

# かっ とっ ぽ

2016  
4・5月

平成 28 年 5 月 1 日号 毎月発行 No.129、130

## 目 次

- P1……………薬局が新しくなりました！ / 診察室等の移動について
- P2……………新規採用職員について / 看護の日イベントのご案内
- P3……………特診外来予定表
- P4……………栄養管理室より
- P5……………有川医療センター外来予定表
- P6……………奈良尾医療センター外来予定表
- P7……………あとがき / マンガ ター坊



薬局（調剤室）



長崎県上五島病院 <http://www.kamigoto-hospital.jp/>

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549 番地 11

T E L 0959-52-3000 F A X 0959-52-2981



## 薬局が新しくなりました！

日中の気温もだいぶ上がり、そろそろ夏の訪れを感じる季節となりましたが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。この春より、上五島病院薬局は医事課の計算の横から以前中庭があった場所へと新築移転いたしました。以前の場所に薬局がなくなっていたことに戸惑われた方には大変ご迷惑をおかけしました。

さて、この薬局には今まであった調剤室、医薬品情報室、注射庫に加え、今回の移転により新しく製剤室が加わりました。この製剤室には「安全キャビネット」という装置が備えられ、化学療法を行う患者さんのための医薬品の調整や、病院内で試薬を用いてつくる院内製剤を無菌に近い状態で取り扱うことが可能となりました。これにより、衛生面だけでなく、薬効の強い医薬品を扱う上での医療従事者への安全性の両面が向上しました。また、普段医薬品の保管、監査といった業務を行う調剤室の設備も新しくなり、これから先も増え続け多様化していく医薬品の取り扱いにもしっかり対応できるようになりました。

これからも新しい薬局で薬物療法を通して、患者さんの治療、ひいては健康増進に少しでも貢献できるよう、薬局一同精進してまいりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。

(薬剤師 園田 和倫)



■調剤室



■注射庫



■製剤室

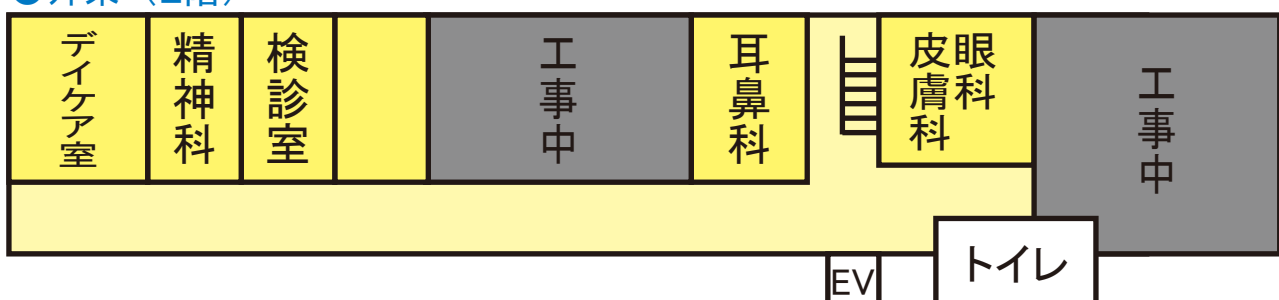


## 診察室等の移動について

(精神科外来・デイケア室・検診室が移動しています)

前年度から引き続き増改築工事が行われており、精神科外来、デイケア室、検診室が移動しております。院内に案内を表示しておりますが、場所がお分かりにならない場合は、近くのスタッフにお尋ねください。

