



# ベリタス病院 ニュース

発行日  
2012年3月1日



## 新入職 医師紹介



産婦人科医師 中西俊一郎

平成6年に島根医科大学を卒業。

大阪で約3年間の内科・麻酔科研修を経て、産婦人科医として、13年間勤務していました。その後、広島県の病院に勤務していましたが、今年（平成24年）から関西に戻り、当院に赴任させて頂くこととなりました。

多くの方々より御指導をいただきながら、よりよい医療を提供できるよう、今後とも研鑽をつんでいきたいと考えております。

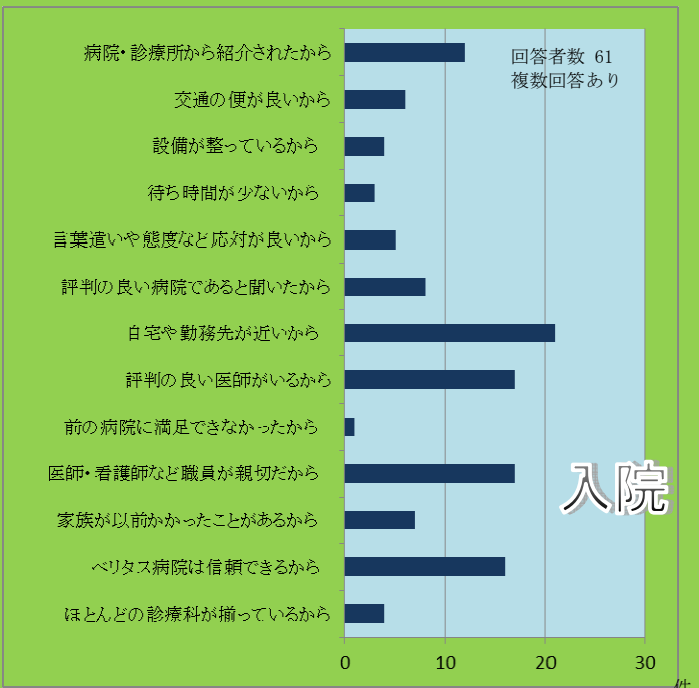
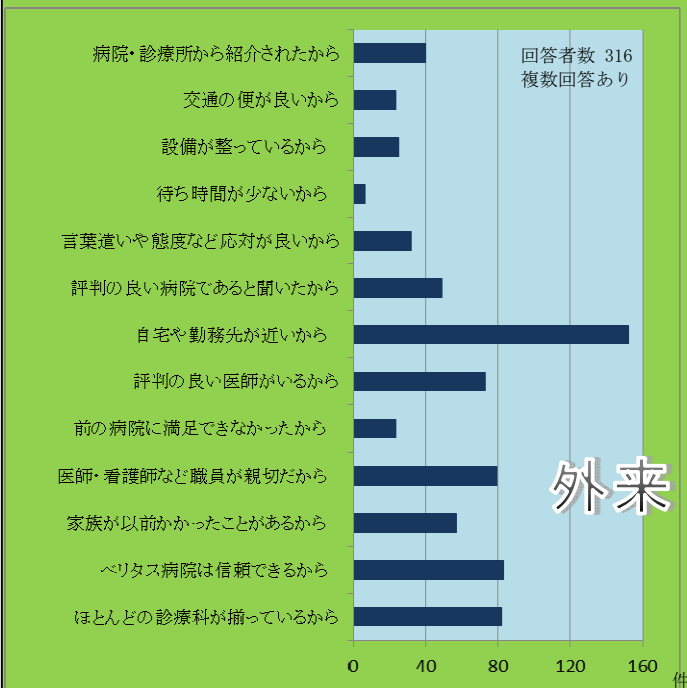
よろしくお願ひいたします。

## 患者様満足度調査結果報告

平成23年12月に患者満足度アンケート調査を実施させていただきました。ご協力をいただきました皆様に深く御礼申し上げます。アンケートを集計した結果、10代から70代以上の幅広い年齢層の方からご協力いただきましたことを本当に嬉しく思います。このアンケートを基に職員一同さらなるサービス向上に努めてまいりますので、これからもどうぞよろしくお願い致します。

集計結果の一部をご紹介します。

### 当院を選ばれた理由をお聞かせ下さい。



どちらの調査においても、上位を占める理由として「自宅や勤務先が近いから」がトップとなりました。また、非常に嬉しいことに「ベリタス病院は信頼できるから」、「医師・看護師などの職員が親切だから」、「評判の良い医師がいるから」が高い評価を得ることができました。

