

## 後記

2020年は、これまでにない特別な年として進行中。あたらしいことを考えましょう。あたらしいことに気づきましょう。使っていない想像力、使っていない筋肉、使っていない思考、使っていない能力、使っていない空間、使っていないユーモア、使っていないお金?! すべてに新鮮な意識を向けて、活性させましょう。人体も人生も意識を向けるその瞬間にちからが宿り、そして裏切らないでしょう。たまったホコリを払い、動かしましょう。あたらしい健康、あたらしい視点、あたらしい可能性を予感し、信ずる強さをもって、前を向くとき! YES!!!



### 病院理念

- 「私たち職員は、生命を尊び、病院の理念を実践するとともに、患者さんの権利を尊重し、お互い協力し合い、信頼される医療を提供します」
- 「私たち病院は、「思いやりの心」を大切に、発症急性期より専門的治療の実践を目指します。」
- 「常に前向きに研鑽を深め、患者さんや家族の方が満足できる、安全で良質かつ高度な「チーム医療」を提供します。」
- 「地域の医療機関と「連携」を密にし、地域医療の向上に貢献します。」

HAKODATE NEUROSURGICAL HOSPITAL

### 患者さんの権利

- 誰もが良質で最善の医療を受ける権利
- プライバシーを尊重され、診療についての情報を得る権利
- 選択と同意に基づく医療を受ける権利

### 患者さんの責務

- 医療提供者に対し、患者さん自身の健康に関する情報を提供してください。
- 治療を受ける上で、理解出来ないことがあれば質問してください。
- 病院職員の医療提供がスムーズにおこなえるよう協力してください。

青柳町のレストランK館でランチセットとチーズプレート、ワインを注文する。料理をいただき、酒を飲む。主に道南の素材を使い真面目に作られたシェフの仕事、ソムリエールであるマダムが用意してくれたワイン。うまい。今日はブリア・サヴァランを初めていただいた。フランスの美食家の名がつけられたチーズだ。サヴァラン氏はその著書「美味礼讃」の中で、美味学(Gastronomy)を解説し、美食を賛美しつつも無制限に貪食するものではないと、自身の健康と体重については厳しく律していることを述べた。禽獣は喰らうだけだが人間だけが食べ方を知っている。つまり心の欲する所に従えども矩を踰えてはならないという箴言だ。「炭水化物を制限する食事法の父」とも呼ばれ、「小麦粉、穀物、砂糖が肥満の原因」とし、肥満の予防のため、食事を控える、睡眠を取り過ぎない、徒歩または乗馬で運動をすることを提唱した。さて、最後はデザート、ラム酒がしたたるサヴァランで仕上げだ。フランス革命後に町にレストランができてグルメ時代が始まり、ナポレオンが活躍した頃のお話を素敵なマダムから聞きながら、何杯ワインを飲んだらう。酔っ払いが矩を超えないのは、確かにとても難しい。

Dr. 香城の  
**酔ひもせず**

# HABATAKI

Hakodate NeuroSurgical Hospital Journal

2020  
vol.59  
HABATAKI

花火のなかつた夏  
それはそれでスペシヤル

夏の或る日の屋上

# 鼓翼

鼓翼(こよく)と書いて「はばたき」。勢いのある、気の漲った鳳の羽の一打ちのような生命のきらめきを、すべてのひとが享受できますよう思いを込めて。

## NEW LEADERS Special

スペシャル号で増ページ。

脳卒中とは

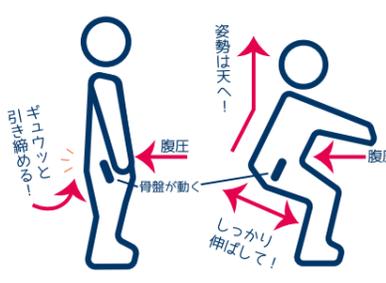
「詰まる！」**脳梗塞**

「破れる！」**脳出血**

突然バットで頭を殴られたような痛み  
ストローク「STROKE」と呼ばれます

### ココモを知ろう 6頁

トレーニングは対象の筋肉の収縮と伸長が目的です。スクワットで特に意識を期待される部位は、主に尻の筋肉と腿の裏側。膝の屈伸運動にならないように、じんわりとお尻を伸ばしそしてギュッと締めることで体が引き上がるという感覚を意識してみてください。ぜひマスターを。



