

総合病院 土浦協同病院
第38号 平成23年11月10日

fureai

ふれあい

URL <http://www.tkggh.jp>
E-mail general@tkggh.jp

発行所 総合病院 土浦協同病院 発行人 冢坂 義人
〒300-0053 茨城県土浦市真鍋新町11-7 TEL029-823-3111



笠間のまつり【大河ドラマ・江の両人形】 撮影者：香取 遼美

第7回土浦協同病院・市民公開講座開催

健康管理センター長 田澤 潤一

開催日 平成23年11月5日

7回目の土浦協同病院市民公開講座を、平成23年11月5日土曜日の午後に土浦市民会館で開催しました。講師は、森本信二・泌尿器科部長、川野圭三・泌尿器科科長、太田真裕美・皮膚・排泄ケア認定看護師の3名で、演題はそれぞれ、「簡単な解剖、排尿障害の概要、男性の排尿トラブル —前立腺肥大症を中心に—」、「男女共通の排尿トラブル —過活動膀胱を中心に—」、「女性の排尿トラブル —腹圧性尿失禁を中心に—」でした。講演は予定通り進行し、講演後の質疑応答では、参加者103名の中から21件の質問を頂き、予定時間の35分間でその全てに対して回答をさせていただくことができ、内容の濃い講座であったと思います。事前のPR活動に協力していただいた土浦医師会、土浦市、石岡市、かすみがうら市、JA土浦などの関係者に深謝致します。



第9回感染予防週間の開催

感染管理室 湯原 里美

開催日 平成23年10月14日

当院では、感染症委員会主催の感染予防週間イベントを、毎年10月に行い、感染予防や感染対策の方法などを紹介しています。

今年は、10月14日(金曜日)に正面玄関フロアで開催しました。

催し物では、手洗いの体験コーナーや感染に関するクイズ、パンフレットの配布、器材展示など、ためになる内容が盛りだくさんです。

感染予防は、正しい知識を持ち、それを必ず実行することが大切です！

今年度、多くの患者様や職員の方々に参加していただき、「楽しかった!」・「手洗って、難しいね!」・「勉強になったよ!」などのコメントをいただき、好評のようでした。

来年は、第10回を迎えます。さらに、内容にも工夫を盛り込み、開催したいと考えています。来年もふるってご参加くださることを期待しています。



今年は、10月14日に正面玄関フロアで第9回の感染予防週間を開催した。



正面玄関入口では、感染に関するパンフレットを配布しました。



一般者向けに感染に関するクイズを行いました。



N95マスク(空気感染するような結核菌などのときに使用します)が正しく着用できているかどうかをフードをつけてサッカリンの味がしないかを確認しています。(正しく着用できているときはサッカリンの味がしません)

茨城県南悪性腫瘍研究会主催
第2回市民公開講座

がん検診

日時：平成23年12月3日（土）

午後2時～午後4時（開場午後1時半）

場所：土浦市民会館 小ホール

茨城県土浦市東真鍋町2-6 TEL：029-822-8891

定員250名
入場無料
事前申込不要

「あいさつ」大原 潔（土浦協同病院 地域がんセンター長）

司会 田澤潤一（土浦協同病院 健康管理センター長）

演題・演者

「茨城県のがん検診」

入江ふじこ（茨城県保健福祉部保健予防課長）

「胃がん」

田澤潤一（土浦協同病院 健康管理センター長）

「肺がん」

稲垣雅春（土浦協同病院 呼吸器外科部長）

【お問い合わせ】 総合病院 土浦協同病院 庶務課
担当 木村・笠倉 TEL 029-823-3111

【共催】 茨城県南悪性腫瘍研究会
総合病院 土浦協同病院

健康管理委員会からのお知らせ

患者・家族が健康の保持・増進及び在宅ケアの充実が図れるよう、予防から治療そして在宅に至る、幅広い分野での健康教室の企画・運営を行います。

タバコ卒業教室

11月16日(水)・12月21日(水)

13:30~15:00

テーマ

『タバコの真実の話し
禁煙のコツ・ヒント』



開催場所:健康センター2階

腎臓病教室

12月6日(火) 13:30~14:30

テーマ

『自分に合った運動で
元気になりましょう』



開催場所:救急5階会議室

一の木会

12月1日(木) 14:00~15:00

テーマ

『ストーマとの付き合い方
困り事への相談』



開催場所:救急5階会議室

糖尿病教室

12月21日(水) 13:30~15:00

テーマ

『糖尿病の方のためのおせち料理を教えます
—正月に血糖を悪化させないために—』



開催場所:救急5階会議室

子どもの健康教室

12月2日(金) 14:15~15:00

テーマ

『下痢・嘔吐について』



開催場所:小児科外来待合

介護教室

12月27日(火) 13:30~14:30

テーマ

『自宅での救急時の対応について』



開催場所:正面玄関外来受付

食物の

ちから

栄養部だより

栄養部 中島みどり

～春菊(秋・冬が旬の野菜)～

春菊は、1年中栽培されていますが、栄養が豊富で一番おいしいのは、11月～3月の寒い時期です。おひたしや和え物はサッと茹でて冷水に浸し色止めします。繊維質がやわらかく、アクも少ないので、生のままサラダで食べると香りをじっくり味わうことができます。鍋に入れる場合は、食べる直前に入れ、煮すぎないようにしましょう。煮すぎてしまうと、香りや栄養が損なわれてしまうので注意しましょう。食べ方は、味噌汁や吸い物に入れたり、かき揚げ、おひたし、胡麻和え、白和え、鍋などが一般的ですが、ゴマ油やバターで炒めると、独特の風味を楽しむこともできます。病院給食でも、これからの時期、春菊を使った料理が多くあります。楽しみにして下さい。

