



ベリタス病院ニュース

第151号

発行日 2014年8月1日



院内トリアージを実施しています。

ご協力の程よろしく
お願いいたします。



目次

院内トリアージ・内視鏡センターよりお知らせ	1
医療講演会のお知らせ	2
節電・ケールピス	2
創薬センターからのお知らせ	2
栄養通信	3
レピ	4
後期高齢者医療被保険証のお知らせ	4

院内に、右記のポスターを掲示させていただいています。



外来受診される方へ

ベリタス病院では「トリアージ」を実施しています

「トリアージ」(選別)とは、患者さまの重症度や緊急性から診察・治療の優先順位を判断することを目的としています。

ベリタス病院では初診の患者さまを対象に、医師の診察を受ける前に看護師による問診を受けていただいております。

上記に伴い、診察の順番が前後することがありますことをご理解ご協力いただきますようお願い致します。

ベリタス病院



トリアージとしての問診は、通常の診察時間では、一部の診療科（内科・循環器科・脳神経外科）を対象に実施し、時間外での受診時は、すべての患者さまに実施いたします。患者さまが診察受付後、お待ちの間に、担当の看護師が症状をうかがい、緊急度・重症度を判断し、診察の優先順位を決めさせていただきます。場合によっては、後から受付をした患者さまが先に診察を受けることがありますのでご了承ください。安全で安心な診療が提供できるように努めて参りますので、ご理解の上ご協力お願い致します。

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す
5. 安定した経営を維持し地域と職員に還元します



内視鏡検査の予約待ち期間が短縮されます！

6月に改装工事が終了し、内視鏡センターが拡張されました。7月より検査室が2室から3室に増えたので、以前より検査の予約待ちは大幅に解消される事と思います。内視鏡検査をご検討中の方は、是非一度主治医にご相談いただくか、当院予約センター（1階正面玄関前）へお問い合わせ下さい。

工事期間中は、多大なるご迷惑をお掛け致しましたこと
をお詫びいたします。



内視鏡センター

医療講演会のお知らせ

★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・場所：8月9日(土)14:00～15:00
新田ふれあい会館

テーマ：「膝の痛みについて」

講師：森本 佳秀
(整形外科医師)

昨今話題に上っている2025年問題にもあります通り、日本は超高齢化社会に突入し、医療費の増大や介護問題が取り上げられております。一方でアクティブシニアという名称もあるように、年齢とともに日常生活における活動性は、20-30年前と比較すると全く相関せず、年齢に関係なく活動性の高い方も非常に沢山おられます。

しかしながら、年齢に伴う愁訴として関節痛があり、これらの痛みにより、望んでいる活動性(スポーツ、山歩き、農作業など)を維持できない方がおられます。そこで今回は、膝関節に焦点を当て、その構造に始まり、主に変形性膝関節症と呼ばれる関節症の原因、最近の治療そして予防について、話したいと思っております。

節電の取り組み



ベリタス病院では、環境に配慮し、少しでもCO2削減に貢献するため、毎年節電に取り組んでおります。

必要時以外のエレベーター使用の自粛や事務所での減照明、室内温度の28度設定、一部待合室や病棟廊下の減照明など、患者様にもご不便をおかけいたしますがご理解とご協力をお願いいたします。

クールビズに対するお願い

一部男性職員に関してノーネクタイ、ノージャケットのクールビズを今年も10月末まで実施いたします。ご理解をお願いいたします。



治験(創薬センター)からのお知らせ

創薬センターでは、以下の疾患を対象とした治験にご協力いただける方を募集しています。

①高コレステロール血症 ②不整脈(心房細動) ③子宮内膜症

上記について詳しい情報がお知りになりたい方、治験にご興味をお持ちの方、および治験に関するご質問は、医事課受付を通して、創薬センターまでお問い合わせください。





時短クッキングう



毎日暑い日が続く、台所に立って調理するのも億劫になりますよね。
夏バテ予防にしっかり栄養を摂りたい！！でも、台所に立って調理する時間は短くしたい！！今月はそんな要望にお応えしたメニューを紹介したいと思います。食欲が低下し、冷たい麺類だけですませてしまいがちですが、野菜のおかずも一緒に食べるように心掛けましょう。

簡単冷汁

(2人分)

ツナ缶	50g
すりゴマ	10g
味噌	20g
おろし生姜	5g
水	200ml
きゅうり	1本
絹豆腐	100g
みょうが	1本
しそ	2枚

- ①ツナ缶、すりゴマ、味噌、おろし生姜をよく混ぜ合わせる。
 - ②①をアルミホイルに1cm厚さに薄くのばし、オーブントースターで焦げ目が付く程度まで焼く。(約4分程度)
 - ③②をボウルに入れて水を加え、よく混ぜて合わせ味噌を溶かす。
 - ④③にスライサーで薄切りにしたきゅうりと、手で食べやすい大きさに崩した豆腐を加える。
 - ⑤冷蔵庫で30分ほど冷やす。
 - ⑥器に盛り付ける。
 - ⑦みょうがの薄切り、しその千切りを上に乗せる。
- ※ご飯や素麺にかけて食べると1品でも栄養バランスのとれた食事になります。

