

かわさき かわら版

2014 新春号

No.12

CONTENTS

- 謹んで新年のご祝詞を申し上げます

院長 角田 司

- 皮膚科の紹介

皮膚科医長（皮膚科学講師） 笹岡 俊輔

- 季節の健康レシピ

栄養部 栄養副主任 鈴木 淑子

地域連携便り

- ～かかりつけ医を持ちましょう～

医療法人 木村ファミリークリニック

新病院 新築工事ニュース Vol.5

- 待望の新病院建築工事が始まりました

- 市民公開講座開催のご案内

謹んで新年のご祝詞を申し上げます



院長 角田 司

あけましておめでとうございます。

皆様には良き新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。さて附属川崎病院は、学校法人川崎学園の運営する第二の附属病院として三年目を迎えますが、施設・設備の老朽化、狭隘化が進んでいるため、新築移転の工事を竹中工務店にお願いいたしました。起工式を昨年9月26日(木)に行い、11月29日(金)には竹中工務店作業所に理事長を始め関係者が集まり、第1回の新病院工事連絡会を行いました。今後も毎月行われる予定です。

新病院の基本方針は、「地域住民に信頼され安全・安心を提供できる病院」であり、地域の医療ニーズを踏まえ、救急・高度専門医療を中心とした質の高い医療を提供するとともに、将来の良き医療人を育成して、医療と教育の分野で地域に貢献することです。また新病院の計画コンセプトとして、「川崎医科大学の附属病院として、安全・安心な医療を提供し、地域と共生する病院」を目指し、1. 地域に密着し、信頼される病院 (①充実した高度専門医療、②迅速で的確な救急医療、③質の高いリハビリテーション医療)、2. 将来の良き医療人の育成、3. 「安全・安心なまちづくり」への地域貢献等を考えています。ご期待ください。

皮膚科の紹介

皮膚科医長(皮膚科学講師) 笹岡 俊輔



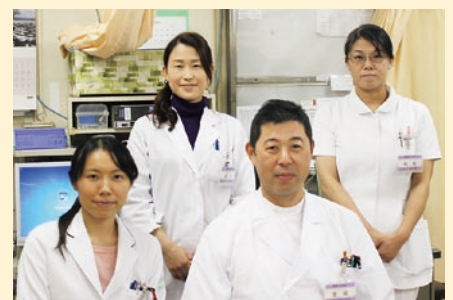
皮膚は体の全体を覆う最大の器官です。皮膚科は頭髮から爪の先までの皮膚や粘膜に起こる発疹や皮膚に発生するかゆみ、痛みを診断して治療する診療科です。乳幼児から高齢者までの全ての年齢層が対象となります。現在、附属川崎病院皮膚科では地域の中核病院として3名の皮膚科医が交代で2診体制で外来診療を行い、難治性皮膚疾患や発熱・疼痛など全身状態の悪化を伴う状態であれば、医師の判断で入院での治療もできます。またご希望があれば岡山大学や川崎医科大学へ専門的な意見を求めることも可能です。

【対象疾患と当院で行っている治療】

- 1 湿疹／皮膚炎(アトピー性皮膚炎、脂漏性皮膚炎)
- 2 じんま疹／皮膚掻痒症(急性じんま疹、慢性じんま疹)
- 3 角化症(タコ、ウオノメなどの一般的病気から、乾癬、扁平苔癬まで)
医師によるタコ・ウオノメ処置を行っています。
角化症ではNB-UVBなどの光線療法を行う機器も設置しています。
- 4 水疱症／膿疱症(皮膚に水ぶくれを作る疾患)
- 5 膠原病
膠原病内科と連携して皮膚病変の治療、病態の評価も行っています。
- 6 皮膚良性／悪性腫瘍(毎週火曜、金曜は手術日として準備しています)
- 7 細菌(トビヒ)／ウイルス(イボ、水イボ、ヘルペス)／真菌感染(水虫)
- 8 物理的／化学的障害(熱傷、日焼け)
化学薬品(酸・アルカリ)で発症する化学的障害にも対応可能です。
- 9 アレルギー疾患(かぶれ、光線過敏症、薬剤アレルギー)
各種アレルギー疾患の原因検査のためのパッチテスト、プリックテスト
- 10 爪／毛髪の異常(巻き爪、爪の変化、円形脱毛症、男性型脱毛) 爪クリップを用いた巻き爪の治療も行っています。

