

## 厚生労働大臣感謝状をいただきました。

臓器移植対策の推進に顕著な功績のあった団体に対して、厚生労働大臣がその功績を称え、労苦に報いるとともに臓器移植対策の推進に寄与する目的で感謝状を贈呈しています。今回、当院が、臓器移植の推進に顕著な貢献をされた施設と認められ、感謝状をいただきました。



## 市民公開講座のご案内

当院では市民を対象とした市民公開講座を開催しており、毎回、多くの方々に参加をいただいております。今回は「よくわかる！歯やあごの話～悩んでいるあなたに～」をテーマに平成29年1月21日（土）の14時00～16時30分（13時15分開場）アクトシティ浜松コンgresセンター31会議室で開催します。詳細は、今後、当院ホームページ等でご案内します。入場は無料・事前の予約等は不要ですので、直接会場へお越しください。

（先着順：定員350名程度）



## 簡単に栄養を上手にとろう

秋も深まり、いよいよ果物、野菜などおいしい季節を迎えました。今年は暑い日が多かった分、おからだも疲れている方が多いと思います。料理の手間を省き、手軽に栄養をとるために電子レンジも使ったレシピをご紹介します。

### 電子レンジで手軽に茶碗蒸し



栄養量（1人分）  
63kcal たんぱく質  
4.6g 脂質2.8g  
塩分0.4g  
カルシウム14mg

### ポイント

- ①卵とだし汁の割合は1対3～4
- ②器にいた卵液はアルミ蓋より約 5mm上まで

<材料 2人分>小さめの器用

卵1個 だし汁150cc 好みで塩少々

具材：ほんしめじ 40g えのきたけ 40g

ぎんなん 4粒 三つ葉 少々

<作り方>

だし汁：お鍋に水600ml だし8g（煮だし用小袋）を入れ火にかけ、沸騰したら中火で約1～2分煮だしてだしパックをとりだす ※昆布をいれると味がよくなる

A：卵1個をよくとき、だし汁150ccとあわせる

器に具材とAを半分いれ、Bのふたをして

電子レンジ300W（弱）で1個、

約2分程度 ※機種により差がある

B：アルミ蓋をつくる

容器にアルミホイルをかぶせ容器の上から1/4ぐらいのところまでかぶるようになる。アルミ蓋の中心に箸で穴をあける ※アルミ蓋をかぶせることで、上からの電波を遮断し、表面が滑らかにできます。

★アルミホイルはこの料理以外には使わないでください

NST管理室 栄養サポート専従管理栄養士 岡本康子  
(NST専門管理栄養士 ・経腸静脈栄養管理栄養士)

# ふれあい

## 浜松医療センター広報誌

No.38(平成28年11月発行)



平成28年9月9日の「救急の日に」、救急医療功労知事表彰を受賞しました。

## 目次

- ①麻しんの流行・・・  
ワクチンを接種して予防しましょう！！
- ②患者相談室のご案内
- ③簡単に栄養を上手にとろう
- ④厚生労働大臣感謝状をいただきました。
- ⑤市民公開講座のご案内

〒432-8580 浜松市中区富塚町328

TEL 053 (453) 7111

URL <http://www.hmedc.or.jp>

発行：浜松医療センター



～ ご自由にお持ちください ～

# 麻しんの流行・・・ワクチンを接種して予防しましょう！！

この8月から9月にかけて、コンサートへの麻しん患者の来場や関西国際空港職員の発症など、麻しんの流行が話題になりました。麻しんは非常に感染力が強く、麻しん抗体を持っていない人が感染すると90%以上が発症するといわれています。しかし、インフルエンザのように治療薬があるわけではありません。「ワクチン接種での予防」がなによりも大切です。麻しんワクチンは、日本では「麻しん風しん混合ワクチン」として、2006年から小児期に2回の定期接種となっていますが、それ以前の方は1回あるいは接種していない人も多いのが現状です。今回の流行も20～30歳前後の人が中心です。

- ・「麻しんにかかった記憶」はあてになりません。
- ・麻しん風しん混合ワクチンは、2回接種しましょう。記録がなければ、接種をおすすめします。
- ・現在、日本において、麻しんは「海外から持ち込まれる感染症」です。海外赴任前にも、ぜひ麻しん風しん混合ワクチンの接種をおすすめします。



ただし、生ワクチンですので、妊婦さんや免疫不全の方など、体の状態によっては接種できない場合もあります。接種可能かどうか不安な場合には、かかりつけの医師に確認してください。麻しんに限らず、ワクチンで予防できる病気はいろいろあります。この機会に、ご自分のワクチン接種歴を見直してみたいはいかがでしょうか。

(感染症内科 高宮みさき)

## 患者相談室のご案内



患者相談室は、現在、看護師4名、医療ソーシャルワーカー（以下、MSW）4名、事務員1名で構成されています。当院は、地域がん診療連携拠点病院であることにより、がん相談支援センターも兼ねています。10月から認知症ケアチームが発足し、精神保健福祉士のMSWもチームの一員となりました。看護師の主な業務としては、①がん・病気・療養上の相談、②緩和ケアの相談・窓口、③セカンドオピニオンの相談・外来調整、④退院援助（主に在宅）、⑤地域連携パス説明などを行っています。MSWの主な業務としては、①経済的問題の解決・調整援助、②療養中の心理的・社会的問題の解決援助、③受診・診療に関する援助、④退院援助（主に施設・転院）などを行っています。



患者相談室スタッフ一同

最近では、県西部の地域がん診療連携拠点病院4病院と静岡労働局とで、当院へ県西部のハローワーク職員をお招きし、がん患者の就労支援に関する研修会と医療機関見学会を開催しました。今後も、地域や行政と連携を図り、よりよい援助に繋がりたいと思っています。患者相談室は、当院の患者さんだけでなく、地域の皆さんの相談窓口でもあります。いつでもお気軽にご相談ください。