



～野菜がたっぷり摂れるレシピ～

『ラタトゥイユ』

※ラタトゥイユとは、フランス語で、夏野菜の煮込みを意味します。

【材料（4食分）】

・なす	100g（1本）
・玉ねぎ	150g（大1/2個）
・ズッキーニ	150g（1本）
・赤パプリカ	20g
・黄パプリカ	20g
・トマト	200g（1個）
・にんにく	2g（1かけ）
・オリーブオイル	12g（大さじ1）
・塩	3g（小さじ1/2）
・コンソメ	1/2個（2g）
・こしょう	少々
・ローリエ	あれば



【栄養量（一人分）】

・エネルギー	70Kcal
・たんぱく質	1.6g
・脂質	3.2g
・糖質	9.9g
・塩分	1.0g

【作り方】

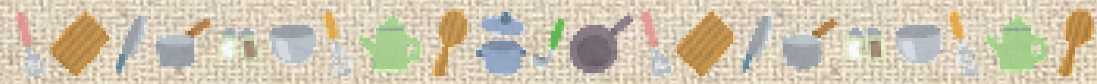
- ① 材料を1.5～2cm角に切る。
- ② フライパンにオリーブ油・にんにくを熱し、玉ねぎを中火で炒める。
- ③ 玉ねぎが透き通ってきたら、ほかの野菜を加えて、全体に、しんなりするまで炒める。蓋をして3～4分蒸し焼きにする。
- ④ ③がしんなりしてきたら、トマト、調味料を入れて、弱火～中火で煮込む。

【ポイント】

ラタトゥイユは、夏野菜を使った料理ですが、1年を通して手に入る野菜で代用できます。

お肉料理やお魚料理のソースとして食べると、野菜とタンパク質を一度に摂ることができます。

また、冷やしてもおいしく、水を加えてスープやオムレツの具にも使えます。



患者総合支援センターだより



HP: <https://www.city.nishiwaki.lg.jp/hospital>

NIHONNO HESONO

患者総合支援センターだより
2022年9月発行

〒677-0043 兵庫県西脇市下戸田652番地の1
TEL: 0795-22-0111(代表)

患者総合支援センター 直通
TEL: 0795-22-8270
FAX: 0795-23-4580



看護局長 就任のごあいさつ

看護局長 守澤 さゆり



令和4年4月に看護局長に就任いたしました守澤です。微力ですが精一杯務めさせていただきますのでございます。

西脇病院看護局は、「一人ひとりの患者様を大切にし、『信頼され、安心される看護』を提供する」との理念のもと、患者様のニーズに沿った質の高い看護の提供を目指しています。

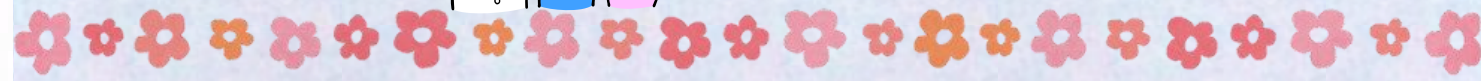
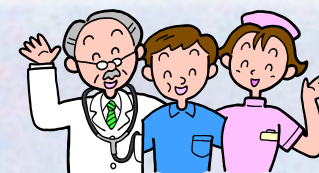
新型コロナウイルス感染症対策については、地域の皆様のご協力に、心から感謝申し上げます。まだまだ予断を許さない昨今の状況ですが、持てる力を結集し乗り越えていきたいと考えています。皆様には、ご不便をおかけすることもあると思いますが、引き続きご指導、ご支援よろしくお願いいたします。

西脇病院は、主に、急性期の医療を提供していますが、地域包括ケア病棟など、回復期をケアする病棟も有しており、総合的な医療と看護を患者様のニーズに合わせて提供できる病院です。

また、高度な医療やケアに対応するために、看護師の育成にも力を入れています。認定看護師や各種の専門知識を獲得するための支援も積極的に行っています。

地域看護教育研修センターでは、地域の方々と共に学びあう研修を、今年度から会場とWEB併用で実施しています。どうぞ、ご利用ください。

最後になりましたが、西脇病院がこれまでも、そしてこれからも患者様とご家族はもとより、医療・福祉・看護・介護を担う地域の皆様とともにあり、選ばれる病院であり続けるよう努力してまいります。よろしくお願い申し上げます。



