ管カテーテル置入を行っています。リンパ管カテーテルのコントロール不良からくる二次性副甲状腺機能亢進症の治療も、手術とエタノール注入（EIO）と薬物を組み合わせて治療しております。万一、透析治療中の方が癌や急性腹症になっても、安全に手術を行うノウハウを持つているのも当院の特徴と云えます。さらに腎不全を直す唯一の治療法である腎移植にも積極的に関与しており、院内でも生体腎移植を行うとともに、献腎移植のマネージメントや術後の免疫抑制療法を行っております。

5 一般外科 5 お尻の悩みも解決

今まであげてきた専門領域に加えて、様々な一般外科治療に対応しております。たとえば、痩せ型の背の高い人に突然胸痛で発症する自然気胸という病気に対しては、胸腔鏡下の手術（VATS）を行っております。また、足の付け根から腸が出張ったり出血する痔の手術なども日常的に行っておりますので、お悩みの方はご相談ください。



草津保養所を利用して

栄養科 江口 とし子

近頃の温泉へ疲れを癒したいにかない？と言う娘の一言で家族旅行が実現。何年ぶりの事だ。お盆の時期、道路が混むだろうという事で早朝に出発しました。それでも関越自動車道で渋滞し、途中、水沢観音に立ち寄り、名物水沢うどんを食べ、道の駅であれこれ見て、「クアリゾート草津」に着いたのは、3時過ぎになりました。8階の部屋は広々として眺め

箱根保養所を利用して

総務課 宮本 弘幸

夏休休暇を利用して箱根の保養所「リ・カーヴ箱根」に家族旅行に行つてまいりました。初日は子供達の楽しみにしていた「富士急ハイランド」遊びに出かけ色々なアトラクションに子供達は一日中大はしゃぎ。たっぷり遊んだ後は箱根へ。箱根までは約1時間ほどで到着し、到着するなり子供達は「早く温泉に入ろう」と言うので温泉に連れて行くとうとう大変。知らない子供と泳ぎだしたり、水風呂に入ったまま出てこない始末。でも、楽しそうな顔をして温泉に入っている顔を見ていると「夏休みの思い出に旅行に連れてきて良かったな」と感じました。



遊園地「ぐりぐり」にて



水沢うどん

保養所利用状況	
リ・カーヴ箱根	クアリゾート草津
利用日数	利用日数
4月 6日	4月 8日
5月 10日	5月 5日
6月 8日	6月 1日
7月 13日	7月 8日
8月 21日	8月 2日
9月 11日	

保養所申し込みは総務課へ

人事往来

【辞令交付】

(11月1日付)

- 木更津クリニック院長 荻野 良郎
●坂田クリニック院長 大崎 慎一

【異動】

()内は旧所属部署 (7月2日~10月1日まで)

- 3B病棟 中田 いと (ICU病棟)
●3B病棟 谷口 朋子 (4階病棟)
●3B病棟 山田 香織 (4階病棟)
●ICU病棟 長尾 眞由美 (3B病棟)
●外 来 高山 美和 (看護部長室)
●透 析 室 渡邊 里絵 (看護部長室)

【新入職員】

(7月2日~10月1日まで)

- 調 理 員 小川 千恵子 (7/17~)
●保育所調理員 金子 なを枝 (8/27~)
●看 護 師 遠田 きよみ (9/1~)
●看 護 師 石井 佑季子 (9/1~)
●ク ラ ー ク 相田 美子 (9/1~)
●ク ラ ー ク 佐久間 恵子 (9/1~)
●放 射 線 科 助 手 鈴木 映子 (9/1~)
●臨 床 工 学 技 士 昆 美穂 (9/4~)
●診 療 放 射 線 技 師 大川 正夫 (10/1~)

新入職員3ヶ月研修

7月18日、坂田クリニック研修室にて新入職員3ヶ月フォロー研修が行われた。

今年度の新入職員38名を対象に、まず山口事務部長の(新入職員に望むこと)についての講義があり、その後木村師長の指導のもと6グループに分かれての研修が行われた。

グループでの研修は、6~7人ごとに分かれ、KJ法(問題解決技法)を利用し、入職後3ヶ月を経た点を問題点として、解決方法を話し合った。



グループワークで発表する新入職員

ごほうびのハワイ旅行

9月24日から9月29日、職員6名と家族6名で10年勤続ハワイ旅行に行ってきました。楽しかったハワイ旅行の様子を紹介し、今回は、たくさんの記事が寄せられましたので次号に引き続き掲載します。

臨床工学科 立石 好行

ホノルルでは虹がお出迎え。ハワイの旅は6家族12名が参加、夕食を共にした後は家族ごとの行動になりました。翌朝、相沢夫妻の後からハワイ島に渡り、平野さんと初めてのナイトタイプに挑戦です。ハワイ島は遭遇率98%を誇るマンタ・ナイトに期待していたのですが、繁殖期に入ったらしく確率2%に当たらずです。水中ライトに集まるプランクトンに群がってくるのは魚のみ。悪戯好きのプランクトンは懐かしいウツボで、股くぐりされた時はビックリ。毎晩ダイバーをか



リベンジ、ノー・マンタ・ナイト。今度はオアフ島で潜ります。ハワイ固有種グリーントートルに会えました。休中フジツボが付きメーターオーバーの大型もあり、沖繩のアカ、アオ、タイムイに続くカメラゲッター。帰国日、ABCストアで毎日出会

サブタイトルは ”かき”

柿が赤くなれば医者が青くなる。有名な言葉ですね。そういえば、柿を食べると二日酔いに効くなんてことも聞いたことがあるような...

