

病院発 **クッキングコーナー**

栄養室提供

さっぱりヘルシー！豆腐アイス



暑い季節がやってきました。
アイスを食べতে スッキリしたいと感じる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

アイスといえば、卵や生クリームが入った高カロリーなイメージがありますが、今回紹介するのは、豆腐を使用することで脂質を抑えた、ヘルシーなアイスです。市販のバニラアイス1個分の約1/2のカロリーになっています！アイスを食べたいけれどカロリーが気になる…そんな方にお勧めです。

また、材料を混ぜて冷やし固めるだけの簡単なレシピなので、おやつや食後のデザートに、ぜひ作ってみてください♪

《栄養成分 (1人分)》	
エネルギー	103 kcal
炭水化物	15.7 g
たんぱく質	4.1 g
脂質	3.1 g

《作り方》

- ① ボウルに絹ごし豆腐、牛乳、はちみつ、バニラエッセンスを入れ、ミキサーにかける。
- ② 冷凍庫で1時間程度固まるまで冷やし、もう一度泡だて器で混ぜる。
- ③ 再度冷凍庫に入れて2時間程度冷やし固める。
- ④ 器に盛り付けて完成！

《材料(4人分)》

- 絹ごし豆腐----- 200 g (2/3丁)
- 牛乳----- 140 mL
- はちみつ----- 65 g (大さじ3)
- バニラエッセンス ----- 少々
- ミント ----- お好みで

- ☆ミキサーのない方は、滑らかになるまで泡だて器などで混ぜて作ることもできます。
- ☆牛乳を豆乳に変えても美味しく召し上がれます。
- ☆甘さを控えめにしたい方は、はちみつの量を調整してください。よりカロリーが抑えられます。
- ※はちみつを使用しているため、1歳未満のお子様は召し上がれません。
- ※糖尿病などの持病のある方は紹介した材料を5人分として分けて召し上がってください。(糖尿病食品交換表約1単位分のカロリーになります。)

お知らせ

病院機能評価認定病院として認定されました！



病院機能評価認定病院とは、第三者機関である公益財団法人日本医療機能評価機構が中立的・科学的・専門的な見地から評価を行い、厳格な認定基準を満たしていると認定された病院のことです。

当院は、病院機能評価 3rdG:Ver.2.0 (主たる機能種別:一般病院2) を受審し、2021年2月5日付けで認定されました。2006年8月に初めて認定されて以来、通算3回目の認定となります。

病院機能評価の評価項目には、「患者中心の医療の推進」や、「良質な医療の実践」、「理念達成に向けた組織運営」として約90項目あり、そのすべてで一定の水準を満たすことができました。

今後も当院は、地域の基幹病院としてより安全・安心な医療サービスを提供できるよう改善活動を継続し、質の高い病院をめざしてまいります。



「向日葵の咲く風景」 画 田村伊久乃

- 今号の内容
- ◇腎センターをご紹介します
 - ◇藤沢市民病院は開院50周年を迎えます
 - ◇新体制でスタートしました
 - ◇病院を支える「病院救急救命士」
 - ◇病院発クッキングコーナー
 - ◇お知らせ

腎センターをご紹介します

泌尿器科主任部長 / 腎センター副センター長 千葉 喜美男

腎センターとは

当院では今年度新たに腎センターを立ち上げました。腎不全患者さんに対して腎臓内科・泌尿器科はもとより看護師、薬剤師、栄養士など多職種スタッフがより緊密に連携し治療にあたらせていただく部署です。それぞれの患者さんに合った治療法(腎代替療法)を提案し、患者さんの意思決定をサポートしていきます。

慢性腎臓病(CKD)の日本における患者数は1,330万人(成人の8人に1人)(2011年)と言われており、非常に頻度の高い疾病です。CKDの進行した末期腎不全の状態では、回復の可能性はなく生命の維持が困難となるため腎代替療法が必要になります。腎代替療法には「透析療法」と「腎移植」の2つがあり、これらを両輪として組み合わせながら適切な時期に適切な方法を選択することが重要です。ある患者さんでは透析療法→生体腎移植、ある患者さんでは先行的腎移植(透析を経ない腎移植)といったように、患者さんの状態に応じて複数の腎代替療法を選択することもあり、患者さんのQOLや生命予後の改善に繋がります。当院の腎センターでは進行したCKD患者さんの治療全般を担います(図1)。



