

地域と病院をむすぶネットワーク情報誌

# みやのわ

65

2019.10  
AUTUMN

特集

①お産のお話し

副院長(兼)産婦人科主任診療科長 / 飯田 俊彦  
4階西病棟課長 / 矢口 千秋

②年に一度は人間ドックで健康チェック!

健診診療科主任診療科長 / 福田 実  
健診センター長 / 福田 敏幸



- リレーエッセイ 看護部長 穂高 律子
- みやのわ情報局 市民公開講座を開催しました 他
- Information 一般外来診療のご案内 他

# お産のお話し

副院長(兼)産婦人科主任診療科長

飯田 俊彦

## はじめに

医学の進歩や時代の流れとともに、出産方法もさまざまに変化しています。今回は、お産の歴史をたどりながら、当院では現在どのようなお産が行われているかを概説したいと思います。

## お産の歴史

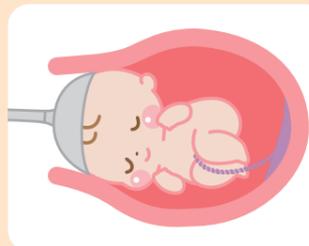
太古の昔、わたしたちの祖先であるサルは、猛獣の急襲を避け、太い枝の上にたつたひとりの力で赤ちゃんを取り上げていたようです。お産がものすごく楽だったんですね。その後、長い時の進化を経て人類が誕生すると、ヒトの出産は著しく体力を消耗したので、現代の助産師のようにお産の手助けをする者がどうしても必要となったのです。そして古代の出産体位は洋の東西を問わず、すべて中腰か立ったままの上体を起こした姿勢でした。なぜなら、胎児の娩出には大きな力を要するため、少しでも重力の力を借りようとしたのです。しかし、どうしても難産の問題を解決することはできませんでした。そこで登場したのが、「分娩鉗子」だったのです。

## かんしぶんべん 鉗子分娩



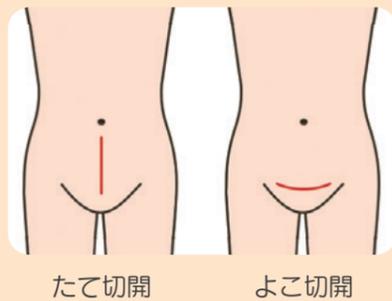
分娩鉗子は17世紀初頭のイギリスで最初に作製されてから、これまでに数えきれない母児の命を救ってきた医学史上の大発明です。日本へは鎖国時代シーボルトが長崎に持参して初めて紹介されました。現在でも当時の原型をほとんど変えずに使用されており、今なおとても有用な器具なのですが、使いこなすには知識と技術が求められるため、次第に経験の浅い医者でも使いやすい「吸引分娩」に取って代わられるようになりました。

## 吸引分娩



吸引分娩は吸引カップを吸盤の要領で児頭に密着させて引くだけの比較的簡単な手技であり、危険性も低く、現在世界中の臨床の場で使われています。ただ牽引力に限界があるため、いきみに合わせて医療者がお腹を圧迫する作業も同時に行われることが多いのです。

## 帝王切開分娩



歴史上初めて帝王切開手術が行われたのは、文献によれば1610年です。もちろん麻酔などない時代ですから、恐ろしいことに無麻酔だったはず。さらに当時帝王切開をするということはほぼ“死”を意味しており、1887年の先進都市ニューヨークですら、なんと92%の母体死亡率でした。現在は麻酔法も手術手技も大きく改良され、帝王切開手術自体は比較的簡単な手術に属し安全に行われるようになりました。麻酔方法は麻酔薬の胎児への移行を避けるため、下半身麻酔が主流です。

## 無痛分娩



西洋先進国は、人に痛みを我慢させることは非文明的だと考えているようです。出産についてもそのような理屈から、硬膜外麻酔とよばれる下半身麻酔による無痛分娩が当たり前に行われています。逆にわが国では、出産に関して自然であることが美德とされる文化が根付いており、それほど普及していません。当院では、必ずしも希望者全員に実施することはできませんが、条件が整えば可能ですので主治医と相談してください。

