

教室・イベント

季節を味わうヘルシー献立

当院のお料理コーナーでは、健康的な食生活に欠かせない7つの食材の頭文字『まごはやさしい』にちなんだレシピを紹介しています♪

ま 豆(豆類)

ご ごま(種実類)

わ わかめ(海藻類)

や やさい(野菜類)

さ さかな(魚介類)

し しいたけ(きのこ類)

い いも(いも類)

サンマとさつま芋のアクアパッツァ

アクアパッツァとは、魚介類や野菜をふんだんに使用した、イタリアでよく食べられている煮込み料理です☆

材料(1人分)

- さんま…2切
- さつま芋…1/2本
- 好みの野菜(ブロッコリーやトマト)…適量
- しめじ…1/4パック
- あさり…約60g
- バジル…少々
- にんにく(チューブでも可)…1片
- 白ワイン(酒でも可)…大さじ1
- 塩…少々
- こしょう…少々
- 水…150ml
- オリーブオイル…大さじ1/2

今回はサンマを使用しましたが、秋は鮭や鯖も旬で美味しい季節なので色んなお魚で試してみてください♪



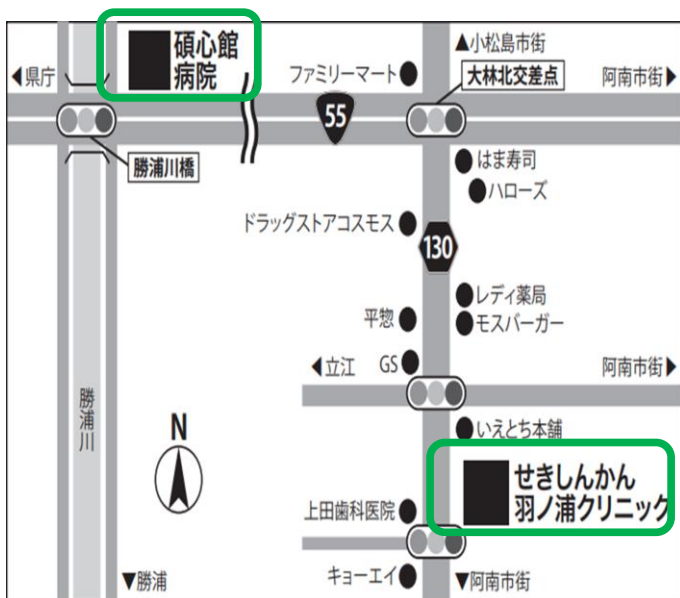
- ①サンマはウロコを取除き、頭は落として半分の長さに筒切りにする。菜箸などで内臓を取り除き、水洗いをして水気を拭き、塩・こしょうを少量まぶす。塩抜きしたあさは、殻をこすりながら水洗いする。さつま芋は食べやすい大きさに切る。しめじは石づきを除き、小房に分ける。プチトマトはヘタを取り、ブロッコリーは小房に分ける。
- ②フライパンにオリーブ油とにんにくを入れ火にかける。香りが出てきたら、サンマの両面を色が変わるまで軽く焼く。
- ③②に白ワイン、水を加え混ぜ、バジル・塩・こしょう少々を加え煮る。煮立ってきたらさつま芋、ミニトマト、あさり、を加え、蓋をして中火で約4分煮る。最後にブロッコリーを入れ更に2分程煮る。味を見て、オリーブ油・塩・こしょうで調味し、器に盛る。

担当医スケジュール

【 碩心館病院 】

	<月>	<火>	<水>	<木>	<金>	<土>
一診	午前 矢野理事長	矢野理事長	矢野理事長	矢野理事長		矢野理事長 第2・4 (主担当)
二診	午前	藤本		藤本	藤本	藤本
三診	午前	大住		矢野院長	大住	矢野院長
六診	午前	是松	矢野院長	日浅	矢野院長	日浅
整形	午前	新居				徳大整形
眼科 各検査	午前		佐竹 (眼科)	片岡 (消化器)	友成 (消化器)	三宅 (眼科) 第3土曜日

碩心館病院⇄せきしんかん羽ノ浦クリニック



【 せきしんかん 羽ノ浦クリニック 】

	<月>	<火>	<水>	<木>	<金>	<土>
午前	休診	●	●	●	●	休診
午後	休診	●	●	●	休診	休診

● は診療時間

<木・午前>は日浅医師の心臓病外来

2023年10月発行
碩心館病院 広報委員会

赤心だより

碩心館病院 vol.55/ 秋号

理念

- 病める人々には赤心でもって接し、自らは碩心たるを求む。

基本方針

- 安全な医療を提供します。
- 地域に根ざした医療を行います。
- 病診連携に努めます。
- 職員の教育に力を入れます。

[TEL] 0885-32-3555

[FAX] 0885-32-3539

[ホームページアドレス]

