



はまなす季刊

医療法人はまなすHP ▶▶▶ <http://www.hamanasugeka.com>

医療法人
はまなす **篠路はまなすクリニック**

〒002-8024 札幌市北区篠路4条9丁目12番45号
TEL (011)776-3030・FAX (011)776-3001

医療法人
はまなす **はまなす医院**

〒061-3284 石狩市花畔4条1丁目141番地1
TEL (0133)64-6622・FAX (0133)64-6555



2018年6月2日 大阪城公園にて撮影(水野篤司)

発掘と診断

理事長 工藤 岳秋

小学生の長男に感化され、この二、三年、恐竜を追いかけて各地を探訪しています。今夏、日本の研究拠点である福井県立恐竜博物館で発掘を体験しました。中生代の地層から搬出された石を、気温35℃を超える戸外で金槌と鑿(たがね)を用いて丹念に割っていきます。化石か否かは目視で精細に確認します。

地道な作業で得た試料を分析して種や部位が特定され、全身の復元図が作り上げられます。北海道芦別市で一昨年発見された大人の握りこぶし大の化石は、体長約6メートルのティラノサウルス類の尾椎骨(尻尾の骨)の可能性が高いと発表されました。

病気の診断も類似するところがあります。断片的な患者さんの主訴から仮説を立て、診察・検査と進みます。時間の経過とともに変化する軽微な症状から見当がつくこともしばしばです。

酷暑の発掘体験でかなり辛抱強くなりましたので、この秋は診療の面でもじっくりと取り組み、診断能力の向上につなげていきたいと思っています。

先日、雑貨店でブラジル産の炭酸飲料が目にとまった。「ガラナ・アンタルチカ」である。近年、外国産のソフトドリンクなど珍しくはないのだが、13年前にブラジル旅行した際に味わった懐かしい銘柄だったため、思わず足が止まった(写真1)。サッカーブラジル代表の公式スポンサーでもあり、トレーニングシャツにこの飲料のデザインが施されている。



写真1

ガラナはブラジル原産の植物で、アマゾンジャングルに自生している。地元では強壮・疲労回復・鎮痛効果があるとして古くから利用されている。私も実物を現地でみた経験があ

り、その鮮やかな赤色が印象に残っている(写真2)。日本でも国内メーカーが北海道限定でガラナ飲料を製造しており、飲んだことのある人も多いだろう。あの薬のような刺激的な味わいは、好みの分かれるところだが、コーラに比べてカフェインを豊富に含むため、眠気覚ましには持つて来いである。

ガラナ飲料

副理事長
はまなす医院院長
工藤 立史

ところで、なぜ北海道でのみ製造されているのか長年気になっていたのですが、この度ネット検索してみると、意外なことが明らかになった。それは昭和30年代に遡る。数年後に日本に上陸すると言われていたコカ・コーラに対抗できる飲料を調査したところ、ブラジルではガラナ飲料の人氣に負けてコーラ販売に苦戦していたとい



写真2

う。そこで日本でもガラナ飲料を開発したのだが、間もなくコーラが日本に上陸すると同時にガラナ飲料が廃れていくことになった。しかし、北海道ではコーラが上陸するまで3年ほど本州より遅れたため、先にガラナ飲料が定着し、現在まで生き残ったとされる。

この度、地球の裏側で昔出会った飲み物を国内でも味わえることを知り、感慨深い。北海道産のガラナ飲料は今年で生誕60年を迎え、まさに地域に根付いている。ブラジルびいきの私としては、コーラに負けないように、この先もずっとガラナを応援していきたい。

透析療法

従事者研修

篠路はまなすクリニック 看護師

三上 真由美



7月7・8日、埼玉県大宮市で開催された透析療法従事者研修に参加してきました。

2日間の研修を通して、透析療法の原理や合併症、感染管理、患者指導、腎移植など透析医療の現状を学ぶことができました。特に印象に残っているのは、今の透析治療は、リンコントロールは、蛋白制限ではなく透析条件や内服調整で行つてるという事で、ほとんどの講師の方が透析患者の栄養摂取の重要性を述べられていました。むやみに蛋白制限を働きかけるのではなく、いかに栄養を摂取できるかを考えることが透析患者さんの元気の維持に必要なのだと改めて学ぶことができました。今回の学びを透析患者さんとの関わりに活かし、患者さんの元気に繋がるよう、日々努めていきたいと思ひます。