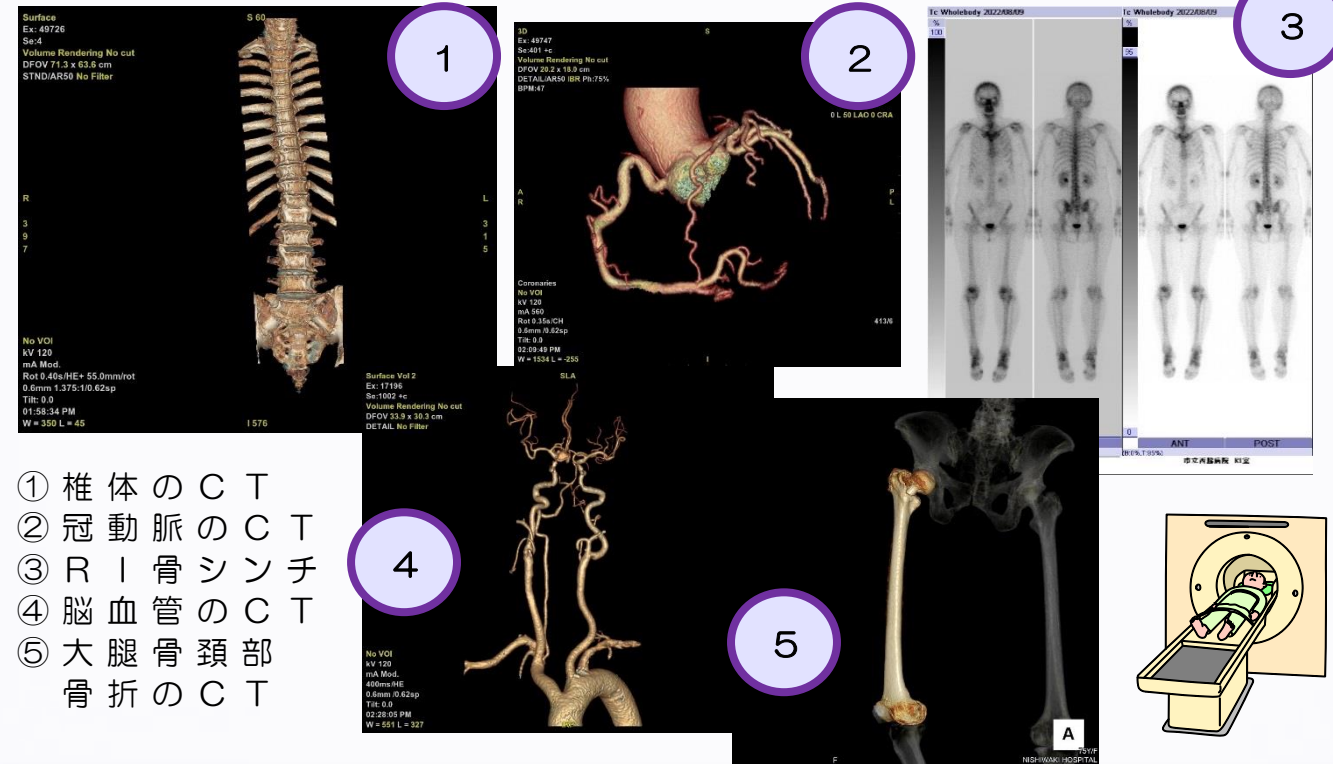
放射線部のご紹介

放射線部 部長 火原 宏幸

放射線部は、診療放射線技師 16 名と医療事務補助員 2 名が在籍し、一般撮影装置・マンモグラフィ装置・CT・MRI・RI・放射線治療装置・骨密度装置・X線 TV 装置・血管撮影装置を備えています。

院内さまざまな部署と連携し、診療に適切な画像を作成し、診断・治療の大きなサポートとなっています。

最近では、画像ワークステーションを用い、CT や MRI などのボリュームデータを元に画像を再構築し、任意の断面、MIP 像、3D 像などの画像処理を行うことが増えています。



- ① 椎体の CT
- ② 冠動脈の CT
- ③ RI 骨シンチ
- ④ 脳血管の CT
- ⑤ 大腿骨頸部骨折の CT

◆ 地域の先生方へ ◆

CT・MRI・骨密度測定などは、当日でも受付しておりますので、患者総合支援センターまで、ご連絡ください。

2

■ 入院前日電話訪問

入院支援を行った患者さまに対して、入院前日に電話訪問し主に以下の支援を行っています。

- 1 入院前日までの期間の体調確認
- 2 休薬など医師の指示が遵守できているか
- 3 書類や必要物品、心身も入院準備が整っているか



入院支援時にアセスメントした内容をふまえて、お一人お一人に応じた内容で入院準備ができていないか確認させて頂いています。患者さまの体調等をふまえ、短時間でを行うよう心掛けています。

