



おもいやり

平成29年

冬号

目次

contents

- P1 ・「かが健幸長寿講座」の開催について
- P2 ・かりつけ医を持ちましょう
～どうして診療所等に
通院するよう勧められる
のでしょうか?～
- P3 ・インフルエンザについて
・病児・病後児保育室
「かもっ子」について
- P4 特集
 - 色紙展示
 - クリスマスコンサート
 - ～生活習慣病を予防しよう～
について
 - 体にやさしい献立
たらのポテト焼き



「かが健幸長寿講座の開催」について



第11回 平成29年2月19日(日)

第12回 平成29年3月12日(日)

時間 13:30～15:00

演題 「介護予防のための理論と実践」

講師 金沢学院大学人間健康学部
大学院教授 平下 政美氏

時間 13:30～15:00

演題 「おくすりの正しいのみ方」
～もう一度くすりについて考えてみよう～

講師 加賀市医療センター
薬剤師 大田 栄一

加賀市医療センター2階 KMCホールにて開催します。

みなさまお気軽にご参加ください (^▽^) /

基本理念

「おもいやり」
私たちは、市民とともに、
市民中心の医療を提供し、
市民の健康を守ります



基本方針

1. 信頼される最適な医療を提供します
1. 救急搬送をことわらない体制を目指します
1. 将来を担う優れた医療人を育成します
1. 地域に根付いた医療を実践します

かかりつけ医を持ちましょう

どうして診療所等に
通院するように
勧められるのでしょうか？



当院では、病状が安定した患者さんには、通院しやすい地域の診療所等に
通院していただくようお勧めしています。



病院でしかできない検査もありますので、半年か1年後に当院での検査を予約し、かかり
つけ医と当院の医師との **2人の主治医で連携** して診させていただきます。

病院では、入院治療、専門的治療、救急診療などを中心に行い、病状が安定した患者さん
は通院しやすい地域の診療所等（かかりつけ医）で診ていただくという、**「医療の役割分担」**
が必要なのです。

夜間や休日に病状が悪くなったときは、加賀市医療センターで診療いたします。ご安心く
ださい。

地域のかかりつけ医と当院が連携 して、患者さんの健康を支えます。



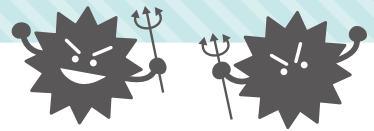
{ かかりつけ医とは }

日常的な診療や健康管理など、気軽に相談できる身近なお医者さんのことです。
検査や入院が必要な場合は、適切に病院や専門医を紹介してもらえます。

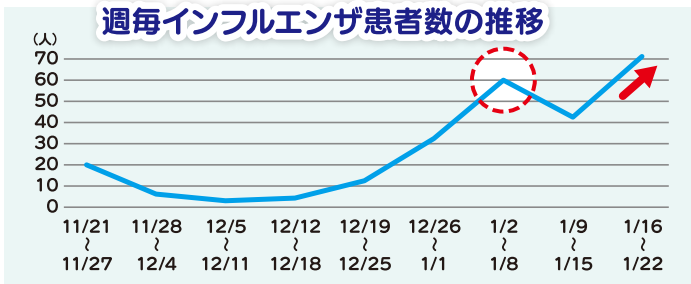


救急搬送などで直接受診した患者さんでも、病状が落ち着いてくれば診療所等での治療を
お勧めしています。**地域の医療機関が連携**して、地域全体で患者さんの健康と暮らしを支える
「医療の役割分担」とご理解ください。

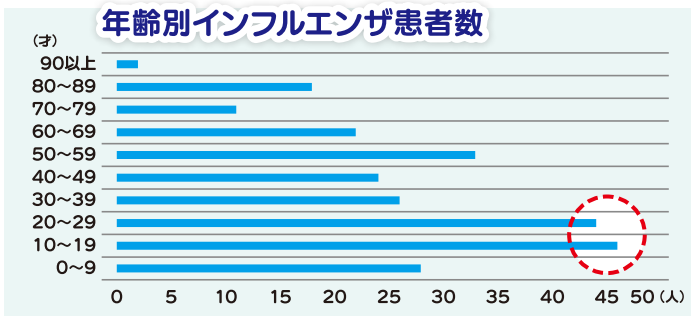
インフルエンザについて



今季は、インフルエンザの流行が例年より早く、当院でも11月から発症者を確認しました。当院でインフルエンザと診断された患者数推移は次のとおりです。



例年より早く発症しました。
正月は温泉客や帰省者の受診により、患者数が増えました。(土地柄ですね!)



冬休み明けから10代~20代の発症者が急激に増加しました。
集団の中に出る機会が多い方は、要注意です。インフルエンザにかかったら、感染をひろめないよう「しっかり休養・マスクの着用・手指衛生」を徹底しましょう!

インフルエンザはこうして感染する!



