

IZUTOKU TIMES



LIMIT OF HEAT



今月のトピックス、レポート - 02
医療エンタメ、健康講座 - 03
インタビュー、お知らせ - 04

TOPICS, REPORT - 02
ENTERTAINMENT, COURSE - 03
INTERVIEW, NOTICE - 04



MONTHLY TOPIC

今月のトピックス

自院救急車 導入のお知らせ



このたび当院に新たに救急車が配備されました。患者さまの搬送や転院時などに活用し、より安全で円滑な搬送体制の充実を図ってまいります。救急車は、患者さまを安心・安全にお運びするための重要な役割を担う車両です。院内外での搬送を支える一台として、医師・看護師をはじめとした多職種が連携し、患者さま一人ひとりの状態に応じた安全な搬送に努めてまいります。今後も地域医療を支える病院として、医療環境の整備と質の高い医療の提供に取り組んでまいります。

REPORT

「出雲徳洲会病院 医療講座」開催のお知らせ

8月の医療講座

消化器内科が夏バテに負けない
"腸活"を解説します！ 講師：内視鏡センター 結城美佳 医師 / 理学療法士 森橋 PT

8月の医療講座は、第1部を消化器内科・内視鏡センターの結城医師による「消化器内科が夏バテに負けない"腸活"を解説します！」についての講演、第2部をリハビリテーション 作業療法士による「認知症予防体操」の開催となりました。ご参加ありがとうございました！



医療講演の様子です

当院でも広く医療講演や学会発表の実績のある結城医師による、腸内環境や細菌の話、夏バテとはどういうものか、そして対策となる食生活や運動など講義しました。



認知症予防体操の様子です

健康体操では発声や歌を歌いながら手足を同時に動かす「認知症予防体操」を実施しました。皆さん声が出ていて、暑い日々にも負けないくらい元気な運動でした。



スタンプをためてプレゼント

医療講座にご参加いただくと、スタンプカードをお渡しいたします。スタンプがたまると、当院オリジナルグッズのプレゼント！

EPISODE

みんなの笑顔があふれるほっこりエピソードをお届けします♪

主役は子どもたち!? 今年も夏祭りを見守りました

毎年7月に開催される直江地区の夏祭り。今年も当院看護部は救護班として参加し、お神輿の巡行を見守りました。炎天下にもかかわらず、子どもたちは「ワッショイ！ワッショイ！」と元気いっぱい。力強くお神輿を担ぐ姿に、沿道からも大きな声援が送られていました。一方、その後ろでは熱中症などに備えるスタッフが「ワッショイ...」と控えめな掛け声で同行。子どもたちの底知れない体力に少し圧倒されながらも、祭りが無事に終わることを願って見守りました。幸い大きなけが人もなく、笑顔あふれる夏の日となりました。



スタッフイチオシ！医療にまつわるおススメのエンタメ作品



ー 小説「使命と魂のリミット」 東野圭吾 著 発行：新潮社

先日、惜しくも68歳で逝去された東野圭吾先生の作品。数多くの名作を生み出し、多くの読者を魅了してきた先生が描く、医療現場を舞台としたサスペンス小説です。2011年にはドラマ化もされ、反響を呼びました。本作では、病院という「命と向き合う場所」を舞台に、医療者としての使命、過去への葛藤、そして人を救うことの意味が丁寧に描かれており、緻密な構成と深い人間描写は、東野作品ならではの魅力を感じられます。

ー あらすじ

かつて動脈瘤の手術で父を亡くした氷室夕紀は、その死の真相を追うため、帝都大学病院の心臓血管外科で研修医として働いていた。ある日、病院に「医療ミスを発表し謝罪せよ」と脅迫状が届き、院内は混乱に包まれる。父の死に隠された真実を追う夕紀と、病院を脅かす事件が交錯する中、医療者としての使命や葛藤、人間模様が緻密に描かれる。

ー スタッフコメント

「医療ミス」という題材から重苦しい物語を想像していましたが、その予想は良い意味で裏切られました。医療サスペンスとしての緊張感の中にも、人が過去と向き合い、未来へ進もうとする姿や、家族への深い想いが丁寧に描かれています。特に終盤のある場面は胸を打たれ、読後には不思議な爽快感が残る、東野先生らしい一冊でした。ドラマ版は各種動画配信サービスで視聴可能とのこと。

☆栄養管理士がおススメする 夏の簡単レシピ☆

暑さが続く夏は、食欲が落ちたり、栄養が偏ったりしがちです。夏野菜には体の熱を逃がす働きがあるとされる一方、食べ方によっては体を冷やしすぎることもあります。たんぱく質や温かい料理も組み合わせながら、無理なく栄養を補いましょう。

