

# きょうりつ だより



きらり共立びと

外来、救急・肉視鏡センター

看護師長 山崎良子

ご近所ドクター訪問

季節のすこやかレシピ

診療案内(2020年5月版)



VOL.

33

# きらり共立びと

広島共立病院では、様々な医療スタッフが専門とする分野で活躍しています。「病院を訪れる方々へ少しでもお役に立てるように。」そんな思いで仕事に励む『共立びと』を各号で一人ずつご紹介していきます。

No.01 今回の共立びと 外来、救急・内視鏡センター 看護師長 やまさき よしこ 山崎 良子



## 山崎さんの仕事について教えてください。

看護師長として、外来と救急・内視鏡センターに勤務。患者さんや家族が安心してかかれる病院になるよう、また、スタッフがやりがいを持って働けるよう、職場環境を整えることが私の役割です。

## 看護師として特に気をつけているのはどんなことですか？

診療がスムーズに進み患者さんの待ち時間が短くなるように、また、患者さんやご家族が少しでも安心を感じられるように気を配っています。いずれにしても、患者さんをよくみるのが大切だと思います。

## 仕事で嬉しいのはどんな時ですか？

患者さんから感謝の言葉をいただいているスタッフの笑顔を見ると、仕事をしていて良かったとあらためて思います。

## 広島共立病院についての思いを教えてください。

これからの病院は病気やケガを治すだけでなく、健康の維持増進について地域の拠点となるべきだと思っています。当病院にはメディカルフィットネスも併設されていますので、そうした機能を活かしながら健康寿命をのばせる取り組みをしていきたいです。



### 密閉

(換気の悪い空間)

### 密集

(手の届く距離に多くの人がいる)

0~1メートル

### 密接

(近距離での会話や大声での会話)

1~2メートル

## 広島共立病院を利用されている方へ。

新型コロナウイルスの感染者は4月20日現在、全国で1万人、広島県内でも130人を超え、当院でも地域医療を守るため感染予防対策を強化しています。マスク着用や体温測定、外出先から戻られた際の手洗い等はもちろん、左記の「3密」(密閉・密集・密接)を極力避け、1日でも早く以前の日常生活に戻れるよう、共に頑張りましょう！

イチ  
オシ

わたしの 山崎看護師長の  
お気に入りスポット!

1階中央エントランスの近くにある桜の木が山崎さんのお気に入り。まだまだ小さいですが、桜の季節にはきれいな花を咲かせます！



# ご近所ドクター訪問

広島共立病院が連携している  
地域のドクターをご紹介します。

## 安佐南内科リウマチ科クリニック

ふなき まさと

院長 舟木 将雅 先生



## 安佐南内科リウマチ科クリニック

〒731-3164

広島市安佐南区伴東5-21-35

TEL:082-849-6200

- 診療科 内科、リウマチ科、呼吸器内科、アレルギー科、疼痛緩和内科
- 診療時間 午前/9:00~13:00、午後/15:00~19:00  
土曜/9:00~14:00 ※水曜午後は休診
- 休診日 日曜日・祝祭日



## 医院の特徴を教えてください。

令和元年に開院したばかりの新しい医院で、一般的な内科疾患はもちろん、特に「リウマチ」「膠原病」「呼吸器」の領域ではこれまでの診療経験を活かし、薬や医療費の面も含めて安心してご相談いただける体制を整えています。設備としては、血液検査やレントゲン検査、エコー検査に加えてCT検査があるのが特徴です。CT検査は遠隔読影システムを導入しておりますので、総合病院での撮影と同様に主治医と放射線専門医のダブルチェックで正確な画像診断が可能です。

## 患者さんの対応で気をつけていることは？

当院のようなクリニックや診療所の役割は、患者さんが何でも相談できる場であることだと考えています。特にリウマチや膠原病は慢性疾患であり、治療には長い時間が必要です。したがって主治医として病気をうまくコントロールしながら、患者さんのさまざまな悩みに対して寄り添えるよう、温かい雰囲気づくりにも気を配っています。

## 広島共立病院との連携について教えてください。

最新鋭のDEXA法X線骨密度測定器や、関節リウマチの早期診断に欠かせないMRI検査の依頼などをさせていただいています。また、当院を受診された患者さんで入院治療が必要になった場合、広島共立病院の開放病床（開業医も入院中の診療に参加することで患者さんに安心していただけるシステム）を利用し、各専門医の先生方と密な連携をとりながら安佐南区で完結できる医療を提供したいと考えています。