## アクティブバース



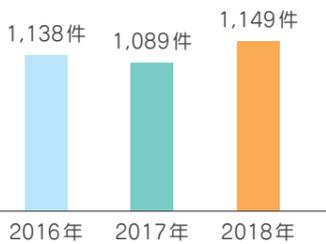
アクティブバースとは、お産において行き過ぎた医療介入を嫌う自然分娩志向の女性たちが提唱した、分娩台を使用しない自由な体位での出産方法です。当院では主に合併症のない妊婦を対象に、「バースセンター(9階北病棟)」で行っています。

## 当院でのお産の特色

当院は、地域周産期母子医療センターとして高度医療を必要とする合併症を有する妊婦から、妊娠経過が良好な自然分娩志向の妊婦まで、さまざまな分娩方法に幅広く対応しているのが特色です。NICU(新生児集中治療室)・産科病棟だけでなく、分娩台を使用せず自然分娩を行うバースセンターも併設されています。また、母乳育児などの産後のケアにも力を入れており、妊娠・出産・産後の各時期に一貫してサポートしています。

できるだけみなさまのご希望に添えたいと考えておりますので、外来担当医もしくは助産師に遠慮なく相談してください。

年間 1,000~1,200 件!



当院の分娩件数

## バースセンターでの出産



お部屋はLDR室\*となっています。お部屋での分娩なので分娩台はなく、横向きや四つん這い、スクワットの姿勢やご主人に抱きつきながらなど、自分の産みたい場所や姿勢で出産できます。出産にはご主人はもちろん、祖父母やお子さんなどご希望があれば立ち会うことができ、一緒に赤ちゃんの誕生を迎えることができます。バースセンターでは出産直後から母児同室となります。

\*LDR室：陣痛から分娩・回復までを同じ場所で行える特別個室

## 4階西病棟での出産



分娩経過が正常であれば助産師が、何か処置が必要な場合は医師が立ち会います。分娩台で出産しますが、ご希望があれば横向きや座った姿勢でも出産できます。出産当日はゆっくり休んでください。

翌日より、母児同室（帝王切開は2日目から）がはじまります。大部屋、個室、どちらでも母児同室が可能です。スタッフが24時間育児のお手伝いをさせていただきます。

## 入院中の食事（産婦食）

産後のお母さんたちの栄養と好みを考え、多彩なメニューを用意しています。当院はお祝膳はありませんが、毎日の食事に野菜を多く取り入れ彩りよく盛り付け、食器にも気を配っています。和・洋・中とバラエティー豊かで好評です。



実際の食事（夕食）

## 退院後のサポート

### <産後2週間・1ヶ月健診>

赤ちゃんの健康チェックと同時に、育児や授乳のことなど産後の悩みを聞き、不安が少しでも軽減できるよう対応しています。

### <育児相談・母乳外来>

産後2週間・1ヶ月健診の他にも、育児や授乳で困った時に対応しています。

月曜～金曜 14:00～17:00（予約制）

### <産後院>

当院で出産後育児に不安のある方を対象に、助産師のサポートを受けることができます。連泊・ご主人の宿泊も可能です。

- ・育児に不安のある方
- ・母乳を頑張りたいけど自信のない方
- ・赤ちゃんがNICUに入院していたので退院前に同室を経験したい方 など

1泊2日～（予約制）

済生会での出産は、自然分娩の方から、合併症を抱えた方まで幅広く支援しています。また、里帰り出産のご希望もお受けしています。妊娠・出産・子育て期を、私たちと一緒により安全で楽しく過ごしていきましょう。