柿に含まれるビタミンCと渋み成分は、体内でアルコールを分解する働きがあり、さらにカリウムには利尿作用があるため、二日酔いに柿を食べると効果的と言われています。また、渋み成分のタンニンには血圧を下げる効果もあるようですが、今のところはっきりとした有効性はわからないようです。

なよつ!と、粋な計らいをいただいたき、なんと7本も譲ってくれたのです。自宅へ帰り早速挿し木にしましたが、気候や土壌の違いなのか、たった1本しか残りませんでした。

あれから2年経ち、待ちに待ったハイビスカスが今年初めて開花しました。直径がなんと14センチメートルもある真っ赤な大輪でした。楽しかった旅行の思い出と、そこで感じた人の温かさをこの花を見て感じるひと時でした。

お花など植物がお好きな方、是非お気軽にお声をお掛けください。一緒にお花のうんちくを語りましょう。

翌日は豪雨、レンタカーの前が見えません。西山夫妻も観光に来ていたようです。女神ベレの怒りでも買ったか昨日から運がありません。雨の中キラウエア火山を見物、海岸まで流れた溶岩はベレの髪のようにです。既に次の島が海底に沈んでいるようで、改めてハワイは火山島だと思いがちながらホノルルに戻りました。

4泊6日はあつという間でした。勤続記念の旅を下された病院と同僚に感謝。今回はマンタゲッターを目指します。

見た目にも色鮮やかで美しい柿、調べてみるといろいろな効能があるんですね。うーん、利尿作用か...夜寝る前、小さいお子さんに食べさせるのは止めたほうがいいかもしれせんね。



柿が赤くなれば医者が青くなる。有名な言葉ですね。そういえば、柿を食べると二日酔いに効くなんてことも聞いたことがあるような...

柿に含まれるビタミンCと渋み成分は、体内でアルコールを分解する働きがあり、さらにカリウムには利尿作用があるため、二日酔いに柿を食べると効果的と言われています。また、渋み成分のタンニンには血圧を下げる効果もあるようですが、今のところはっきりとした有効性はわからないようです。



9月上旬、私の自宅に真っ赤なハイビスカスが二輪大きな花びらを広げました。私は、この時を毎年待ち遠しく思っていました。なぜなら、この花には、楽しい思い出と人への感謝の気持ちがいっぱい詰まっているからです。ある年の職員旅行での話です。私は沖繩を選り、仲間4人と二泊の旅へ出

発しました。二日目のこと。仲間とタクシーを貸し切り、一日中沖繩の代表的な観光地を一通り巡りました。観光地や町の所々にハイビスカスが咲き乱れ、あたかも私たちに「メンソーレ」と歓迎しているようにも思えました。

あれから2年経ち、待ちに待ったハイビスカスが今年初めて開花しました。直径がなんと14センチメートルもある真っ赤な大輪でした。楽しかった旅行の思い出と、そこで感じた人の温かさをこの花を見て感じるひと時でした。

お花など植物がお好きな方、是非お気軽にお声をお掛けください。一緒にお花のうんちくを語りましょう。

編集後記

- 今年もがんばって書きました。(G.T.S.I.R)
今年夏のうだるような暑さのせい?で気がたるといえる。原稿が間に合わない。
女性の品格に目覚めました!(J.J)
陰で奮闘する二人を心から大切に。(S.C)
ゲキ辛シネを観に行ってきた。あの舞台がどう映像になったのか楽しみ。(裕之介)
ハワイ行ってみたいなあ...(ぶう太)
最近秋らしくなり、すがすがしい気分。何かいいことあるかな?(MOSU)
空と雲がどんどん高くなっていく。そんな季節も好きですね。ラブイメー지를文章にするのは難しいですね。(ちー)
先日、夏休みを頂きました。もう秋ですね。(K太)
食欲の秋!!(リテイ)
職員旅行に参加し、まだがんばっていること実感しています。(山口)

私のおすすめ図書

このコーナーは職員によるパントリー方式で本を紹介しています。今回は、「生物と無生物のあいだ」の本を紹介しています。これは「生命とは何か?」を解き明かしていく本です。著者は、分子生物学者であり、これは科学の本といえるでしょう。しかし、教科書のように、わかったことをただ説明しただけのものではありません。著者のアメリカ留学時代の苦学話や、目の当たりにした研究者たちの話など、様々なエピソードが盛り込まれています。そして、いつの間にかタイムスリップして、歴史的な大発見を自分の目で見てきたかのようになっているのです。理科系が苦手な方も興味深く読んでいただけるのではないかと思います。私はこの「生物と無生物のあいだ」(福岡伸一著)をおすすめします。(K.F)



Table with columns for days of the week (月, 水, 木, 金, 土) and rows for various medical departments (一般外来, 消化器科, 専門外来, 医師別外来) listing staff names and consultation times.

※一般診療時間については、変更になる場合がありますので、当日確認してから来院ください。TEL0439-52-2366 係:伊藤・大口
外来診療時間/午前8:30~12:00 午後14:00~15:00 夜間18:00~19:00
再来受付機稼働時間/午前7:50~12:00 午後12:10~15:00 夜間15:10~19:00 ※土曜日の夜間診療はありません。

10月16日より再来受付機が新しくなりました。