エネルギー: 98kcal
塩分: 1.4g (1人分)



なすの揚げ浸し風

(2人分)

なす	200g
サラダ油	大さじ1
ポン酢	大さじ1
しそ	1枚

- ①一口大に切ったなすを水にさらしてアクを抜く。
- ②①のなすの水気をよくふき取り、耐熱容器に入れる。
- ③サラダ油をなす全体にまんべんなく馴染ませる。
- ④なすにピッタリとラップをつけて電子レンジ500wで3～3分半加熱する。
- ⑤加熱後、器に盛り付けてポン酢をかける。
(※めんつゆでも可)
- ⑥しその千切りを上に乗せる。(※青ねぎでも可)

エネルギー: 114kcal
塩分: 0.3g (1人分)



長芋ときゅうりの梅おかか和え

(2人分)

長芋	150g
きゅうり	1/2本
梅干	1個
かつお節パック	1袋

- ①長芋は皮をむき、きゅうりは洗ってへたを落とす。
 - ②厚手のビニール袋に、①を入れ、すりこ木や麺棒などで食べやすい大きさになるまでたたく。
 - ③②に種を取った梅干とかつお節を加え、袋の上からむむ。
 - ④器に盛り付ける。
- ※たたく時に力を入れすぎると、袋が破裂しますのでご注意ください。

エネルギー: 57kcal
塩分: 0.6g (1人分)



セロリとさきいかのキムチ和え

(2人分)

セロリ	40g
さきいか	30g
キムチ	30g

- ①セロリは2mm幅に切る。
 - ②さきいかは食べやすい長さに手でちぎる。
 - ③①と②とキムチを混ぜ合わせる。
 - ④冷蔵庫で1～2時間寝かせる。
 - ⑤器に盛り付ける。
- ※塩分が多くなっていますので、血圧が高めな方はキムチの量を減らし、調整してください。

エネルギー: 52kcal
塩分: 1.4g (1人分)



エネルギー
(1人分)
30kcal

プチトマトのマリネ



作り方

- ①鍋にお湯を沸かす。
- ②へたを取ったプチトマトをサッとお湯に通した後、冷水に放ち湯むきする。
- ③密閉容器にオリゴ糖、レモン汁、スライスレモンを6等分に切ったものを入れて混ぜ合わせる。
- ④③に②を入れ、容器のふたをし、軽く振って馴染ませる。
- ⑤冷蔵庫で冷やす。

材料(2人分)

プチトマト 150g
オリゴ糖 30g
レモン汁 30ml
レモンスライス 2枚

オリゴ糖は糖類の一種で、少糖類と呼ばれることもあります。オリゴ糖のエネルギー量はブドウ糖が4kcal/gなのに対し、2kcal/gとなっています。オリゴ糖そのものは、体内で消化・吸収されないため、体重増加や血糖値の上昇に影響しにくいと言われています。また腸の中で、ビフィズス菌を増殖させ腸内環境を整え、便秘を予防・改善する効果もあります。しかし、摂り過ぎると、お腹がゆるくなることもありますので、商品に記載されている目安量を参考にしましょう。適量以上を摂取すると、血糖値は緩やかながら上昇し、体重増加にも影響しますのでご注意ください。

参考：日本栄養士会HP

ペリタス病院ニュース
発行 医療法人晋真会
ペリタス病院 広報委員会
発行責任者 丸中雅博

〒666-0125
兵庫県川西市新田1-2-23
電話 072(793)7890
FAX 072(792)5771
Email: info@shinshinkai.jp
ホームページ
<http://www.shinshinkai.jp/>

2014年 8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						

75歳

以上の方へ

一定の障害がある方は

65歳以上

平成26年8月1日から
被保険者証が
(後期高齢者医療被保険者証)
新しくなります

被保険者証の
色の変更はありません。
新しい被保険者証は
8月1日から
使用してください。

8月1日からは、
新しい被保険者証を
提示して下さい。
被保険者証の色の
変更はありません

● 8月1日からは、現在の被保険者証は使用できなくなります。医療機関などの窓口では新しい被保険者証を提示してください。

被保険者証は平成26年7月中旬に
一人に1枚送付されます。

75歳の誕生日を迎えると、これまでの医療保険制度から後期高齢者医療制度に移ることになり、後期高齢者医療制度の被保険者証を使用することになります。

❗ 保険料は医療給付の大切な財源です。
忘れずに納めましょう。

お問い合わせ先 ● お住まいの市(区)の後期高齢者医療担当窓口
● 兵庫県後期高齢者医療広域連合

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	平成00年00月00日
被保険者番号	00000000
□□□□□□□□□□□□□□□□	
被 保 険 者 氏 名	兵庫 太郎 男
生 年 月 日	昭和00年00月00日
資格取得日	平成00年00月00日
発効期日	平成00年00月00日
交付年月日	平成00年00月00日
一世帯用金の割合	△割
被保険者番号 並びに集積 番号の名称及び 印	39280000 兵庫県後期高齢者医療広域連合 印

有効期限は切れて
いませんか?



発行：平成26年8月 兵庫県後期高齢者医療広域連合

Copyright © 2014 兵庫県後期高齢者医療広域連合

兵庫県後期高齢者医療広域連合ホームページより引用