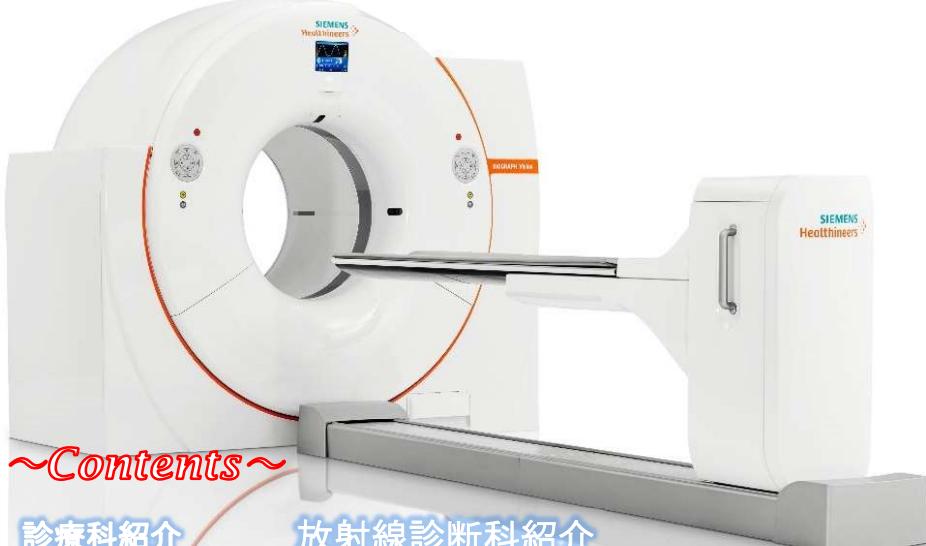


たきのみや

当院は日本医療機能評価機構認定病院です



~Contents~

診療科紹介

放射線診断科紹介

新任医師紹介

新任医師紹介

栄養科レシピ

香川の郷土料理 鰯の押し寿司

病院トピックス

新採用職員をを迎えました

保健師コラム

フレイルを防ぎましょう



シーメンスヘルスケア（株）提供

■病院理念

私たちは地域の中核病院として安全・安心な医療を提供し、皆様から信頼され支持される病院をめざします

放射線診断科紹介

病院長補佐 合田 真由美

放射線診断科では、CT、MRI、核医学検査などで得られた画像のレポートを作成し、迅速に院内外の依頼医に報告しています。依頼は頭から足先まで全身にわたるため、放射線診断医が Doctor's doctor と呼ばれる所以となっています。

滝宮総合病院では2005年に中四国で初めて PET-CT 装置が導入されて以来、PET がん検診を行っています。現在では当院を含め、県内5施設で同様の検診が行われていますが、当院では唯一、放射線診断医が検査当日に結果説明を行っています。

この2月には PET-CT 装置が更新され、半導体検出器を搭載した最新鋭器が導入されました。今まで難しかった5ミリ程度の小さながんも検出可能となっています。とはいえ、PET 検診で用いる FDG（ブドウ糖によく似た放射性医薬品）は、がんだけに集まるわけではありません。例えばコロナワクチン接種後のリンパ節など、様々な体の異変を検出します。このような場合にも診断医が受診された方に直接お話しを伺うことで、誤った診断を防ぐことにつながります。

定期的ながん検診として、また原因不明の体調不良時のスクリーニング検査として PET-CT 検診をご検討ください。

今年度中には、新装置を使ったアルツハイマー型認知症検査を開始します。検査ではありませんが、軽度認知機能異常のある方は対象となります。検査を希望される場合は、かかりつけ医にご相談の上、お問い合わせください。





歯科

4月より当院に異動になりました
新任の医師をご紹介いたします。

NEW

新任医師紹介

歯科部長
石田 優

4月より歯科担当として滝宮総合病院に赴任しました石田と申します。歯科にも専門がいくつかに分かれていますが、専門は口腔外科になります。主に埋伏抜歯、顎顔面外傷（骨折や歯の脱臼など）、顎関節症、デンタルインプラント、腫瘍、有病者歯科などを診療しておりました。

有病者歯科の中でも特にMRONJ（薬剤関連顎骨壊死）は日本口腔外科学会が認定施設を対象に行なっている疾患調査ではここ10年で6倍と急激に増加してきました。MRONJは骨粗鬆症の骨折予防や、悪性腫瘍の骨転移などの治療目的に骨吸収抑制薬を投与されている患者さんに抜歯などの外科処置や重度歯周炎の放置などで起こる顎骨壊死です。骨吸収抑制薬投与前の適切な口腔内治療が重要です。

その他にも、入院中の患者さんの義歯やう蝕治療、口腔ケア、栄養管理などにも力を入れております。地域医療に貢献できるように、これから頑張って参りますので、よろしくお願ひ致します。



内科

内科医長
溝渕 雅彦

令和5年4月より滝宮総合病院内科に赴任致しました。専門は循環器内科であり、昨年度まで香川大学医学部付属病院循環器内科にて主に虚血性心疾患、ペースメーカーなどの植え込みデバイス治療、心不全治療などを行なっていました。

近年生活習慣の欧米化などから、虚血性心疾患（急性心筋梗塞や狭心症）や弁膜症が増加しており、また、近年の高齢化に伴い心不全患者様が急増していることから、世界的に「心不全パンデミック」と言われ問題になっています。心不全の原因は前述の虚血性心疾患や弁膜症だけでなく、心筋症や高血圧症、不整脈など様々であり、適切な治療を受けなければ予後は癌よりも悪いと言われています。