<http://www.sekishinkan.or.jp/>



私が描く“せきしんかん羽ノ浦クリニック”

令和5年9月5日、せきしんかん羽ノ浦クリニックが羽ノ浦町宮倉の地に開院しました。スタートしてまだ日が浅いのですが、皆さまのご支援と、スタッフ達の頑張りによって業務は軌道に乗っています。このようなクリニックになりたいとの私なりの思いを書いてみました。

まず**第一**に、ごく気軽に病氣受診の“窓口”として利用していただけるクリニックにしたいと思います。どのような症状でも、どのような状態でも取りあえず受診あるいは電話を下さい。私たちは患者さんを診ずして診察をお断りするようには致しません。クリニックで対応できる病氣はもちろんですが、入院が必要であったり詳しい検査が要る方は碩心館病院で診させていただきます。もっと専門的な診療や治療が必要な場合は、普段から密接な関係がある徳島赤十字病院を始めとした高次病院に迅速に紹介します。

第二は、一般的な内科診療が主ですが、他の医院にはない専門的な目でも患者さんを診たいと考えています。矢野勇大院長は総合内科専門医であると共に全国的にも数少ない感染症専門医でもあります。また私も循環器専門医として50年近くにわたり数多くの心臓病患者さん、そしてあらゆる種類の心臓病を経験してきました。ちょっとした症状や身体の不具合に隠されている感染症や心臓病を見逃さないクリニックでありたいと思っています。また、感染症になりやすい方や心臓病を持っている方の良きかかりつけ医になりたいと思っています。

第三は、小松島市の碩心館病院と密接に連携をしています。物理的にも当クリニックは本院の碩心館病院とは車で約15分程度の近距離にあり連携が取りやすくなっています。また両院の電子カルテは共用化されており、瞬時に医療情報の確認や入力ができます。持病が悪化した場合、クリニックで入院が必要と判断された場合等には即時の入院が可能です。高度な検査や結果説明もスムーズに行えます。さらに碩心館病院に受診している方が時間等の都合で羽ノ浦クリニックに受診変更することも何の問題もありません。逆の場合も然りです。

第四は、当クリニックを診療のみならず住民の方々の健康増進の場にできればと考えています。具体的には週1回程度、朝診療が始まる前に短時間の“健康講座”を開きます。患者さんのみならず、付き添いの方、家族の方、近隣の住民の方等どなたでも参加は自由です。テーマは誰もが関心を持つことを選び院内外にポスターで告知します。

第五は、住民の方の交流の場になって欲しいと考えています。エントランス・ホールの壁を使い、例えば住民の方や小中高生の絵画展、書道展を開催したり、地域の催しものの掲示に使っていただければと思います。

皆さま方からも“こうしたクリニックにして欲しい”とのご意見を戴き、真の意味での“地域のクリニック”にしたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

碩心館病院 名誉院長 日浅 芳一



せきしんかん 羽ノ浦クリニックについて



令和5年9月5日、多くの方々の御支援で阿南市羽ノ浦町に新しく碩心館病院のサテライトクリニック『せきしんかん羽ノ浦クリニック』が無事開院致しました。

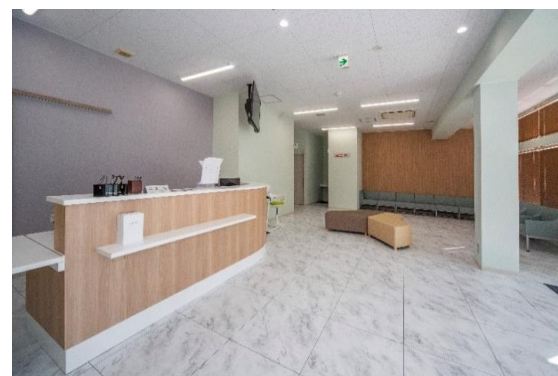
かねがね、本院名誉院長日浅先生はじめ、医師陣・管理職の間で、話し合い、温めておりました理想の医療をやりたいと考えております。

