



# ベリタス病院 ニュース

発行日  
2013年5月1日



## 新 入 職 医 師 紹 介



糖尿病内科医師  
谷川 敬一郎  
タカガワ ケイイチ

内科専門医であり、糖尿病専門医であり医学博士です。以前より糖尿病と妊娠について研究しており、ベリタス病院で研究を続けるためにやってきました。糖尿病はかたよった食習慣の積み重ねが病気の素なのでそう簡単には改善しませんが、最近新しい薬が次々に使えるようになっていきますので希望を持ってください。糖尿病は血管の病気ですので、将来失明、透析にならないよう上手にコントロールしましょう。



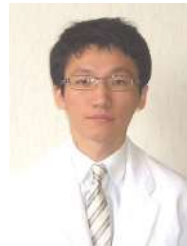
整形外科医師  
岡吉 倫弘  
オカシ トモヒロ

平成22年3月に近畿大学医学部を卒業し、同年4月から羽曳野市の城山病院で初期臨床研修を行ってまいりました。初期臨床研修中に整形外科医になろうと思い、平成24年度から大阪医科大学整形外科教室に入局しました。大学では一般的に疾患と診察法について1年間勉強させて頂いてまいりました。その後、外傷一般について勉強させて頂くために、当院で勤務させて頂くこととなりました。まだまだ未熟者ですので、皆様には多大なご迷惑をおかけするかもしれませんが、一所懸命頑張っていこうと思っておりますので宜しくお願い申し上げます。



循環器科医師  
羽田 健紀  
ハタ ケキ

本年4月より循環器科に勤務させて頂いております。三重大学を平成12年に卒業し、以降故郷である長野県や東京の病院で循環器医療に従事して参りました。今回ご縁あってベリタス病院循環器科で診察させて頂く事となり、初めてここ関西の地に赴いて参りました。まだまだ不慣れな点も多くご迷惑をおかけすることも多々あると思いますが、少しでも皆様のお役に立てるよう一所懸命に頑張る所存ですので、何卒宜しくお願い致します。



循環器科医師  
増田 太一  
マサダ タイ

出身は東京で、関西での勤務・生活は初めてとなります。仕事・私生活においてわからないことが多く、ご迷惑をお掛けするかもしれませんが、一生懸命頑張りますので、ご指導の程宜しくお願い致します。循環器疾患のみでなく、他科の疾患、患者様の社会背景などを含めた総合的な判断を大切に、診療をさせて頂きたいと思っております。

## 新入職員をよろしくお願ひします



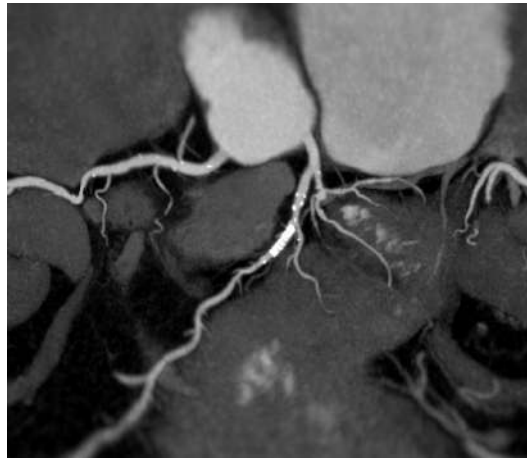
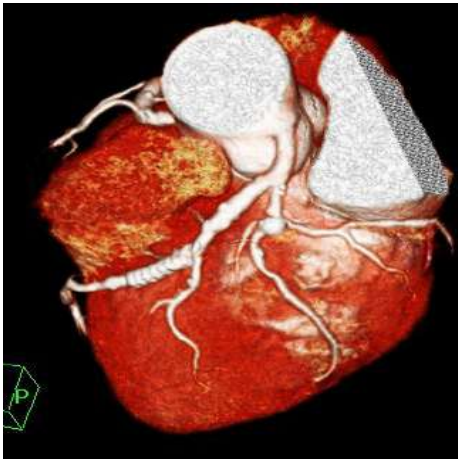
本年度よりセコム提携病院 関西地区合同入職オリエンテーションが行われました

# 心臓ドックのご案内

平成25年度より新ドックコースとして、心臓ドックを開始いたします。当院が新たに開始することにより、近隣地区への心臓疾患の予防医学の推進に繋がると考えております。

近年、動脈硬化による心筋梗塞や狭心症は増加傾向にあり、当院では心臓疾患の早期発見を目指し、最新型CT検査システムを用いて、無症状の心臓疾患を診断する心臓ドックを始めました。

