



2023.01.01

vol.76

Take Free

すこやか

本年もよろしく
お願い申し上げます。



Photograph: 山下龍誠(理学療法士)

- P2 | 新年のご挨拶・健康診断はなぜ必要？
- P3 | 季節の料理・はじめまして医局秘書です。
- P4 | キネマ紹介



新年のご挨拶



皆さん、あけましておめでとうございます。

去年は新型コロナの流行に加えて2月にロシアのウクライナ侵攻、9月には英国エリザベス女王が崩御されたりと激動の1年でした。

我が国の医療情勢も大きく変わりつつあります。新型コロナはオミクロン株となり重症者は減ったとはいえ、今後いつ収束するかは見通せない状況ですし、病院でマイナンバーカードが保険証として利用できるようになったりと、今後はますます変化していくと思われま

江南病院も改修工事が行われ、外来、病棟は一部新しくなりました。またAI問診というシステムを新たに導入し、外来での問診が楽になり、来院前にお持ちのスマートフォン・タブレットで当院のホームページから入って事前に問診を受けて頂くことも出来るようになりました。



今後なお一層当院は利便性を高め、多くの患者様に利用していただく病院にしていきたいと思います。

今年も江南病院は信頼できる地域の病院として職員一同努力してまいりますので何卒宜しくお願い申し上げます。

院長 瀬戸口 敬介 Keisuke Setoguchi

Medical Checkup

健康診断はなぜ必要?



健康診断は、自身の健康状態を知る、生活習慣を改善する・病気を予防する【1次予防】と、病気を早期発見・早期治療につなげる【2次予防】を目的としています。

「体の調子はどこも悪くない」という方は「自分は健康だ!」と確認するために、また自分では気づいていない病気の兆候を早く知るきっかけとして健康診断をご活用頂きたいと思

みなさんは健康診断の結果をもらったかどうかどうされていますか?

「健康診断は受けたら終わり」ではありません。病気にならないために生活習慣を見直したり、精密検査等の通知が来た方は医療機関を受診しましょう。「要精査」になったからといってすぐに治療が必要というわけではありません。詳しく検査をしたら問題はなかったということもあります。必要以上にご心配なさらずに検査を受けて頂きたいと思

1年に1回健康診断を受診し、ご自身の健康管理にお役立てください。



🍽 Seasonal dish

新しい年を迎え、お客さんが来られることも多くなるのではないのでしょうか？
今回はハレの日やおもてなしに、簡単に作れ栄養も満点！
見栄えもGOODな韓国風海苔巻きのキンパをご紹介します。

管理栄養士 穴見 綾花 Ayaka Anami

🍱 アレンジ色々韓国キンパ



材 料(2人分)

- ご飯……1合
- 人参……20g
- たくあん……20g
- ほうれん草……50g
- 卵……1個
- 牛肉……50g
- 鶏がらスープ・小さじ1/2
- ごま油……小さじ2
- コチュジャン……小さじ1
- 塩……少々
- みりん……小さじ2
- 塩こしょう……少々
- 焼肉のタレ・大さじ2
- コチュジャン……小さじ1
- ごま油……大さじ1
- 塩……少々
- 白ごま……大さじ1

栄養成分(1人分)

エネルギー…526kcal
タンパク質…17.2g
塩分………2.1g

作り方

- 1 たくあん、人参は細切りに切る。人参はレンジ600Wで1分加熱しAで和える。
- 2 ほうれん草を茹で水気をしっかりきったら3cm幅に切りBで和える。
- 3 卵を溶きCを入れ、卵焼を作り、縦3等分に切る。
- 4 フライパンに火をかけ牛肉をDで甘辛く炒める。
- 5 熱々のご飯とEをしゃもじでよく混ぜる。
- 6 ラップを敷きその上にのり、ご飯、具材の順番にのせくると巻く。
- 7 ラップを巻いたまま好きな大きさに切りラップを外して皿に盛り付けたら完成。

★アレンジポイント

お好みでキムチやツナをご飯に混ぜてチーズなどをトッピングに入れても美味しく召し上がれます！



👩 Medical secretary

はじめまして

医局秘書です。

みなさんはドクターにも秘書が必要なことをご存じですか？最近ニュースでよく聞く「働き方改革」の一環で、ドクターのカルテ記録や診断書の作成など、事務作業の負担軽減を目的として秘書が誕生しました。正式には医師事務作業補助者といい、英語ではメディカルクラークといいます。江南病院にも2008年に医局秘書課が新設され、今年で14年になります。

みなさんは診察の時、ドクターの横に看護師ではなく事務のユニホームを着た女性がいるのにお気づきでしょうか？それが私たち医局秘書です。診察室ではドクターに代わってカルテ記載、検査やお薬処方箋の入力、紹介状の作成などのお手伝いをして、ドクターができるだけ患者さまに向き合えるようにしています。



診療部長(医局秘書課課長)の渡辺先生の下、4名の事務スタッフで業務を行っています。

診察の時に困ったことやわからないことがありましたら、私たち医局秘書にも声をかけてください。ドクターへの架け橋になって、安心して受診していただけるようにお手伝い致します。

医局秘書課 ○○ ○○ 0000000 000000

整形外科 部長 前田 純治 Junji Maeda

今回は、マーベル最新作『**ブラックパンサー ワカンダ・フォーエバー**』です！ヒーロー映画として初めて、アカデミー7部門にノミネート、3部門で受賞、「ブラックパンサー」の続編。