4階西病棟課長

矢口 千秋

やぐち・ちあき

出産は、ママやその家族にとって大切なイベント。素敵な思い出になるよう心を込めてサポートしています。



## 当院の出産の流れ

### 妊娠したかな？と思ったら

妊娠したかな？と思ったら、まずは外来を受診してみましょう。

～妊娠12週頃  
婦人科外来（ブロックC）

妊娠13週頃～  
産科外来（ブロックE）

妊娠16週頃にコースを選択します。

### バースセンタークリニックコース

助産師のみで妊婦健診を行います。

- バースセンターでの分娩をご希望の方
- 合併症やリスクのない方
- 妊娠経過が正常な方

### 産科外来コース（ドクターコース）

担当の医師と助産師で妊婦健診を行います。

- 産科病棟での分娩をご希望の方
- 合併症やリスクのある方
- 医師の管理が必要と判断される方

### 健診の目安（共通）

妊娠中は定期的に健診を受けて、お母さんの健康状態と赤ちゃんの成長を確認します。

20～23週頃  
1回/4週

24～36週頃  
1回/2週

37週頃～  
1回/週

### バースセンター分娩予約者の マタニティクラス

- ハローベビークラス（全3回）  
体の変化や育児、分娩について学ぶクラスです。
- 祖父母クラス（1回・希望者）  
おばあちゃん・おじいちゃんになる方を対象としたクラスです。
- マタニティヨガクラス（予約制）  
安産のための体をつくるクラスです。専門のインストラクターと一緒にいきます。

毎週火曜  
13:30～14:30 / 15:00～16:00

### 4階西病棟で分娩予約者の マタニティクラス

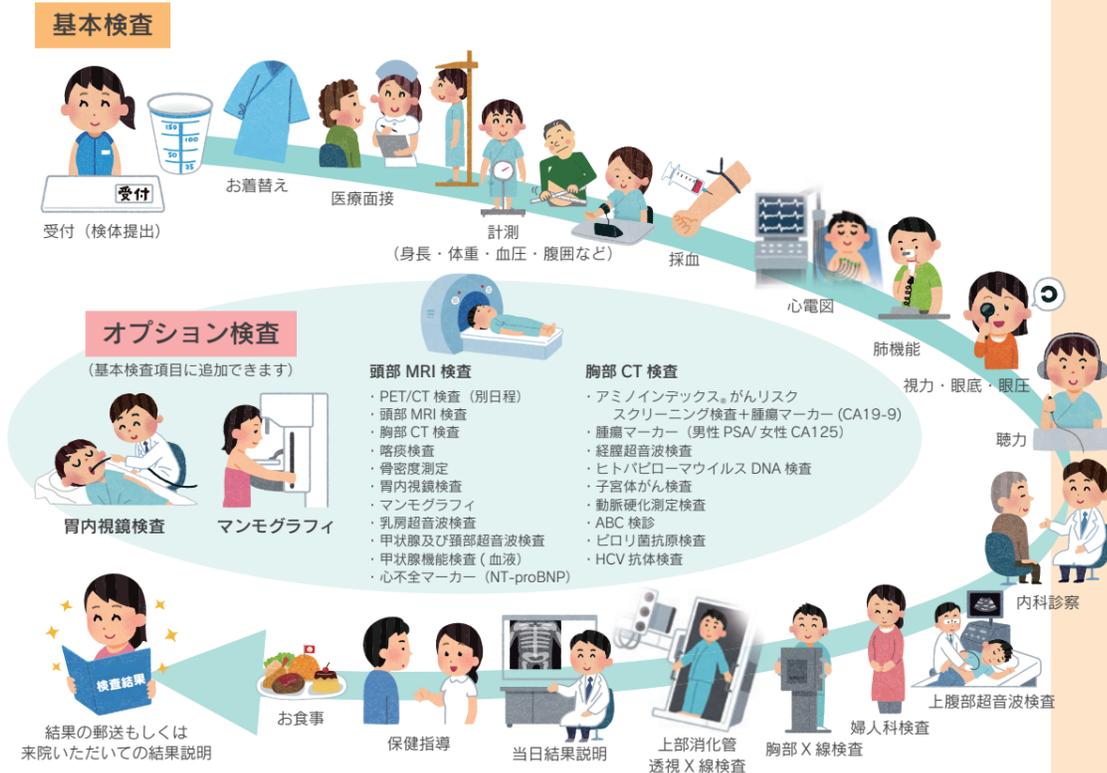
- パパママクラス（全3回）  
妊娠・出産・育児をサポートするクラスです。  
・妊娠中のからだの変化、生活と栄養  
・母乳の話と育児について  
・出産準備と分娩リハーサル



# 年に一度は人間ドックで健康チェック！

40歳代以降は毎年受けよう

## 日帰り人間ドックのながれ



### 基本検査

受付 (検体提出) お着替え 医療面接 計測 (身長・体重・血圧・腹囲など) 採血

### オプション検査

(基本検査項目に追加できます)

