

# あけぼの

医療法人社団曙会 佐々木外科病院  
〒753-0076 山口県山口市泉都町9番13号  
TEL (083)923-8811 FAX (083)932-2477  
URL <https://sasaki-geka.jp/>

# 丑年 2021



## 謹んで新年のご挨拶を申し上げます

昨年の今頃は、東京オリンピック・パラリンピックの開催を控え、日本中が盛り上がり、意気揚々とした状況でした。しかし、中国武漢市を発生源とした新型コロナウイルス感染症により、これまでの状況が一変しました。政府より、「新しい生活様式」が提言され、新語・流行語大賞を受賞した「3密」を避ける生活をし、マスク着用、換気など感染症対策を行なうのが当たり前となりました。

職員の感染予防対策はもちろんのこと、入院患者様などへの面会制限や患者様のマスクの着用、手指消毒の徹底など、ご理解を頂きながら、感染拡大防止に努めてまいりました。おかげをもちまして、病院内での感染発生を防ぐことができました。しかし、日本では、急激な感染拡大から「医療緊急事態宣言」が発表されていますので、これからも更なる感染予防に努める必要があります。

佐々木外科病院は消化器疾患を中心にがん・外傷・整形外科領域の外科系かかりつけ病院として地域医療に貢献してまいりました。昨年より、訪問診療を開始し、そして、併設している総合健診センター、老人保健施設ナーシングホーム湯田温泉、訪問看護、在宅ケアセンターと保健・医療・福祉の切れ目ない連携をより一層取れるようになりました。

これからも職員一同、良質な医療・福祉を提供できるよう誠心誠意努めてまいります。本年も健康に留意されよい年でありますよう、心からお祈り申し上げます。

## 発熱外来の開設について

インフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症対策の一環として、発熱外来を設けました。当院かかりつけの患者様で、次の症状のある方は『発熱外来』で診察いたします。事前に電話連絡（083-923-8811）をお願いいたします。



- ・ 息苦しさ、強いだるさ、高熱等の症状のある方
- ・ 発熱、咳など比較的軽い風邪症状が続いている方
- ・ インフルエンザ、新型コロナウイルスの疑いがある方

### 【来院時のお願い】

- ・ 当院からの指定の時間にご来院ください。
- ・ 来院される際は、付添いの方を含め、マスクの着用をお願いいたします。
- ・ 来院時は、病院内に入らず、到着された旨、電話連絡をお願いいたします。自家用車等で待機していただくようお願いいたします。

### 【診察時間】

- 月・火・木・金
- ①13:00～14:00
  - ②16:00～17:00
- 水・土
- ①11:00～12:00

## 冬のコロナ対策をお願いします！

昨年10月23日、新型コロナウイルス感染症対策分科会より、『感染リスクが高まる「5つの場面」』の提言がありました。この5つの感染リスクが高まる場面が、みなさまの生活の中に潜んでいないか、ぜひご覧になってください。

### 【場面1】 飲酒を伴う懇親会等

- ・ 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- ・ 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- ・ また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。

### 【場面2】 大人数や長時間におよぶ飲食

- ・ 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事比べて、感染リスクが高まる。
- ・ 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。

### 【場面3】 マスクなしでの会話

- ・ マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- ・ マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- ・ 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。

### 【場面4】 狭い空間での共同生活

- ・ 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- ・ 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。

### 【場面5】 居場所の切り替わり

- ・ 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- ・ 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

冬のコロナ対策へのご協力をお願いします！

【マスクの着用】「3密の回避」「手洗い・消毒」などの基本的な感染症対策を徹底しましょう。

「静かなマスク会食」をお願いします

会話の際にはマスクを着用しましょう！

いつでもマスク着用を付たい「5つの場面」

厚労省

厚生労働省

厚労省 厚生労働省



# 今が旬！牡蠣



海のミルクと呼ばれる牡蠣。真牡蠣は11月頃から美味しくなり始め、最も味がよくなるのは、産卵の準備に入る3月から4月頃で身がたっぷりと栄養を蓄えて太っています。岩牡蠣の旬は、真牡蠣の旬が終わる6月から8月にかけての夏です。

食中毒の原因は、二枚貝に共通する貝毒とノロウイルスと呼ばれるSRSV（小型球形ウイルス）によるものがほとんどです。貝毒は加熱処理しても無毒化しませんが、ノロウイルスは中心温度が85℃以上になった状態で1分以上加熱することで死滅しますので、中心部分まで十分に加熱することが重要です。



## メニュー紹介（1人分）

牡蠣カレー（エネルギー619kcal タンパク質19.0g 塩分3.4g）

材 料	牡蠣	60 g	おろしにんにく	1 g
	（塩 適量）		おろし生姜	1 g
	いか	30 g	油	4 g
	白ワイン	25cc	オイスターソース	3 g
	玉ねぎ	50 g	マッシュルーム	25 g
	里芋	50 g	水	150cc
	ほうれん草	50 g	カレールー	20 g
	ご飯	200 g		