咳やくしゃみで
インフルエンザウイルスが含まれた
つばや鼻水が飛び散る



飛び散ったウイルスを
直接吸い込む

ウイルスが付いている
物を触った手で、
目・鼻・口などに触れる

温度・湿度が低下している今が、インフルエンザ流行期本番です。
しっかり休養・マスクの着用・手指衛生の3つを励行し、今冬を元気に乗り切りましょう!

病児・病後児保育室「かもっ子」について



お子様が入院を
必要としない程度の病気や
けがの時など、
何日も仕事を休めないと
お困りではありませんか?

加賀市医療センターでは、病児・病後児保育室「かもっ子」を開設しています。
「かもっ子」は病気治療中のお子様(病児)や病気回復期のお子様(病後児)をお預かりする施設です。
この保育室では、ご家族の皆様にかわり看護師と保育士がお子様を保育いたします。



乳児(おおむね生後6ヵ月)から小学校に就学している児童が対象となります。

※感染症用の個室もあり、伝染性疾患のお子様のご利用もできます。
ただし、結核・麻疹(はしか)・風疹・流行性角結膜炎の場合は、御遠慮いただいております。

詳しくは当院ホームページをご覧ください。 <http://www.kagacityhp.jp/>



【お問い合わせ・お申し込み先】
加賀市医療センター 病児・病後児保育室 かもっ子
TEL (0761) 76-5179 (直通)
(7:30から18:30まで)

クリスマスツリー 色紙 展示

☆こんぺいとうの会による
クリスマスツリーと、作見小
学校4年生が作成した色紙
飾りを展示しました☆

当院エントランスホールに患者さんの
会「こんぺいとうの会」によるクリスマス
ツリーと、作見小学校4年生による作品
を展示しました。病院に通われている方、
入院されている方を元気づけたいとの
思いが込められた素敵な展示がありが
とうございました。



クリスマス コンサート

☆平成28年12月22日(木)に
看護部によるクリスマス
コンサートを開催しました☆

看護部によるコーラスとハンド
ベルの演奏で、「ジングルベル」、
「見上げてごらん夜の星を」、「糸」
など全8曲を披露しました。入院患
者さんや外来患者さんなど、たくさんの方にお聴きいただきました。



～生活習慣病を 予防しよう～について

☆平成28年11月13日(日)に「第8回かが健幸長寿講座
～生活習慣病を予防しよう～」を
開催しました☆

講演会

加賀市医療セン
ター糖尿病専門医の
大辻道雄先生による
講演会「糖尿病の最
近の話題」のほか、骨
密度や血糖値などの



フットケア

測定コーナーや、フットケア
やポールウォーキングなど
の体験コーナー、医師や薬
剤師、看護師、管理栄養士
などによる相談コーナーな
どを催し、たくさんの方に
参加していただきました。

相談コーナー



ポールウォーキング



体にやさしい献立

★ たら の ポテト 焼き ★

1人分の栄養量
エネルギー150kcal、蛋白質13g、塩分0.9g

材料1人分

- たら70g
- 白ワイン2cc
- 塩0.2g
- コショウ0.01g
- じゃが芋40g
- ドライパセリ0.1g

〈A〉

- 塩0.3g
- 牛乳5cc
- マーガリン5g
- マヨネーズ5g

つくりかた

- ① たらは白ワインをふりかけて塩、コショウをする。
- ② じゃが芋の皮を剥き、適当な大きさに切り柔らかめに茹でる。
- ③ 茹であがったらザルにあげ、しっかり水気を切る。
- ④ ③をボウルに入れ、フォークで塊が残らないように
しっかり潰してペースト状にする。
- ⑤ ④に〈A〉を入れ、混ぜる。
- ⑥ ①をオーブン180℃で10分ほど焼く。
- ⑦ オーブンから、たらを取り出し⑤のをせ、
再び焼き目がつくまで焼く。
- ⑧ ドライパセリを振りかけて完成。

ひと
こと

たらは脂肪分が少ないので消化吸収が良く、お年寄りや胃腸の弱
い方でも無理なく食べることができます。
また、たらに含まれるビタミンAは喉や鼻の粘膜を守り、風邪を引
きにくくしてくれるので今の季節にピッタリです(^_^)v

編集後記

寒い日が続きます。鉛色の雲に閉ざされて、なんとなく気も重い
感じですね。

しかし、当院の窓から見える冬の景色は、なかなかのものです。
特に雲の合間から日が射した時、雪化粧をした白山が照らし出されて、
まるで絵画のようです。
北陸の冬は厳しいですが、白山の雄姿は私たちの心の支えになってい
る、そんな気がします。(D)

加賀市医療センター(Kaga Medical Center)

広報委員会

〒922-8522 石川県加賀市作見町316番地
TEL 0761-72-1188(代) FAX 0761-76-5263(代)
E-mail kikakukeiei@city.kaga.lg.jp

平成29年2月3日発行