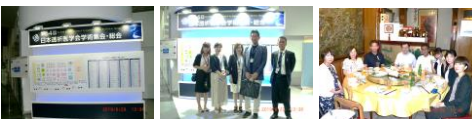


第64回透析医学会

6月28日~30日の3日間バシフィコ横浜で行われた日本透析医学会学術集会・総会へ行かせていただきました。初めての学会参加という事で当日まで緊張感があり、会場に入ると何万人の人がおり人の多さに圧倒され学会という規模の大きさに驚きました。学会では様々な分野を聴講し透析患者さんの立場に立った看護を見直すきっかけとなりました。展示ブースでは潰瘍の足に炭酸ガスマスク使用にて潰瘍改善、血流量上昇するといった医療の発展を実感し、沢山の学びがあった有意義な3日間でした。この学びを今後の看護や透析の現場で提供していきたいと思っております。

(病棟看護師 亀谷 光香)



整形外科はじまりました!

6月より毎週火曜日夕方17:30~18:30に厚生連高岡病院の整形外科ドクターが、当院外来にて腰・膝・肩・首等の痛みやしびれで悩んでいる方々の診察、治療をして下さることになりました。

受診希望の方はレントゲン写真を撮った後に診て頂きますので、まず外来にてスタッフに御相談下さい。必要と診断されればブロック関節内注射等の注射も施行、またMRI撮影が必要な方はスムーズに受診ができます。痛みで悩んで日常生活にお困りの方は是非お声かけ下さい。

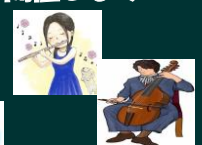
(医師 黒田 美子)

曜日	毎週火曜日
診療時間	17:30~18:30
医師	厚生連高岡病院・整形外科

# A S A N A G I 瓦版

## お知らせ

- 4月1日より高岡市のガン検診が始まりました!  
※胃ガン検診(胃カメラの場合)は、完全予約制となります。  
受診券持参の上、一度来院をお願いいたします。
- 7月27日(土)14時~「あさなぎ七夕コンサート」を開催します!  
※フルート奏者の方・ヴィオラ・タ・ガンバ奏者の方をお招きしております!
- 当院のお盆休みは8月15日(木)です。  
夏到来!熱中症・脱水症に気をつけましょう!!



## 皆さん初めまして

医師 岩井中 陽一



皆さん初めまして、4月から勤務している岩井中陽一です。出身は黒部市で、黒部駅前あたりです。金沢大学第2内科に所属して、そこを出てからは富山赤十字病院、射水市民病院、高岡市民病院と勤務してきました。研修医時代にも高岡市民病院に半年間勤務して、当院の前身である宝町クリニックで仕事をしたという懐かしい経験もあります。

専門は腎臓・膠原病です。あさなぎ病院では既に維持透析にはいった後の患者さんがたくさんいらっしゃると思いますので、まずは毎日の生活・治療のサポートをしていくことになると思います。また、外来で高血圧・心臓病・糖尿病などの患者さんの経過をフォローアップしていますので、合併症としての腎障害進行をできるだけ抑えていきたいと思っております。そのためにも、時として患者さんにとって耳の痛いことを言うことがあるかもしれませんが、でもそれは、あくまで皆さんのより良い将来のためです。頭のどこかにおいて注意してみてください。そして、腎臓一般として血尿・蛋白尿・浮腫が気になる方にも対処していきたいと考えていますので、心配なことがあれば御相談下さい。

現在一番の趣味は「鉄道旅」です。「昼は乗り鉄、夜は呑み鉄」をモットーに、一昨年は北海道、昨年は東北を廻ってきました。詳しく書くとページ全体になりそうなので止めますが、もし興味があれば御質問下さい。そのかわり返事は長くなるかもしれませんが...

## 患者さんとお花見、そして笑いヨガ

4月5日(金)、6日(土)に入院患者さんとおとぎの森へお花見に行ってきました。今回のお花見は講師の先生をお呼びし、患者さんと笑いヨガを楽しみました。風が強くて肌寒かったけれど、皆で身体を動かしたり声を出したりすることで、心も身体もポカポカと温まりとても清々しい気分になりました。桜も見頃でとても素敵な時間を過ごすことができました。

(医事課 中 友紀)



4月5日に皆さんとお花見に行ってきました!今年はお花の開花が例年よりも早く少し肌寒さはありませんでしたが、天気もよく青空と桜のきれいな景色がみられ、皆さん喜んで下さいました。また、今年は笑いヨガの先生をお招きし、一緒に体操をしながら冗談を言ったりしてたくさん笑い合いました。「来年も楽しみ」と言って下さったのでまた来年も楽しんでいただける企画を立てたいと思っております。

(病棟看護師 問谷 未希子)



## エアマット購入しました

二層式エアマットを購入しました。体圧分散寝具を使用することにより褥瘡発生率を低下させることが可能です。セルが二層に分かれており完全に収縮することがないことが特徴です。円背や関節拘縮、病的骨突出ある方に効果的です。

(病棟看護師 北村 友美)

## ★ 新任紹介 ★

4月	医師	岩井中 陽一
	薬剤科	山岸 匠
	リハビリ	原子 直大(理学療法士)
	病棟	木本 理恵子(看護師)
	透析センター	堀 由香里(看護師)
5月	透析センター	佐々木 英里子(看護師)
	病棟	角口 清美(助手)
6月	病棟	大谷 晃恵(看護師)
	透析センター	山本 早苗(看護師)

## 《なすピヨ炒め~夏に採れる食材で夏バテ防止~》



材料(2人分)

なす	2本
ピーマン	2個
油	大さじ1
ヨーグルト	大さじ1
味噌	大さじ1
酒	大さじ1
みりん	大さじ1

- 作り方
- ① なすはヘタをとり1cm幅の輪切りにする。
  - ② ピーマンは種をとり、乱切りにする。
  - ③ Aを混ぜ合わせておく。
  - ④ フライパンに油を熱し、なすに焼き色がつくまで炒める。
  - ⑤ ピーマンを加えて更に炒める。
  - ⑥ ③を加え汁がなくなるまで炒める。

ヨーグルトの代わりにマヨネーズでも美味しくできました!



### ポイント

- ★ 早く仕上げたい場合、ピーマンを横に細切りにすると、食感がやわらかく火が通りやすくなります。
- ★ ビタミンCは調理で壊れやすい栄養素ですが、ピーマンに含まれるビタミンCは加熱調理しても破壊されにくい特徴があります。ビタミンCをとるのに理想的な食材です。

【一人あたり】 エネルギー: 126kcal 塩分: 1.1g