◆ 手軽に作れる夏バテ対策レシピ

① ネバネバ冷やしそば

茹でたそばに納豆やオクラ、長いもなどのネバネバ食材をのせるだけ。温泉卵やキムチを加えれば、たんぱく質や発酵食品も一緒に摂れ、味の変化も楽しめます。



② 切らずに作れる無水トマトカレー

野菜は切らずにそのまま鍋へ。肉、トマト缶、カレー粉を加えて弱火～中火でじっくり煮込めば、野菜の水分だけでおいしく仕上がります。粉末ルーなら混ぜる手間も少なく、暑い日の調理にもおすすめです。



③ きゅうりと塩昆布の簡単和え

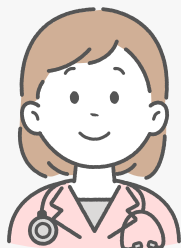
きゅうりは切り口同士をこすり合わせるひと手間を。白い泡状の汁が出て昔から「アク取り」として親しまれている方法です。薄切りにして塩昆布と和え仕上げにごま油を小さじ1杯加えれば完成です。



★栄養管理室からひと言

暑い季節こそ、無理なく続けられる食事が健康づくりの第一歩です。手軽な一品を上手に取り入れ、夏を元気に乗り切りましょう。

研修医 N 先生（研修医2年目）



ー N 先生はなぜ研修先に徳洲会病院を選ばれたのですか？

京都にある宇治徳洲会病院で研修していた際、先輩の先生から出雲での研修を勧めていただいたことがきっかけです。職員の雰囲気が良いことや、外来や救急をはじめ、さまざまな診療科で幅広く学べる環境であることを伺い、当院での研修を決めました。

ー 実際に現場に出てみての、出雲徳洲会病院の印象はどうでしたか？

地域柄、高齢の方や外国人の患者さんを診る機会が多くあり、総合診療科での外来では内科疾患など、幅広く診察しました。その際に、勝手ながら出雲という地域で健康的なイメージを持っていましたが、やはり生活習慣病の患者さんも多く、改めて地域医療についても学ばせていただきました。

ー 出雲での楽しかった出来事や、今後挑戦してみたいことは？

今後も島根県で診療に携わっていきたいと考えています。主な希望は産婦人科ですが、内科など、まだまだ学びたいことがたくさんあります。

出雲での楽しかった出来事については、休みの日に色々行ってみたいとは思っているのですが…実は今、これといった趣味がなくて…趣味を募集中です！笑
N 先生、ありがとうございました！

これからもさまざまな現場での、ますますのご活躍をお祈りしています！



NOTICE

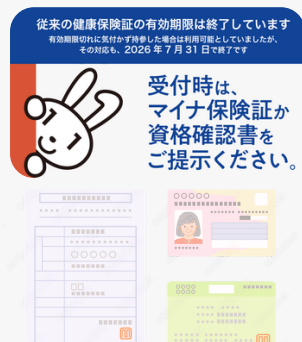
出雲徳洲会病院の大切なお知らせをお届け！

従来保険証の「暫定措置」終了について

マイナンバーカードと一体化した「マイナ保険証」への移行に伴い、これまで設けられていた「期限が切れた従来の保険証で保険診療を受けられる暫定措置」が7月31日で終了します。

8月からは、保険診療を受けるためには「マイナ保険証」か「マイナ保険証」を保有していない人に交付される「資格確認書」を提示する必要があります。ご不明な点がございましたら、お気軽に受付スタッフまでお声がけ下さい。

※受給者証など一部マイナ保険証とは別でご提示いただく書類がございます。
合わせてスタッフへご確認ください。



REQUEST

患者様の意見を大募集！ぜひアンケートにご協力ください

より良い医療の現場環境に向けて、患者様の皆様のご意見をお聞かせください

皆さんが安心して当院を選んでくださるよう、外来・入院アンケートを実施しております。

「外来診療でのお気づきの点」「入院中のご要望」「患者ご家族の面会時対応」など、皆様のご意見をぜひ聞かせてください！また、ご相談は1階の『患者相談窓口』でも受け付けております。

- 回答方法 病院受付の「外来・入院アンケート」から
- 回答締切 随時受け付けております
- 対象 当院診療にかかられた患者様・ご家族

当院INSTAGRAM
「徳尊くん」からの
病院情報もぜひチェック
してみてください！