### contents

New Leaders「あたらしい体制でよろしく」.....P2

New Doctors「はじめましてドクター」.....P3

おしえて！ドクター！特発性正常圧水頭症 by 高田先生 .....P4

まだまだ感染対策 .....P5

ココモを知ろう by リハビリテーション科 .....P6

Dr. 細田のチョット失礼～☆「白カブ」 .....P6

看護の日&川柳 by 看護部 .....P7

Dr. 神山と光子の会話「高齢者の急なボケ？」 .....P7

当院のスゴイ機器！ユカリアタッチ・オーブアイ・MRI .....P8,9

Hello,New Face！新入職員ごあいさつ .....P10

晴れたらルーフガーデンへ by 院内行事実行委員会 .....P10

おしえてシェフ「なんでもおまかせ包み焼き」 .....P11

Dr. 香城の「酔ひもせず」 .....P12

後記・病院理念・患者様の権利と責務 .....P12

# NEW LEADERS

あたらしい体制で！

## 新 院長 妹尾 誠 makoto senoo

皆さんこんにちは。2020年4月、院長を拝命いたしましたので、一言ご挨拶させていただきます。昨今医療現場では、「チーム医療」という言葉が大切なキーワードになっていますが、この言葉には2つの意味があると思います。一つは病院内のスタッフのチームワーク。患者さんを中心に、多職種のスタッフが情報共有し、有機的につながる事で医療の質が飛躍的に向上するという事。もう一つは、患者さんを支えていく地域全体の医療ネットワークを切れ目なく構築しておくことで、患者さんが行き場を無くして困らないようにすることです。優秀な投手だけでは甲子園に行けないように、誰もが望む良質で高度な医療は、最新の技術や高価な機器だけで成し得るものではありません。そこはまさにチームの総合力が試される世界なのです。



当院は、第一線の救急病院として、開業以来30有余年の歴史を有し、24時間365日、地域に密着した医療を実践して参りました。その中で積み上げられた経験とノウハウは、当院スタッフの貴重な宝となり、チーム力の熟成につながり「思いやりの心」に結実していると思います。また、当院で対応できない疾患や介護への連携についても、迅速に適切な施設を紹介できるよう、密な施設間ネットワークも構築しております。

急に動けなくなったり、いつもと様子が違うのが何科に行けばいいのかわからない。そんな時の駆け込み寺として、先ずお役に立てるのが、私たち脳神経外科の救急病院と考えています。脳や神経、血管にまつわるトラブルを総合的かつスピーディーに診断し、一刻も早く問題の解決に導けるよう、スタッフ一同、心をひとつに邁進していく所存です。お困りの事があれば、私の信頼する当院スタッフに何なりとお声掛けください。もちろんわたくしにもネ。

## 新 認定看護管理者看護部長 岩本 厚子 atsuko iwamoto

今年度より看護部長に就任いたしました。私事で恐縮ですが、当院には平成5年に入職後、現在に至ります。私自身、函館生まれの函館育ちということから、地元の病院として愛着を持って勤務してまいりました。今年度より大役を引き継ぎ重責に身の引き締まる思いで日々過ごしております。

今後の抱負は歴代の看護部長が培ってきた土壌を大切に、看護理念でもある「思いやりの心を持って皆さん一人ひとりを支える」を目指した人材育成に取り組み、努力と挑戦をし続けたいと思っております。



現在は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入院中の面会も制限されています。患者さんやご家族の方にはご不便をおかけしておりますが、入院中の不安が少しでも軽減できるよう、スタッフ一同、最善の看護提供に努力し、みなさんを支えていきます。至らぬ点はあるかと思いますが今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

余談ですが、趣味は体を動かすことです。多職種チームで結成された病院駅伝部に所属し、毎年駅伝大会に参加しています。昨年は自身初めてのフルマラソンに挑戦し、ぼろぼろになりながらもなんとか完走する事ができました。『走れる還暦?』を、目指します。