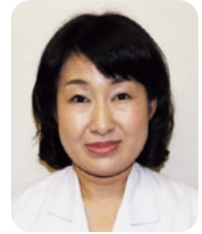
受診される患者さんへのお願い

- ・できるだけ脱ぎやすい衣服で受診してください。
- ・現在使われている飲み薬、塗り薬をお持ちください。
- ・顔面の発疹がある時はできるだけ化粧を落として受診してください。



大根1本を食べ尽くす!

栄養部 栄養副主任 鈴木 淑子



1月7日は七草粥を食べる日とされています。七草とは“せり なずな ごぎょう はこべら ほとけのざ すずな すずしろ”のこと。お正月にごちそうを食べて疲れた胃腸をいたわるために、この七種類の野菜を細かく刻んで粥へ入れ食べるのが習わしとされています。

このなかの“すずしろ”はご存知大根のことなのです。大根は弥生時代から食べられていたとされ、なじみ深い食材でもあります。そして岡山県人に有名なセリフ「デーコン テーテー テー」（大根 炊いて おいて）をおでんや、ふるふき大根を食べるたび思い出すのではないのでしょうか。今回はこの季節に欠かせない大根を1本余すことなく食べ尽くせるようなレシピをご紹介します。

●大根のトマト煮

和風料理が多い大根ですがイタリアン風に仕上げました



材料：2人分

大根 …………… 200g おろしにんにく… 小さじ1/2
 まぐろ(赤身) …… 80g オリーブ油 …… 小さじ2
 玉葱 …………… 1/4ヶ 塩 …………… 小さじ1/2
 トマト水煮缶 …… 100g こしょう …… 少々
 大根の葉(葉付きが手に入ったら茹でて最後に飾る)

《作り方》

- ①大根は皮を厚めにむき、厚さ1cmのいちょう切りにし、10分程度（透明感が出るくらい）下茹でしておく。
- ②鍋にオリーブ油を熱し、おろしにんにく、玉葱を入れしんなりするまで弱火で炒め、トマト水煮缶を入れ10分程度煮詰める。水分が減ったら塩、こしょうで味を調べておく。（市販の Pasta用 トマトソースで代用可能。）
- ③まぐろは2cm角に切り、別鍋で軽く表面を焼いておく。（ツナ缶のスープ煮でも代用可能。）
- ④煮詰まった②のトマトソースに①の大根③のまぐろを入れ、蓋をして弱火で5分程度煮る。塩、こしょうで味を調える。（市販のトマトソース、ツナ缶を使用する場合、塩加減は控えめに。）

●大根のオイマヨサラダ

大根の皮には食物繊維がたっぷり、ハムとマヨネーズでお子様にも食べやすくなります



材料：2人分

大根 …………… 150g マヨネーズ …… 大さじ1
 (厚めにむいた皮を含む) オイスターソース … 小さじ1
 ロースハム …… 2枚 白ごま(飾り用) …… 少々

《作り方》

- ①大根は細めの千切りにし、(千切り用ピーラーを使用すると、簡単にできる。)塩2つまみ(分量外)をふって、しんなりさせておく。10分程度で水気が出てきたらよく絞っておく。
- ②ロースハムは千切りにする。
- ③マヨネーズとオイスターソースを混ぜ、①と②を加えて味を調べ、器に盛り白ごまを飾る。