北海道透析療法学会で 発表しました

管理栄養士 牧野 姫佳

5月27日に札幌コンベンションセンターで行われた第93回北海道透析療法学会に参加しました。この学会は透析治療に携わる道内各地の病院の様々な職種の方が、自施設での取り組みなどを発表、質疑応答が行われるとても活発な情報交換の場です。当日は他施設の管理栄養士による興味深い発表も聞くことができ、とても有意義な1日でした。

その中で私も「当院透析患者の食生活の現状」と題し、発表をさせて頂きました。昨年、当院の透析患者さんで本研究への参加同意を得た62名にアンケートを行い生活状況の聞き取りに

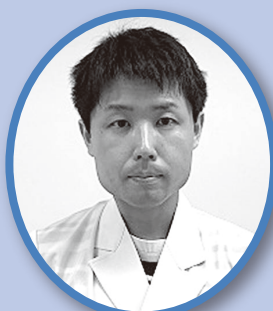
ご協力を頂きました。今回はそのデータと診療録による情報を基に、同居家族形態によって分類し、栄養状態や食生活状況、食事療法への意識などを比較・分析しました。その結果「独居」「家族と同居」のそれぞれの環境によって食への意識や取り組みの傾向に違いがみられることがわかりました。普段栄養相談を行っている、患者さんには、それぞれの生活環境があり、個々の生活に寄り添うような食事療法の提案を行う必要があると痛感していますが、この結果を見てさらにその思いを強くすることができました。今後も皆様の食生活を豊かにするサポートができるよう、努力して参ります。



学会場での牧野さん(右から3番目)

腎臓内科出張医師が交代しました

八反田先生お疲れ様でした！
1年3か月間ありがとうございました



7月から出張しています

山本 準也 医師

～北海道大学病院 内科Ⅱ～

- 趣味** 家族とショッピングモールに行く
- 特技** 小型船舶運転できましたが、免許更新切れ(笑)
- 何か一言!** 微力ながら皆さまの力になればと思います!

Rose Garden BBQ 2018.6.28



カンパ〜イ

ビールを片手に

毎年恒例となりました会長宅でのバーベキュー。

総勢 45 名のはまなす医院のスタッフが集まりました。

炭火で焼く特大サイズの牡蠣やホタテ、ジンギスカンがとても美味しく、芳醇な香りの沢山のバラに囲まれ大盛況に終わりました。

(坂本維子)



篠路 バーベキュー 2018.7.26

篠路職員のバーベキューパーティがドライバーさん達の手作りの特設会場（北側駐車場）で開催されました。平日開催にもかかわらず64名ものスタッフと家族が参加しました。幸い天候にも恵まれ飲むペースも加速し、多くのお肉や海鮮を食べながら部署が違うスタッフとも交流ができ楽しい会となりました。

(野口公貴)



懇親会をしました

7月7日、麻生「いろりあん」ではまなす医院看護部の懇親会を行いました。理事4名を含め総勢19名の参加がありました。

各部署との親睦を深めるととても良い機会でした。

(近藤奈美)



35年目の 修学旅行

高校の同級生10人で5月27日から2泊3日、宮城県鳴子温泉～仙台市内～松島、一人旅ならぬみちのく大勢旅でした。

高校生の頃の遊び感覚の旅行とは違い、今回は歴史や文化に触れ、素晴らしい景色にため息をつき、歳を重ねたからこそ見えてくるものを感じるものがありました。特に松島の絶景からは、震災という不幸な出来事に遭いながらも「がんばろう!」を合言葉に人々の復興にかける思いの強さが伝わってきました。



松島以外でも、鳴子のこけしに癒され、伊達政宗ゆかりの地を歩き、ケヤキ並木に、ずんだシェイク、牛タン、せり鍋などを楽しみ、35年前の女子高生たちは仙台空港をあとにしたのでした。

(はまなす医院 原明美)

新入職員紹介



はまなす医院
庶務・総務
大崎 清隆



はまなす医院
看護助手
石井 千恵子



篠路はまなすクリニック
外来看護師
萩原 さとみ



篠路はまなすクリニック
病棟看護助手
武藤 恵子



篠路はまなすクリニック
厨房
石澤 俊子

透析運動療法研究会に参加しました



はまなす医院 看護師 **高橋 孝子**

7月28日(土)北大学術交流会館で透析運動療法研究会の研修に参加させていただきました。安静状態が長い透析患者は、筋力、身体機能低下につながりやすく、予防策として透析前や透析中にリハビリを行い、結果を残している施設の発表がありました。リハビリを始めるために、まず患者が痩せない事が大切で食欲、栄養状態、血液データ、透析量など様々な角度から観ていく必要がある事がわかり、多職種連携の大切さを学び今後活かしていきたいと思いました。