### ●外来 (2階)





## 新規採用職員について



4月1日、上五島病院大会議室において新規採用となった職員の辞令交付式が行われました。

入職から1ヶ月が過ぎ、新規採用職員は配属された各部署で頑張っています。

地域みなさんに早く名前と顔を知ってもらえるよう、広報誌での職員紹介を予定しておりますので、楽しみに！



## 看護の日イベントのご案内

### ■映画上映会 『はなちゃんのみそ汁』

- ・ 入場料 500 円
- ・ 上映時間 13:00 ～ 15:00（開場 12:30 ～）
- ・ 全席自由

### ■同日開催イベント

- ・ 町の保健室
- ・ 看護の日記念グッズ及びチラシ配布

みなさん、ぜひお越しください！

2016 年

**5月21日(土)**

**有川鯨賓館ミュージアム**

#### ■お問い合わせ

長崎県上五島病院 看護部長 本村ひづる  
TEL 0959-52-3000





# 平成28年5月の特診外来予定表

	泌尿器科	耳鼻科	循環器科	神経内科	皮膚科
5月2日(月)		渡邊先生 ★午前、午後			
5月3日(火)					
5月4日(水)					
5月5日(木)					
5月6日(金)	志田先生 午前、午後(～15時)				
5月9日(月)		佐藤先生 ★午前、午後		調先生 ★午前	
5月10日(火)		佐藤先生 ★午前	江口先生・土居先生 ★午前、午後		
5月11日(水)					鎌塚先生 午前
5月12日(木)	計屋先生 ★午前、午後				
5月13日(金)	計屋先生 午前、午後(～15時)				
5月16日(月)		原先生 ★午前、午後		森先生 ★午前	
5月17日(火)		原先生 ★午前			
5月18日(水)					竹中先生 午前
5月19日(木)	大庭先生 ★午前、午後				
5月20日(金)	大庭先生 午前、午後(～15時)				
5月23日(月)		渡邊先生 ★午前、午後			
5月24日(火)		渡邊先生 ★午前	土居先生 ★午前、午後		
5月25日(水)					富村先生 午前
5月26日(木)	松尾先生 ★午前、午後				
5月27日(金)	松尾先生 午前、午後(～15時)				
5月30日(月)		吉見先生 ★午前、午後		調先生 ★午前	
5月31日(火)		吉見先生 ★午前			

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

★ 午前の受付開始時刻は8:30となっておりますが、診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00～10:00頃の間で変動します。ご了承ください。

# 栄養管理室のオススメレシピ ニラと新たまねぎの卵とじ

春の香りと彩りで心も体も元気になる1品です。



《栄養価》(1人分)  
エネルギー：159kcal  
蛋白質：8.2g  
脂質：9.4g  
食塩：0.8g

## 【材料】2人分

- ・ニラ……………1束(100g)
- ・新たまねぎ……………1個(150g)
- ・卵……………2個
- ・オリーブオイル……………小さじ2
- ・酒……………小さじ1
- ・めんつゆ(濃縮タイプ) ……小さじ1
- ・醤油……………小さじ1

## 【作り方】

- ① ニラは3～4cmの長さに切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ② 卵は割りほぐしておく。
- ③ フライパンに油をしき、玉ねぎを中火でさっと炒め、酒を入れる。
- ④ ニラを入れ、めんつゆと醤油で味付けする。
- ⑤ ニラがしんなりとしたら、卵をまわしかけ、すぐ火を止める。
- ⑥ 蓋をして1分間、予熱で半熟に卵に火が通ったら出来上がり。

## ニラの栄養

ニラは通年出回っていますが、最もおいしいのは春です。  
にんにくにも含まれるアリシンが豊富で疲労回復に効果的です。また、免疫力を高めるβ-カロテンも豊富で、油を使って調理することで吸収率もアップします。

## 栄養士からのワンポイント

「野菜をたくさん食べています」という方の中に、「毎日、野菜サラダばかり」という人が少なくありません。サラダ(生野菜)は、緑黄色野菜が少なかったり、量も十分摂りにくかったりすることがあるため、おひたしなど加熱する料理と組み合わせて食べることをおすすめします。

また、昼食と夕食は十分摂っていても、朝ごはんは「パンとコーヒーだけで野菜料理なし」という人も多いように感じます。

野菜は、毎食食べることがバランスの良い食事となります。



# 有川医療センター外来診療予定表 (平成28年5月1日～)

## 〈午前診療担当医〉

診療科		月	火	水	木	金	土〈総合外来〉
内科	1 診	白浜	友廣	友廣 (10時～)	白浜	白浜	第1週：八坂
	2 診	友廣 (10時～)	井上 (10時～)	—	友廣	友廣	第2週：遠藤
	3 診	—	—	—	岸川 (10時～)	—	第3週：遠藤
外科		—	—	八坂	—	—	第4週：白浜
整形外科		—	一宮	—	—	—	
総合診療科		八坂 / 遠藤	—	—	—	竹下 (10時～)	
健 診		八坂 / 遠藤	井上	友廣	岸川	竹下	
胃カメラ		友廣	井上	友廣	岸川	竹下	

## 〈午後診療担当医〉

診療科	月	火	水	木	金
内 科	白浜 (16時～)	友廣	—	白浜 (16時～)	白浜
総合診療科	遠藤 / 関田	遠藤	古賀	渡邊	
健 診	遠藤 / 関田	遠藤	古賀	渡邊	白浜
禁煙外来	—	友廣	—	—	白浜
夜間外来	—	—	八坂	—	遠藤/竹下/見陣

※午後は、担当医師が往診のため不在の場合がございます。ご了承ください。  
※禁煙外来は、火曜・金曜の 16 時～ 17 時までです。(前日までに予約が必要)