開院から1ヶ月余り、以前本院に通院されていた方や、初めて受診された方々より好評を頂き、順調に軌道に乗りつつあります。

羽ノ浦クリニック最大の特色の一つは、本院との連携です。本院での検査や入院は、電話一本で直ぐに可能であり、移動時間も最短15分という利便性です。目下の課題は、この利便性を多くの患者さんに知って頂くためには、診療時間を拡大しなければいけないと感じており、人員の確保が出来次第、診療時間を増やしていく予定にしております。

本院同様、これからも県南部エリアの患者さんにご期待頂ける様、質の高い医療を提供できるよう精進していく所存です。

碩心館病院 矢野 勇大



受付・待合室



診察室



【所在地の地図は最終ページに掲載】



徳島赤十字病院より研修医の先生がこられました



細川 早希先生

1ヶ月間、先生方・コメディカルの方々大変お世話になりました。私事ですが、お腹が大きいことでお氣遣いいただき、ありがとうございました。さまざまな疾患の方を担当させていただき、救急外来から病棟管理、退院までのプロセスなどたくさん学べ、充実した研修生活を送ることができました。そして毎日病院のご飯がびっくりするくらい全て美味しくして幸せでした。ここで学んだことを生かしてこれからも精進したいと思います。今後も様々な形でお世話になるかとは思いますが、そのときは何卒よろしくお願いしたいと思います。



渡部 裕貴先生

徳島赤十字病院 研修医の渡部裕貴と申します。碩心館病院での研修も、はや2週間が過ぎました。矢野院長をはじめ、スタッフの皆様の熱心なご指導により、日々成長を実感しています。残り2週間、実りある研修にしたいと考えています。私は、研修医が終了してからも徳島赤十字病院で勤務する予定です。今後ご迷惑をおかけすることも多いと思いますが、連携して、徳島の医療を支えていけたら幸いです。どうぞよろしくお願いしたいと思います。

体組成計(タニタMC-780MA-N)を導入しました

身体を構成している体成分(体水分量・タンパク質量・体脂肪量・骨塩量)を測定できます。

また筋肉量も測定できます。体重だけでなく体脂肪量・筋肉量を同時に測定することにより同じ体重でも筋肉質なのか脂肪が多いのか知ることができる機器となっております。筋肉量・脂肪量は部位別(お腹・手足)に知ることができます。定期的に測定することにより自分の健康状態や運動の効果を調べることも可能です。

簡単に測定することが出来ますので興味のある方は、[診察室](#)、[リハビリテーション室](#)にてお申し付けください。

リハビリテーション部 堀



新任スタッフ紹介①部署②趣味③抱負



- ①看護部
- ②手芸
- ③学ぶ姿勢を持ち続け、丁寧な仕事を心掛けます。

矢根 明美



- ①看護部
- ②韓国ドラマ鑑賞
- ③今までの知識・技術を活かしつつ、新し情報を取り入れ、患者様に安心して笑顔で看護を提供できるように頑張ります。

兒島 麻美



- ①看護部
- ②ゴルフ、旅行
- ③香川の急性期病院で働いてきました。様々な事を経験してきたので、活かせればと思います。しかし、慢性期や地域の看護は経験がないため、皆様から勉強したいと思えます。よろしくお願い致します。

亙本 千波



- ①看護部
- ②ダイビング
- ③患者様の安全に配慮し、根拠に基づいた適切な看護を提供できるように、自己研鑽に努め、看護実施能力を向上させていきたいと思えます。

橋本 亜美



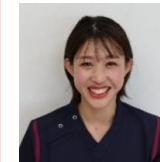
- ①看護助手
- ②パレーボール
- ③病院で働くのは初めてのことで、分からないことや経験したことないことがたくさんありますが、勉強しながら『あなたに出会えてよかった』と言われるような介護士を目指したいです。

鞆飼 礼菜



- ①看護助手
- ②食べ歩き
- ③経験を活かし、安心できる介護サービスを提供できるよう頑張りたいです。

山下 莉奈



川島 亜由美

- ①リハビリテーション部
- ②おしゃべり♡
- ③病院勤務はほぼ未経験なので様々な病気に対する知識を深めスキルアップにつなげていきたいです。精一杯頑張りますので、よろしくお願い致します。



高尾 弘恵

- ①羽ノ浦クリニック事務部
- ②カフェ巡り ライブ鑑賞
- ③笑顔を決やらず、患者様に安心して頂けるよう、丁寧な対応を心掛けたいと思えます。



岡本 梨奈

- ①羽ノ浦クリニック事務部
- ②海外ドラマ鑑賞
- ③患者様の不安を少しでも和らげられるように、一人一人丁寧に対応したいと思えます。また、どんな事でも気軽に話せる存在となれるよう心掛けたいです。