

あまるめ〜る

庄内余目病院 広報誌

2022

3月号

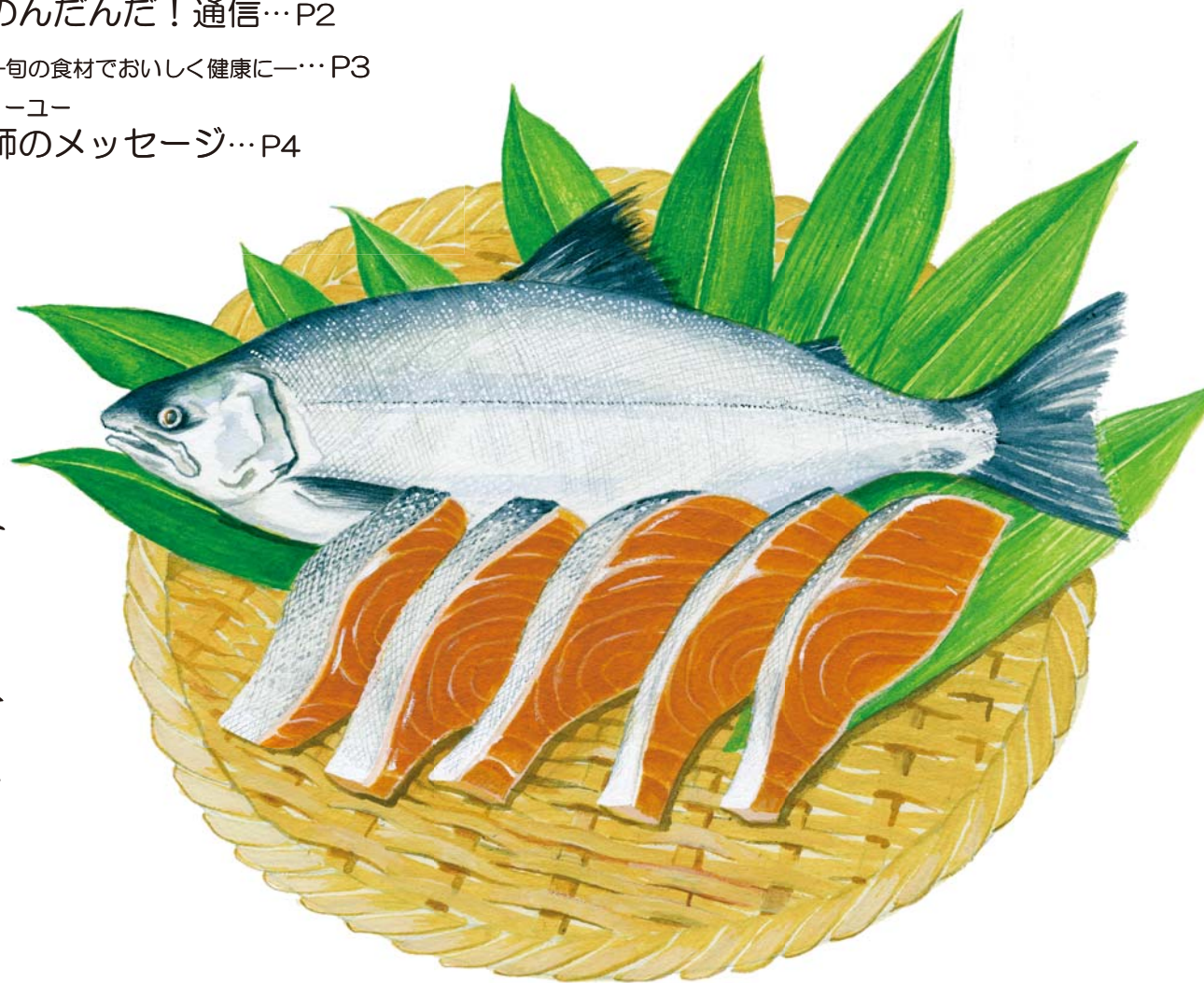
No.241

寺田院長のんだんだ！通信…P2

医食同源—旬の食材でおいしく健康に—…P3

ナーシングフォーユー

先輩看護師のメッセージ…P4



サクラマス(桜鱈)