**頭部 MRI 検査**

- ・PET/CT 検査 (別日程)
- ・頭部 MRI 検査
- ・胸部 CT 検査
- ・喀痰検査
- ・骨密度測定
- ・胃内視鏡検査
- ・マンモグラフィ
- ・乳房超音波検査
- ・甲状腺及び頸部超音波検査
- ・甲状腺機能検査 (血液)
- ・心不全マーカー (NT-proBNP)

**胸部 CT 検査**

- ・アミノインテックス。がんリスクスクリーニング検査+腫瘍マーカー (CA19-9)
- ・腫瘍マーカー (男性 PSA/ 女性 CA125)
- ・経膈超音波検査
- ・ヒトパピローマウイルス DNA 検査
- ・子宮体がん検査
- ・動脈硬化測定検査
- ・ABC 検診
- ・ヒロリ菌抗原検査
- ・HCV 抗体検査

## 当センターのご紹介

当センターでは、普段お忙しい方でも充実した健診項目により、しっかりと総合的なチェックが行える「日帰りドック」と、1泊2日でゆっくりとリラックスして検査を受けられる「1泊ドック」のコースをご用意しています。また、他にもご自分の気になる病気について詳しく検査を受けたい方には、専門ドックコースである「脳ドック」、「肺がんドック」、「乳がんドック」、「骨密度ドック」、「PET/CTドック」をおすすめしています。さらに、体の不自由な方や障害をお持ちの方などを対象に、付き添いの方も一緒に受診していただける「ゆったりドック」コース (実施日指定) をご用意しています。皆さまのニーズに合わせてご利用ください。

## おわりに

人間ドックの受診は、テストや試験を受けるわけではありません。結果を良くするために、普段と違った節制などをして受診するのではなく、普段どおりの生活のままに検査を受けることが重要です。当院の人間ドックについての詳細は、ホームページをご覧ください。

## ドック検査項目と料金

### お問い合わせ・ご予約

月～金 13:00～17:00  
 ☎ 028-643-4441 (直通)  
 検査項目、オプション検査など詳しくはホームページをご覧ください。

### 専門ドック

- 詳しく検査を受けたい方に！
- ・脳ドック 55,000 円 (税込)
  - ・乳がんドック 11,000 円 (税込)
  - ・骨密度ドック 6,600 円 (税込)
  - ・肺がんドック 36,300 円 (税込)
  - ・PET/CTドック 111,650 円 (税込)

※消費税率10%の料金です。

### 日帰りドック

忙しい方に、精密かつ迅速な検査！  
 充実したオプション検査 昼食付

男性 44,000 円 (税込)  
 女性 47,300 円 (税込)

### 1泊ドック

ゆっくり検査を受けたい方に！  
 提携宿泊施設：ホテル東日本宇都宮  
 夕食 (和・洋・中から選択) と 2日目の昼食付

男女共通 67,100 円 (税込)

### スタッフ紹介



### Check!

#### ① 人間ドック・脳ドック受診費用助成制度について

糖尿病や脳卒中など生活習慣病の早期発見や健康の維持・増進などのため、宇都宮市にお住まいで以下の条件に該当する方は同一年度内に人間ドックか脳ドックのどちらかひとつの受診費用の一部 (定額 10,000 円) の補助が受けられます。

- 満 40～74 歳の国民健康保険の加入者で国民健康保険税を含む市税に滞納がない方
- 後期高齢者医療の被保険者で後期高齢者医療保険料や市税に滞納がない方

※その他の市町でも受診費用助成の制度がありますので、各市町にご確認ください。

#### ② お得な特別割引料金の「オフシーズン・人間ドック」

当センターでは、受診に際して、健保・事業所・市町等から一切料金補助がない方を対象に、通常料金よりお得な特別割引料金の「オフシーズン・人間ドック」(毎年 3～5 月の期間) を期間限定で実施しておりますのでご利用ください。

### 検診と健診？

パソコンに「けんしん」と入力して変換すると、「検診」と「健診」の2つが候補として表示されます。さて、それぞれどう違うのでしょうか？

「検診」とは、特定の病気にかかっているかどうかを調べるための診察や検査のことです。「肺がん検診」、「乳がん検診」など、特定の病気を早期に発見して治療することを目的としています。

