



春野菜たっぷりピザレシピ (栄養科 管理栄養士)

今回は新玉ねぎと春キャベツをたっぷり使ったピザのレシピを紹介します。普段作る機会の少ない“生地から作るピザ”に挑戦してもらえればと思い、春野菜を使用したピザのレシピを考えました。新玉ねぎや春キャベツはやわらかくて甘みが強いのが特徴で、ピザにのせると更においしく食べやすくなります。新玉ねぎにはビタミン B1 や B2 が、春キャベツにはビタミン C や食物繊維が多く含まれています。ビタミン B1 は糖質、ビタミン B2 は脂質の代謝に関わり、食べた物をエネルギーとして活用するのに必要になります。ビタミン C は風邪などに対する抵抗力の強化、食物繊維は整腸効果や血糖値とコレステロールの上昇抑制効果が期待できます。カロリーや塩分が高いイメージのピザですが、トッピング次第でカロリーと塩分は抑えられますし、野菜を沢山のせることで手軽にビタミンや食物繊維をとることも可能です。



新玉ねぎと春キャベツのピザ

材料 (2人分)

★ピザ生地		★ピザの具	
強力粉	100g	新玉ねぎ	150g
薄力粉	30g	春キャベツ	80g
砂糖	8g	ほうれん草(一束)	50g
ドライイースト	2g	ミニトマト(6個)	100g
食塩	1g	ピザ用チーズ	20g
オリーブオイル	6g	トマトケチャップ	30g
ぬるま湯	80cc		

作り方

- ① ボウルに A を入れてよく混ぜたあと、B を加え粉っぽさが無くなるまで混ぜる。
- ② ①を調理台に取り出して表面が滑らかになるまでこすりつけるように混ぜたあと、ボウルに入れラップをかけて常温で1時間半程度発酵させる。発酵完了の15分前にはオーブンの予熱を開始する。
- ③ ②が発酵している間にミニトマト以外の野菜(ほうれん草はサッとゆでたもの)を切る。ミニトマトは水気が出るため、焼く寸前に切ったのせる。
- ④ 調理台に打ち粉(分量外)をふり、発酵した生地を調理台の上に置き、掌で押すようにガスを抜きながら少しずつ伸ばす。目安は20～25cm程度。
- ⑤ クッキングシートの上に伸ばした生地を移動させ、その上にケチャップを伸ばし、③の野菜とミニトマトを切ったのせる。全体にピザ用チーズを振りかける。
- ⑥ 予熱したオーブンに⑤を入れ、220℃で10～15分程度焼いて完成。※焼き加減は様子を見ながら。

栄養量 (1人分)

エネルギー	401kcal
たんぱく質	12.6g
脂質	7.0g
炭水化物	71.2g
食物繊維	6.0g
食塩	1.3g



看護部の新入職員



2022年度 新入職員入社式を執り行いました

4月1日(金)、当院6階研修室において2022年度新入職員入社式を執り行いました。新入職員38名(臨床研修医4名、理学療法士5名、作業療法士4名、看護職員23名、ソーシャルワーカー1名、事務員1名)と院内からは中村理事長、七森院長をはじめ6名が出席しました。今年度も新型コロナウイルス感染防止のため、理事長からの訓示および新入職員紹介、代表挨拶、記念撮影のみの簡略化した式となりました。中村理事長は「大分中村病院は現在、新病院プロジェクトを遂行しています。新病院の基本構想は『二次救急とリハビリテーションを二本柱に、地域包括ケアシステムのハブの役割を担う』で、私たちもそこに向かって邁進しているところです。新入職員の皆さんもその一

員として共に頑張っていきましょう」と訓示を述べました。また臨床研修医の森涼子医師が「新型コロナウイルスの感染が未だに収束しない中、医療従事者の社会的責任の大きさも強く感じておりますが、『寄り添う医療』をより向上させ、安心と信頼に貢献できるよう努力してまいります」と新入職員を代表し挨拶を述べました。



研修医・リハビリテーション部・その他コメディカルの新入職員



社会医療法人 恵愛会 大分中村病院

〒870-0022 大分市大手町3丁目2番43号 TEL:097-536-5050 (代)
『よりそう』vol.17 2022年春号(2022年4月15日発行)
発行責任者/中村太郎 編集担当者/総務部(羽田野) <http://www.nakamura-hosp.or.jp>