春の訪れを告げる「サクラマス」。庄内地方では、古くから春の祭りに欠かせないご馳走として親しまれてきました。

寺田院長のんだんだ!通信

病院の“んだんだ”(そうそう)と思う話題や日々の出来事、医療の話をお届けします。

No.81

「ばんけ」

地元の焼鳥屋のカウンターで、毎年、春の到来を感じる時がある。それは、季節メニューの白板に「ばんけの天ぷら」が登場した時だ。

「ばんけ」とは、山形県庄内地方で「ふきのとう」のことで、当地に住んで初めて知った。調べたところでは、ふきのとうはキク科フキ属の多年草で、雪解けの頃、春一番に芽を出すふきの花の若い蕾のことを指す。日本原産の山菜の一つで全国の山野に自生している。

この「ばんけの天ぷら」がまた何とも美味しいのだ。ばんけ独特の香りと苦味が「んだ、春がきたの」と感じさせてくれる。甘味は全くなく、このクセと苦味が塩に合う。クセと苦味と塩とくれば、合わせるのは日本酒だ。この組み合わせは絶品だ。

「ばんけは誰がどこで採ってもいいのか？」と焼鳥屋の大將に尋ねたところ、「んだ、道路脇や川の堤防の雪の消え間からポコポコと顔を出すので誰が採ってもいい」とのことだった。

以前、車で国道47号線を新庄に向かう途中、普段は全く人が歩くことのない山間部で、路肩の残雪の壁の脇を腰に籠を括り付けたお婆さんが歩いていて、慌てたことがあった。大將に話すと、それはばんけ採りをしていたのだらうということ

「皆さん、新型コロナウイルス感染拡大で病院業務に影響が出たため、あまるめ〜る3月号は『非常事態号』(縮小版)になりました(笑)」

院長
寺田 康



だった。採ったばんけは、農協に納めるといい値で買い取ってくれるそうだ。ひと季節に20~30万円くらい稼ぐ人もいるらしい。

「庄内は春になると、道端や土手に100円玉が落ちていたみたいで豊かでいいですね」と言ったところ、大將はしばらく考えて、「ん〜、100円玉は高過ぎるな。50円玉くらいかの」との返事だった。値段の確固たる根拠はなさそうだったが、どちらにしろ、庄内は豊かな山の幸にも恵まれていることには変わりはないと思った。

さて写真は、2018年3月18日、陸羽西線沿線で撮影場所を探している時に偶然見つけたばんけだ。花(苞)が開ききってしまった感がするが、一面の茶色の中に、ばんけの若い黄緑が新鮮に映えて見えた。

んだんだ!



あまるめ〜る Contents

寺田院長のんだんだ!通信..... P2

医食同源一句の食材でおいしく健康に..... P3

ナーシングフォーユー
先輩看護師のメッセージ P4

2022年3月診療担当医師予定表 P6

今日の表紙は
サクラマス



医食同源 一句の食材でおいしく健康に〜

■希少な高級魚「サクラマス」の魅力

庄内に春の訪れを告げる高級魚「サクラマス」は、1992年に「山形県の魚」に選ばれました。名前の由来は桜の季節に川に上ってくるから、あるいは身の色が桜色だからと言われている。サケ属の魚であり、産卵のために川を目指して集まったサクラマスのほとんどは海で捕られますが、特に最上川・赤川などに上ってきたものは「川マス」と呼ばれ、焼けば滴り落ちるほど脂がのり、味の良さは格別です。

■栄養価について

サクラマスの赤い色素成分であるアスタキサンチンは、強力な抗酸化作用があり、体内の活性酸素を消去することで疲労回復を早めたり、眼精疲労回復や動脈硬化の予防にも役立ちます。

また、血液をサラサラにするDHAやEPAが多

く含まれており、脳の機能の向上や生活習慣病予防にも効果があるとされています。

■選び方や食べ方のポイント

全体に艶があり、腹を触ってみてしっかりとした強い弾力が感じられるものを選びましょう。エラが鮮やかな赤い物が新鮮で、体高の高いものがより脂がのっています。

サクラマスにはさまざまな調理法がありますが、美味しさを堪能できる素焼きが特におすすめで、これに茹でたニラを添えた「ニラマス」は定番です。また、薄味に煮付けたサクラマスとうどんをあんかけにしたものや、醤油味のお吸い物も庄内では一般的な食べ方です。

栄養管理室 副主任／今田 直 (管理栄養士)