一方、「健診」は健康診断の略で、健康であることをチェックすることを目的とした検査のことです。特定の病気を検出するための「検診」とは違い、「人間ドック健診」や、会社で行う「生活習慣病予防健診 (定期健診)」などがそれにあたります。

### 人間ドックって？

「生活習慣病予防健診」と「人間ドック」も混同されがちですが、検査項目などに違いがあります。「生活習慣病予防健診」は、会社で年に一度、全員が受診することを義務付けられているもので、それほど専門的な検査や項目が多くないのに対し、「人間ドック」は「生活習慣病予防健診」で行われる検査に加え、より多くの臓器を対象に検査を行いますので、疾病の早期発見、早期治療に大変役立ちます。また、将来発症するかもしれないリスクの高い疾患を明らかにすることも可能ですので、健康管理により効果的と言えます。特に、生活習慣病や心疾患・がん・脳血管疾患などの発症リスクが高くなってくる40歳代以降は、毎年の人間ドック受診が望ましいといわれています。



食べ物や飲み物 しっかり飲み込めていますか？

## ごえん 誤嚥を防ぐための工夫

誤嚥とは、飲み込みの機能低下により食べ物や飲み物が誤って気管に入ることを行い、これにより起こる肺炎を誤嚥性肺炎と言います。飲み込みの機能低下の原因は、飲み込みに必要な筋力の衰えや免疫力の低下、唾液分泌量の低下などがあります。

今回は、簡単にできる誤嚥を防ぐための工夫を3つ紹介いたします。

- ① **口の清潔**：口の中はいつも清潔に保ちましょう。肺炎の予防につながります。
- ② **食事姿勢の調整**：食事の時はあごが上がらないように首の角度にも注意しましょう(図1)。あごが上がって首が上を向いていると、食べ物や飲み物が気管に入りやすくなります(図2)。
- ③ **食事環境の調整**：食事の時は食べることに集中し、よく噛んでゆっくり食べるようにしましょう。急いで食べたり、口の中に食べ物や飲み物があるまま喋るいわゆる“ながら食べ”は誤嚥をしやすくなります。

図1 自然な状態 ○

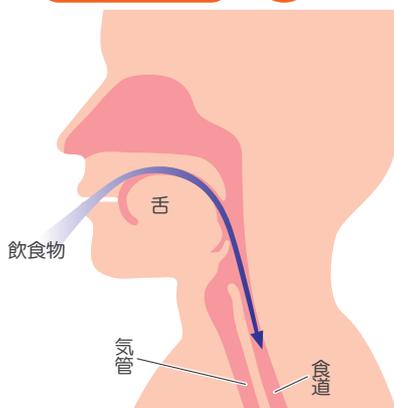
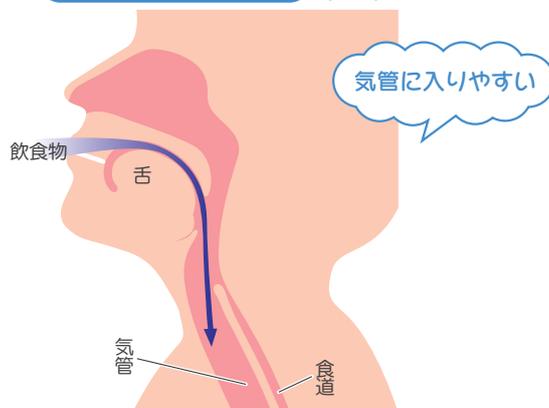


図2 あごが上がった状態 ✕



医療技術部 言語聴覚課

## 薬やくに立つ！ くすりくすりのあれこれ

### File.23

#### 尿の色・便の色が変わる薬

#### 色が変わる原因

- ① 薬そのものの色や薬の分解物によって色が変わる場合

そのまま服用継続して問題ありません。

- ② 薬の副作用で色が変わる場合

尿路や消化管の出血や感染の可能性があるので注意が必要です。

薬の服用で尿の色や便の色が変わることがあります。



#### 尿の色が変わる薬剤

薬効	当院採用薬	尿の色
ビタミン B2	フラビタン	黄色
サルファ剤	サラゾスルファピリジン	黄赤色
鎮咳去痰薬	アスベリン	赤色
止血剤	カルバゾクロムスルホン酸 Na	橙黄色
抗結核薬	リファンピシン	赤橙色
抗アンドロゲン薬	オダイン	琥珀色～黄緑色