■ 入院当日

入院前に入院予約患者さま全員の入院までの様子、体調の確認を行っています。コロナ禍であり患者さまへの感染リスクを減らし、患者さまを守るため、付き添いのご家族の体調確認も行っています。体調の変化や感染の可能性がある場合は、主治医に報告、相談し対応しています。

■ がん患者支援（専門職との面談）

悪性腫瘍と診断された患者さまに対して、がん患者の看護に従事した経験を有する看護師が、診断結果及び治療方法等について、ご本人が十分に理解し、納得した上で、治療方針を選択できるように、説明及び相談を行っています。また、身体症状及び精神症状、病状、診療方針、診療計画、日常生活での注意点等の説明、ご本人が必要とする情報の提供、意思決定支援、他部門との連絡及び調整等、患者さま・ご家族の心理的不安を軽減するためのケアを行っています。

がん告知後の入院支援時に、患者さま・ご家族が辛い気持ちを表出することや疑問や不明点を確認されることがあります。お一人お一人の気持ちに寄り添いながら支援を行っています。



■ 薬剤師による指導（専門職との面談）

入院予定患者さまからの聞き取りや、お薬手帳などの情報から、服薬状況、サプリメントの使用、副作用やアレルギー歴などの確認を行っています。その中から、薬の相互作用また手術や検査等において、中止の必要がある薬などを確認し、その情報を他職種と共有することで、患者さまがより安全な入院生活を送れるように、支援を行っています。

◆ 地域の先生方、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所の方々へ ◆

日頃は、当院の地域医療推進・連携にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

入院支援室では、勤務経験豊富なスタッフが、身体的・社会的視点から状況を把握し、多種多様な問題を持つ患者さま・ご家族に多職種と協働しながら、総合的な支援を行っています。

入院前から退院後まで、切れ目のない医療・看護・介護を行うために、引き続きご協力をお願いいたします。

7

入院支援のご紹介

■入院支援とは

入院支援とは、患者・家族の皆さんが入院前から「入院生活」「退院」「退院後の生活」をイメージして入院医療が受けられ、早期に住み慣れた地域で、元の生活に戻れることを目的とした支援です。また、入院支援は、入院・手術・検査等について、より理解でき、安全性の確保、安心な療養生活、日常生活への早期回復に繋がります。

当院では令和2年5月に「入院支援室」を開設、入院支援を開始しました。

【主な支援内容】

- ・パンフレットに沿った入院当日の持ち物の説明や病室の希望確認
- ・入院費用の概算説明
- ・診療計画（クリニカルパス）を用いた入院中のスケジュール説明
- ・専門職（薬剤師、医療ソーシャルワーカー、緩和ケア認定看護師等）による面談
- ・病歴や日常生活の様子、不安や疑問などの確認
- ・退院に関する問題、栄養状態・誤嚥・褥瘡・転倒の有無の確認

入院支援によって得られた情報を入院棟や患者総合支援センタースタッフほか多職種と共有し、入院前から退院後までシームレスに患者さまの生活が支えられるよう支援しています。

現在は、コロナ禍のため、入院前日の電話訪問や入院当日の体調確認を行っています。

■入院支援の流れ



・入院決定後、医師が入院支援を予約



・入院支援看護師が入院生活の説明、病歴や日常生活の様子などを情報収集
・薬剤師が薬歴やアレルギーなどの有無、休薬指示等を説明
・必要時、専門職と面談

・入院支援看護師が電話訪問し、体調確認と入院準備の状況を確認



・入院支援看護師が体調確認
・多職種で情報共有

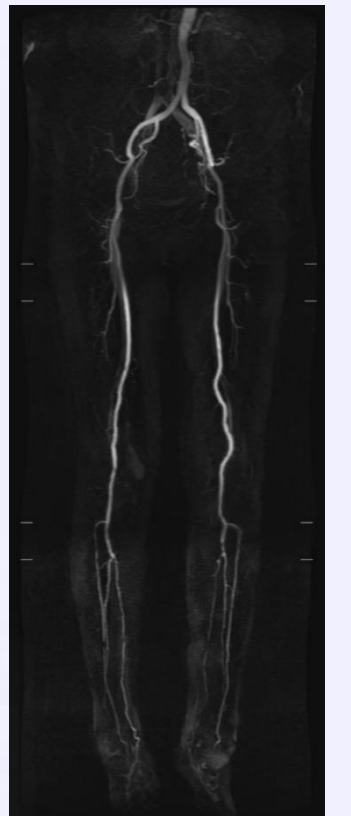
非造影の下肢 MRA

閉塞性動脈硬化症などの評価には、下肢の CT angiography (CTA) や MRangiography が、用いられます。

下肢 CTA は、造影剤を使用し、良好な全下肢 CTA 画像を得ることは容易ですが、腎機能低下などで、造影剤を使用できない場合は、心周期における血流の流れを利用した非造影下肢 MRI の撮影法を用いることができます。