先輩看護師のメッセージ

当院の急性期病棟に勤務する看護師3名に、日々の業務や職場の雰囲気、今後の目標などについて話してもらいました。



仕事でやりがいを感じることは？

後輩スタッフの成長を感じられたことです。現在、教育・指導に携わっていますが、後輩の成長が目に見えたり、同僚から後輩の成長の報告を受けた時はとても嬉しく思います。私が指導したことをしっかりと受け止め、吸収し、現場に活かしている姿を見ると、自分ももっと頑張らなければいけないと思えます。仕事をする上では、患者さんに対してはもちろんですが、一緒に働く仲間へ対しても思いやりの気持ちを持って働くことを心掛けています。忙しく、心に余裕がなくなってしまう時ほど、思いやりの心を忘れないようにしています。そして、一緒に働く

職員が前向きに楽しく仕事ができれば良いなと思っています。

職場の雰囲気を教えてください

病棟では職員同士の協力体制がしっかりしており、緊急な場面でも皆で協力し、いち早く患者さんに適切な医療を提供できるようにしています。若手もベテランも関係なくチームとなって働き、教え合い、切磋琢磨しています。

今後の目標について教えてください

看護学生さんたちに「早く看護師になりたい！」と思えるような実習指導を行っていきたいと考えています。また、自分自身のスキルもどんどん向上させていけるように、様々な資格取得や研修への参加を試みたいと思います。



仕事でやりがいを感じることは？

患者さんが治療をして徐々に回復していく姿を見ると、とても嬉しい気持ちになります。仕事面で大切だと感じるのは、患者さんの異常の早期発見です。バイタルサイン^{※1}や検査データなどから発見する事はもちろん、患者さんとのコミュニケーションから気づく場合もあります。当病棟は高齢者が多く自分では体調の変化に気づかない方もいるので、普段から表情などをしっかりと観察し、変化に気づくことが大切だと思っています。

今後の目標について教えてください

まだ、看護師としての経験が浅く未熟な面もあるので、日々の勉強を怠らず、より良い看護が提供できるようスキルアップしていきたいです。

仕事でやりがいを感じることは？

時に自分の看護がこれでよいのか悩む時もありますが、患者さんの感謝の言葉や笑顔が励みにつながっています。入退院が多く忙しい病棟ではありますが、先輩に「ありがとう」と言われると、自分もチームの一員として貢献できていると感じます。日々の業務で大切にしているのは、笑顔です。入院患者さんの中には、身体的な苦痛だけでなく不安や悩みを感じている方、認知機能の低下がありコミュニケーションが難しい方もいます。どんな方にも笑顔で接することで、元気や安心感、精神的な援助につながると感じています。

今後の目標について教えてください

まだ知識や経験不足もあり、アセスメント^{※2}や判断に迷うこともあります。疾患や治療などの知識を深めるだけでなく、患者さんとご家族の退院後の生活を考えた看護ができるようになりたいです。