#### 便の色が変わる薬剤

薬効	当院採用薬	便の色
鉄剤	クエン酸第一鉄 Na・インクレミン	黒色
抗結核薬	リファンピシン	橙赤色
造影剤	硫酸バリウム	灰白色

尿や便の色は体調や食事の状況によっても異なります。尿や便の色が普段と異なる場合や、気になる場合は医師や薬剤師にご相談ください。

薬剤部 病棟薬剤課 笹島弘章

季節の素材で

# 医食同源

## れしぴ



### 里芋と豚肉の オイスターソース炒め

秋野菜“里芋”を  
フライパンで簡単調理!



#### 材料 【2人分】

里芋	中 4 個 (200g)
豚肉	120g
あさつき	1 本
サラダ油	大さじ 1
砂糖	小さじ 1
しょうゆ	小さじ 1
オイスターソース	大さじ 1
片栗粉	小さじ 1/2
酒	大さじ 1
水	大さじ 1
こしょう	少々

調味料 A

#### 作り方

- ① 里芋は半分に切ってからうすくスライスし 10 分程水にさらしザルにあげ水気を切っておく。豚肉は一口大に切る。
- ② A の調味料は合わせておく。
- ③ フライパンにサラダ油を入れ、中火で豚肉を炒め軽く火が通ったら里芋を入れ炒める。
- ④ 里芋が透き通ってきたら A の合わせ調味料を入れてトロミが出るまで加熱する。
- ⑤ お皿に盛りつけ、小口切りにしたあさつきを添えて完成です。

#### Point

里芋はフライパン全体に広げるように炒めると火の通りが早く焦げ付きにくくなります。

#### 特徴

里芋はいも類の中で低カロリー低糖質の食品です。里芋 (生) 100g あたり 58kcal です。

【1人分の栄養価】

[エネルギー] 204kcal

[塩分] 1.0g



医療栄養科 調理師

かわた たかひろ  
川田 隆弘



瀬谷さんの  
ある日のスケジュール

- 8:30 朝の申し送り
- 9:00 泌尿器・耳鼻科診察介助  
受け持ち患者さんに挨拶し  
状態観察  
体拭きやお着替え など
- 12:00 休憩
- 13:30 退院支援  
リハビリカンファレンス
- 14:00 検温
- 17:00 夜勤への申し送り

看護師は手術患者さんの傷を確認し、痛みなど症状に感じた点滴や薬にて緩和を行っています。抗がん剤治療や放射線治療の患者さんに対しては抗がん剤の投与や副作用の症状を観察し、副作用症状の早期発見や早期予防が行えるようにしています。

看護師の仕事とは

7階西病棟は泌尿器科と耳鼻咽喉科を主とする混合病棟です。主に手術治療や抗がん剤治療、放射線治療を目的とした患者さんが入院されています。治療に対して医師・看護師・リハビリスタッフなど多職種で毎週カンファレンスを行い、患者さん一人一人に適した医療が行えるように日々取り組んでいます。

7階西病棟とは

7階西病棟は泌尿器科と耳鼻咽喉科を主とする混合病棟です。主に手術治療や抗がん剤治療、放射線治療を目的とした患者さんが入院されています。治療に対して医師・看護師・リハビリスタッフなど多職種で毎週カンファレンスを行い、患者さん一人一人に適した医療が行えるように日々取り組んでいます。

す。また、患者さんの治療に適した生活環境を整えることで患者さんが安心して安全に過ごせるように日々業務に励んでいます。

**看護師としての心がけについて**

7階西病棟は手術をはじめ抗がん剤投与など、身体に大きな負担がかかる治療をしている患者さんが多く入院しています。混合病棟であるため疾患や手術はさまざまであり、それぞれの特徴を理解する必要があります。

看護師として、患者さんの不安を傾聴し安心して治療に臨めるようサポートしています。そして、治療後の全身状態や副作用症状を観察し、迅速な対応を行い患者さんが安心して治療を受けられるように心がけています。また、日常生活の援助を行います。また、患者さんのニーズに合わせた療養生活を提供できるよう、入院時から退院に向けて家族とコミュニケーションを図り、入院生活を快適に過ごせるように努めています。

7階西病棟の皆さんと  
(下段右から2番目が瀬谷さん)



Group photo

今号のマイスターは...