## 春野菜の 和風キッシュ



材料 (18cmタルト型)	冷凍パイ生地・・・2枚	(具材)	(キッシュ液)
	たけのこ水煮・・・約100g	ベーコン・・・50g	卵・・・・・・・・・・2個(Mサイズ)
	玉ねぎ・・・・・・・・1/2個	アスパラガス・・・3本	豆乳・・・・・・・・・・100cc
	じゃがいも・・・1個	バター・・・・・・・・10g	生クリーム・・・・・・・・50cc
	塩こしょう・・・適量		パルメザンチーズ・・・50g
			(ピザ用チーズでもOK)
			薄口醤油・・・・・・・・小さじ1/2

- フライパンにバターを溶かし、みじん切りにしたたけのこの根元、スライスした玉ねぎ、アスパラガスの根元、1cm幅に切ったベーコンを炒め、塩こしょうで味を調える。
- キッシュ液の材料をボウルで混ぜ合わせ、粗熱がとれた①に加えて混ぜ合わせる。
- 台の上に打ち粉(薄力粉等)をし、室温に戻した冷凍パイ生地を2枚重ね、麺棒などで厚さ2~3mmに伸ばして型に敷き込み、フォークで空気穴を開ける。
- ③のパイ生地にクッキングシートを敷き、重石(生米でも代用可)を載せて180℃のオーブンで15分空焼きする。
- 空焼きしたパイ生地を少し冷まし、スライスして電子レンジで軽く加熱したじゃがいもを敷き、②を流し込む。上からトッピングでアスパラガス、たけのこの穂先を並べ、180℃のオーブンで約25分焼いて完成！



## 桑原 ナミ フリーアナウンサー

- 日本野菜ソムリエ協会認定野菜ソムリエプロ
- 食の6次産業化プロデューサー食Pro レベル3認定

## 野菜ソムリエ 桑原 ナミの MENU 01 季節のすこやかレシピ

### 冬の間にも身体の中にため込んだ 毒素を春野菜でリセット！



寒さが厳しい時期に地中から芽を出し成長してきた春野菜。その特徴である「苦味」や「香り」には、心身に刺激を与え、身体機能を活性化させる働きがあるんですよ！春野菜で身体の中からデトックスして、免疫力をUPしましょう！