図1. 腎代替療法の種類

新しく取り組む診療内容について

当院では以前より透析療法として血液透析のみならず腹膜透析を多く導入しています。そして、この度新たに生体腎移植を行う医療体制を整備しました。これまで湘南東部二次保健医療圏(藤沢・茅ヶ崎・寒川)には腎移植実施施設がなく、腎移植を希望する患者さんは遠方の病院へご紹介させていただいておりましたが、今後は腎移植を含めた腎代替療法を患者さんの希望に沿って当院で対応させていただきます。腎代替療法が必要な方、末期腎不全に至っていないとも将来的にそのリスクがある方は、早期に受診いただくと適切なタイミングで適切な治療選択をご提案できると考えております。関心のある方は、担当医の先生にご相談ください。



図 2. 腎センター

私たちが目指すこと

新型コロナウイルス感染症の流行もあり、「地域」で完結する医療の重要性は以前にも増して高まっていると考えています。遠方まで通院をすることなく、高度な腎不全治療をこの地域で完結できるよう、地域の医療機関と連携しながら地域医療に貢献していきます。



藤沢市民病院は 開院 50 周年を迎えます

市民病院は、昭和 46 年 10 月の開院からまもなく 50 周年を迎えます。これを記念して、開院 50 周年限定のロゴマークとキャッチコピーを制作しました。どちらも職員の手による力作です。市民病院は、これからも地域と共に次の 50 年へ歩みを進めていきます。

開院 50 周年記念ロゴマーク



作者コメント

『まさか採用されるとは思っていなかったもので、びっくりしました。藤の花の色合いや、形が好きなので、今回のデザインにしました。両親も藤の花が好きで、毎年実家には花が咲いています。また、母親の名前にも「ふじ」がついています。藤にはいろいろ縁がありそうです。今回、このような形で関わることができて、大変うれしく光栄に思います。』

臨床検査室 松倉 圭太

開院 50 周年記念キャッチコピー

「地域と共に
次の 50 年へ」

作者コメント

『このたびは開院 50 周年を記念したキャッチコピーに選ばれ、大変光栄に思います。私たちは、これまでもこれからの 50 年も変わらずに美味しい給食を作り続け、治療の一助となるよう努めていきます。』

栄養室 一同

◆ 新体制でスタートしました ◆

本年 4 月に皮膚科医長として着任しました、向所純子と申します。私は横浜市立大学(以下、市大)を卒業後は、横須賀共済病院、市大(福浦)、横浜市南部病院、市大(センター病院)で皮膚科医として勤務し、ご縁があり、藤沢市民病院で勤務することとなりました。

皮膚科は現在常勤 3 人で、2 年前まで皮膚科部長をされていた侯建全先生も非常勤として引き続き診療されています。

皮膚科では、アトピー性皮膚炎や接触皮膚炎、薬疹等の皮膚アレルギー疾患、感染症、水疱症、膠原病、皮膚腫瘍等、皮膚に生じる疾患全般を診ています。Common disease を診ることも大事ですが、中核病院としての役割を果たすべく、ご紹介いただいたら必要に応じ皮膚生検、プリックテスト、パッチテスト、画像検査を行い、できるだけ早く診断するよう努めています。また近年はアトピー性皮膚炎、乾癬(かんせん)、蕁麻疹(じんましん)に対し、生物学的製剤をはじめとした治療薬の選択肢も増えています。

皮膚科は他科の先生方から褥瘡(じょくそう)、皮膚感染症、薬疹でご併診いただくことが多いのですが、薬疹の診察は必ずご連絡いただいた当日に診察いたしますので、ご相談ください。

皮膚は人体最大の臓器で、全身を映す鏡とされています。皮膚の変化が、隠れた疾患から来る二次的な変化のこともありますので、日々注意深く診療にあたるよう心掛けています。

どうぞよろしくお願いいたします。



皮膚科 向所 純子

病院を支える

病院救急救命士

病院救急救命士は、2012 年度より救命救急センターに配置され、転院搬送時の病院救急車の運転や救急外来での診療サポート、医師の事務作業補助を担っています。さらに 2021 年 4 月からは、新たに「藤沢市民病院ドクターカー」の運用が開始され、院内メディカルコントロール体制*の管理下で医師の診療補助も行うなど、活躍の場が広がっています。

私たち救急救命士は、超高齢社会の到来や働き方改革の推進といった時代の変化に対応し、これからも医師や看護師、その他のメディカルスタッフと協働して、救急医療を必要とする患者さんに対し、最善の医療を提供していきます。

医事課 病院救急救命士

*院内メディカルコントロール体制……病院救急救命士が行う応急処置などの質を保证するための管理システム