※1 脈拍あるいは心拍数・呼吸(数)・血圧・体温などの情報 ※2 患者さんの情報を収集して、分析・評価すること

お知らせ

看護部サイトリニューアル

この度、看護部サイトを全面リニューアルしました。デザインやコンテンツ構成を大幅に見直ししたことで、より快適に閲覧いただけるようになりました。ぜひご覧ください。



スマートフォンは
こちらから
アクセス！

庄内余目病院 看護部

検索



		1 火		2 水		3 木		4 金		5 土		6 日			
内 科	午 前	西邨/瀬角		※山本/眞崎/松田		西邨/内科医師		瀬角/海野		内科医師			休日		
	夕 診	-		※山本		海野		瀬角		-					
総 合 診 療 科	夕 診	※寺田		-		-		-		-					
	午 前	菊池/寺田		鈴木/鳶田		菊池/鳶田		菊池		-					
心 臓 セ ン タ ー (循環器内科・心臓血管外科)	夕 診	-		-		-		-		-					
	午 前	蘇		伊崎		伊崎		蘇/秋田大学医師		秋田大学医師					
脳 神 経 外 科	夕 診	-		蘇		伊崎		-		-					
	午 前	木村/坂井		木村/田嶋		張/田嶋		張/平嶋		-					
外 科	夕 診	木村		-		-		-		-					
	午 前	早川		宮本		宮本		宮本		菅谷					
整 形 外 科	夕 診	宮本		-		-		-		-					
	午 前	荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		近藤					
歯 科 口 腔 外 科	午 後	荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		-		-					
	午 前	矢島		-		-		-		-					
皮 膚 科	午 前	-		都筑		-		-		-					
	午 後	-		都筑		-		-		-					
泌 尿 器 科	午 前	國井		-		-		-		-					
	午 後	-		-		-		-		-					
神 経 内 科	午 前	-		-		-		-		-					
	午 前	-		-		-		-		呼吸器内科医師					
呼 吸 器 内 科	午 前	-		-		-		-		-					
	午 前・午後	-		-		-		-		-					
婦 人 科	午 前	-		-		-		-		-					
	午 前	-		-		※富樫		-		-					
足と傷の外来・形成外科	午 前	-		-		-		-		-					
	午 前	-		-		-		-		※東山					
せ ば ね 外 来	午 前	-		-		-		-		-					
	午 後	-		-		-		※菅原/※東山		-					
リウマチ膠原病外来	午 前	-		-		-		-		※リウマチ膠原病科医師					
	午 前	※坂井		-		-		-		-					
		7 月		8 火		9 水		10 木		11 金		12 土		13 日	
内 科	午 前	海野/長戸		西邨/瀬角		※山本/眞崎/松田		西邨/西島		瀬角/海野		内科医師			休日
	夕 診	西邨		-		※山本		海野		瀬角		-			
総 合 診 療 科	夕 診	-		※寺田		-		-		-		-			
	午 前	細川/鳶田		木島/寺田		鈴木/鳶田		菊池/鳶田		菊池		-			
心 臓 セ ン タ ー (循環器内科・心臓血管外科)	夕 診	-		-		-		寺田		-		-			
	午 前	伊崎		蘇		伊崎		伊崎		蘇/秋田大学医師		秋田大学医師			
脳 神 経 外 科	夕 診	伊崎		-		蘇		伊崎		-		-			
	午 前	木村		木村/坂井		木村/田嶋		張/田嶋		張/平嶋		田嶋			
外 科	夕 診	-		木村		-		-		-		-			
	午 前	宮本		早川		宮本		宮本		宮本		早川			
整 形 外 科	夕 診	-		宮本		-		-		-		-			
	午 前	荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒			
歯 科 口 腔 外 科	午 後	-		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		-		-			
	夕 診	荒/近藤		-		-		-		-		-			
皮 膚 科	午 前	-		-		小栗		-		-		-			
	午 後	-		-		小栗		-		-		-			
泌 尿 器 科	午 前	-		-		牧野		-		-		※三木			
	午 後	-		-		牧野		-		-		-			
神 経 内 科	午 前	-		國井		-		-		-		※高橋			
	午 前	-		-		-		-		※馬場		-			
精 神 科	午 前	-		-		-		-		-		-			
	午 前・午後	-		休診		-		-		-		-			
婦 人 科	午 前	-		-		-		-		-		-			
	午 前・午後	-		-		-		-		-		-			
足と傷の外来・形成外科	午 前	※富樫		-		-		※富樫		-		-			
	午 後	-		-		-		-		-		※高橋			
物 忘 れ 外 来	午 後	-		-		-		-		-		-			
	午 前	-		※坂井		-		-		-		-			
緩和ケア外来	午 前	-		-		-		-		-		-			
	午 前														
		14 月		15 火		16 水		17 木		18 金		19 土		20 日	
内 科	午 前	海野/長戸		西邨/瀬角		※山本/眞崎/松田		西邨/西島		瀬角/海野		内科医師			休日
	夕 診	西邨		-		※山本		海野		瀬角		-			
総 合 診 療 科	夕 診	-		※寺田		-		-		-		-			
	午 前	菊池/鳶田		寺田		鈴木/鳶田		菊池/鳶田		菊池		-			
心 臓 セ ン タ ー (循環器内科・心臓血管外科)	夕 診	-		-		-		鳶田		-		-			
	午 前	伊崎		蘇		伊崎		伊崎		蘇		休診			
脳 神 経 外 科	夕 診	伊崎		-		蘇		伊崎		-		-			
	午 前	木村		木村/坂井		木村/田嶋		張/田嶋		張/平嶋		-			
外 科	夕 診	-		木村		-		-		-		-			
	午 前	宮本		早川		宮本		宮本		宮本		早川			
整 形 外 科	夕 診	-		宮本		-		-		-		-			
	午 前	荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒			
歯 科 口 腔 外 科	午 後	-		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒/近藤		荒			
	夕 診	荒/近藤		-		-		-		-		-			
皮 膚 科	午 前	-		-		小栗		-		-		-			
	午 前	-		-		小栗		-		-		-			
泌 尿 器 科	午 前	-		-		牧野		-		-		-			
	午 後	-		-		牧野		-		-		-			
神 経 内 科	午 前	-		國井		-		-		-		-			
	午 前	-		-		-		-		-		-			
精 神 科	午 前	-		-		-		-		-		-			
	午 前	-		-		-		-		-		-			
婦 人 科	午 前	-		-		-		-		-		-			
	午 前・午後	-		-		-		-		-		-			
足と傷の外来・形成外科	午 前	※富樫		-		-		※富樫		-		-			
	午 後	-		-		-		-		-		-			
物 忘 れ 外 来	午 後	-		-		-		-		-		-			
	午 前	-		※坂井		-		-		-		-			
緩和ケア外来	午 前	-		-		-		-		-		-			
	午 前														