これからも、地域の皆様に信頼・愛される病院となるために日々努力を続けてまいります。

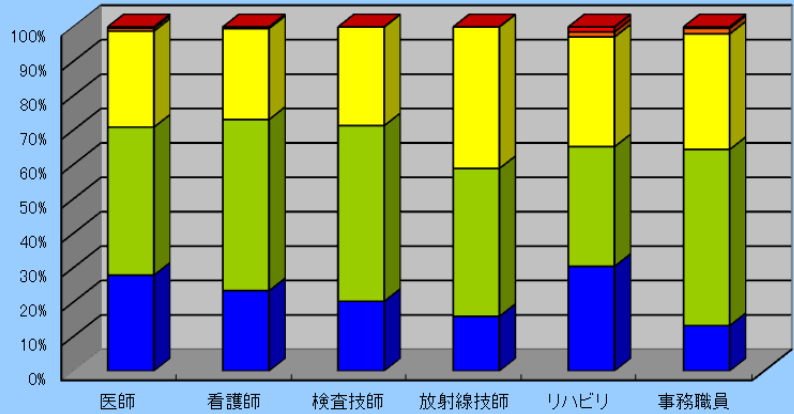
この調査結果は、「職員の対応はどうでしたか」という質問に対する集計結果です。「とても良い」、「良い」との評価が外来、入院のどちらにおいても50%以上を越えており、嬉しく思います。しかし「悪い」、「非常に悪い」との評価が入院結果に傾向が強く現れていることも同時にわかりました。

## 外来結果

回答者数 316

### 患者様からのご意見

- ・言葉使い等は好感が持てます。病院自体の雰囲気も良いと思います。
- ・患者に対して親切で質問しても的確に返事がかえってくるので納得して通院出来るのが嬉しい。
- ・いつも、お世話になっています。とても、快適に過ごせるため満足しています。

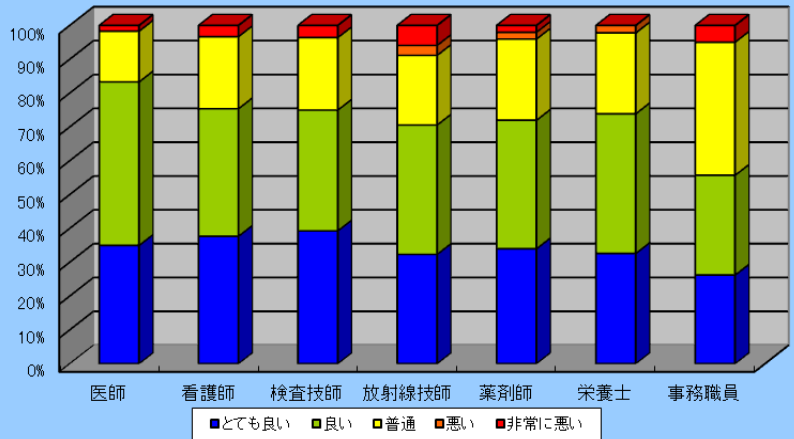


## 入院結果

回答者数 61

### 患者様からのご意見

- ・皆様には沢山お世話になりました。こんなにさせていただいて良いのか戸惑いましたが、今後も何かあったらお願いしたいと温かい気持ちで家に戻ることができそうです。本当にありがとうございました。
- ・何事もテキパキとこなす看護師さんは少数精鋭のお手本で見事と思う。今後とも患者へのちょっとした話しかけなど短い会話がはずめば温かさや信頼感が増してくると思う。

