



医療法人社団玲瓏会
金町中央病院

ささえあい

主な記事

- ・金町消防署 新庁舎のお知らせ
- ・今年度の公開講座のお知らせ
- ・社会人学生のご紹介
- ・旬の食材『きゃべつ』
- ・4月外来担当医表
- ・東京理科大学との診療提携について
- ・編集後記

第20号 平成25年4月	隔月発行
医療法人社団玲瓏会 金町中央病院	発行元 東京都葛飾区金町1-9-1
病院長 野田 剛	TEL 03-3607-2001
担当部署 広報チーム	FAX 03-3607-2082 http://www.reiroukai.or.jp/

KANAMACHI FIRE STATION

金町消防署新庁舎のお知らせ



金町消防署は、3月15日より新庁舎での事務開始となりました。

新庁舎は、地域の安心・安全を支える防災拠点として各種機能が充実されています。

建物の外観も特徴があり、正面の飛び出したガラス張りの壁面は、江戸町火消のシンボル纏（マトイ）の柁（マス）を表しているとのことです。

この纏は、柁の上に芥子がつき“消します”の洒落で大岡越前守が命名したといわれています。

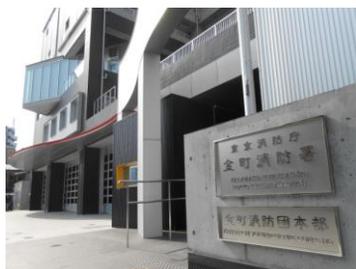
お近くをお通りの際は、新たな町のシンボルとなった金町消防署をご覧になってみてはいかがでしょうか。



※署隊本部



※僕たちが金町を守ります。



(写真提供：金町消防署)

♪今年度の金町中央病院公開講座のお知らせ♪

☆公開講座年間予定☆

- 第1回 6月21日(金)
「腸内環境・便秘・下痢」
担当：栄養科
- 第2回 10月18日(金)
「防ごう！ノロウイルス感染」
担当：看護部
- 第3回 12月20日(金)
「肺炎球菌ワクチンによる肺炎予防」
担当：看護部

※すべて第3金曜日
15時～16時
会場は4階食堂にて行います。



毎年好評をいただいている当院の看護師、管理栄養士による地域の方々に向けての公開講座を本年度も開催いたします。

当院をご利用いただいている患者さま、ご家族さまだけでなく、地域の皆さまどなたでもご参加いただけます。

6月は、昨年度の公開講座の際にいただいた参加者からのご要望が多かった「便秘、下痢」など腸内環境をテーマにし、管理栄養士の立場からのお話をします。

10月、12月は看護部が担当し、毎年多くの感染者が発生する「ノロウイルス」について、TVCMでも放映され意識が高まってきている「肺炎球菌ワクチン」について取り上げ、皆さまと一緒に知識を深めていきたいと考えております。

申し込み等は一切不要で、当日会場に来ていただければどなたでも聴講できます。どうぞ皆さま、お誘い合わせのうえお気軽にご参加ください。職員一同心よりお待ち申し上げます。

社会人学生もガンバっています！

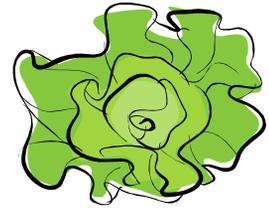
現在の当院にも働きながら医師会付属看護専門学校の高専課程に3名、専攻課程に1名通っています。仕事と学業の両立は大変なのですが、生き生きと明るく業務にあたる姿を、スタッフ一同で温かく見守っています。
向かい風に負けず、目標達成に向けて頑張れ！

当院は開設当初より、働きながら准看護師、正看護師資格を取得する方のバックアップをしております、そして正看護師を取得したスタッフが現在も在職し看護部の中心となって働いています。