# NEW DOCTORS

はじめまして！

## Dr. Yumemi Sasaki 「初めまして、佐々木 夢美と申します。」

札幌医科大学 平成23年卒 函館脳神経外科病院 麻酔科



大学卒業後、市立函館病院で初期研修を終え、札幌医科大学付属病院、旭川赤十字病院、北見赤十字病院、日鋼記念病院(室蘭)、王子総合病院(苫小牧)と道内を転々とした後、2018年より再び市立函館病院で勤務しておりました。そしてこの度、4月より函館脳神経外科病院で働かせていただいております。

私は生まれも育ちも函館で、地元に戻ってきてから3年目となります。道内の各病院で勤務したことは様々な経験を積むことができ、私の医師としての財産となっていますが、地元に戻ってきて改めて道南の素晴らしさを実感しております。

私の専門は手術麻酔のため患者様と接する時間は少ないですが、少しでも不安や苦痛が和らぐように、安心して手術を受けていただけるように日々診療しておりますので、どんな些細なことでも我慢せずに教えていただけると嬉しいです。総合病院でしか働いたことがないため、不慣れで皆様方にご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、住み慣れた街でアットホームな雰囲気この病院で働けることをとても嬉しく感じながら、道南の皆様へ寄り添うことができるように日々精進していきます。どうぞよろしくお願いいたします。

## Dr. Mamoru Fukuda 「初めまして、福田 衛と申します。」

弘前大学 平成26年卒 函館脳神経外科病院 脳神経外科



2016年弘前大学卒業後、市立函館病院で2年間初期研修を行い、2018年中村記念病院に就職。2019年10月から半年間滝川脳神経外科で働いていました。

札幌出身の僕ですが函館はとても住みやすく、戻ってくることを楽しみにしていました！え、趣味特技ですか？文字数足りるかな？スノーボードにランニング。地味ですが数独とかクロスワードなどのパズルも好きですよ。初期研修医の時まではラグビーをやっていた、函館では「ハングオーバーズ」というチームにも所属していました。他にはレスリングや柔道、卓球の経験もあります。今後続けるなら卓球でしょうか。やっている方がいたらお声掛けくださいネ！

函館は日帰り温泉が多いのが魅力的ですね。以前は乃木温泉によく行っていました。最近「函館の秘湯」と言われる西ききょう温泉にも行くようになりました。ツウでしょ？当院のスタッフの方は知識が豊富でとても頼りになります。多忙でも“脳に携わる”プロとしての気概を感じる事が多いです。あと病院食がとても美味しいんですね！！平日は毎晩、自分も食べています。栄養士さん調理師さん、いつもありがとうございます！僕もスタッフの皆さんのお役に立てるように、そして患者さんに寄り添った丁寧な診療を行えるように心がけていこうと思います。どうぞ宜しくお願い致します。

脳卒中の  
急げサイン

① 両手を前へならえ、左右差の確認

② 両眼をよく見て片側を凝視しているか

③ メガネや腕時計を見せて「これなあに」

④ 指を4本見せて「これ何本？」

ひとつ  
異常があれば

保存版

☎0138-53-6111

血栓回収可能施設へ優先搬送  
or 119 通報

休日・深夜は問わず、急ぐこと

特発性正常圧  
水頭症 (iNPH)  
をご存知?



# おしえて!ドクター!

たかだ ひでかず  
脳神経外科医 主任医長 **高田 英和** 先生  
札幌医科大学医学部医学科 平成9年卒  
日本脳神経外科学会専門医  
日本脳卒中学会脳卒中専門医

皆さんは「水頭症 (スイトウショウ)」という病名を耳にしたことがありますか?  
くも膜下出血や頭部外傷などに引き続いて発症する **二次性水頭症** と、先行疾患がない **特発性正常圧水頭症** があります。脳脊髄液の吸収障害に原因があると考えられており、脳脊髄液が脳内に溜まってしまう (脳室拡大) 病気です。

