

レラ～Rera～

第24回病院祭



多くの方のご来院
ありがとうございました

目次 ～Contents～

- 院長の独り言
- 静内高校生のインターンシップ
- 研修医紹介
- 看護職復職支援セミナー

地域を支え、地域と生きる。
 看護師の資格を持ちながら、様々な理由で現在働いていない『潜在看護師』の数は70万人以上とされています。働きたいと思う一方、医療の進歩についていけるかなどが心配で二の足を踏んでしまう方が多いのが現状だと言われています。復職支援セミナーはそんな方々を対象としたセミナーです。あなたが積み重ねた『人としての経験』はかけがえのないものです。当院で、一緒に地域を支える仕事をしませんか。

電子カルテ体験会も 同時開催

当日は電子カルテ体験会も行います。転職を考えているが電子カルテを使ったことがない方や、パソコン操作に不安がある方など、体験会のみ参加者もお待ちしております。

看護職復職

参加費
無料

支援セミナー

平成28年
10月20日(木)
10:00～15:00
 静仁会静内病院
 5階研修室

受講対象者
 看護師、准看護師、
 保健師、助産師の
 資格を有している方

申込方法
 電話 / 0146-45-0091
 メール / ssakura@sejinkai.net

その他
 ユニホームは貸与いたします。
 昼食は当方でご用意いたします。
 上履きをご持参下さい。
 筆記用具、ノートをご持参下さい。
 託児が必要な方はご相談下さい。



院長の独り言

コレステロール神話の終焉

今回もまたコレステロールの話です。私は15年以上前から日本脂質栄養学会に入会しており、食用の油脂に関する栄養学を勉強してきました。皆さんは驚くかもしれませ



んが、医学部では体系だった栄養学の講義がありませんので、医師は自分で勉強しない限り、栄養に関しては素人の域を出ることができないのです。日本脂質栄養学会は世界に先駆けて2002年に「リノール酸摂取を削減する提言」を採択しました。そして、食用の油脂には、過剰に摂ってはいけないもの、摂った方がいいもの、どうでもいいものの3種類があるという分類による意識革命を推進し、リノール酸系の油の摂取を減らし、α-リノレン酸系の油の摂取を増やすことを勧めてきました。リノール酸系：α-リノレン酸系の割合は、理想的には1：1ですが、2～3:1までなら許せる範囲です。しかし、特に若者では、油を意識しないと8～10:1くらいになってしまいます。リノール酸はアレルギーや喘息のもとになる物質（ロイコトリエン、トロンボキサンなど）の原料になりますので、近頃のアトピー、喘息、花粉症の増加は、リノール酸摂取の増加と無関係ではないと考えられています。α-リノレン酸系を多く摂るには、脂の乗った魚、エゴマ油、亜麻仁油などを意識して食べるようにすることです。

日本脂質栄養学会は日本動脈硬化学会とコレステロールについて大げんかをして、新聞記事にまでなりましたが、結局は、コレステロール値は高いほど、ガンになりやすく、長生きであるということが常識になりつつあります。しかし、まだ多くの医師がコレステロール摂取を抑えようとして、栄養指導でもコレステロールを多く含む魚卵や鶏卵などを制限しようとしています。しかし、コレステロールはほとんどが肝臓で作られていますので、口から摂るコレステロールには影響されません。どうぞ好きなだけ鶏卵を食べて下さい。コレステロール神話の終焉です。



静内高校生のインターンシップ

9月15・16日の2日間、静内高校21名の生徒さんがインターンシップ体験の為に来院しました。看護師、薬剤師、放射線技師、理学療法士の体験で、それぞれとても熱心に取り組んで下さいました。『患者様とお話しができてよかった』、『退院される方がとても喜んでいて感動した』、『進路を決めるに当たり、今の思いがさらに強いものになった』と感想を話して下さいました。中には、また来年も参加したいと話してくれた生徒さんもいました。



中には、また来年も参加したいと話してくれた生徒さんもいました。

このように、たくさんの生徒さんが医療に興味を持って下さり、私たちもとても嬉しく感じます。一人でも多くの生徒さんが看護師、薬剤師、放射線技師、理学療法士となり、この地域に貢献してくれることを願います。

また来年も、多くの生徒さんの参加をお待ちしております。



研修医紹介

8・9月の2ヶ月間を阪野医師に9月の1ヶ月間を米須医師、福井医師にお越しいただきました。



阪野 太郎 医師

趣味：UNO

2ヶ月間大変お世話になりました。静内病院は地域に根差した総合病院であり、来院される患者さんの疾患も様々でした。何でも診る精神で診療されている先生方を見て、医療の細分化が進む中で忘れがちになっていたジェネラルマインドを再認識させられました。今後、専門分野に進んでもその心を持ち続けられる医師になりたいと思います。本当にありがとうございました。



福井 里花 医師

趣味：旅行・カフェめぐり

1ヶ月間ありがとうございました。内科・外科・小児科・療養と、とても幅広い範囲を経験できました。救急外来でも、ただ緊急性かどうか診るだけでなく、患者さんの問題に真摯に向き合う姿勢の大切さを改めて実感しました。静内で経験したこと全てを今後に活かしていきます。



阪野 太郎医師 米須 栞医師 福井 里花医師

米須 栞 医師

趣味：テニス



この病院では担当医として任せただけの領域が広く、考えさせられ迷うことが多々ありました。当直も長時間かかる救急搬送も心臓バクバクでしたが、沖縄とはまた違った地域医療を経験できて良かったです。北海道は寒かったですが、スタッフの方々はとても温かく居心地の良い病院でした。本当にありがとうございました。



健康保険による診療を受けられる皆様へ

月初めの診療の際には、受付窓口に保険証を必ずご提出ください。保険証の変更があった場合にもご提出をお願いします。