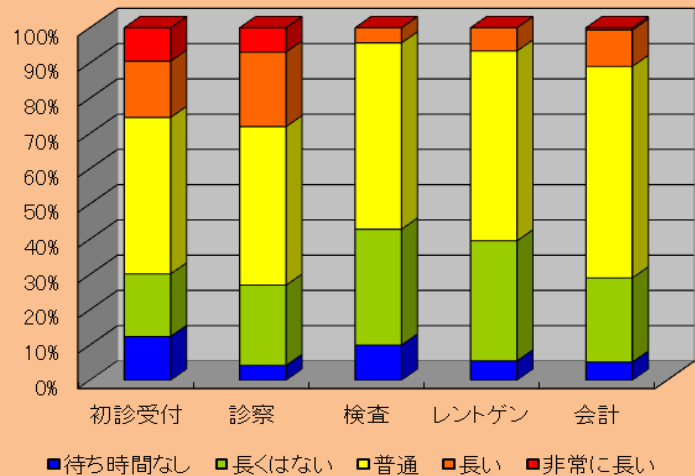


次に、外来調査で「受診されたときの待ち時間はどうでしたか」の集計結果です。病院としても患者様の側から見たサービス向上を目指し日々努力していますが、今後もさらに改善を必要とすることがわかりました。また別の質問の集計からは、待ち時間に対しての環境改善が必要であることも同時にわかりました。

### 患者様からのご意見

- ・会計の時間、今日は短かったけどいつも長いのでもう少し短くなると助かります。(座席が足りず、立って待っている時もあります)
- ・朝一番に順番を取りに来ないと相当待たされる。子供がぐずるので大変。
- ・カウンター（受付）が狭いため、混雑している。もう少しスムーズにして欲しい。
- ・待ち時間の改善をお願いしたい。

回答者数 316



## 感謝と今後の課題

患者様からの率直なご意見をいただき、当院に対する要望、感謝の言葉を基に職員一同、今後の改善に役立てたいと思います。

アンケート項目で「入院中のサービスに満足していますか」の回答においては、不満足と回答された方はお一人もいらっしゃいませんでした。この結果については大変嬉しく思います。

現在、当院も駐車場の拡充や院内環境の改善、巡回バスなどの患者様サービス向上など日々検討を行なっておりますが、今回の調査で、まだまだ十分でなく改善が必要であることを指摘していただきました。これからも皆様がより快適に当院を受診していただけるように努力を続けてまいります。これからもどうぞベリタス病院をよろしくお願い致します。



## 葉酸 (ようさん)

近頃、葉酸が注目されているのは、妊娠のごく初期に不足すると胎児の神経管閉鎖障害の危険性が高まることが報告されたためです。それ以外にも葉酸が動脈硬化の予防に重要な役割を果たしていることがわかってきました。葉っぱの酸と書いて、葉酸。その名のとおり、葉野菜には葉酸が多く含まれています。

ビタミンB群の一種で「造血のビタミン」とも呼ばれます。普通の食事で不足することはまれですが、下痢およびある種の薬剤の服用などで欠乏する場合があります。

## 体内での働き

### ①正常な赤血球の生成をサポート

葉酸はビタミンB12とともに、新しい赤血球を正常に作り出すために必要です。

### ②細胞の新生をサポート

たんぱく質や細胞新生に必要な核酸（DNAやRNA）を合成するために重要な役割を担っています。細胞増殖の盛んな胎児が正常に発育するために特に重要なビタミンです。

## 不足すると

### ①貧血（巨赤芽球性貧血）になります。

赤血球のもとになる赤芽球が巨大化して正常な赤血球が減るので、鉄欠乏性貧血と違ってヘモグロビンの量が足りていても貧血を起こし悪性貧血とも呼ばれます。

### ②妊娠のごく初期に不足すると胎児の神経管閉鎖障害の危険性が高まります。

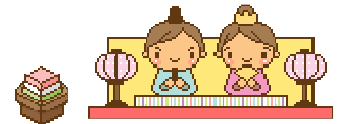
### ③血液中のホモシステインというアミノ酸の量が増え、動脈硬化の引き金になります。

## どれくらい必要なの？

1日の摂取基準（成人） 240  $\mu$ g

妊娠の可能性のある女性は400  $\mu$ g/日が望ましい  
(1  $\mu$ g=1/1,000,000g)

### 葉酸を多く含む食品



| 食品名    | 100g含有量 ( $\mu$ g) | 1回使用量      |                |
|--------|--------------------|------------|----------------|
|        |                    | 目安量        | 含有量 ( $\mu$ g) |
| 焼きのり   | 1900               | 1枚 (3g)    | 57             |
| 鶏レバー   | 1300               | 50g        | 650            |
| 菜の花    | 340                | 1/2束 (50g) | 170            |
| ほうれん草  | 210                | 1/4束 (60g) | 126            |
| モロヘイヤ  | 250                | 1/4束 (60g) | 150            |
| ブロッコリー | 210                | 1/4個 (60g) | 126            |
| にら     | 100                | 1束 (100g)  | 100            |
| 糸引き納豆  | 120                | 1パック (50g) | 60             |
| 大豆もやし  | 85                 | 1カップ (50g) | 43             |
| マンゴー   | 84                 | 1/2個 (90g) | 76             |
| いちご    | 90                 | 4粒 (50g)   | 45             |

