

みなみかぜ

MINAMIKAZE

2012
No.24
8月

発行/南和歌山医療センター 編集/広報委員会
〒646-8558 和歌山県田辺市たきない町27番1号
TEL 0739-26-7050 FAX 0739-24-2055
URL <http://www.hosp.jp/~swymhp2/>

開設20周年記念式典を行って

編集委員 織田 達也

南和歌山医療センターは平成24年7月に開設20年を迎え、7月28日に記念式典を行いました。式典には和歌山県立医科大学板倉学長、真砂田辺市長など多くの方にご参加いただきお祝いの言葉を頂きました。また、当センター開設より勤めている職員の表彰も行いました。



中井院長による挨拶



森脇名誉院長による永年勤続表彰

10周年からのこの10年は、地域医療支援病院の呼称認可・がん診療連携拠点病院、肝疾患診療連携拠点病院の取得・救命救急センターの開設・ドクターカーの導入・緩和ケア病棟の新築・ヘリポートの建設など診療面・設備面でも地域のニーズに応えられるよう大きく変貌を遂げてきました。

また、20周年に併せて発行した記念誌には「昇（のぼる）ー成人式を迎えてー」というタイトルが付けられ、病院を人間にたとえこれからは成熟した大人へ向け成長していこうという思いが綴られています。

これからも地域に根付き皆さまに愛されながら30周年・40周年と昇っていけるよう職員一同取り組んでまいります。

基本理念 思いやりのある医療を実践します。

あなたの権利を尊重し あなたを中心とした
あなたに適した医療を提供します

1. プライバシーの尊重を実践します。
2. 親切・丁寧なケアを実践します。
3. わかりやすい説明と納得による診断治療を実践します。
4. 地域医療機関との連携強化を図ります。
5. 自ら研鑽に努め、良質な医療の提供に役立ちます。



南和歌山医療センターの基本理念である

『思いやりのある医療を実践します』に基づき、

1. 明るく (A)
2. 挨拶があり (A)
3. 愛のある (A)
4. アカウンタビリティ (納得説明義務) (A)

の4つの頭文字のAを基本デザインとしています。

これは丸みをおびた形でやさしさを表現し、4つの理念が集まることで、空(明るい未来)に向かって羽ばたく鳥を表しています。4つのカラーは黄色が明るさ、赤が愛、青と緑は南和歌山の自然の象徴である綺麗な海と、山を表現し、南和歌山医療センターの環境の良さもアピールしています。

総合診療内科外来開始のお知らせ

南和歌山医療センターでは平成24年9月1日より「総合診療内科外来」を開設いたします。

どこの科に行けばいいのかわからないときは、まず「総合診療内科外来」を受診して下さい。内科系疾患で紹介状をお持ちでなかったり、紹介状をお持ちでも主治医が決まっていない場合、また、前日緊急入院された患者様には、まず「総合診療内科外来」を受診していただきます。

「総合診療内科外来」では速やかに診察・検査を行い、適切な専門診療科にご案内させていただきます。必要に応じてかかりつけの診療所にご紹介させていただきます。

かかりつけ医の情報や過去の診療経過を詳しく聞かせていただくことがありますので、なるべくかかりつけ医からの紹介状をお持ちいただきますようお願いいたします。紹介状がない場合は、選定療養費（2,100円）が別途必要となります。

受付時間：平日 8時半～11時

総合診療内科担当医表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|----|----|----|----|
| 金 | 萩原 | 森岡 | 山本 | 福地 |
| 田中 | 三谷 | 藤本 | 田中 | 田中 |

季節の食材 De! 簡単クッキング



第2回 鯖(さば)



南和歌山医療センター 管理栄養士 岩崎 知代子

大衆魚として馴染みが深い鯖ですが「青魚の王様」と言われるほど栄養価が高く、含まれている脂質にはDHAやEPAなどの不飽和脂肪酸が豊富で、血中コレステロールを下げたり、血液をサラサラにするとも言われています。