病院HPは
こちらから
▶





新任常勤医師のご紹介



消化器内科部長

松成 修 まつなり おさむ

専門分野 消化器内科

資格等 日本内科学会認定内科医・総合内科専門医・指導医
日本消化器病学会消化器病専門医・指導医
日本消化器内視鏡学会内視鏡専門医・指導医
日本救急医学会救急専門医
日本消化管学会胃腸科専門医・指導医
日本腹部救急医学会認定医
日本ヘリコバクター学会 H. pylori(ピロリ菌)感染症認定医

患者さんへメッセージ

親切な対応、わかりやすい説明を心掛けています。



産婦人科

吉武 朋子 よしたけ ともこ

専門分野 婦人科一般、女性医学、乳癌検診

資格等 日本産科婦人科学会産婦人科専門医
マンモグラフィ読影認定医
日本産婦人科乳腺医学会乳房疾患認定医
日本女性医学学会認定女性ヘルスケア専門医

患者さんへメッセージ

「地域の方のためになる医療」を常に心がけています。



循環器内科

平林 優朗

ひらばやし ゆうろう

専門分野

循環器内科(虚血性心疾患)

資格等

日本内科学会認定内科医

患者さんへメッセージ

地域の医療に貢献できるよう精一杯頑張ります。



産婦人科

徳光 隆一

とくみつ りゅういち

専門分野

産婦人科

患者さんへメッセージ

地域のみなさんの健康な生活をお手伝いできるように頑張ります。



形成外科

藤原 勇輝

ふじわら ゆうき

専門分野

形成外科

患者さんへメッセージ

患者さんの気持ちに寄り添った診療を行っていく所存です。まだまだひよっ子ですがよろしくお願います。



臨床研修医

田代 航平

たしろ こうへい

研修医として医療に携わりながらも、良い医師になるために、またひとりの人として成長するために、多くのことを学んでいこうと思います。話したり聞いたりするのが好きなので、色々お話ししましょう。



臨床研修医

森 涼子

もり りょうこ

生まれも育ちも福岡ですが、小さい頃から大分には縁があり、今日大分中村病院にお世話になることになりました。誰よりも温かい医師を目指すと共に、救急をメインに初療を適切に行えるよう経験を積みしたいと思います。



臨床研修医

松田 菜乃

まつだ なの

生まれ育った大分の地で医師として第一歩を踏み出せることを嬉しく思います。大分中村病院が掲げる「治し、支え、寄り添う医療」に向けて邁進して参ります。



臨床研修医

吉田 拓海

よしだ たくみ

生まれは大阪ですが、親の転勤の関係で大分に住んでいます。その時お世話になった大分中村病院で医師としてスタートできることを嬉しく思います。分野に囚われず知識を身に着け柔軟に実践できるよう精進していきます。

臨床研修修了式を執り行いました



2022年3月23日(水)、当院6階研修室にて臨床研修管理委員会および臨床研修修了式を執り行いました。臨床研修管理委員会では、2020年4月に初期臨床研修を開始した第14期生の大庭祥平医師、小川卓也医師、甲斐侑穂医師、島田愛里香医師、宮崎壘医師の研修修了が承認されました。その後行われた修了式では七森院長、臨床研修管理委員会的那須委員長より、修了証書と記念品が手渡されました。

中村理事長は「初期臨床研修修了おめでとうございます。4月以降も引き続きそれぞれの専門分野で研鑽に励んでください」と祝辞を述べ、研修を修了した5名の研修医は、指導医をはじめお世話になった病院スタッフに対し謝辞を述べました。

4月からは新たに研修医4名が入り、15期生と合わせて5名の研修医が当院で臨床研修を行うこととなります。今後も当院が掲げている「医療による社会貢献」の基本理念をもとに、地域に密着した第一線の医療現場での初期臨床研修を研修医と共に築き上げて参ります。





新病院だより



移転新築プロジェクトの起工式を執り行いました

2022年1月29日(土)、新病院建設予定地において大分中村病院移転新築プロジェクトの起工式を執り行い、来賓および関係者等22名の方々にご出席いただきました。新型コロナウイルス感染症の感染拡大によるまん延防止等重点措置の適用下であることから、実施人数を見直し、手指消毒、検温、抗原検査の実施などの感染対策を行った上での挙行となりました。

