



ささえあい

主な記事

- ・新入職医師のご挨拶
- ・薬剤部実習生のご紹介
- ・旬の食材「うめ」
- ・6月外来担当医表
- ・病院からのお知らせ

| | |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第34号 平成27年6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/ |

* 新入職医師のご挨拶 *



皆さま こんにちは。
金町中央病院の副院長・整形外科部長の角田隆と申します。
私の自己紹介と専門としている「骨軟部腫瘍」について説明させていただきます。

私は日本医科大学と関連病院で診療を行って参りました。
骨軟部腫瘍を専門としています。
「骨軟部腫瘍」とはどのようなものであるかなじみのない方がほとんどだと思います。

もしかしたら、かなり昔のテレビドラマで「骨肉腫」にかかってしまった主人公が足を切断したけれども亡くなくなってしまいうというものがありました。そのようなイメージをもたれている方がいるかもしれません。

「骨肉腫」を含めた「悪性」の骨軟部腫瘍は非常にまれな病気です。1年間に悪性骨軟部腫瘍と診断される患者さんは3,000人くらいですが、「がん」と診断された患者さんは850,000人います。「悪性骨軟部腫瘍」の患者さんは「がん」の約0.3%しかいません。

ですから、手足にしこりができた場合にそれが「悪性」である確率は非常に低くほとんどが「良性」の骨軟部腫瘍です。ですが、本当に「良性」であるのか「悪性」であるのかを診断することは、時として極めて難しいことがあります。



* 新入職医師のご挨拶 続き *

日本全国に整形外科医は約25,000人いますが、その中で骨軟部腫瘍を専門としているのはわずかに300人しかいません。（整形外科医の1%弱です）
手足にしこりができたからといって、全員が大学病院やがんセンターなどの専門施設にかかってしまうと大変なことになります。

私は今までに専門として診療を行ってきた経験を生かして、専門施設に受診した方がよいのかなどのご相談を受けていこうと考えております。
何か不安に思われることがありましたら、ご遠慮なくご相談ください。

最後になりましたが、4月からは日本医科大学整形外科の協力も得まして、整形外科の診療を毎日行っております。
骨折などの手術にも対応できるようになりましたのでお困りの場合はご相談いただければと思います。

また、当院では「歩いていた患者さんは歩いて帰る」ことができるように積極的にリハビリテーションを行っていただけるようにスタッフや設備を整えました。



当院の理念である
「チームで支えあい、地域に根ざした頼れる病院」
を提供していきたいと思っておりますので
よろしくお願い申し上げます。



薬剤部実習生のご紹介



当院の薬剤部では平成23年から毎年1名ずつ、
昨年からは毎年2名ずつ東京理科大学の実務実習生
を受け入れています。

彼らは大学で学んできた知識を基に、実際の医療
現場で必要とされる知識や技術を習得すべく、
実践的な実習に日々励んでいます。
6月の下旬ごろからは、実習の場を病棟へ変え、
私たち薬剤師と一緒にベッドサイドで患者さんへ薬
の説明などをすることになります。

学生にとっては緊張の毎日ですが、患者さんと
接することを何よりの励みにして頑張っております
ので、どうぞよろしくお願い致します。



旬の食材「うめ」

旬は6月～7月。

梅は「三毒（食べ物の毒、水の毒、血液の毒）を断ち、その日の難を逃れる」と昔から言われているほど、殺菌力の高い食べ物です。

未熟な実は、種にあるアミグダリンという有害物質を含むため、生食はせずに必ず梅干しや梅酢など加工して食べます。

主に栄養効果では、主成分のクエン酸が、疲れの原因とされている乳酸を血液中にたまらないように代謝をスムーズにする働きがあるため、疲労回復に役立ちます。

また、カテキン酸やピクリン酸という強力な殺菌力が、食べ物の腐敗を防ぎ、食あたりを防ぐ効力も発揮するとされています。

皆さんもよくお弁当やおにぎりに梅干しが入っていたことがあるのではないのでしょうか？

食材の組み合わせのコツは、クエン酸がカルシウムやミネラルの吸収をよくする働きがあるためお魚や豆腐など一緒に調理するといいです。

例えば、いわしの梅煮にするなど、骨まで早くやわらかくなるのでおすすめです。

梅干しにはいくつか注意点があります！

梅干しは確かに体にいい成分を含んでいますが、梅干し1個で約1g～2g程度の塩分を含みます。特に治療の関係上、「先生から塩分を控えましょう」と言われている方は、塩分を控えた食事が基本になるので、塩分の多い梅干しはおすすめできません。注意して下さいね。

いわしの梅煮

| 《材料》 1人分 | |
|----------|------|
| いわし | 2尾 |
| 梅干し | 1個 |
| 生姜 | 1/4片 |
| 醤油 | 4g |
| 酢 | 5g |
| 酒 | 5g |
| みりん | 3g |
| 水 | 適宜 |



《作り方》

- ① いわしは頭、ワタ、ウロコを取り除き、よく洗いペーパーなどで水気を拭き取る。
- ② 鍋に生姜、調味料を入れて煮立たせたと、梅を入れる。
- ③ 再び、煮汁が煮立ったら、いわしを入れて水をかぶるくらいまで入れる。
- ④ 落とし蓋をし、中火で煮れば**できあがり！**

6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> 草間 | 福田 佐藤(太) 田尻 | <u>横山</u> 宮塚(糖尿病) 青山 | <u>関川</u> 松本(糖尿病) 草間 | <u>横山</u> 梅本 佐藤 | 小山 石川 |
| | P M | 伊藤 | <u>関川</u> 佐藤(太) | 南 宮塚(糖尿病) | 梅澤 松本(糖尿病) 河田(腎臓・透析) | 星野 | 高嶋(1週) 押川(2週) 星野(3・4・5) |
| 外科 | A M | 野田 | 吉永 | 吉永 | 野田 | 村田 | 野田 |
| | P M | | 山下 | | 田中 | 下山 | 吉永(1・3・5) 尾高(2・4週) |
| 整形外科 リウマチ科 | A M | 齋藤 | <u>角田</u> | 渡部 | 齋藤 | 角田 | 非常勤医 |
| | P M | 齋藤 | <u>角田</u> ※1 | 渡部※1 | 齋藤 | 角田 | 非常勤医 |
| 婦人科 | A M | 石毛 | | | | | 木村 |
| | P M | | | | | | 木村 |
| 泌尿器科 | A M | | <u>熊野</u> | <u>熊野</u> | | <u>熊野</u> | 鈴木(1・3・5) |
| | P M | 山田(1・4・5) 清田(2・3) | | 清田(1・3・5週) 山田(2・4週) | 坂東 | | 鈴木(1・3・5) |
| 脳外科 | A M | | | 島(1・3) 佐々木(2・4) | | | |

※ 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。
※1 手術等のため休診となる場合がございます。

葛飾区特定健康診査・特定保健指導がはじまります！

高血圧症・脂質異常症・糖尿病等の生活習慣病の改善、病気の予防を目的とする特定健康診査（特定健診）・特定保健指導がはじまります。

受診期間は6月1日（月）から8月31日（月）になります

- 40歳～74歳までの葛飾区国民健康保険にご加入の方で『受診券』が届いた方が対象となります。
- 毎年、8月の特定健診終了間際は非常に混雑致します。『受診券』をお持ちの方は早めの受診をおすすめ致します。
- 当院で受診される場合、特に予約ではご案内しておりませんので、時間に余裕をもって内科診察日にご来院ください。お越しの際は『受診券』『国民健康保険被保険者証』をお忘れなくお持ちください。



受付一同より