(ただし心拍数や不整脈などで、うまく撮影ができないこともあります。)

様々な装置や撮影法もあり、専門性も高めながら、幅広い技術を習得し、診療に有用な画像を提供していけるよう日々奮闘しています。



放射線治療のご紹介



放射線治療装置は、米国バリアン社製の「トゥルービーム」という汎用のリニアックとしては、最高峰の治療装置になります。

従来の装置と比べて、

- 1 照射装置を回転させながら IMRT を行えるため、治療にかかる時間を短縮することができます。

※1) 強度変調放射線治療 (IMRT) :

コンピューターを利用して、腫瘍に放射線を集中させる高度な照射方法。

- 2 従来の治療器より高速に X 線ビーム出力を行うので、時間のかかる定位放射線治療も短時間で行うことができるため、患者さんの負担を減らすことができます。
 - 3 治療装置に CT 機能が搭載されており、目標を確認しながら治療が行えるため、毎回精度の高い位置合わせが可能になります。
 - 4 治療位置の合わせこみを、専用の X 線撮影装置と 6 軸方向に動く治療ベッドで行うことで、より正確にできます。
 - 5 呼吸と同期して治療が行えるため、より高精度の治療が行えます。
- 上記のように、優れた点が、たくさんあります。



栄養部のご紹介

近年、高齢化により、骨折や寝たきり、低栄養から起こるサルコペニア(痩せ)フレイル(虚弱)、認知症などが課題となっています。

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病に加え、これらの疾患も、食生活を含めた生活習慣が影響しています。より早い段階から食生活の改善(適正な食事療法)を行い、疾病の予防及び治療を支援することが私たち管理栄養士の役割と考えています。

当院には、糖尿病療養指導士(兵庫県)、がん病態栄養管理栄養士、NST専門療法士の認定資格を取得した管理栄養士が在籍し、糖尿病・腎臓病教育チーム緩和ケアチームや栄養サポートチームなどにおいて、多職種と連携し、質の高い医療サービスを提供しています。

●個別栄養指導

月～金曜日(9:30～15:30
30分ごとの予約制)

- ・外来栄養指導
- ・糖尿病透析予防指導
- ・糖尿病合併症外来
- ・入院栄養指導

当院の栄養指導は、外来・入院ともに、糖尿病や慢性腎不全(CKD)に対する栄養指導の割合が多くを占めています。

糖尿病の栄養指導では、従来型のカロリー制限に加え、1型の糖尿病患者に対してカーボカウントの指導も行っています。また、糖尿病合併症外来では、地域の医療機関からご紹介いただいた患者さまへ、栄養指導を行っています。

腎機能低下を予防する食事療法は、早期から介入することで、透析を回避する可能性が高まります。

また、高齢者のタンパク質制限は、フレイルを助長させる危険性があり、適切な栄養指導のもと行うことが大切です。

その他、認知症疾患医療センター外来と連携し、認知症の患者様とそのご家族様を対象にした栄養相談も実施しています。



●集団栄養指導

糖尿病と腎臓病の教育入院では、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士など多職種で、指導を実施しています。

- ・糖尿病教育入院：第1月曜日～
- ・腎臓病教育入院：第3月曜日～



- ・糖尿病教室：第4金曜日
- ・妊産婦教室：偶数月の第1金曜日

※現在、コロナ感染予防のため、糖尿病教室、妊産婦教室は中止しています。



◆地域の先生方へ◆

栄養指導は、予防医療の一環です。

特に、内服治療では限界のある病態においては、早期に栄養指導を介入することにより、病態の進行を抑制することが期待できます。

また、生活習慣病のほかに、高齢者のフレイル予防や認知症予防、がん・低栄養の相談も行っていますので、お気軽にご紹介ください。



●栄養コラム

野菜には、糖質・脂質の代謝に関わるビタミンB群が豊富に含まれています。また、野菜に含まれる食物繊維は、便通を改善する作用のほかに、血糖値の急な上昇を抑制する効果や血清コレステロールの増加を防ぐ効果があります。朝食・昼食・夕食と、毎食とすることで、肥満の予防や血糖コントロールにつながります。野菜に加えて、きのこ・海藻なども積極的にとることをお勧めします。

8ページに“野菜がたっぷり摂れるレシピ”を掲載しています