式典に先立ち神事が執り行われ、地鎮之儀(じちんのぎ)では、初之儀(かりぞめのぎ)を当院中村理事長、穿初之儀(うがちぞめのぎ)を株式会社 横河建築設計事務所 代表取締役社長 鈴木良典様、当院七森院長、杭打之儀(くいうちのぎ)を株式会社フジタより常務執行役員西日本支社長 森吉修様、現場代理人 穴見栄様がそれぞれ行いました。

その後行われた式典の挨拶で中村理事長は「病院創設から56年が経過し、老朽化が長年の課題となっていました。沢山の皆様のご支援ご協力を頂き、本日ここに移転新築プロ

ジェクトの起工式を迎えることができました。これから本格的な新病院建設工事が始まりますが、七森院長のもと、新しい病院の基本構想である『二次救急とリハビリテーションを二本柱に、地域包括ケアシステムのハブの役割を担う病院』を目指し、職員一同精進して参ります」と関係各位に感謝を述べるとともに新病院に向けて決意を述べました。

続いてご来賓の皆様を代表して、大分県知事 広瀬勝貞様(大分県副知事 黒田秀郎様による代読)、大分市長 佐藤樹一郎様、大分大学学長 北野正剛様(大分大学総括理事・理事 [企画・戦略, 医療・病院担当] 津村弘様による代読)よりご祝辞を頂戴しました。ご来賓、関係者の方々のご臨席を頂き、無事に起工式が挙行出来ました。心より感謝を申し上げます。今後は2023年10月の竣工、2024年1月の開院を目指して参ります。

4月現在、3月から始まった杭打ち工事が行われており(写真は杭打ち工事の様子)、この工事が5月末まで行われる予定です。6月中旬からは、いよいよ基礎工事が始まります。



2022年4月5日撮影

工事期間中は近隣の皆様へご迷惑をお掛け致しますが、ご理解・ご協力をお願い申し上げます。

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます!

当院でもマイナンバーカードを健康保険証として利用できるマイナ受付(オンライン資格確認)ができるようになりました。

マイナ受付は、マイナンバーカードをカードリーダーに読み込ませ顔認証で本人確認をします。眼鏡やマスクを外さなくても本人確認が可能です。初回登録は当院の顔認証付きカードリーダーで出来ますのでご安心ください。マイナンバーカードでの保険証確認を希望される方は受付時に職員までお声掛けください。

なお、健康保険証でもこれまでどおり受診可能です(保険証が使えなくなることはありません)。また、公費負担医療証、地域単独事業の受給者証などについては、マイナンバーカードでは確認ができません。これまでどおり医療証などを提示していただく必要がありますのでご注意ください。

健康保険証利用についての詳しい内容は、厚生労働省ホームページをご覧ください。

マイナ受付
対応しています
医療機関や薬局で、保険証の代わりにマイナンバーカードを使う新たな方法。それが「マイナ受付」です。

マイナンバーカードが
保険証として使えます。

マイナンバーカードを保険証として使うと
より良い医療が実現します!
初診時の受付時間や、予約受付の受付時間を変更し、これまで以上にスムーズな受付が可能です。より速く診察を受けたいという方におすすめです。詳しくはマイナポータルをご覧ください。

このステッカーが目印!
マイナ受付

事前に登録するだけで利用できます!
詳しくはマイナポータル

(出典: 厚生労働省ホームページ https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16745.html)

《初診》外来診療受付時間変更のお知らせ

2022年4月1日(金)より、初診の方の外来診療受付時間を下記の通り変更(赤字部分)することとなりました。皆さまにはご不便をお掛け致しますが、何卒ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。



外来診療受付時間

【変更前】 平日 (午前) 8:30 ~ 11:30
(午後) 13:00 ~ 17:00
土曜日 (午前) 8:30 ~ 11:30

【変更後】 平日 (午前) 8:30 ~ 11:30 ※初診のみ受付 11:00 まで
(午後) 13:00 ~ 17:00
土曜日 (午前) 8:30 ~ 11:30 ※初診のみ受付 11:00 まで



黒田理学療法士 「心不全療養指導士」の資格を取得

この度、当院リハビリテーション部の黒田理学療法士が日本循環器学会の心不全療養指導士の資格を取得しましたのでお知らせ致します。

心不全療養指導士は、日本循環器学会が2021年度より開始した認定制度で、心不全の発症や重症化予防のための療養指導に従事する医療専門職に必要な基本的知識および技能など資質の向上を図ることを目的としています。