## ホモシステインって何？

血液中のホモシステインはアミノ酸の一種のメチオニンから作られる物質で体内にごく普通に存在する物質です。最近、このホモシステインがさまざまな疾患にかかわっていることがわかってきました。その1つが動脈硬化です。動脈硬化は脳梗塞や心筋梗塞などにつながる恐ろしい疾患です。

ホモシステインは、LDL（悪玉）コレステロールの血管壁への沈着を促進することや、血管平滑筋細胞の増殖を刺激すること、コラーゲン線維の過剰な合成を引き起こすことなどにより、動脈硬化につながると考えられています。このホモシステインの代謝に働くのが葉酸、ビタミンB6、ビタミンB12の3種類のビタミンです。これらは協力し合って働くので、バランスよく摂取することが大切です。

ベリタス病院ニュース  
発行 医療法人晋真会  
ベリタス病院 広報委員会  
発行責任者 野崎雅夫

電話 072 (793) 7890  
FAX 072 (792) 5771  
Email: info@shinshinkai.jp  
ホームページ  
http://www.shinshinkai.jp/

### 2012年 3月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  |    |
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

#### ベリタス病院基本理念

1. 人間性のある真心のこもった医療
2. 優秀な医療技術
3. 安定した経営基盤
4. 安全な医療
5. 快適な医療環境

## ほたるいかと菜の花のパスタ



### 材料4人分

|                |      |
|----------------|------|
| ほたるいか          | 200g |
| スパゲッティ         | 320g |
| 塩（スパゲッティの茹で汁用） | 大さじ1 |
| 菜の花            | 1束   |
| ミニトマト          | 10個  |
| にんにく           | 1かけ  |
| 鷹の爪            | 2〜3本 |
| オリーブオイル        | 大さじ6 |
| スパゲッティの茹で汁     | 大さじ6 |
| 塩              | 少々   |
| こしょう           | 少々   |



菜の花を茹でたお湯で  
スパゲッティも茹でます。



|        |         |
|--------|---------|
| 1人分あたり |         |
| エネルギー  | 548kcal |
| 塩分     | 1.3g    |
| 葉酸     | 205μg   |

### 作り方

1. ほたるいかは目玉を取り、えんぺらの先の部分を少し引張って軟骨を抜き、洗って水気を拭き取ります。にんにくは芯をとって薄切りにし、ミニトマトは半分に切ります。鷹の爪は半分にちぎり、中の種を取り除きます。
2. スパゲッティを茹でる鍋に2Lのお湯を沸かします。お湯が沸騰したら、塩を加えて菜の花を茹でます。冷水にとって手早く冷やし、水気を絞って4〜5cmの長さに切ります。続いてスパゲッティを茹でます。
3. フライパンにオリーブオイル、にんにく、鷹の爪を入れて火にかけます。にんにくが少し色づきはじめたらほたるいか、ミニトマトを加えて炒めます。菜の花を加えて炒めたら、スパゲッティの茹で汁を加えてよくかき混ぜます。
4. 茹で上がったスパゲッティを3に加え火にかけて混ぜ合わせ、塩、こしょうで味を調えます。

## 医療講演会のご案内

★予約・費用は必要ありませんのでお気軽にお越しください★

TEL 072-793-7890(代) FAX 072-793-0900

e-mail rennkei@shinshinkai.jp

### 第136回

日時・場所：3月10日（土）13：30～15：00 猪名川町中央公民館（猪名川町白金1-74-16）

TEL072-766-8432

テーマ：「禁煙について」

講師：内科部長 吉見 雄三

### 第137回

日時・場所：3月14日（水）13：30～15：00 猪名川町総合福祉センター（ゆうあいセンター）

テーマ：「臨床検査なんでもQ&A ～動脈硬化に関する検査について～」

講師：検査科長 臨床検査技師 丸中 雅博

### 第138回

日時・場所：3月17日（土）13：30～15：00 猪名川町中央公民館（猪名川町白金1-74-16）

TEL072-766-8432

テーマ：「生活習慣病について」

講師：内科医長 西岡 伸明