鯖には「マサバ」と「ゴマサバ」の2種類があり、その中でも、「マサバ」は、産卵のため南下を始める時期が9月～10月と言われており、この時期に食べるのが脂ののりもよく大変おいしい時期です。

また、鯖は「鯖の生き腐れ」という言葉で知られるように、腐りやすい魚としても有名です。これは内臓に含まれている消化酵素が活発に働いて鮮度が落ちやすいため、生食よりも酢でしめた「しめ鯖」にして食べたり、加熱して食べるのが一般的。新鮮なものを早めに調理し、食べるようにして下さいね。

鯖のゴマ味噌煮

材料（2人分）

- ・鯖切り身…2切
- ・白髪ねぎ…適量

合わせ調味料

- ・だし汁…90ml
- ・しょうゆ…小さじ1/3
- ・味噌…小さじ2
- ・砂糖…小さじ2
- ・酒…大さじ1
- ・すりごま…小さじ2
- ・おろし生姜…適量
- ・コチュジャン…小さじ1/2
- ・ゴマ油…小さじ1

コチュジャンと
すりゴマが
決めて!

栄養価（1人分）

| | |
|-------|---------|
| エネルギー | 239kcal |
| 蛋白質 | 18g |
| 脂質 | 14g |
| 塩分 | 1.2g |

作り方

- ①鯖の余分な水分を拭き取り、皮に切れ目を入れる。
- ②生姜は千切り、白ネギは根本を落として白髪ねぎにしておく
- ③鍋にゴマ油を熱し、生姜を炒める。合わせ調味料を入れ沸騰したら鯖を入れる。
- ④中火で一度煮立たせて、弱火で落としぶたをして20分程煮込む
- ⑤鯖をお皿に盛り付け、上から白髪葱を飾りつけて完成





南和歌山医療センター

けんこうフェスタ

応援します！あなたの健康！

10月28日(日) 10時～16時まで

県立情報交流センター **Big・U** (田辺市)にて

▼無料健康相談



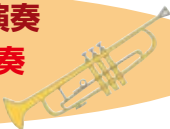
- 血圧・体脂肪・骨密度測定
- よろず医療相談
- 栄養食事相談
- お薬相談
- 家庭でできる救急法
- 肝炎ウイルスチェック
- お口の健康
- 等



けんこう講座
～スペシャルバージョン～

* 特別企画 *

和歌山県警察音楽隊による演奏
熊野高校吹奏楽部による演奏
お菓子・餅まき大会



* 縁日コーナー *

たこ焼き 焼きそば

けんこう講座・研修のお知らせ

- 時間 / 14:00～15:00
- 会場 / 2F 地域医療研修センター

がんの勉強会 ～あなたもがん治療方法を学びましょう～

9/8(土)

最新の放射線治療について

辻 外来部長 放射線科医長

10/20(土)

最新の泌尿器のがん治療について

細木 泌尿器科医長 癌対策推進部長

※講師の都合により、予定を変更することがあります。ご了承ください。

編集委員から一言

今年も暑い夏がやってきました。みなさん体調を崩されてはいないでしょうか。「みなみかぜ」では、健康になるメニューの紹介コーナーもあります。是非参考にさせていただき夏を乗り切ってください。(私はここ1年ほど包丁を握っていませんが、久しぶりにレシピを見ながら料理をしてみようかと思っています)

編集委員 織田 達也

南和歌山医療センター外来診療担当医表

TEL 0739-26-7050(代)
 FAX 0739-24-2055
 地域医療連携室 1 0739-26-7063
 地域医療連携室 2 0739-24-0813
 (E-mail: renkei@mwn.hosp.go.jp)

【初診受付時間】 8:30~11:00

- 眼科・水曜日は10時まで
- 月曜日下肢静脈瘤外来の受付は午後3時まで
- 木曜日糖尿病外来の受付は午後3時まで
- 火・金曜日神経内科・午後の受付は午後3時まで