## 診断画像の例



検査項目	内容
身体計測	身長・体重・血圧・腹囲・BMI・肥満度
尿検査	慢性腎臓病のスクリーニングを行います。
血液検査	動脈硬化などに関する検査項目を調べます。
心電図検査	不整脈をはじめ狭心症、心臓肥大などの情報を得ることができます。
血圧脈波検査	両腕と両足首の血圧を測り、血管に詰まりがあると血圧が低くなるため、これらの数値を計算し動脈硬化の程度を調べます。
心臓エコー検査	心臓の大きさ、動き、筋肉、弁の状態、血液の流れなどを観察しポンプが正常に動いているか判定します。
冠動脈CT検査	冠動脈(心臓の栄養血管)の性状、位置関係などを詳細に調べます。

※当日の検査等により、冠動脈CTが実施不可と判断された場合は、胸部の単純CTと負荷心電図を実施いたします。

**★下記の冠動脈危険因子を有する方は、是非心臓ドックをご検討下さい！！**

- ①高血圧症 ②糖尿病 ③脂質異常症 ④慢性腎臓病 ⑤肥満  
⑥喫煙歴あり ⑦血縁者で心臓病にかかっている方あり

- 所要時間 約3時間
- 検査費用 55,000円(税込) ※冠動脈CTが実施不可の時は、45,000円(税込)
- 予約受付時間 月～金 9:00～16:00
- お問い合わせ 〒666-0125 兵庫県川西市新田1-2-23  
医療法人晋真会 ベリタス病院 健康管理科  
TEL072-793-7890 FAX072-792-5771  
ホームページ <http://www.shinshinkai.jp/>



## 試してみよう！パッククッキング！

### あらかじめ準備するもの

- ①電気ポット
- ②ポリ袋（高密度ポリエチレン製）
- ③たらい（空気を抜くために使用）
- ④材料

災害時や簡単調理法としても注目されているパッククッキングについて紹介します。パッククッキングとは食材をポリ袋に入れて電気ポットで加熱調理する調理法です。しっかりとした手順を覚えれば簡単で楽しい調理法です。



## パッククッキングのポイント

①電気ポットは容量に合わせて1/3の水を入れます。3リットルの電気ポットなら水は1リットルです。

②ポリ袋は耐熱性のあるものを使用します。高密度ポリエチレン製、食品包装用の無地でマチのないものです。



③ポリ袋に食材を入れて中の空気をしっかり抜きます。たらいに水をいれ、水圧を利用してポリ袋の中の空気を抜きます。

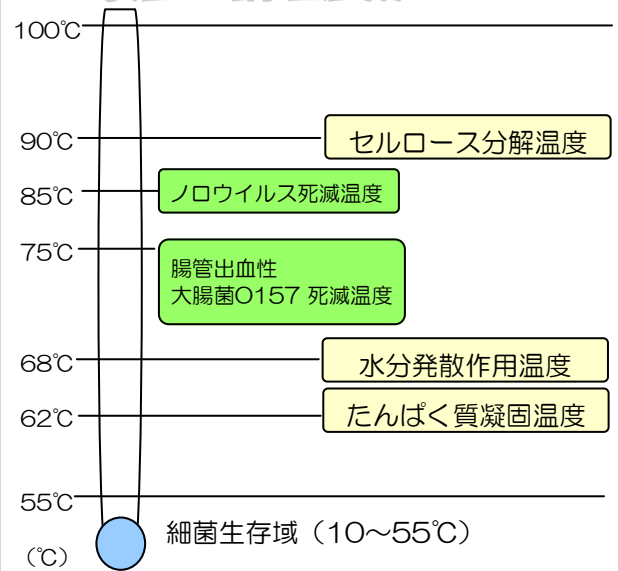


④加熱すると袋が膨らむので、入口の方でしっかりと結び、中の食材を均一に広げます。  
\*1台の電気ポットに入れるパックの数は、3パックまでです。3リットルの電気ポットでは600gまでが目安です。



⑤穴あきおたまやトングで取り出します。出し入れの際はやけどに注意しましょう。

### 食品の調理温度について



食品の調理温度にはポイントとなる温度が3つあります。1つ目は動物性たんぱく質が加熱状態となる62°C、2つ目は動物性たんぱく質がさらに加熱され、収縮が進み水分が蒸発し食感が硬くなる68°C、3つ目は野菜などの繊維セルロースの破壊が始まる90°C、特に米、いも類に多いデンプン質は80°C台の加熱ではやわらかくならず90°C以上の加熱が望まれます。食中毒を予防するためには、75°C1分以上（O157）、85°C1分以上（ノロウイルス）の加熱が必要になります。パッククッキングでは98°Cで保温可能であり、また真空であるため余分な水分蒸発を防ぐことができ、おいしく調理することができます。