二次性水頭症は先行する病気が明らかなため的確に診断され、脳神経外科手術によって治療されています。ここでは後者の、先行疾患なく発症する特発性正常圧水頭症 (iNPH) についてをご説明します。

### 3つの兆候

## ①歩行障害 ②認知症 ③尿失禁 を呈します。

※歩行障害は9割、認知症は8割、尿失禁は6割に見られ、3つの症状が揃う場合は5割といわれています。

### ① 歩行障害

歩行が歩行不能か不安定になります。足が上げづらく、すり足になり、歩幅も小刻みになります。そして足を広げて歩くようになることが特徴です。特にUターンするときによるめきが強く転倒することがあります。障害が強くなると、第一歩が出ずに歩き始められなくなったり、起立の状態を保持できなくなります。三徴候のうち最も改善の得られる症状です。歩行障害が初期症状としてあらわれることが多いとされています。

### CHECK!!

- 小刻み歩行 (小股でよちよち歩く)
- 開脚歩行 (少し足が開き気味で歩く)
- すり足歩行 (足が上がらない状態)
- 不安定な歩行 (特に転回するとき)
- 転倒する第一歩が出ない (歩きだせない)
- 突進現象 (うまく止まることができない)



### ② 認知症

自発性がなく、思考や行動面での緩慢さが目立ちます。日課としていた趣味や散歩などをしなくなるということが起こり、物事への興味や集中力をなくし、もの忘れも次第に強くなる場合があります。

### CHECK!!

- 集中力、意欲・自発性が低下
- 趣味などをしなくなる
- 呼びかけに対して反応が悪くなる
- 一日中ボ〜〜としている
- 物忘れが次第に強くなる



### ③ 尿失禁

トイレが非常に近くなったり、我慢できる時間が短くなったりします。歩行障害もあるため、間に合わずに失禁してしまうこともあります。

### CHECK!!

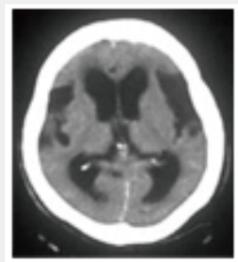
- 頻尿 (トイレが非常に近くなります)
- 尿意切迫 (我慢できる時間が非常に短くなります)
- 尿失禁



## 「iNPHは「治療により改善する認知症」として知られています。」

脳室や髄液腔 (くも膜下腔) が拡大すると周囲の脳組織を圧迫したり、血流が悪くなることによって上記のような歩行障害・認知症・尿失禁といった症状が進行していきます。これらは高齢者においてどれもよくある症状であり、脳卒中やアルツハイマー型認知症などの病気と症状が似通っていることもあるため区別がむずかしいですが、的確に診断できれば、脳神経外科手術 (髄液シャント術) によって症状の改善を得ることができる点は朗報です。なかには、劇的に症状が改善するケースもあります。

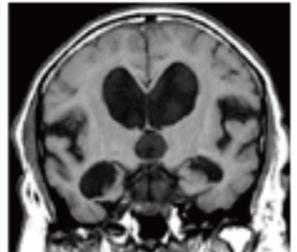
## 「iNPHを疑った場合、当院では入院していくつかの検査を行います。」



CT



※横断面

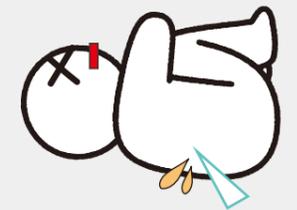


MRI



※冠状断

地域市民を対象とした疫学検査では、65歳以上の住民の1.1%程度にiNPHの画像的特徴を有しているとされ、また画像的にはiNPHであっても無症状である場合があることも知られています。つまり診断に際しては画像所見だけではなく、症状を有しているかどうかも大事なことです。



髄液タッピングテスト



腰椎 (腰骨) の間から過剰にたまっている脳脊髄液を排除して症状の改善具合を観察する髄液排除試験 (髄液タップテスト) が簡便な検査方法といわれています。検査前の症状の程度と比べて、検査後の症状が一時的に改善すれば、手術 (髄液シャント術) が有効であることが期待できます。現在では、この髄液タップテストがiNPHの診断に重要な検査となっています。