日本超音波検査学術集会に参加して

放射線技師 **水野 篤司**



去る6月1日～3日、大阪で開かれた超音波検査学術集会に参加してきました。暑さと湿気を心配しましたが、梅雨入り前で湿度は低く思いのほか快適でした。それでも日中は30度を超えてましたが、日が落ちると半袖だと少々肌寒く感じるほどでした。地元の方の話だと例年に比べ寒いと言っていました。

会場は大阪駅近くで行われました。自分の大阪のイメージは「ごちゃごちゃしているが活気ある街」と思っていたのですが、淀川を中心に建物が碁盤の目状に並び洗練されたきれいな街でした。高速道路の

出入り口が大阪駅近くにあったことはちょっとした驚きでした。

学会ですが大小合わせて10会場、部位やテーマごとに分かれています。どの会場も満員で立ち見も出るという盛況ぶりでした。講演者は関西の病院で働いている方が多く、話し方が巧みで聞いただけでできるような気になってしまいました。大阪で行われたということもあり吉本所属の西川きよし氏の特別講演もありましたが、帰りの飛行機の関係で残念ながら聴講することはできませんでした。

大変充実した三日間であり、今後は今回得た知識を元に診療に活かしていきたいと思います。

大阪から戻って二週間後、大きな地震がありました。大阪北部に住まわれている方をはじめ被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。



敬老の日

かつて敬老の日の祝日は9月15日だった。それが、いつの間にか9月の第3月曜日になった。いずれにせよ祝日だし、しかも日曜日とつながって連休になったんだから、まあいいか、とも思うが、わたし個人としてはイマイチ割り切れない思いがある。

調べてみると、そもそも敬老の日は、1963年にできた老人福祉法によって「老人の日」として生まれた。それが、1966年に「敬老の日」と名を変え、さらに2003年になってハッピーマンデー制度というのができて今日のようになった。

こんな例はほかに3日あって、成人の日（1月15日）、体育の日（10月10日）、海の日（7月16日）が、それぞれ1月・第2月曜日、10月・第2月曜日、7月・第3月曜日にシフトしている。

この中で、成人の日と海の日は何のわだかまりもないが、体育の日の変更については合点がいかない。

1964年、不肖わたしは19歳のみぎり、大学に入学した年、日本にとって悲願だった東京オリンピックが開

催された。10月10日、忘れもしない日本晴れの空の下、国立競技場にそびえる聖火台に聖火がともされて第18回オリンピック大会は幕を開けた。開会式の日取りが10月10日に定められたのは、その日が気象上の「晴れの特異日」だったからである。過去の気象データから圧倒的な確率の高さで「晴れ」または「雨」になる日がある。これを気象学的に特異日という。ドームなど存在しなかった時代に、アメが降ってはハレの開会式が台無しになってしまう。開会式の当日に「晴れる」ことが至上の命題として求められたのだ。

そして10月10日は、期待を裏切ることなく日本晴れとなった。バクチにも等しい日取りの決め方ではあったが、東京オリンピックは大成をおさめ、のちにこの日が国民の祝日に定められるに至った。こんないわれのある日が第2月曜日などと不特定多数の日の仲間入りをしたのでは意味がなくなってしまう。憤懣やるかたない思いはいまも消し去りがたい。

海の日は、当初は7月20日だったのがその月の第3月曜日に変更された。これに対して、山の日（8月11日）とい

うのはなぜか月曜日にシフトしていない。海と山の、どこで差がついたのだろう？

さて敬老の日について。この日が9月15日であることに特別こだわりを持つのは、何を隠そう、私も夫婦の結婚記念日に他ならないからだ。この日は、前述したように、はじめは老人の日として生まれた。「子供」と「成人」を祝うのに、「老人」にそれがなのは片手おちである、と考えたかどうかわからないがとにかく祝日となった。しかしながら、老人は祝されるモノだろうか？ 第一、言葉にアヤがない。そこでよりマイルドな、敬老、に変わった。らしい。しかるに世の中、敬われるに値しないダメ老人だって存在する。「90歳、何がめでたい！」というタイトルの本が出ているくらいだ。「老人」から「敬老」へと言葉だけ変わっても、とどのつまり「老い」を意識させられることに変わりはない。

かつては、老い、をうやまう身だった。いつの間にかうやまわれる立場になったのだらう。なるほど鏡で見る自分の姿は老人そのものである。体力の衰えも如何ともしがたい。だが、悲し