旬の食材【きゃべつ】



1年中スーパーで買うことのできるきゃべつですが、季節により種類や美味しさに違いがあることをご存じでしたか？

3月～5月頃に出回るきゃべつは、秋に種をまき翌年の春に収穫する「春きゃべつ」または「春玉」と呼ばれています。特徴としては葉の巻きがゆるく内部まで黄緑色をしています。生で食べるととても柔らかく美味しいですよ。

11月～2月頃に出回るきゃべつは、夏に種をまき冬に収穫する「冬きゃべつ」または「寒玉」と呼ばれ、甘みが強いいため煮込み料理などに適しているのが特徴です。

外食すると、とんかつに千切りきゃべつが付いてきますね。この組み合わせは、実はとても理にかなっているのです。なぜならば、きゃべつに含まれる食物繊維が脂肪の吸収を抑え、ビタミンUが消化吸収を助け、もたれにくくする働きをするためだからです。油を多く使う料理には是非一緒にきゃべつを添えて食べたいですね。

コールスロー

(1人分約80Kcal)

《材料》 2人分

きゃべつ	50g
にんじん	20g
紫玉ねぎ	10g
貝割れ大根	10g
スイートコーン(缶)	20g

(調味料)

マヨネーズ	小さじ1
塩	少々
こしょう	少々



《作り方》

- ①きゃべつ、貝割れ大根はさっと水で洗い、にんじん、紫たまねぎは皮を剥き、千切りにする。
- ②ボウルに①と、コーンを入れて調味料を混ぜ合わせる。
- ③少しおいてなじませた後、汁けを切って盛り付ける。

ポイント!



美味しく食べるポイントはゆがきすぎず、水にさらしすぎないことです。それは、きゃべつのビタミンUとビタミンCは水溶性ビタミンで熱に弱いのが特徴だからです。上手に摂るにはサラダなど生で食べるか、さっと熱に通してスープにし、煮汁に溶けたビタミンを一緒に摂れるように調理すると体にうまく吸収できそうですね。

4月の外来担当医表 (下線は常勤医師) 赤字は女性医師です

		月	火	水	木	金	土
内科	A M	<u>関川</u> 伊藤	福田 佐藤(太)	谷口 宮塚(糖尿病) 佐々木	<u>関川</u> 所(糖尿病) 泉	山形 佐藤(淳) 梅本	山形 小山
	P M	橋本	<u>関川</u> 佐藤(太)	南 宮塚(糖尿病)	山形 所(糖尿病) 河田(腎臓・透析)	星野	高嶋(1週) 前田(2~5週)
外科	A M	<u>野田</u>	吉永	吉永	野田	村田	野田
	P M	<u>菊地</u>	山下	<u>菊地</u>	田中	吉田	吉永(1・3・5) 尾高(2・4週)
初診 一般外来	A M	<u>菊地</u>					<u>菊地</u>
整形外科 リウマチ 科	A M		竹之内		斉藤	井上	竹之内
	P M		竹之内		斉藤	井上	
婦人科	A M	石毛					木村
	P M			星合			木村
泌尿器科	P M	鈴木	今莊	清田(1・3・4・5週) 鈴木(2週)	吉良		
脳外科	A M			松川			

※診療時間については各科によって異なります。※当日の変更もございます。事前にお問い合わせください。

東京理科大学 葛飾キャンパスとの診療提携について



東京理科大学葛飾キャンパスが、平成25年4月に葛飾区新宿6丁目にOPENすることとなりました。このキャンパスには4学部9学科の学生及び教職員約4,500名が集うこととなります。当院では、同大学並びに葛飾区役所の要請により、大学内の保健管理センターで対応しきれない学生等の急病、ケガなどの診療について協力することとなりましたのでお知らせいたします。

編集後記

今朝も桜を眺めながら出勤してきましたのですが、この時期になると華やかさと、そして、その儚さ故にどこことなく切ない、なんともいえない独特の風情を感じます。そしておまけに桜の下を歩いていると、ほのかな香りのおかげで、しみじみと桜餅が食べたくなります。まことになんともいえない独特の風情ですね。