平成24年9月1日現在

| 診療科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | |
|--------------------------------|-------------|-------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------|-------------------------------|---|
| 内科・呼吸器科 | 心臓内科 | 1診 | 金 栄浩 | 萩原 慎 | 藤本 研治 | 田中 陽一 | 田中 陽一 |
| | 総合内科 | 2診(午前) | 田中 陽一 | 三谷 琴絵 | 森岡 聖次 | 山本 佳司 | 福地 貴彦 |
| | | 2診(午後) | | 小口 健(初診・再診) (神経内科) | 森岡 聖次 (禁煙外来 予約 午後) | 山本 佳司 (予約・SASが依頼) | 小口 健(初診・再診) (神経内科) |
| | | 3診(午前) | 山本 佳司 (肝臓外来) | 加藤 道夫 (肝臓外来) | 山本 佳司 (肝臓外来 予約 午後) | 加藤 道夫 (肝臓外来) | 藤本 研治 (肝臓外来 予約) |
| | | 3診(午後) | 山本 佳司 (肝臓外来・SAS外来) | | | | |
| | | 4診 | | 金 栄浩(再診) | 三谷 琴絵(初診・再診) (神経内科) | 三谷 琴絵(再診) (神経内科) | 金 栄浩(再診) |
| | | 5診 | 榎本 宗浩(午前) (呼吸器科) | | | 澳 親人(初診・再診) (糖尿病外来) | 萩原 慎(予約) (呼吸器科) |
| | | 消化器科外来診察室 | 月元 友厚(予約) | | | | 森岡 聖次 (禁煙外来 予約 午後) |
| 9/11・25 谷口 友志 9/4・18 山崎 幸茂 | | | | | | | |
| 消化器科 | 1診 | 初診・再診 | | | 木下 幾晴 | | |
| 循環器科 | 1診 | 初診・再診 | 樽谷 玲 | 塩路 周作 | 樽谷 玲 | 橋爪 俊和 | 樽谷 玲 |
| | 2診 | 再診(予約) | 橋爪 俊和 | 橋爪 俊和 | 塩路 周作 | 塩路 周作 | 橋爪 俊和 |
| | 3診 | 再診(予約) | 塩路 周作 | | 樽谷 玲 | 塩路 周作 | |
| 腫瘍内科 | | 初診・再診 | | 岡部 崇記 | 岡部 崇記 | | |
| 小児アレルギー科 | 午前 | 初診・再診(予約) | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 |
| | 午後 | 再診(予約) | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 | 土生川 千珠 |
| | 午後 | 再診(予約) | (喘息指導) | (喘息指導) | (喘息指導) | (食事指導) | (食事指導) |
| 一般小児科・小児神経科 | 3診(2階) | 小児一般外来(午前) | 泉 鉉吉 | 星野 恭子 | 泉 鉉吉 | 星野 恭子 | 泉 鉉吉 |
| | 4診(1階) | 小児神経科外来(午前) | (予防接種) | 星野 恭子 | 泉 鉉吉 | 星野 恭子 | 泉 鉉吉 |
| | 小児神経科外来(午後) | 星野 恭子 | 泉 鉉吉 | 星野 恭子 | 泉 鉉吉 | 星野 恭子 | |
| 外科 | 1診 | 初診・再診 | 田端 宏亮 | 岡 正巳 | 小澤 悟 | 玉置 卓也 | 中谷 佳弘 |
| | 2診 | 再診(予約) | 玉置 卓也 | 中谷 佳弘 | | 小澤 悟 | 岡 正巳 |
| | 手術日 | | ○ | | ○ | | |