7階西病棟 看護師 瀬谷 直美さん



笑顔のマイスター

第24回

マイスターに Q&A

- Q. この職種を選んだきっかけは？
- A. 人と関わる中で看護に興味をもち、少しでも自分が何か役に立てればと思い看護の道を選びました。
- Q. 心がけていることは何ですか？
- A. 患者さんのちょっとした表情や訴えを見逃さないよう常に心がけています。また、患者さんが声をかけやすい雰囲気をつくるよう心がけています。
- Q. 当院を選んだ理由は？
- A. 急性期医療の病院で勉強し、少しでも患者さんに寄り添えたらと思い選びました。
- Q. 今後の目標・意気込みをどうぞ。
- A. 現在3人の子育て中であり、忙しい日々を送っています。今後も忙しい毎日が続くと思いますが日々精進していきます。
- Q. 趣味は何ですか？
- A. 雑貨屋めぐりをすることです。
- Q. 気分転換したいときはどうしていますか？
- A. ママさんバレーに行き、気分転換しています。



いつも元気に笑顔で働くヒミツを教えてもらうべく、笑顔の「匠」の素顔に迫るコーナーです！

ここでは、日々の業務や職種についても詳しくご紹介いたします。



# 9/8日 済生会 フェア を開催 しました!



オープニング



バルーンアート



無料健康測定



お子様薬剤師体験



記念講演 炭谷 茂氏



記念講演 平野 早矢香氏

9月8日(日)、「医療と福祉でつなぐ地域の笑顔と済生会」をテーマに「済生会フェア」を開催し、約4,200人が来場しました。「済生会フェア」は、地域の皆さまに済生会を知って頂くこと、健康や医療について興味を持って頂くことを目的とした今回初開催のイベントです。

午前10時、屋外ステージで行われた開会式で小林健二院長が開会を宣言。その後もこの日のために用意された屋外エリアは、地域の方々によるコンサートやゆるキャラ、バルーンアートなどのステージパフォーマンス、救急車両展示やミニ新幹線乗車コーナーなどで盛り上がりを見せていました。

院内にも、無料健康測定や健康体操教室、医療・介護相談、済生会の各施設を紹介する展示コーナーなど40を超えるプログラムを用意しました。手術室や検査室を見学できる院内探検ツアーは開催と同時に整理券が配付終了となる人気ぶり。お子様向けの白衣試着体験や調剤体験、ダンボール迷路、駄菓子屋なども大賑わいで、幅広い年代の方々に楽しんで頂けました。

午後は講堂みやのわホールにて記念講演会を開催。済生会の炭谷茂理事長は「これからの済生会は、病院や福祉施設で限られたサービスだけを行うのではなく、人と人との結びつきを強め地域全体の発展に貢献する」と訴えました。続いて、2012年ロンドン五輪銀メダリストの平野早矢香さんが「昨日の自分より一歩前へ」と題し講演。「私が大切にしてきた言葉は『日々前進する』。他の選手と比較するのではなく、『昨日の自分に勝つんだ!』という思いで競技してきた」と自身の経験を熱く語りました。

済生会フェアは終始笑顔と活気に溢れ、普段とは違った病院の雰囲気に来場者だけでなく、職員も楽しんでいる様子でした。栃木県済生会は、これからも、医療・福祉サービスの充実に努め、皆さまと共に歩んで参ります。



救命救急体験



ミニ新幹線乗車コーナー



院内探検ツアー



お子様白衣試着体験



ダンボール迷路



ゆるキャラとの撮影会



地域に、人に、よりそう病院でありたい。

# みやのわ 情報局

8月

## 市民公開講座を開催しました

8月3日、アドバンス・ケア・プランニング(ACP)\*の普及を目的とした市民公開講座「これからの在宅療養のあり方～住み慣れた場所で最期までいけるためには～」を開催し、地域の方々137名が参加しました。はじめに、宇都宮市医師会理事の村井邦彦医師から「在宅医療における現状と課題」と題し、ご講演をいただきました。その後「アドバンス・ケア・プランニングを支えるための多職種連携」をテーマにパネルディスカッションを行い、訪問診療医、患者家族、訪問看護師、訪問薬剤師、介護支援専門員と一般市民を交えた活発な議論を行うことができました。

今後も、市民公開講座を予定しています(背表紙参照)。ご参加お待ちしております!