2022年3月

診療担当医師予定表

歯 科 口 腔 外 科	午 前	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	近藤	休 日
	午 後	-	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	-	-	
	夕 診	荒/近藤	-	-	-	-	-	
皮 膚 科	午 前	-	矢島	-	-	-	-	
	午 前	-	-	佐々木	-	-	-	
	午 後	-	-	佐々木	-	-	-	
神 経 内 科	午 前	-	國井	-	-	-	※高橋	
	午 前	-	-	-	-	-	盧	
	午 前	吉田	-	-	-	-	-	
婦 人 科	午 前・午後	-	休診	-	-	-	-	
	午 前	※富樫	-	-	※富樫	-	-	
	午 前	-	-	-	-	-	※菅原	
せ ば ね 外 来	午 後	-	-	-	-	※菅原/※東山	-	
	午 前	-	-	-	-	-	※池田	
	午 後	-	-	-	-	※池田	-	
緩和ケア外来	午 前	-	※坂井	-	-	-	-	
		21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	27 日
内 科	午 前	春 分 の 日	西邨/長戸	※山本/眞崎/松田	西邨/西島	内科医師/海野	内科医師	休 日
	夕 診		-	※山本	休診	休診	-	
総 合 診 療 科	夕 診		※寺田	-	-	-	-	
	午 前		循環器内科医師/㊦寺田	㊦鈴木/㊦鳶田	㊦菊池/㊦鳶田	㊦菊池	-	
心 臓 セ ン タ ー (循環器内科・心臓血管外科)	夕 診		-	-	㊦菊池	-	-	
	午 前		蘇	伊崎	伊崎	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
脳 神 経 外 科	夕 診		-	蘇	伊崎	-	-	
	午 前		木村/坂井	木村/田嶋	張/田嶋	張/平崎	田嶋	
外 科	夕 診		木村	-	-	-	-	
	午 前		早川	宮本	宮本	宮本	早川	
整 形 外 科	夕 診		宮本	-	-	-	-	
	午 前		荒	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒	
歯 科 口 腔 外 科	午 後		荒	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	-	
	夕 診		-	-	-	-	-	
	午 前		-	-	小栗	-	-	
皮 膚 科	午 後	-	-	小栗	-	-		
	午 前	-	-	牧野	-	-		
泌 尿 器 科	午 後	-	牧野	-	-	-		
	午 前	-	國井	-	-	※高橋		
神 経 内 科	午 前	-	-	-	※馬場	-		
	午 前	-	-	-	-	呼吸器内科医師		
婦 人 科	午 前・午後	休診	-	-	-	-		
	午 前	-	-	※富樫	-	-		
	午 後	-	-	-	-	※高橋		
緩和ケア外来	午 前	-	※坂井	-	-	-		
		28 月	29 火	30 水	31 木			
内 科	午 前	海野/長戸	西邨/長戸	※山本/眞崎/松田	西邨/西島	◎※印の付いている医師は予約の 患者さんのみの診察とさせて いただきます。 ◎都合により担当医師が変更に なる場合がございます。 ◎心臓センター診療科について ㊦は循環器内科、㊦は心臓血管 外科の略です。 ◎オレンジ色のマスは 女性医師 が担当 している枠です。		
	夕 診	西邨	-	※山本	海野			
総 合 診 療 科	夕 診	-	※寺田	-	-			
	午 前	㊦菊池/㊦鳶田	㊦菊池/㊦寺田	㊦鈴木/㊦鳶田	㊦菊池/㊦鳶田			
心 臓 セ ン タ ー (循環器内科・心臓血管外科)	夕 診	-	-	-	㊦寺田			
	午 前	伊崎	蘇	伊崎	伊崎			
脳 神 経 外 科	夕 診	伊崎	-	蘇	伊崎			
	午 前	木村	木村/坂井	木村/田嶋	張/田嶋			
外 科	夕 診	-	木村	-	-			
	午 前	宮本	早川	宮本	宮本			
整 形 外 科	夕 診	-	宮本	-	-			
	午 前	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤			
歯 科 口 腔 外 科	午 後	-	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤			
	夕 診	荒/近藤	-	-	-			
	午 前	-	-	-	本田			
皮 膚 科	午 前	-	-	-	-			
	午 前	-	國井	-	-			
神 経 内 科	午 前	-	-	-	-			
	午 前	-	休診	-	-			
婦 人 科	午 前・午後	-	-	-	-			
	午 前	※富樫	-	-	※富樫			
緩和ケア外来	午 前	-	※坂井	-	-			



