

全病棟合同レクレーション

7月と8月に2回 全病棟で合同レクレーションを行いました。

どちらも外部から演奏者を招き、病棟スタッフも演奏に加わってのレクレーションでした。7月22(土)はギター演奏があり、多くの患者様が参加されました。ギターの演奏と共に患者様が歌を歌われて楽しいひと時になりました。8月19日(土)はオカリナの演奏でした。やさしい音色に、患者様だけでなく職員の顔も、穏やかで優しい笑顔に…。最後はオカリナの演奏に合わせ全員で「ふるさと」を合唱しました。音楽というものはどれほど人の心を癒すのでしょうか。楽しいひと時を過ごされた患者様。次回はどのような会になるか楽しみです♪



ギターの演奏に合わせてみんなで歌を♪
楽しいひと時でした



やさしいオカリナの音色に気持ちもやさしくなります



認知症サポーター養成講座



8月3日 午後2時から、あきた病院にて認知症サポーター養成講座が開催されました。その講座の前に、認知症に関する研修を受けたオレンジドクターである三角院長が「認知症の医学的理解」と題し、医師の立場から話をされました。その後、「グループホーム萌」の藤川ホーム長、「ささえりあ飽田」の鬼塚ケアマネージャー、「デイサービスセンター元気もりもり」の布川氏3名による講習会が始まり、皆さん熱心に耳を傾けておられ、認知症に対する関心の高さがうかがえました。講座終了後、受講生のみなさんには、認知症サポーター認定のオレンジリングが授与されました。今後も、認知症サポーターさんと一緒に、地域で認知症に対する理解を深めていければと思います。



オレンジドクター三角院長



養成講座を熱心に受講される地域のみなさん



ヘリコバクター・ピロリ菌



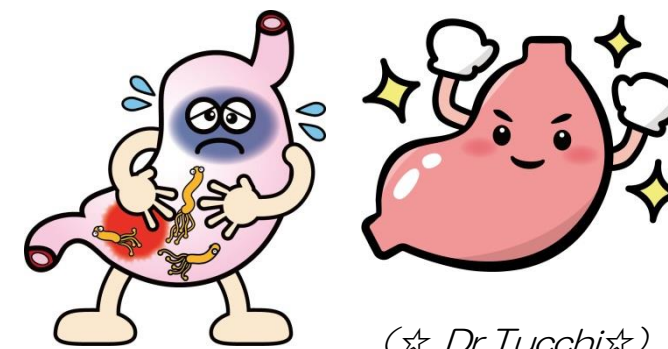
日本のがん死亡数を臓器別にみたとき、男性で2位、女性では3位に位置するのが胃がんです。そして、胃がんのほぼすべてに関係していると考えられているもの、それがピロリ菌。1983年にオーストラリアのロビン・ウォレンとバリー・マーシャルが発見(胃内細菌の存在を確定)し、2005年にその功績によりノーベル生理学・医学賞を受賞しました。

ピロリ菌は幼少時に飲み水などから感染すると考えられています。

少し専門的になりますが、ピロリ菌が長期に胃の壁を攻撃し続けた結果、胃粘膜細胞に遺伝子異常を生じる、あるいは胃粘膜の損傷を修復するための幹細胞が動員される、などの変化が起こると考えられます。

このように変異した細胞から、胃がんが発生することが分かってきました。つまり、ピロリ菌による長期の攻撃を受け、がん化の可能性を持つ細胞が形成される前でないと、除菌(ピロリ菌の排除)による胃がん予防は不十分ということになります。

当院では、胃・大腸内視鏡検査のほか、もちろんピロリ菌検査も行っています。検査の詳細については遠慮なくお問い合わせください。



(☆ Dr. Tucchi ☆)

かおりんの健康レシピ

暑い夏が過ぎ、ずいぶん過ごしやすくなってきましたね。食べ物も秋の味覚が多くなってきました。今回のレシピは『梨の簡単はちみつコンポート』です。梨を買ったけどあまり甘くない時や、普通に食べる事に飽きた時に試してみませんか？

梨はクエン酸やカリウムを含み夏バテした身体の疲労回復やむくみをとる利尿作用、食物繊維による便秘解消効果などがあります。はちみつにも素早いエネルギー補給による疲労回復などの効果があります。

(※ ただし、はちみつは1歳未満の乳児には乳児ボツリヌス症を発症する恐れがありますので与えないでください。)

『梨の簡単はちみつコンポート』

- 梨 1個
 - はちみつ 大さじ1杯
- (好みや梨の大きさに加減してください)

【作り方】

- ① 梨は6等分から8等分に切り、皮や芯をむいていちょう切りにする。
- ② 皿に梨を入れ、はちみつを入れ混ぜる。
- ③ 皿にラップをかけて、電子レンジで3分加熱する

シナモンの粉やすりおろした生善と一緒に混ぜてレンジにかけても美味しいですよ