この検査の前後で歩行状態や認知面の改善の有無を評価します。改善が認められた場合、全身の評価をおこなったうえで手術をお勧めします。

## 「iNPHの治療法は？」

手術はシャント手術といい、全身麻酔でおこないます。脳に溜まっている脳脊髄液をシリコン製の管を通してお腹に流し、お腹のなかで脳脊髄液を吸収してもらう道筋をつける手術で、障害されていた脳の機能を戻します。一週間から10日程度の入院を必要とします。術後には、リハビリをおこなうことで症状の改善が更に期待できます。

退院後は、「太らない」「転倒しない」「閉じこもらない」を目標に過ごしてくださいね。



## まだまだ!! 感染対策、考えよう



飛沫感染 注意



接触感染 注意

感染対策 3則  
1 持ち込まない  
2 持ち出さない  
3 拡げない

ドアノブ  
スイッチ  
つり革など

●クシャミや咳、風邪や感染症の疑いがあるひとは優先でマスク着用しましょう●マスクを捨てる時も気を遣いましょう●マスクは代用品等、創意工夫もできます●なるべく身体を温め、喉を潤しましょう●換気の良い空間に身を置きましょう●神経質になり過ぎたり、不要不急の外出を控え過ぎて不安や孤立や疑心暗鬼が広がらないよう意識しましょう●仲の良いひととはもっと仲良くしましょう●人や動物・植物と関わり、絆をたもち、心も身体も関係も、もっと温度を上げて楽しく過ごしましょう●ほんとうに楽しく過ごしましょう●ほん



# ロコモを知ろう



- ロコモとは** … ロコモティブ・シンドローム（運動器症候群）が正式名称です。通称「ロコモ」。骨、関節など運動器の衰えが原因で「立つ」「歩く」といった機能（運動器能）が低下している状態のこと。
- 運動器とは** … 骨や筋肉、関節のほか脊髄や神経が連携し、身体を動かす仕組みのこと。

## ロコモを予防し健康寿命を延ばす！「ロコトレ」

いつまでも元気な足腰でいるために、「ロコトレ（ロコモーショントレーニング）」を続けることが肝心です。自分に合った安全な方法でまず「片足立ち」と「スクワット」から始めましょう。そして毎日続けましょう。ロコトレは毎日続けることが肝心。頑張りすぎる必要はありません。無理せず自分のペースで続けて、いつまでも元気な足腰を！！

