



- ◎新年にあたってご挨拶
- ◎えいけんクリニック紹介
- ◎腎臓を癒してみましよう(豆知識)
- ◎おもいやりしミニ
- ◎ほのぼの展覧会
- ◎各施設からのお知らせ

平塚市明石町/倉田療院棟上げ当時(旧倉田病院前身)



皆様にとつて  
良き年に  
なりますよう  
心よりお祈り  
申し上げます。

平成二十六年元旦  
倉田会職員一同

**新年あけましておめでとございます。**

今年2014年は、厚生労働省が提唱する第二次健康日本21計画の2年目にあたります。第一次健康日本21計画では、生活習慣病の改善を目的にメタボリックシンドロームという言葉が生まれ、その認知度の上昇とともに肥満と内臓脂肪の蓄積によって、心筋梗塞や脳出血などのリスクが高まるという認識が、一般的になりました。

今回の計画では、平均寿命を延ばすだけでなく、健康寿命を延ばそうという考えが前面に出てきています。健康寿命とは、他人の力を借りることなく自分自身の力で、生活を送ることのできる年齢を云います。簡単に云うと「要介護状態にならないようにして起きてくる心臓、脳の病気のほかに、骨粗しょう症などによって起きる骨折や関節の変形、認知症の進行などが挙げられています。これらを予防、早期発見、早期治療することが、健康寿命を延ばすポイントになってきます。

新しい1年の始まりに、予防の大事さをもう一度振り返ってみてください。

平成二十六年元旦

医療法人財団倉田会 理事長 倉田康久



### 各施設からのお知らせ

**お問い合わせ先**

くらた病院  
☎0463-53-1955

倉田会メディカルサポートクリニック  
☎0463-27-1001

◎インフルエンザ予防接種のお知らせ  
くらた病院  
倉田会メディカルサポートクリニック  
にて、実施しております。  
《受付期間》  
平成26年1月31日(金)まで  
《料金》  
3,300円(1回)  
※疾患、発熱やその他医師が不適応と判断した場合、予防接種を受けることはできません。  
※平塚市在住(隣接市含む)で高齢者の方は、別途助成制度をご利用になりますので、受付窓口にてお尋ね下さい。

**こんな症状でお悩みではありませんか?**

- ☑ 大きないびきをかく
- ☑ 日中やたらと眠気におそわれる
- ☑ 熟睡感が得られない
- ☑ 集中力の低下
- ☑ 疲労感がとれない
- ☑ 睡眠中に呼吸が止まる

**睡眠時無呼吸症候群(SAS) かもしれません。**

睡眠時無呼吸症候群は、睡眠中に呼吸停止または低呼吸状態になる病気で、そのまま放置しておくと、左記図のような病気、合併症を引き起こすリスクが高まります。

当院では、SASスクリーニングの簡易型自宅検査を行っております。お気軽に主治医または、受付窓口にて、お尋ね下さい。

●費用2,580円+別途診察料  
(保険適用3割自己負担の場合)

くらた病院  
☎0463-53-1955

**しんど老人保健施設にて、作品展無事終了!**

昨年10月27日(日)から11月3日(日)まで当施設ご利用者様の季節の移ろいを感じさせる作品を始め、真土小学校児童クラブの皆様との表現力豊かな作品により素敵な作品展を開催することが出来ました。ご協力ありがとうございました。

展示作品につきましては、当誌「ほのぼの展覧会」で、順次ご紹介させて頂きたいと考えております。

**倉田会職員旅行にて 新「歌舞伎座」を堪能**

昨年10月6日、20日(日)職員旅行に於いて、新装歌舞伎座「義経千本桜」を観賞、ほんの少いだけ日本文化に触れ、貴重な体験をしてみたい。

今までは、伝統を重んじ近寄りかたのイメージを抱けておりましたが、建物も近代的に生まれ変わり、歌舞伎俳優さん達もテレビ出演等により身近に感じられる存在になりました。

是非、一度観賞してみたいとお思の方は、日常とは掛け離れた、別世界に漂う楽しさでみられては、如何でしょうか。さっと遠く世界が、開けるかもいれません。

**【編集後記】**

昨年は、迅速且つ対価、見返りを求める「今でしょ!」「倍返し!」から情緒あふれる心からの「おもてなし」が、流行(語)りました。

その「おもてなし/Hospitality」は「病院/Hospital」と語源は共通のことです。新年を迎え、心も新たに日本特有の「わび・さび」の解る気配りの心を大切に! より良い意味で、「おもてなしの倍返し!」そんな一年にしたいものです。本年もどうぞよろしくお祈り申し上げます。