| 整形外科 | 1診 | 初診・再診 | 中村 正亨 | | 佐々木 貴英 | | 辻本 修平 |
| | 2診 | 再診・専門診 | 佐々木 貴英 | | 中村 正亨 | | 北野 陽二(手の外科) |
| | 3診 | 初診・再診 | 北野 陽二 | | 辻本 修平(予約) | | |
| 手術日 | | | ○ | | ○ | | |
| リハビリテーション科 | | 初診・再診 | 佐々木 貴英 | | | 幸田 剣 | |
| 胸部・心臓血管外科 (呼吸器外科) (乳腺外科) | 1診 | 初診・再診(午前) | 小森 茂 (心臓血管外科) | | 木下 貴裕 (呼吸器外科) | | |
| | | 初診・再診(午後) | 小森 茂 (下肢静脈瘤外来) | | | | |
| | 2診 | 初診・検診(午前) | 清水 幸生 (乳腺外科・乳癌検診) | 内藤 古真(予約) (乳腺外科) | 内藤 古真 (乳腺外科・乳癌検診) | 内藤 古真(予約) (乳腺外科) | 第1・3・5 清水 幸生 第2・4 内藤 古真 (乳腺外科・乳癌検診) |
| | | 再診(午後) | | | | | |
| 3診 | 初診・再診 | (交代) | | 小森 茂 (心臓血管外科) | | | |
| 手術日 | | | ○ | | ○ | | |
| 脳神経外科 | 1診 | 再診(予約) | 中井 國雄 | 中村 善也 | 第2・第4 加藤 正哉 第1・第3 (交代) | 中井 國雄 | 中村 善也 |
| | 2診 | 再診(予約) | 石井 政道 | 川口 匠 | | 大浦 義典 | 藪下 哲成 |
| | 3診 | 初診 | (交代) | (交代) | | (交代) | (交代) |
| | 手術日 | | ○ | | ○ | ○ | |
| 皮膚科 | | 初診・再診 | 南 宏典 | 南 宏典 | 南 宏典 | 南 宏典 | 南 宏典 |
| 泌尿器科 | 1診 | 初診・再診 | 稲垣 武(午前) | | | 山際 健司(午前) | 細木 茂(午前) |
| 産婦人科 | 1診 | 初診・再診 検診 | 池内 正憲 | 池内 正憲 | 池内 正憲 | 國部 久也 午前(9~12時) | 國部 久也 午前(9~12時) |
| 眼科 | | 初診・再診(午前) | 芦田 淳 | 芦田 淳 | 芦田 淳 (受付時間 午前8時30分~10時) | 9/6・20 石川 伸之 9/13・27 井上 晃宏 | 芦田 淳 |
| | 午後 | 専門診(予約) | 芦田 淳 | | | | 芦田 淳 |
| | 手術日 | | | ○ | | | |
| 耳鼻咽喉科 | 午後 | 初診・再診 | | | 交代 (午後2時~3時30分) | | |
| 放射線科 | | 初診・再診 | | 辻 孝 | 辻 孝 | 川口 美和 | |
| 精神科 | | 初診・再診 | 休診 | 休診 | 休診 | 休診 | 休診 |
| 救命救急科 | 午前 | 初診・再診 | 橋本 忠幸 | 益満 茜 | 川崎 貞男 | 福地 貴彦 | 足川 財啓 |
| | 午後 | 初診・再診 | 足川 財啓 | 福地 貴彦 | 川崎 貞男 | 益満 茜 | 橋本 忠幸 |
| 歯科口腔外科 | 1診 | 初診・再診 | 藪田 達雄/西野 耕治 | 手術日 | 藪田 達雄/西野 耕治 | 藪田 達雄/西野 耕治 | 藪田 達雄/西野 耕治 |
| | 2診 | 初診・再診 | 谷本 幸司 | 手術日 | 谷本 幸司 | 谷本 幸司 | 谷本 幸司 |
| 緩和ケア外来 | | 初診・再診(予約) | 平野 勇生 | | 木下 貴裕 (午後) | | 木下 貴裕 第1・第3がんカウンセリング外来 (午後) |

については変更されたところです。