診療受付時間のご案内

救急・急患の方はいつでも受け付けいたします。

	午前診	午後診	夕 診	都合により休診になる事があります。14ページの診療担当医師予定表もご確認ください。
内 科	9:00~12:00	—	17:00~19:00*	毎週月~土曜。夕診は月・水・木・金曜(水曜の夕診は予約制)
総合診療科	—	—	17:00~19:00	毎週火曜の夕診(予約制)
心臓センター (循環器内科・心臓血管外科)	9:00~12:00	—	17:00~19:00	毎週月~金曜。夕診は木曜(1階外来)
脳神経外科	9:00~12:00	—	17:00~19:00	毎週月~土曜。夕診は月・水・木曜
外 科	9:00~12:00	—	17:00~19:00	毎週月~金曜。第2・4土曜。夕診は火曜
整形外科	9:00~12:00	—	17:00~19:00	毎週月~土曜(火・土曜の受付11:30まで)夕診は火曜(受付18:30まで)
歯科口腔外科	9:00~12:00	14:00~17:00	16:00~19:00	毎週月~土曜。午後診は火~木曜。夕診は月曜
皮 膚 科	9:00~12:00	14:00~16:00	—	第1・3火、第2・4水、第5木(受付時間は11時まで)午後診は水曜
泌尿器科	9:00~12:00	14:00~16:00	—	第1~4水曜。第2土曜(予約制)午後診は水曜
神経内科	9:00~11:30	—	—	毎週火曜。第2・3・4土曜は予約制
精 神 科	9:00~12:00	—	—	第2・4金曜(予約制)
呼吸器内科	9:00~12:00	—	—	第1・3・4土曜
乳腺外科	9:00~12:00	—	—	第2月曜
婦 人 科	当面の間、休診とさせていただきます。			

*予約外の方は内科医師以外の代診となる場合があります。

今月の特別外来（完全予約制）

足と傷の外来・形成外科	9:00~12:00	—	—	毎週月・木曜
DMフットケア外来	9:00~12:00	—	—	毎週月・木・金曜
歩 行 外 来	9:00~11:30	—	—	第1・3・5木曜
く つ 外 来	9:00~13:00	14:00~16:30	—	第1月曜
せ ば ね 外 来	9:00~11:00	14:00~16:00	—	第1・3土曜。午後診は第1・3金曜
物 忘 れ 外 来	—	13:00~14:00	—	第2・4土曜
リウマチ膠原病外来	9:00~12:00	13:30~16:30	—	第1金曜、第1・3土曜。午後診は第3金曜
緩和ケア外来	9:00~12:00	—	—	毎週火曜

予約受付について 診察予約・予約の変更は下記までお電話ください。

	電話番号	受付時間
通 常 予 約	TEL 0234-43-8021(予約センター)	月~金曜 13:00~17:00
足と傷の外来、DMフットケア外来、歩行外来、くつ外来予約	TEL 0234-43-3470(地域医療連携室)	月~金曜 9:00~17:00
歯科口腔外科予約	TEL 0234-43-3434(代表)	月~木曜9:00~12:00、14:00~17:00、金・土曜9:00~12:00

医療法人徳洲会 庄内余目病院

〒999-7782 山形県東田川郡庄内町松陽 1-1-1

電 話 0234-43-3434(代)

ファックス 0234-43-3435

E-mail amarumehp@tokushukai.jp

病院ホームページ <http://www.amarume-hp.jp>



院 長 寺 田 康

●基本理念●

生命を安心して預けられる病院
健康と生活を守る病院
地域に貢献する病院

●患者様の権利●

1. 人格とプライバシーを尊重される権利
2. 良質の医療を受ける権利
3. 説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人情報保護の権利
6. 診療情報の提供を受ける権利
7. 健康教育を受ける権利
8. 宗教的支援に対する権利