- 作り方
- ① 牡蠣はざるに入れ、塩を振り、水をかけながら振り洗いします。
  - ② ①といかをフライパンに入れ、白ワインを入れて火にかけ、牡蠣がふっくらするまで火を通します。
  - ③ ほうれん草を茹で、3cm長さに切ります。
  - ④ 玉ねぎとマッシュルームを薄切りにして、里芋は食べやすい大きさに切ります。
  - ⑤ 鍋にサラダ油とにんにく、生姜を入れて火をつけます。香りが出たら、玉ねぎを炒め、少しきつね色になったらマッシュルームと里芋を炒めます。
  - ⑥ 水を入れ、里芋に火が通るまで煮ます。
  - ⑦ 火を止めて、カレールーを入れます。②の牡蠣といかを汁ごと入れ、③のほうれん草、オイスターソースを加え軽く煮込みます。ご飯を器に盛り、ルーをかけます。



## ☆管理栄養士のひと言アドバイス☆

むき身の牡蠣を選ぶときは、貝柱が透明で、全体的に丸みがあり、形がつぶれていないものを選びましょう。鮮度の良いものは、身の色が少し黄色みがかっています。



## 患者相談窓口について

皆様に安心して診療を受けていただけるよう、患者相談窓口では患者様、ご家族の皆様からのご相談やご意見（受診に際して感じられた疑問や苦情、ご意見など）をお受けしております。ご心配なこと、お困りのこと、お気づきのことがございましたらお気軽にお申し出ください。ご相談内容によっては、より詳しい担当部門へご案内させていただくこともあります。

なお、相談者の個人情報、厳守します。

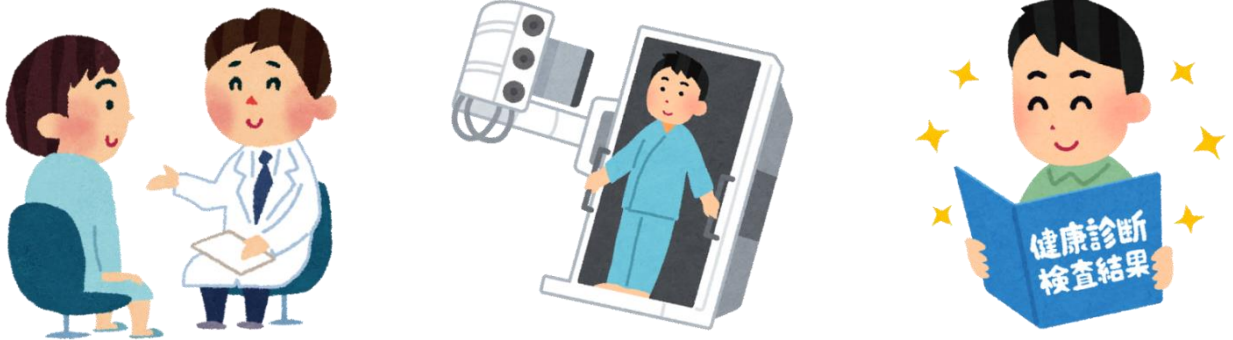
相談窓口：佐々木外科病院 地域医療連携室 TEL (083)923-8817

## がん検診等が延長されています

新型コロナウイルス感染症の影響により、胃がん検診、大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診及び骨粗しょう症検診の個別検診が2021年2月28日まで延長されています。なお、**2月28日は日曜日**となりますので、検診実施医療機関の診療日をご確認のうえ、ご予約をお願いいたします。

（子宮がん検診と乳がん検診は、当初より2021年2月28日までです。）

そのほか、費用、検査内容、無料となる対象者等に変更ありません。詳しくは「2020年度健康づくりガイド」をご覧ください。



## 曙会理念

地域の皆様の保健・医療・福祉のために貢献し、皆様に信頼され、地域とともに発展する組織をめざします。

## 佐々木外科病院理念

1. 消化器疾患を中心に、がん・外傷・整形外科領域の外科系専門病院として地域医療に貢献します。
2. 患者様から信頼される良質な医療を提供します。
3. 患者様の「病気」だけにとらわれず、「人」としてふれあう「やさしい医療」を実践します。

## 患者様の権利と責任

1. 個人の尊厳と平等  
尊厳ある個人として、生命・身体・人格を尊重されます。また、年齢・性別・人種・国籍・宗教・社会的地位等にかかわらず、平等かつ適切な医療を受ける権利があります。
2. インフォームド・コンセントと自己決定権  
検査や治療等に関して十分に説明を受け、納得と同意の上で、適切な医療を選択、あるいは拒否する権利があります。また、他の医師の意見（セカンド・オピニオン）を聞く権利があります。
3. プライバシーの権利  
医療業務に伴い知られた個人的な情報は、守秘される権利があります。
4. 情報開示の権利  
ご自身の病状や医療の内容に関して、必要な情報を知る権利があります。
5. 患者様の責任  
病院の定めた規則を守り、医療スタッフと協力して病気を克服していく責任があります。