### かぼちゃ煮

（材料1人分）

かぼちゃ 100g  
砂糖 小さじ1  
しょうゆ 小さじ1  
水 大さじ1

（作り方）

- ①かぼちゃを食べやすい大きさに切り、角を面取りする。
- ②かぼちゃと調味料をポリ袋に入れる。
- ③空気を抜いてポリ袋の口をしっかりと結ぶ。
- ④電気ポットに入れ、98°Cになってから（沸騰したら）30分間加熱する。

★パッククッキングは、パックした食材をそのまま湯煎するため、鍋の洗浄が不要となり後片付けや衛生管理や運搬が容易になります。

## 2013年 5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

#### 基本理念

真心のこもった良質な医療を通して  
地域社会に貢献します

#### 基本方針

1. 安全で安心な医療を提供します
2. 優秀な医療技術の向上に努めチーム医療を推進します
3. 快適な医療環境を提供します
4. 全職員が誇りをもって働ける環境をつくりまします
5. 安定した経営を維持し地域と職員に還元します

# パッククッキングレシピ

参考：日本栄養士会災害支援栄養チーム研修会  
「地域栄養ケアPEACH厚木の資料より」

※材料はすべて1人分

### おにぎりのおじゃ

おにぎり 1個  
(具はなんでもよい)  
水 200cc

(作り方)

- ①ポリ袋におにぎりを入れ、3、4個に分ける。
- ②水を入れ、空気を抜いてポリ袋の口をしっかりと結ぶ。
- ③電気ポットに入れ、98℃になってから20分加熱する。

### さんま缶煮

大根 5cm  
さんま缶 1缶

(作り方)

- ①大根は厚めに皮をむき1cm位の厚さにちょう切りする。
- ②ポリ袋に大根とさんま缶(汁も一緒に)を入れる。
- ③空気を抜いてポリ袋の口をしっかりと結ぶ。
- ④電気ポットに入れ、98℃になってから60分加熱する。

### 切干大根煮

切干大根 15g  
干し椎茸 5g  
桜えび 5g  
水 150cc  
めんつゆ 大さじ1

(作り方)

- ①ポリ袋に材料を全て入れる。(乾物は洗わなくてもよい)
- ②空気を抜いてポリ袋の口をしっかりと結ぶ。
- ③電気ポットに入れ、98℃になってから60分加熱する。

### 肉じゃが

じゃがいも 中1個  
たまねぎ 1/4個  
人参 2cm  
焼き鳥缶 1缶

(作り方)

- ①じゃがいも、たまねぎ、人参は食べやすい大きさに切る。
- ②ポリ袋に切った野菜と焼き鳥缶(汁も一緒に)を入れる。
- ③空気を抜いてポリ袋の口をしっかりと結ぶ。
- ④電気ポットに入れ、98℃になってから30分間加熱する。

## 医療講演会のご案内

★予約・参加費は不要です。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

日時 : 5月23日(木) 13:30~15:00  
場所 : 多田公民館  
テーマ : 「晋真会ベリタス病院の  
循環器診療のご紹介」  
講師 : 循環器科部長 辻本 充

2009年10月に循環器科が開設され、早3年半が経ちました。この間、専門病棟の開設や診療機器の入れ替えなど、さまざまな変革があり、診断の質が向上しました。また、対応可能な疾患の幅が拡大傾向にあります。さらに2013年4月からは常勤医が5名となり、夜間救急の受け入れも曜日限定ですが可能となりました。今回はこれまでと異なり当科の紹介を主、疾患の説明を副で行いたいと思います。

## 雑誌『病院の実力』にベリタス病院が掲載されました！

ベリタス病院・外科の がん手術治療実績が『病院の実力 2013 総合編 (読売新聞社)』に掲載されました！  
胃がん・大腸がん・乳がんの豊富な症例数で地域の皆様にご安心して治療をお受けいただけるように、医師・看護チーム共々今後も努力いたします。  
(一般外科統括部長 勝本善弘)



## 風しんの報告数が急増しています！



風しんの感染予防として、マスクの着用と手洗い・うがいを徹底しましょう。また、風しんの予防には予防接種を行なうことが重要です。予防接種については、かかりつけ医等へご相談されることをお勧めいたします。