生活習慣病をお持ちの時点で心不全のリスクとなるため、早期治療介入やそれぞれの病態に応じた適切な治療戦略を立てる必要があります。中讃地域の中核病院として、地域の皆様のお役に立てるように尽力いたしますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



内科医長
近石 昌也

内科

この度内科として着任しました近石と申します。生まれ育ちは香川県高松市で、昨年度までは岡山県倉敷市の川崎医科大学附属病院消化器内科で食道、胃、腸の内視鏡診断や内視鏡治療、難病である炎症性腸疾患に対する診療など、主に消化管を専門に診療しておりました。胃癌による死亡数は減少傾向にありますが、いまだに年間約4.5万人の胃癌死亡があり、ピロリ菌の除菌が普及してきた現在も除菌後胃癌を適切に診断、治療することが重要です。また、大腸癌は高齢化や食生活の欧米化などにより近年増加傾向にあります。患者数は50代で急に増加し高齢になるほど多くなります。また、女性の癌による死亡数の第一位を占めています。早期発見できれば完治を目指せる癌ですので、便潜血検査を受けて陽性が出た方や、長い間便秘で悩まれている方など、まずはご相談下さい。地域の皆様の健康のために、幅広く診療していく所存です。よろしくお願ひいたします。



香川の郷土料理 鰯の押し寿司



管理栄養士 森本 穂乃加

香川の農家では、麦刈りや田植えの前に「鰯」料理で親戚の人々を振る舞う

「春祝魚（はるいお）」という習慣があり、鰯の押し寿司はその主役だったそうです。

鰯は青魚に多く含まれる油（EPA・DHA）を含みます。EPA・DHAは血液をさらさらにし、中性脂肪の低下や血栓を作りにくくする効果が期待できます。

酢飯

ご飯···150g
● 酢···大さじ1
砂糖···大さじ1.5
塩···ひとつまみ
人参···30g
しいたけ···15g
☆ 薄口醤油···3ml
砂糖···2g

上置き具

鰯の酢漬け···2切
エビ···2切
金時豆···4個
スナップエンドウ···1枚
薄焼き卵（卵···1/2個分）
木の芽···適量

栄養価 (1人分)

エネルギー
510kcal
たんぱく質
21g
脂質
10.5g



◎手順

1. 【酢飯】

●を小鍋に入れて火にかけ砂糖を溶かして温かいご飯に混ぜる。

2. 人参としいたけはみじん切りにし、調味液をいれ煮詰めておく。（☆）

3. 【薄焼き卵】

ボウルに卵を割りほぐし、お好みで調味しよく混ぜる。

油を敷いた卵焼き器に流し入れ、薄焼き卵を作る。三角に切る。

4. 押し寿司の型を水で濡らして酢飯の半量をぎゅっと押さえ入れる。

その上に☆を広げ、残りのご飯をまんべんなく押さえながら入れる。

5. 4.の上にサワラ・エビ・三角に切った薄焼き卵・金時豆をのせ、押し型でぎゅっと強く押さえて、そっと型を抜く。

6. 最後に手のひらで叩いた木の芽をのせる。

瀬戸内海の鰯を使った
香川県を代表する
郷土料理です

病院トピックス

新採用職員を迎えるました

NEW
FACE



4月1日より、当院は今年も新
しい仲間を迎えることができま
した。

医師・歯科医師・臨床検査技

師・看護師を採用し、新人研修を
経た後、新しい職場で勤務してい
ます。新人職員同様、今後も職員
一丸となり質の高い医療サービ
スを提供できるよう心がけてま
いります。



フレイルを防ぎましょう

保健師 杉尾 純子

新型コロナウイルス感染拡大後、外出の機会が減ったり、運動しなくなったり、人に会わなくなったり・・・それで、気分が落ち込んだり、疲れやすくなったり体を動かすと息切れしたり・・・それはもしかして「フレイル」かもしれません。

「フレイル」とは虚弱という意味ですが、虚弱にも「からだ」のほかに「こころ」の虚弱もあるのです。家の中に閉じこもると、体は動かさない、他人としゃべらない、食事も簡単にすませる・・・これでは弱るばかりです。

まずは、体力をもどすために栄養バランスのいいものを食べることです。

次の表をチェックしてみて、5つ以下だったらバランスが悪いです。



- 肉
- 魚・貝
- たまご
- 大豆・大豆製品
- 牛乳・乳製品

- 緑黄色野菜
- 海藻類
- いも類
- くだもの



- ▼近いところへは歩くか自転車で
- ▼いつもよりちょっと早足で
- ▼調子がよければ軽い筋トレも始めましょう！
- 例えば ひざ伸ばし・お尻上げ・スクワットをやってみましょう



からだを動かすと気分も楽になります。体力をつけて、フレイルを防ぎましょう

当院では新型コロナウイルス感染症対策として、入院患者さまとの面会を原則禁止しております。入院患者さまを感染から守るためにの措置ですので、ご理解とご協力を
お願い申し上げます。

* 対応については感染状況等により変更する場合がございます。



QRコードチェック！HPアドレス↓

香川県厚生農業協同組合連合会
滝宮総合病院



〒761-2393 香川県綾歌郡綾川町滝宮486番地
Tel 087-876-1145(代) Fax 087-876-1302
HPアドレス <http://www.takinomiya-hp.com>

滝宮総合病院 検索