いかな、自分の中で老いているという実感はない。

来年はとうとう金婚式を迎える。50年という歳月の流れは、必然的に「老い」を伴っている。来年の2019年の暦では9月15日は日曜日にあたっている。なので敬老の日は振り替え休日の翌16日の月曜日である。いかなる年号に変わっているかは知らないが、「昭和」から「平成」を経て次の時代へと時は流れる。私どもの結婚記念日も、こだわりを捨てて「老い」を認めて、敬老の日に合わせて祝うのがスナオなのかもしれない。



篠路はまなすクリニック TEL (011)776-3030

〒002-8024 札幌市北区篠路4条9丁目12番45号

FAX (011)776-3001

診療科目/外科・消化器外科・内視鏡外科・血管外科・麻酔科(工藤謙三)・内科・消化器内科・腎臓内科・透析

科 名	診 療 時 間	月	火	水	木	金	土	日
一般外来	午前(9:00~12:00) ※受付12:00まで	工藤岳秋	工藤岳秋	工藤謙三	工藤岳秋	工藤岳秋	出張医	休 診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで			出張医			休 診	
腎臓内科	午前(9:00~12:00) ※受付12:00まで		山本準也			工藤立史		

透 析	月・水・金	(一部) 9:00~14:00	◆休診日/日曜日
		(二部) 14:00~20:30	
	火・木・土	9:00~15:00	

はまなす医院

TEL (0133)64-6622

〒061-3284 石狩市花畔4条1丁目141番地1

FAX (0133)64-6555

診療科目/外科・内科・腎臓内科・透析・リハビリテーション

科 名	診 療 時 間	月	火	水	木	金	土	日
外科・内科	午前(9:30~12:00) ※受付12:00まで	工藤謙三	工藤謙三	佐藤裕二	工藤謙三	工藤謙三	横尾(第1・3) 神山(第2・4)	休 診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで						休 診	
内 科	午前(9:30~12:00) ※受付12:00まで	工藤立史		工藤立史	工藤立史			休 診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで							

透 析	月・水・金	(一部) 9:00~15:00	<患者様へお知らせ> ◆火・金曜日に手術が入った場合、午後は外科から内科へ変更になることがあります 来院前にお電話でお問い合わせください ◆休診日/日曜日 ◆外科系救急当番(祝日のみ)…9:00~17:00
		(二部) 13:00~17:00	
	火・木・土	9:00~15:00	



ご当地メニューの紹介

山口県のご当地メニューとして、「チキンチキンごぼう」と「けんちょう」を提供しました。チキンチキンごぼうは山口県の人気給食メニューの一つです。片栗粉や油でエネルギーアップ、下味を付けずにたれを外側に漬けることで減塩の工夫をしています。けんちょうは、山口県の郷土料理として家庭で親しまれています。今回は顆粒だしを使用しましたが、家庭で調理する際には、天然のだしを使用することで減塩になります。

●チキンチキンごぼう

材 料

鶏肉	60g	A	醤油	3g
片栗粉	6g		上白糖	3g
ごぼう	30g		本みりん	4g
片栗粉	6g			
油	8g			

作り方

鶏肉は食べやすい大きさに切り、片栗粉を表面にまぶす。ごぼうは斜めに薄く切り(ささがきでもOK)、片栗粉をまぶす。
熱した油に入れて、きつね色になったら上げる。
鍋に調味料Aを入れ、煮立たせる。上げた鶏肉とごぼうをたれに絡める。

●けんちょう

材 料

大根	40g	B	醤油	3g
人参	20g		上白糖	3g
豆腐	1/8丁		本みりん	2g
油	2g		料理酒	2g
			顆粒だし	1g
			ごま油	1g

作り方

大根と人参はいちょう切りにし、豆腐は水気をきっておく。
フライパンに油をひいて、大根と人参を炒める。
しんなりしてきたら、調味料Bを入れ、豆腐を手で碎きながら入れる。水分がほとんどなくなるくらいまで煮て、最後にごま油で香り付ける。

編集後記

数年ぶりに石狩市内にある「番屋の湯」へ行きました。そこには以前来たときにはいなかった珍しい生き物、カピバラがいました。館内の中庭に湯船が出来ており、カピバラが入浴できるようになっていました。ご飯を食べては風呂に入ったり、

のんびりくつろいだりとそれはまるで休日のオヤジのようでした。そんな姿も愛嬌があり、風呂の気持ちよさと同時に癒されました。

(H. B)