



感染症棟

エボラ出血熱疑いの患者受入訓練を実施

●12月6日の午後、当院の感染症棟で、エボラ出血熱疑いの患者受け入れ訓練が行われ、院内外から47名が参加しました。エボラ出血熱などの一類感染症患者



訓練の様子を撮影する消防隊員等

の受入れ施設は、茨城県内ではJAとりで総合医療センターだけとなっています。これまでも竜ヶ崎保健所と一緒に感染症患者の受入れ訓練を毎年実施してきました。今回は2年後に東京オリンピックを控えていることもあり、茨城県内でエボラ出血熱等の一類感染

取手市消防本部と初めて合同訓練



防護服を着用した医師と看護師

症疑いの患者が発生したことを想定し、初めて消防本部との合同訓練を実施しました。

●訓練は取手市在住の方が海外でエボラ出血熱患者と接触した後に帰国。成田検疫所の健康監視者の対象となり、自宅で検

温し検疫所に報告してました。帰国後7日目に発熱(40℃)などの症状が出現し、エボラ出血熱の疑似症にあてはまり、竜ヶ崎保健所長が取手市消防本部へ協力要請したという想定です。救急隊は救急車内をシートで被うなど、汚染予防の処置



アイソレーターで搬送される疑似患者(矢印)

後に患者を搬送しました。



防護服を脱ぐ訓練の様子

●患者は取手市消防本部の救急車で感染症棟に到着。アイソレーター(二次感染を防止する装置)に入れられたまま病室内に搬送されました。防護服を着た医師と看護師が患者を診察し、採取した

検体を国立感染症研究所の職員へ渡される工程まで行いました。搬送に係った保健所員が着用した防護服を脱ぐ訓練も行われ、参加者がビデオカメラで撮影していました。

●訓練後の反省会では、取手市消防本部の酒井警防課長から「感染症棟への搬送訓練を保健所や病院側と初めて行ったが、課題の洗い出しとして有意義な訓練だった」との挨拶がありました。訓練の参加者からは「防護服を着脱する訓練不足を感じた。今後も定期的に実施していきたい」などの感想が聞かれました。

私と人間ドック



心配ないだろうと“シロート判断”

青田秀幸さん67歳。建設機械メーカーに約45年間勤務。販売の支援、促進のための技術的なサポートと、カタログなど資料作成の仕事に携わっていました。30代半ばから会社の厚生福利としての人間ドックを受けていました。その際、

イエローカードが出たら再検査を

検査結果で血圧や尿酸値等が高く、医療機関の受診を促すコメントが載っていましたが、あまり心配ないだろうと“シロート判断”でそのままに。お父様が胃がん、弟さんは肝臓がん、お母様は悪性リンパ腫で亡くなっておられます。50歳前後から、職場の仲間が糖尿病やがんを患ったという話を聞くことが多くなり、



青田 秀幸 さん

ご本人の承諾を得て実名と写真を掲載しました。

初めて便潜血検査が陽性に

私もそろそろ受診しなくてはと思い当院の内科へ。58歳位から糖尿病の治療を受けるようになりました。

潜血検査2日法の片方で潜血陽性反応がありました。これまでも同じ検査を受けていましたが、陽性になったのは初めてでした。その後、再検査のコメントに従って外来を受診しました。大腸内視鏡検査と病理検査を行ったところ「大腸がん」である

ことが分かり、手術をするために入院。人間ドックの胃部X線(バリウム)検査の画像で僅かに異常が認められていたため、胃の内視鏡検査と病理検査も行ったところ「胃がん」であることが分かりました。このため、大腸と胃の手術を同時に行う事になりました。

1月末に手術。胃は3分の1、大腸は部分切除し無事に手術が終了。3月初めに退院しました。退院前に詳細な説明を受け、本当初期のレベルだったため再発の可能性は低いとのことでしたが、今後検査を受けることにしました。5年の経過健診で、3か月に1回の採血、半年に1回のCT検査。1年に1回、胃と大腸の内視鏡検査を受けました。

早期に見つかりラッキーでした

来年の1月で丸5年になります。今は、以前勤めていた会社から経験を買い、時々頼まれる仕事をこなしています。

青田さんは「がんが早期に見つかったことが良かった。ラッキーでした。検査結果でイエローカードが出たら真摯に受け入れ、医療機関を受診することが大切だと思えます」と話されました。