主人公ティ・チャラ/ブラックパンサーを演じたチャドウィック・ボーズマン。これからの活躍が期待されていたが、2020年、43歳の若さで逝去(泣)・・・代役を立てず、続編を製作、この作品は追悼の意味も。

前作「ブラックパンサー」あらすじ

アフリカの秘境にあり、最新テクノロジーをもつ超文明国“ワカンダ”。ここは世界を変えてしまうほどのパワーを持つ鉱石“ヴィブラニウム”が存在。突然の父の死によって王位を継いだティ・チャラは、この国の“秘密”を守る使命を背負う。ヴィブラニウムが悪の手に奪われると、人類に未来はない。敵が押し寄せるなか、若き国王は漆黒の戦闘スーツをまとい、ブラックパンサーとして戦う。

物語は、ティ・チャラが病により命を落とし、悲しみに包まれるワカンダ国から始まる。悲しみを乗り越え、新たな一歩を踏み出そうとしていたワカンダに、新たな敵の脅威が。ティ・チャラの妹・王女シュリのとった行動とは？残された者たちの希望は？・・・この作品、MCU(マーベル・シネマティック・ユニバース)という同じ世界感にあり、繋がっております！アイアンマンから始まり劇場公開だけでも現在30作品。マーベル系、わからんな～って人も、ここから始めてみては？最短で鑑賞なら、まずこの3作品を。

①シビルウォー/キャプテンアメリカ(アベンジャーズ内紛に巻き込まれる)、②ブラックパンサー、③今作品へ。作品中、印象的なセリフがあります。『死は終わりではない、むしろ出発点なのです』。

QRコード

シビルウォー/キャプテンアメリカ ブラックパンサー ブラックパンサー/ワカンダ・フォーエバー

※追悼:チャドウィック・ボーズマン:作品であなたに会うことができます。ティ・チャラが神秘的ハーブを飲み、草原で先祖たちに出会ったときと同じように。

外来担当医紹介 (2023.1.1現在)

	月	火	水	木	金	土	
午前	診察室1	瀬戸口敬介(呼吸器内科)	上妻和夫(呼吸器内科)	瀬戸口敬介(呼吸器内科)	吉岡優一(呼吸器内科)	吉岡優一(呼吸器内科)	
	診察室2	本山剛(循環器内科)	日野洋健(脳神経内科)	本山剛(循環器内科)	日野洋健(脳神経内科)	河島淳司(糖尿病・内分泌内科)	
	診察室3		吉川成章(内科)		吉川成章(内科)	吉川成章(内科)	
	診察室4	原三郎(麻酔科)	河島淳司(糖尿病・内分泌内科)	佐藤正弘(消化器内科)	林田温夫(消化器内科)	林田温夫(消化器内科)	
	診察室5	前田純治(整形外科)	渡辺充伸(整形外科・リハビリテーション科)	飯干明(整形外科)	田中宏道(整形外科)	渡辺充伸(整形外科・リハビリテーション科)	田中宏道(整形外科)
午後	診察室1		吉岡優一(呼吸器内科)		上妻和夫(呼吸器内科)	瀬戸口敬介(呼吸器内科)	
	診察室2		本山剛(循環器内科) ※予約のみ	日野洋健(脳神経内科)	河島淳司(糖尿病・内分泌内科)	本山剛(循環器内科)	原三郎(麻酔科)
	診察室3		吉川成章(内科)		吉川成章(内科)	吉川成章(内科)	吉川成章(内科)
	診察室4	林田温夫(消化器内科)			佐藤正弘(消化器内科)		佐藤正弘(消化器内科)
	診察室5	渡辺充伸(整形外科・リハビリテーション科)	飯干明(整形外科)	田中宏道(整形外科)	前田純治(整形外科)	前田純治(整形外科)	飯干明(整形外科)

- 診察日 月曜日～土曜日
 - 受付時間 8:30～17:30
 - 診察時間 9:00～12:30 / 13:30～18:00
- ※日曜・祝日は休診いたします。但し、救急については24時間対応

人間ドックのご案内

当院では人間ドックを行っております。
日帰り・1泊2日コース、詳しくは受付にてお問合せください。

予約診療制 再診につきましては患者さまの待ち時間をなくすよう予約診療しておりますので都合にあわせてご予約ください。



新年、明けましておめでとうございます。
「今年こそは・・・」と目標を持って新年を迎え、何も成し遂げぬまま一年が終わる、その繰り返しの私が、今年も懲りずに目標を掲げ新年を迎えました。「今年こそは!」と。そんな私が、今回号より広報誌「すこやか」の作成に携わる事となりました。皆様の生活に役立つ情報をお届けしたいと思います。何かご要望等ございましたら遠慮無くお申し付けください。
最後に、本年も皆様にとって幸多き一年となりますように。

広報レクリエーション委員会
山本 亜希子

- 広報レクリエーション委員会
- 委員長 前田 純治 副委員長 前田 有紀
- 委員 安達 幸 山下 龍誠
三倉 あゆみ 山本 亜希子
森 文江

お詫びと訂正

すこやか9月号「認知トレーニング」回答について問2の答えが間違っておりました。正しくは右記になります。お詫びして訂正いたします。

① 肥 食 → □ → 金 ↓ 理	② 背 集 → □ → 指 ↓ 央	③ 加 図 → □ → 業 ↓ 作	④ 作 魔 → □ ← 方 ↓ 律	答え ① 料 ② 中 ③ 工 ④ 法
----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	--------------------------------