心不全療養指導士の主な役割は、医師以外の医療専門職が、各々が持つ専門知識と技術を活用しながら、心不全患者に対して最適な療養指導を行うことにあります。

心不全は憎悪の多くが服薬や食事など非医学的誘因であること、また高齢心不全患者は合併症が関連して再入院を繰り返すことが特徴といえます。心不全療養指導士は、そういった予防可能な心不全憎悪に対して、患者さん本人およびご家族など介護者に正確な



知識と技術を身に着けていただくことで、発症・憎悪予防のためのセルフケアと療養を継続していけるよう支援していきます。資格取得した黒田理学療法士は「心臓リハビリテーション指導士として心臓リハビリテーションに携わってきましたが、年々、心不全患者さんが増加している背景から、心不全患者さんについてより詳しく勉強したいと思い、この資格取得に励みました。今後は心不全療養指導士としても患者さんに寄り添ったりリハビリテーションを行っていきたいと思います」と抱負を語ってくれました。

第36回 大分中村病院 ICLS コース開催

2022年2月27日(日)、当院6階研修室において日本救急医学会認定の第36回大分中村病院 ICLS コースを開催しました。今回の受講生は研修医6名で、脳神経外科副部長の瀧本理医師をコースディレクターに8名のインストラクターが指導にあたりました。

ICLS (Immediate Cardiac Life Support の略) コースとは、医療従事者のための蘇生トレーニングコースです。緊急性の高い病態のうち、特に「突然の心停止に対する最初の10分間の対応と適切なチーム蘇生」を習得することを目標としています。

昨年は新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、開催を断念せざるを得ない状況が続きましたが、今回より受講生やインストラクターの体調確認や室内の換気、マスク・手袋の装着など、感染対策をしっかりと行った上



で開催することになりました。また、JRC (日本蘇生協議会) が公開しているBLSの蘇生アルゴリズムを参考に、新型コロナウイルス感染の疑いが否定できない患者への蘇生や対応についてもシナリオに組み込むなど、コース内容のバージョンアップを実施しました。いざという時に、職員一人ひとりが落ち着いて対応できるよう、今後も習得に努めて参ります。

『令和3年度一般就労チャレンジ事業成果発表会』にて 講師を務めました

3月29日に大分県社会福祉介護研修センターにて『令和3年度一般就労チャレンジ事業成果発表会』が開催されました。

大分県は「障がい者が安心して暮らせる社会づくりと障がい者雇用率日本一の実現」を目指していますが、大分県の障がい者雇用率は現在全国7位です。そのため、就労移行支援事業所や就労継続支援A型・B型の事業所で働いている障がい者の方の一般企業への就職を促進しており、令和3年から「一般就労チャレンジ事業」を行っています。

今回の発表会は、「一般就労チャレンジ事業」に参加している事業所の方や、今後参加を検討している事業所の担当者を対象にしたもので、就労系の事業所で働いている障がい者の方が、一般企業で実習を行った成果の発表などが行われました。

当院は実際に障がい者の受け入れをしている一般企業として、取り組みを紹介してほしいとの講師依頼を受け、『障がい者雇用の取り組みについて』というテーマで講義を行いました。

障がい者雇用について、実習の受入れから採用に至るまでの経緯や現在働いている方の仕事内容、働く上での問題点、それに対して



の対応策など、動画を交えながら当院の取り組みを参加者の方に伝えました。参加した方からは「病院での対応内容が分かり参考になった」などの意見がありました。

大分中村病院では、就労系の事業所で働いている障がい者の皆さんが一般企業の中で働きやすい職場として当院を選んでいただけるよう、職場環境の整備やその方にあった業務の選定をしています。

また、現在働いている障がい者の方が少しでも長く働けるよう、引き続きサポートを続けていき、今後、障がい者雇用の更なる促進拡大に取り組んでいきたいと考えています。(総務課 山中祐子:障がい者職業生活相談員)

看護・事務職員のユニフォーム がリニューアルしました！

4月から、看護職員と事務職員のユニフォームがリニューアルしました。

写真右側が看護師の新しいユニフォームで、色がワインレッドのスクラブです。他に色がネイビーのスクラブもあり、ワインレッドは日勤、ネイビーは夜勤と、着ているスクラブの色で見分けることができるようになっています。

写真左側は女性事務職員の新しいユニフォームで、グレーと黒を基調としたシックなユニフォームになっています。



職員一同、気持ちも改め、より一層患者さんに寄り添える医療を提供できるよう努めてまいります。