#### たけのこ

腸の調子を整える食物繊維が多く、亜鉛やカリウム、ビタミンB群、ビタミンEなど様々な栄養素もバランスよく含んでいます！



#### 新たまねぎ

涙の原因である流化アリルはビタミンB1の吸収を助けて新陳代謝を活性化します。春に出回る新玉ねぎは辛味がマイルド！

#### アスパラガス

アスパラギン酸は、実はアスパラガスから見つかった栄養素。また、穂先には血管を丈夫にするルチンが多く含まれています！



#### 新じゃがいも

ビタミンCがでんぷんに覆われているため、加熱しても壊れにくいのが特徴。新じゃがいもは皮が薄く、皮ごと食べられます！



# 診療案内(2020年5月版)

**予約制** は事前予約が必要です。  
**予約可** は予約なしでも受診可能です。

※第2・第4土曜日は休診です。

	診察開始～受付終了	専門外来等	月	火	水	木	金	土
健診	市・被爆者・協会けんぽ等 各種健診、人間ドック他 乳がん健診	午前 <b>予約制</b>	桑原	桑原	廣川・中増	桑原・廣川	桑原	1・3・5週 古江 ①1週 木村(ま) 中増
		午後 <b>予約制</b>	中増	①川口	古江・中増	桑原 ①川口	中増	
禁煙支援外来	9:00～11:30	<b>予約制</b>		木山				
	17:00～18:30	<b>予約制</b>				2・4週 木山		
内科  (当院に初めて 受診される方は 予約制では ありません)	9:00～11:30	総合診療内科 <b>予約可</b>	山田・廣川 高橋	吉國・橋本 山田	山田・山科 中村(晴)・田上	鷹屋・久保田 吉國・舟木(洋)	山田・山科 橋本・立本	1・3・5週 廣川・鷹屋・山田・吉國
		循環器内科 <b>予約制</b>	鷹屋・伊藤		鷹屋・村田		村田	
		呼吸器内科 <b>予約制</b>		濱田				
		消化器内科 <b>予約制</b>		加太・西原		西原	ウオン	1・3・5週 ウオン 中村(晴)・久保田
		糖尿病内科 <b>予約制</b>	森下		森下		森下	1・3・5週 森下
	14:00～16:30	<b>予約制</b>		大谷・木山				
		<b>予約可</b>		大谷				
		リウマチ科 <b>予約可</b>				舟木(将)	秦	
		循環器内科 <b>予約制</b>					鷹屋	
		呼吸器内科 <b>予約制</b>					2・4週 木山	
17:00～18:30 (定期通院されている 予約の方のみ)	消化器内科 <b>予約制</b>					西原		
	糖尿病内科 <b>予約制</b>					森下		
脳神経内科	9:00～11:30/14:00～16:30	<b>予約制</b>	祢津					
精神科	9:00～11:30	<b>予約制</b>				山本		
緩和ケア内科	9:00～11:30	<b>予約制</b>	本家	舟木(洋)	本家	本家	加太	
	13:30～16:30							
リハビリテーション科	9:00～11:30	○理学・作業・言語・ 物理の各療法 <b>予約制</b>	○	○	木村 ○	井口 ○	○	1・3・5週 ○
	13:30～16:30		○	○	○	○	○	
外科	9:00～11:30	<b>予約可</b>	大田垣 郷田	長嶺 中島	郷田	大田垣 中島	長嶺 郷田	1週 長嶺・郷田 3週 大田垣・中島 5週 交替
	15:00～16:30							
乳腺外科	14:00～16:30	<b>予約可</b>					舛本	
心臓血管外科	14:00～16:30	<b>予約可</b>				片山/山根 交替		
脳外科	14:00～16:30	<b>予約制</b>					岡崎	
整形外科	9:00～11:30	<b>予約可</b>	市川・土井 濱西	田中 森	森 國崎	市川・田中 濱西	田中 土井	1週 土井・濱西(市川) 3週 田中・森 5週 市川・濱西
	16:00～18:30	<b>予約可</b>		1・3・5週 市川 2・4週 濱西 土井		森 古田		
小児科	9:00～11:30	☐ 小児一般 ☑ 予防接種 <b>予約制</b> ☑ 乳児健診 <b>予約制</b>	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 1・3・5週 吉國
	14:00～15:00		14:00～14:30 園 森下		☐ 14:00～16:30 1・3・5週 森下 2・4週 友田	14:00～14:30 園 友田	園 1・3・5週 森下～14:45 2・4週 友田～14:45	
	15:00～16:30		15:00～16:30 日 森下				15:00～16:30 日 森下	
	17:00～18:00							
眼科	12:30～17:00	カウンセリング <b>予約制</b>	太田・芳西			太田・芳西	太田・芳西	
泌尿器科	9:00～11:30	月・木は10:00～ <b>予約可</b>	広島大学		山崎	広島大学	山崎	1・3・5週 広島大学
	14:00～16:30		広島大学		山崎	広島大学		↑午前休診の場合あり
耳鼻いんこう科	9:00～11:30	<b>予約可</b>	大橋	大橋	大橋	大橋	大橋	1・3・5週 大橋
	15:00～16:30		大橋		大橋	大橋		↑午前休診の場合あり
皮膚科	9:00～11:30	<b>予約可</b>	松尾		水野		原田	
	14:00～15:00							
婦人科	9:00～11:30	初診(再診) <b>予約可</b>	三田尾	三田尾	三田尾	三田尾	三田尾	1・3・5週 三田尾
	14:00～16:00	子宮がん検診 <b>予約制</b>	三田尾	三田尾		三田尾		↑午前休診の場合あり



## アクセス

アストラムライン・JR可部線 大町駅より 徒歩約5分  
 中須バス停より 徒歩約3分  
 アストラムライン古市駅より 徒歩約5分

アストラムライン上安駅・大町駅  
 フジグラン緑井店前より

**無料**  
送迎バス  
を運行

ISO9001認証取得  
 病院機能評価認定  
 厚生労働省指定基幹型臨床研修病院

広島医療生活協同組合

**広島共立病院**  
 HIROSHIMA KYORITSU HOSPITAL

http://www.hiroshimairyu.or.jp  
 〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目20-20  
 TEL 082-879-1111(代)  
 FAX 082-879-6964  
 E-mail kyoritsu@hiroshimairyu.or.jp