**ロコトレ 1** バランス能力をつけるロコトレ **1日の目安** 片脚立ち 左右1分間ずつ1日3回

床に付かない程度に片足をあげる。足の裏、ふくらはぎ、お尻、頭頂のラインを意識して、からだをまっすぐな状態で。

転倒しないように、つかまる壁や机などがあるところでおこないましょう。

**むずかしい場合は…**

支えが必要な場合には、じゅうぶん注意して、机などしっかり手をつけて無理なくトライ。

慣れたら軽く指のみで、レベルを上げてみましょう。

**ロコトレ 2** 下肢筋力をつけるロコトレ **1日の目安** スクワット 深呼吸のペースで 5～6回繰り返す1日3回

①肩幅より少し広く立ち、つま先は30度くらい外向きに立つ  
②膝がつま先より前に出よう、椅子に腰掛けるようにお尻を後ろに引く。

動作中は息を止めないこと。膝に負担がかからないよう、膝は90度以上せまく曲げない。おもにも太ももの裏面が気持ちよく伸展しているか意識。

**むずかしい場合は…**

テーブル・イスを補助にして、やってみましょう。イスに腰掛け机に手をつけて腰を浮かす動作を繰り返します。

**こうならないよう気をつけて**

背中を丸める × ウンコ座り ×  
膝がつま先より前 ×

**白カブ**

2020/08/07

Dr. 細田の **チョット失礼!**

朝一番に診察室の電子カルテを開く。予約患者様を確認する。今日は農家のあの爺さんが来る日だ。シメシメ。数年前から野菜作りにはまってる。自慢になるが年々腕は上がってる。近くを通るオバちゃん達の8割は畑に目をやる。それを見て私も誇らしい気分になる（ヤッター〜）。今年、初めて「白カブ」を植えた。種の袋には大雑把な植え方しか書いていない。植えてみるといくつか問題が起る。いよいよ爺さんの診察の番。「変わりなよね。」と強く体調について確認する。他のことに話が逸れないように。おもむろに「白カブ」の話題をふる。爺さん心なしかニヤリ。「カブは寒さに強いよ。」「連作に注意。」「フムフム。さすがに先達の話は役に立つ。時間があつという間に過ぎる。隣でサポートするスタッフの顔が何となくキツイ。まだたくさん患者様が待っているのに…」



International Nurses Day  
近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日5月12日は国際ナースデー（看護の日）に制定されており、当院でも毎年記念行事を行っています。今年度は、参加者の感染を考慮した上で規模を縮小し、「看護週間」のイベントを行いました。内容は、感染を防ぐための取り組みとして感染経路・正しい手洗い・マスクの使用法のポスター提示や手作りマスクの作り方のチラシ配布、看護川柳コンテストを行いました。外来患者さんには看護の日グッズを配布し、思いがけないプレゼントに喜んでいただく事が出来ました。

1965年から、国際看護師協会（本部：ジュネーブ）は、この日を「国際看護師の日」に定めています。21世紀の高齢社会を支えていくためには、看護の心、ケアの心、助け合いの心を、私たち一人一人が分かち合うことが必要です。こうした心を、老若男女を問わずだれもが育むきっかけとなるよう、旧厚生省により、「看護の日」が1990年に制定されました。2020年は、ナイチンゲール生誕200年、「看護の日・看護週間」制定30周年の記念の年です。

看護の日 実行委員会 委員長 佐々木 美絵 (SCU)

今年のPR大使はハローキティよ

2位 看護するマスクの下の笑顔かな

1位 聴診器聞けたらいいな胸のうち

目で語るマスク越しのやさしい笑顔

待ちわびて妻の面会夢にみる

## 高齢者の急なボケ？ 神山先生と光子のイメージカルテ②

転倒 | ふらつき | 慢性硬膜下血腫 まんせい こうまくか けっしゅ

認知症が数日で進行...? するなんてことはありません。

そんな時は、頭の中で何か異常が起こっているのです。ある時間を境に急におかしくなった場合は脳卒中を考えますが、数日かけてボケたという経過からは「慢性硬膜下血腫」を疑います。脳の隙間が広がっている高齢者が、頭をぶつけた後、数週間で脳に血が溜まってくることは稀ではありません。これを「慢性硬膜下血腫」といいます。

「慢性硬膜下血腫」は急ぎます 「慢性硬膜下血腫」をそのままにしておくと、意識も低下し命に関わってきます。

ご本人は病院に行きたがらない 血腫が溜まってくると、本人は判断力を失い、大丈夫大丈夫と言います。周囲の人がいつもと違うことに早く気付いて、すぐに病院に連れて行くことが大切です。

「2～3日前から急に人が変わった...」 No.3421 76歳男性 黒田三郎さん(仮)が息子さんに伴われて

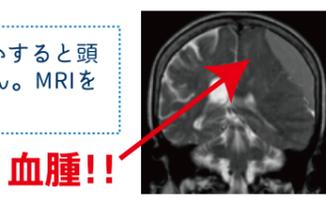
今日はどうしました？

先生～。親父は、年のワリに普段から元気に動き回って、まだ仕事もしてるんですけどね。何日前から急に仕事の段取りがおかしくなったり、自分で言った事を忘れてたりなんかして、昔で言うボケた感じになっちゃいまして。それと、なんだか急にフラフラして転びそうになったり。昨日もちょいと転ぶつけてるんで、心配になっちゃったりなんかして。

俺ァ大丈夫だッて!!

フム、そいつァおかしいネ？もしかすると頭に血が溜まっているかもしれません。MRIを撮ってみましょう。

なんも、



結果 やはり、三郎さんの頭には血腫がたまり、脳を圧迫していました。ボケ症状やふらつきはそのせいだったんですね。そのまま入院となり血腫を抜く手術を行うと、症状はみるみる改善しました。三郎さんは血腫まりが抜けて頭がスッキリすると、1ヶ月前、車のヒサシに頭をぶつけていたのを思い出しました。





当院のスゴイ機器!