大根の栄養

【ビタミンA、ビタミンC】 実にはビタミンC、葉にはビタミンAが豊富

【食物繊維】 皮にはたっぷり含まれているので、採れたて大根が手に入ったら皮もぜひ召し上がれ

【ジアスターゼ】 でんぷんを消化する酵素、お餅を食べた時の胃もたれ防止には大根おろしがおすすめです

【イソチオシアネート】 生で食べると加齢や運動不足で低下した代謝力を補うことが可能

【メチルメカプラン】 大根の辛み成分で血栓の防止効果や解毒作用があり、生活習慣病の予防やがんの予防効果があると最近話題になっています



地域連携便り ～かかりつけ医を持ちましょう～

医療法人 木村ファミリークリニック



院長 木村 哲也 先生

診療科目 内科・小児科・皮膚科
往診 あり 午後1時半～3時まで 曜日や時間は相談して決めます。
T E L 086-902-0007
F A X 086-902-0009
案内用HP <http://www.kimura-family-clinic.com/>
休診日 水曜日午後、日曜日、祝日

(時間外対応) 連携する病院へ紹介 (電話で相談の上)

所在地 〒700-0944 岡山市南区泉田4-5-26



診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
15:00～18:30	○	○	休診	○	○	△

土曜日午後 15:00～17:00

先生からのコメント

当クリニックはお子様からご高齢の方まで、ご家族のかかりつけ医として健康づくりのお役に立てるよう、平成12年6月に岡山市南区泉田に開院しました。この芳泉地区を中心に微力ながら地域への貢献をさせていただいています。

開院当時掲げた思いは、

1. 地域の人々と、健康の増進や病気の予防について、ともに学び実践します。
2. 病気の時は、思いやりと敬意を持って接し、健康の回復を支援します。
3. 地域の医療・福祉に関する催しへ積極的に参加します。
4. 当院の職員が、やりがいと誇りを持って働ける職場を作っていきます。

でした。

実際の医院の仕事として

- ・患者さんの立場に立って適切な診断とスムーズな病診連携を心がけ、
- ・在宅医療やグループホームや老人ホームなどの嘱託医を行い、
- ・病気の予防や介護に関する南区の集まりに参加しています。

10年余り過ぎた今、開院当時の目標は、まだまだ不十分であると反省していますが、これからも少しずつ前に向かって歩み続けたいと思っています。

新病院 新築工事ニュース Vol.5

待望の新病院建築工事が始まりました

附属川崎病院の新病院計画地(旧深柢小学校跡地)では、昨年9月に起工式を挙行し、10月から準備工事として、敷地の地質調査や仮囲い用フェンスと工事車両用ゲートの新設作業を行いました。フェンスには小窓を設けてありますが、これは地域の方々が歩道からでも敷地内工事の様子を見ることが出来るための工夫です。

12月からは、山留工事が始まっています。その後、掘削工事に移ります。

新病院建築工事の工期は、地下工事11か月、地上工事22か月の合計33か月の計画で、平成28年完成の予定です。近隣の皆様には、工事期間中、敷地内からの車両の出入り、作業による騒音、振動等によりご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いたします。



平成25年度第3回市民公開講座開催のご案内

テーマ「おしっこについて考えてみませんか」

入場無料
(定員180名)

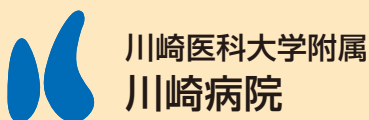
日時 平成26年2月8日(土) 14:30開演～16:30終演予定(14:15開場)

会場 岡山シンフォニーホール 3階イベントホール

申込方法

- ◎FAX・メールの場合は氏名(フリガナ)・電話番号・郵便番号・住所をご明記ください
- ◎申込締切 平成26年2月5日(水)

泌尿器科医長(泌尿器科学講師) 小澤 秀夫
 泌尿器科医師(泌尿器科学助教) 小出 隆生
 中央検査部 臨床検査技師 萩原千代子



〒700-8505 岡山県岡山市北区中山下2-1-80
 TEL. (086) 225-2111 (代) FAX. (086) 232-8343

病院庶務課庶務係 (内線) 3316, 3318
<http://www.kawasaki-m.ac.jp/kawasakihp/>
 E-mail: kwsyomu@med.kawasaki-m.ac.jp