## 〈受付時間〉

曜 日	午 前	午 後	夜 間
月・火・木	8:00～11:30	13:30～16:30	
水・金	8:00～11:30	13:30～16:30	17:00～18:30
土	8:30～11:30		

※上記以外の時間帯および日曜日、祝日は休診となります。  
※救急の場合は、上五島病院 (52-3000) にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ先

有川医療センター 電話 42-0320

# 奈良尾医療センター 外来診療予定表 (平成28年5月1日～)

## 〈午前診療担当医〉

診療科	月	火	水	木	金	土
内 科	丸尾	丸尾	丸尾	丸尾	丸尾	(9時～12時) 長崎大学 第一外科
外 科	長崎大学 第一外科	長崎大学 第一外科	長崎大学 第一外科	長崎大学 第一外科	長崎大学 第一外科	
整形外科	—	—	—	一宮 (午前)	—	
眼 科	—	—	—	戸田 (午後)	—	
総合診療	—	—	—	—	八坂 (月1回)	
健 診	丸尾	堀川 (午前)	丸尾	丸尾	丸尾、関田 (隔週)	

## 〈診療受付時間〉

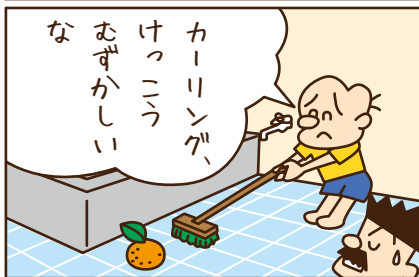
診療科	受付時間	診療時間
内科	8:00～11:00/13:00～16:00	8:00～12:00/13:00～16:45
外科	8:00～11:00/13:00～16:00	8:00～12:00/13:00～16:45
整形外科	木曜日 8:00～11:00	木曜日 8:30～12:00
眼科	木曜日 13:00～14:30	木曜日 14:00～16:00
総合診療科	第3金曜日 8:00～11:00	第3金曜日 8:00～12:00

お問い合わせ先


 奈良尾医療センター 電話 44-1010

# マンガ ター坊

原作：(ウセ)



## － あ と が き －

2020年開催の東京オリンピックですが、開催前にいろいろ騒がれていますね。  
東京 2020 大会エンブレムが一度は決まったものの、盗作が指摘され採用中止……。開会式に使われる新国立競技場の建設問題……。一段落ついたかと思えば、開会式に使われる聖火台が設計図にない……。

いったいこの先どうなるのでしょうか？あと5年もないのに……。

開会式といえば聖火点灯。これまでの各大会でもいろいろな方法で聖火への点火が行われてきました。

2008 年、北京大会での元体操選手による演出。スタジアムの屋根部分を「走るように」宙を舞いながら一周し、聖火台の導火鉄パイプに点火。炎が巻物のふちを走り登りともされました。また、2012 年ロンドン大会では、参加国数と同じ数の炎が最初360度広がっていたのが、点火されると徐々に集約されて一つの炎となり、とても感動しました。

私ごとですが、一番印象に残っているのが 1992 年スペイン バルセロナ大会です。アーチェリー選手が地上よりアーチェリーの矢に聖火を灯し矢を聖火台に向け放ち点灯させるという荒技。放たれた火のついた矢が聖火台へ一直線……点火大成功！

ものすごく感動したのを覚えています。

後日、実際は矢が点火したわけではなく、聖火はエンジニアによってリモコンで点火されたという事実を知り、すこし夢を壊されたような気分になりました。(笑)

なにはともあれ、2020年 日本国民全員が心待ちにしている東京オリンピックが開催されます。私たちにどのような感動を与えてくれるのか、今からとても楽しみです。

さて、新年度がいよいよ始まりました。皆さん気持ちを新たに何かを始めたり、目標を立てたりしましたか？“1年の計は元旦にあり”ともいいますが、“新年度の計は4月にあり”の気持ちをもっていろいろなことに頑張っていきましょう。

(奈良尾医療センター 松村)



### ○基本理念

地域と共に歩み、

信頼され親しまれる病院

### ○5つの行動目標

- ①信頼と満足の得られる医療の提供
- ②地域の基幹病院としての診療機能の充実
- ③地域における保健・医療・福祉の連携
- ④IT化によるさらなる医療の効率化
- ⑤地域における疫学研究と医療従事者の教育・研究の推進



### ◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院

〒857-4404

長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549-11

電話 0959-52-3000

FAX 0959-52-2981

Email kamihp@gold.ocn.ne.jp

URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>