\*「将来の意思決定能力の低下に備えて、具体的な治療・療養について話し合う過程(プロセス)」とされています。簡単に言うと「もしものための話し合い」です。



市民公開講座の様子

8月

## 6年連続! 「ブラック・ジャックセミナー」を開催しました



ブラック・ジャックセミナーの様子

8月17日、「ブラック・ジャックセミナー」を開催し、県内の中学生41名が参加しました。救命救急体験や手術縫合体験、内視鏡トレーニングなど計6つのアクティビティを、各20分間かけてじっくり体験。多数の医師の協力により、ほぼマンツーマンの指導を受け、学生さんたちは真剣な眼差しで取り組んでいました。体験後には「普段できない貴重な体験ができた。外科医志望が明確になった」など熱意を感じるコメントをいただきました。参加された方が将来、医師をはじめとする医療職に就かれることを願っています!

※とちぎテレビ・NHK宇都宮放送局の取材を受け、セミナーの様子がニュースで放映されました。映像は当院HPでご覧いただけます。

8・9月

## トチペに掲載されました!

生活情報マガジン「トチペ」に、当院の記事が掲載されました!掲載ページと内容は下記の通りです。

**8月号(17ページ)**: 病院食への想い、医療栄養科の取り組み、岡本憲一調理課長監修の「かんぴょうdeカルボナーラ」のレシピ

**9月号(14、15ページ)**: 院長インタビュー、ブラック・ジャックセミナー記事、済生会フェア告知

※冊子は外来・病棟エリアに設置してありますので、ぜひお手に取ってご覧ください。  
トチペHPからも閲覧いただけます。

▼トチペ 8月号  
No.153



かんぴょうdeカルボナーラ



# 敷地内禁煙を

実施しています

皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。



## 市民公開講座のお知らせ

会場はすべて当院南館 2 階講堂みやのわホールです

参加  
無料

講演会名	日時	内容	講師
第6回 糖尿病市民公開講座 いきいきエンジョイ! 糖尿病ライフ	11月16日(土) 13:30~16:00	糖尿病の基本から日々の生活に役立つポイントを紹介し ます。さいみや体操など実技指導あり。	糖尿病・内分泌内科 管理栄養士 薬剤師 理学療法士 高橋 諭 岡本 憲一 野澤 雅彦 神山 大地
市民公開講座 「認知症を学ぼう」 ～若年性認知症について～	11月30日(土) 14:00~16:00	若年性認知症について 他	認知症疾患センター長 神経内科主任診療科長 富保 和宏 他
NST市民公開講座 消化器の病気と栄養	12月7日(土) 14:00~15:30	消化器の病気と栄養について	外科医師 笹倉 勇一
がんと共に 健やかに生きる	12月21日(土) 14:00~16:00	がんと診断されても前向きに生きる ための体と心のケアについて	緩和ケア科主任診療科長 訪問トレーナー 粕田 晴之 齋藤 美香

申し込み  
お問い合わせ

済生会宇都宮病院 教育研修部門 ☎ 028-626-5500 (代)

受付時間 月～金 (土日祝・祭日を除く) 9:00～12:30 / 13:30～17:00

※時間外の対応はできませんので、ご了承ください。 ※講座の申し込み受付は各講演日の 1 か月前からになります。

### 当院理念

思いやりのある 安全で質の高い医療を提供し 地域社会に貢献します

### 当誌「みやのわ」では、読者の皆さまからのご意見や感想をお待ちしております。

お名前などの個人情報は、一切掲載いたしません。匿名でご投稿いただいても結構です。

また、診療に関する個人的なご質問やご意見はこちらでは受け付けておりませんのでご了承ください。

- ・はがきなどの場合 〒321-0974 宇都宮市竹林町911-1 済生会宇都宮病院 経営支援課
- ・電子メールの場合 miyanowa@saimiya.com



社会福祉法人 Saiseikai Utsunomiya Hospital

恩賜財団 済生会宇都宮病院



www.saimiya.com/



日本医療機能評価機構

当院は日本医療機能  
評価機構認定病院です