おせち料理の栄養成分

(材料や使用量により、成分は多少変わります)

栗きんとん 50 g

133 ㎉
塩分 ほぼなし

八幡巻

25 g (1 切)
50 ㎉
塩分 0.3 g

さけの昆布巻

30 ~ 40 g (1 切)
46 ㎉
塩分 0.7 g

黒豆 20 g

(大さじ山盛り 1 杯)
84 ㎉
塩分 0.3 g



田作り 5 g

(約 8 尾分)
48 ㎉
塩分 0.6 g

たいの昆布じめ

30 g (2 切)
58 ㎉
塩分 0.3 g

えびのつや煮

(車えび 1 尾 30 g)
64 ㎉
塩分 1.3 g

いくら 25 g

(大さじ山盛り 1 杯)
68 ㎉
塩分 0.6 g

かまぼこ 20 g

(1 切)
19 ㎉
塩分 0.5 g

だて巻き 20 g

(1 切)
40 ㎉
塩分 0.2 g

味付かずのこ 40 g

(2 ~ 3 切分)
49 ㎉
塩分 1.2 g

栄養だより (3)

「お正月の食事」のとりかた

栄養技師部長 唯根理子

2018年、新しい年が始まります。お正月には、家族や友人など人々が集う

機会も多くなり、いつもより食べ過ぎたり、塩分をとり過ぎたりと食生活のリズムもくずれやすくなります。新年の食卓に欠かせないおせち料理は、品数も多く日ごろあまり口にしない料理が味わえるため、食べる量も自然と多くなりがちです。日もちをさせるために、塩分を含む料理が多いので注意が必要です。今回は、おせち料理の栄養成分と減塩のひと工夫についてお話しします。

減塩でもおいしく食べる工夫



● 香辛料や香味野菜を利用しましょう
わさびや唐辛子やカレー粉、しそや生姜やにんにくなどを利用すると、味のアクセントになり減塩でもおいしく食べられます。

● 調味料はかけずに、つけて食べましょう
すべての料理を薄味にするのではなく、一品だけしっかり味をつけるなど、料理に「めりはり」をつけましょう。

● 加工食品を控えましょう
ハムやウインナー、干物やたらこ、梅干しや漬物などには、塩分が多く含まれています。とり過ぎないようにしましょう。

● 酸味を利用しましょう
お酢やレモンなどを取り入れましょう。

● 味付けに強弱をつけましょう
すべての料理を薄味にするのではなく、一品だけしっかり味をつけるなど、料理に「めりはり」をつけましょう。

院内保育所からお誕生日おめでとう



吉田 莉紘 (よしだ ちひろ) さん

3さい

平成26年12月19日生まれ



毎日、『ちいちゃんがやる〜♪』と、ご飯の準備や洗濯物を畳んだり、お手伝いしてくれてありがとう！お話しも上手になり、保育所での出来事を話してくれてとても嬉しいです♪これからも元気なちいちゃんいてね♡・・・お母さんより



ハンドベルを演奏するリハビリのスタッフ



ハーモニカ演奏の川瀬さん (右端)



● 新棟6階回復期病棟のクリスマス会が、12月8日に病棟のホールで行われ、車いすに乗った患者さんとご家族の皆さんが大勢参加されました。

サンタさんとトナカイさんから「メリークリスマス」と、手作りの星型ストラップが一人一人に渡されました。リハビリテーション部のスタッフからは、きれいな音色のハンドベルの演奏が披露されました。また、ハーモニカの指導をしながら市内で慰問演奏をされている川瀬さん(右端)が美空ひばりの曲などを披露し、「日本全国酒飲み音頭」を皆さんでこやかに歌いました。

● 毎年開催しているCS委員会主催のクリスマスコンサートが12月16日、エントランスホールで行われ「すみれコーラス」の皆さんが出演されました。創立48年になる「すみれコーラス」の皆さん(13名)の平均年齢は79歳ですが、若々しく心をこめた歌声がホールに流れました。「空とぶうさぎ」という全盲の少女が書いた詩の歌を聞いた方は、「胸にジーンときて、泣いていました」と話していました。



クリスマスコンサートの様子



すみれコーラスの皆さん

【採用】(11月)
中川 照美 看護部

人の動き