>>>ベッドサイド情報端末

# ユカリア タッチ導入



## ◎ユカリアタッチって何?

「情報端末」を内蔵した床頭台。患者さんのベッドの横にあるテレビ・冷蔵庫がついたアレです。

## ◎どんな特徴があるの?

電子化ピクトグラム(図)が表示され、安静度や禁忌・アレルギー情報、本日の予定をベッドサイドで確認できます。



ユカリアタッチに体温計や血圧計(通信機能付バイタル測定器)をかざすだけでデータが電子カルテに瞬時に登録され計測結果はユカリアタッチでも参照できます。

## ◎患者さんご家族の方はこんなことが可能に…

- ・本日の検査予定が画面で確認できます。▶(例)「MRI検査」「CT検査」「栄養指導」など
- ・看護師からご家族へ連絡したい事が「お知らせメッセージ」画面に表示されます。
- ・患者さんの離床先が画面で確認できるので、▶「リハビリ中」「検査中」「入浴中」「外出中」…? 「患者さんがどこへ行ったかわからな～い??」が防げます。



当院のスゴイ機器!

# 外視鏡導入

ORB EYE (オーブアイ)  
>>>手術用顕微鏡システム

外視鏡オーブアイは4K対応のカメラで手術の細かい場所を捉えて、映像を55型の大型モニターに映し、そして専用メガネを掛けることで、3Dの立体映像を見ることができるシステムです。

このおかげで手術画像を大きく見ることができ、接眼レンズを付けていないスタッフもモニターで確認できるため、状況を全員で共有しやすくなっています。顕微鏡自体も大幅に小型化しており、広い視野の確保および、セットアップの時間短縮まで可能になりました。



手術の効率化、看護師に至るまで同時情報共有が叶い、より質の高い医療を提供できます。/



当院のスゴイ機器!

# 2台の最新3テスラMRI

※1テスラ=10,000 Gauss

「第3MRI室(6月)、第2MRI室(9月)の装置が更新されました。」

## Philips Ingenua Elition

フルデジタルコイルシステムにより、高画質化を実現。全身領域の検査において検査時間を最大50%短縮可能となりました。

AI(人工知能)によりさまざまな患者のスライス位置を学習し、自動的に設定する機能により、MRI検査のプロトコルを標準化できるため、同一患者様の経過観察、異なる患者様間で検査の一貫性を高めることができます。

音楽と映像を融合させたシステムにより、患者様の不安や苦痛を軽減した検査環境が提供できます。

患者様が入る空間の直径が70cmとなり、従来より10cm広がって快適な空間での検査が可能になりました。

寝台上的快適性のための、コンフォートプラスマットレス(ComfortPlus Mattress)は、ドイツの寝具メーカーと共同開発し快適性を追及されたものです。



Ingenia Elition 3.0T

超高精細

業界トップレベルの静磁場均一度

Magnetic Resonance Imaging



Ingenia CX 3.0T

# 1年目 *hello* New face 2020

ハロー!ニューフェイス! ごあいさつ

こんにちは!わたしたちは令和2年度の新人として当院へ入職いたしました。急性期病院のハードな環境で、患者さんご家族にすこしでもホッとしていただけますよう、よりあたたかい関係が築けますよう、知識と経験と、思いやりの心を磨きます。

職員のプライバシー保護のため削除しています

## 晴れたらルーフガーデンへ Rooftop Garden for everybody

院内行事実行委員 介護福祉士 大矢 龍平

院内行事では毎年ルーフガーデンにて園芸を行なってきました。今年はトマト、枝豆、ブルーベリーと初めて、ヘチマ・ヒョウタンに挑戦しました。ヘチマ・ヒョウタンは、たわしを作ったりレクリエーションで使用したいと考えています。患者さんと観察したり、患者さんからアドバイスをいただいたりなど一緒に楽しむことができ、職員一同とても嬉しく感じています。今後も、患者さんと楽しみながら取り組むルーフガーデンを、じわじわと盛り上げられたらとおもいます。晴れた日にはぜひ、屋上へ足をお運びください。



～ 函館脳神経外科病院じまんの厨房から ～  
お料理をする時間が～ **おしえてシェフ** ～ 難しい料理はちょっとナ  
「手間も時間も省けて後片付けも簡単な栄養バッチリの美味しい一品!」

- 超オススメ**
- 使用する食材は季節に合わせてアレンジ自由。白身魚や魚介類、鶏肉などに冷蔵庫の残り野菜を使用して、自分好みの包み焼きにすれば、おかずとしても、お酒のおつまみとしても、お子様から高齢者まで幅広く召し上がられる一品です。つけ合わせのソースを変えれば、何通りものオリジナルレシピが完成。
  - 色々な食材を組み合わせ、栄養バランスの良い一品!
  - ご家族でもおひとりでも、フライパン一つ!
  - 洗い物も少なく、とってもお手軽!

### 【なんでもおまかせ包み焼き】(1人分)

(エネルギー167kcal / たんぱく質17.5g / 脂質5.6g / 炭水化物12.2g / 食物繊維2.4g)

【材料】	・鮭	70g	・にんじん	10g	・万能ねぎ	適宜
	・じゃがいも	40g	・玉ねぎ	25g	・こしょう	適宜
	・しめじ	15g	・キャベツ	15g		
	・まいたけ	15g	・オリーブオイル	小さじ1/2杯 (下味)		

#### 【下ごしらえ】

- 鮭** 200mlの水に、昆布1片、塩3gを入れ塩水を作り、鮭を30分浸け生臭みを除く。
- じゃがいも** 皮をむき、火が通りやすいように薄くスライス。
- しめじ** さっと水洗いし石突きを切り、ほぐす。
- まいたけ** さっと水洗いし、ほぐす。
- にんじん** 皮をむき、薄めにスライスする。
- 玉ねぎ** 皮をむき、スライスする。
- キャベツ** 適当な大きさに切る。
- キャベツと玉ねぎ** ボールに入れ、オリーブオイル、こしょうで下味をつける。

#### 【手順】

- ①アルミホイルを大きめにカットし、中央にじゃがいもを並べ、その上に鮭をのせる。
- ②キャベツと玉ねぎ、しめじ、まいたけ、にんじんをバランス良く盛る。
- ③アルミホイルの上下を中央で合わせ左右の端を中央で合わせ、閉かないようにギュッと握る。
- ④フライパンに水を入れ、火にかけて沸いてきたらホイルごと入れる。
- ⑤フタをして、15分～20分弱火で蒸し焼きにする。
- ⑥そのままお皿の上ののせ、アルミを開き、お好みのソースで味をつけ万能葱を散らす。



### すてきなソースアレンジ

<h4>ピリ辛みそソース (3人分)</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>・みそ.....15g</li> <li>・しょうゆ.....5g</li> <li>・砂糖.....10g</li> <li>・昆布だし汁.....30cc</li> <li>・唐辛子.....少々</li> <li>・ごま油.....3g</li> </ul> <p>(エネルギー32kcal 塩分0.9g/1人)</p>	<h4>簡単ごまだれ (3人分)</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>・マヨネーズ.....15g</li> <li>・昆布だし汁.....15cc</li> <li>・白すりごま.....2g</li> <li>・しょうゆ.....5cc</li> <li>・顆粒だし.....少々</li> </ul> <p>(エネルギー38kcal 塩分0.3g/1人)</p>	<h4>チャイニーズソース (3人前)</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>・砂糖.....10g</li> <li>・しょうゆ.....15cc</li> <li>・酢.....15cc</li> <li>・長ネギ.....10g</li> <li>・ごま油.....2g</li> <li>・おろし生姜、白いりごま、唐辛子少々</li> </ul> <p>(エネルギー25kcal 塩分0.7g/1人)</p>
--	--	---

※さっぱり食べたい方は、ポン酢やさっぱり系のドレッシングなどでもおいしいですよ。