制作 平成26年1月1日発行 (No2/冬号)  
医療法人財団倉田会 広報準備室 〒254-0018  
発行 神奈川県平塚市東真土4-5-26  
☎0463-53-1955 Fax0463-53-1957  
元 <http://www.kuratakai.or.jp>

### えいじんクリニックの紹介

えいじんクリニックは、外来透析専門のクリニックです。透析ベッド数は47床です。うちインフルエンザなどの感染用として2床を有しております。火・木・土曜日は午前中のみですが、月・水・金曜日は夜間透析も行っております。当クリニックでは、常に良い透析をご提供するには、どんなことが大事かを考えて、医師を始め患者様の状態を引き出す看護師、透析条件に必要な情報を検討する臨床工学技士、患者様に寄り添う看護助手と事務員等各職種が力を発揮しております。

日々、私達が行っている事をテーマに積極的に学会発表を行いながら、もつと患者様のためにより良い方法はないかと思意見交換を行い治療にあたっております。

特に当クリニックでは、管理栄養士、看護師を中心に、既に世界では実証されている糖尿病患者様に対する食事療法を透析患者様へ日本で初めて導入を行い、日本腎不全栄養研究会を通して、日本中に啓蒙普及するよう努めております。

また昨年11月7日から10日に米国腎臓学会に技師としては、日本から快挙と云える演題「透析中の血液凝固を抑制」について発表致しました。

当クリニックのモットーは常に世界に遅れる事の無いよう効果・実証に基づいた最高水準の透析治療を提供することです。



えいじんクリニック 院長 兵藤 透

《えいじんクリニック》

〒254-0018  
平塚市東真土4-5-25  
☎0463-53-3211(代表)

●外来診療時間  
午前9:00~12:00午後2:00~6:00

●休診日  
日曜日  
※臨時及び夜間透析など  
ご不明の点はお問合わせ下さい。  
●ホームページ  
<http://www.eijin-clinic.com>



簡単豪華におもてなし!

### おせいぞろい! スペアリブのガーリックド焼

- ①スペアリブの骨を切り取り、骨をすく切り目を入れる。
- ②ガーリック調味料をすく入れ、①の肉を入れよく揉み込む。
- ③30分漬けた後、2時間漬けた後、更に漬わらなくります。
- ④漬けた後、オーブンで180度で30分、ガスコンロのグリルで15分を加熱し、焦げないよう1分おきで20分焼く。できたら竹串を刺し赤い肉汁が、出てきたら完成です。
- ⑤大皿の中心に焼いた肉を盛り付け、付け合せの野菜を盛り付けます。

- 材料 (4人分)
- ◎豚肉スペアリブ (骨付き鶏肉でも) 400~500g
  - ◎調味料  
マーマレードジャム 大さじ1  
酒(料理酒) 大さじ2  
醤油 大さじ3
  - ◎付け合せ(お好みの野菜)  
ペパーリーフ 適量  
パプリカ 適量

しんどう老人保健施設 管理栄養士 山田 麗子

### ほのぼのの展覧会

しんどう老人保健施設にて、昨年10月作品展に出品して頂きました真土小学校/学童クラブの皆さんの全作品です。広大な空間と自然をテーマにした、大いに夢を感じさせるとも良い作品ですね。ありがとうございました。 広報準備室



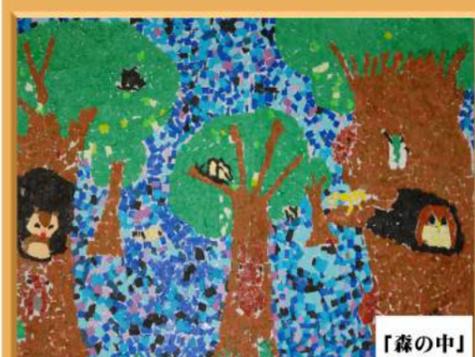
「宇宙」



「花火」



「宇宙とロケット」



「森の中」



「水族館」



### 腎臓を慈しみましょう(豆知識)

成人の8人に1人は慢性腎臓病と推計されます。我が国では、30万人を超える維持透析患者様がいらっしゃいます。人口100万人当たりの患者数では、約2千人と台湾に次いで世界第2位です。増加の一途をたどる透析患者数の抑制には、慢性腎臓病への早期からの治療介入が重要です。慢性腎臓病への早期からの治療介入により末期腎不全への進行を抑制するだけでなく、心血管病の発生も抑制することが解ってきました。慢性腎臓病の発症の多くは、糖尿病や高血圧などの生活習慣病が背景因子となっています。

そこで、2004年(平成16年)に世界的に慢性腎臓病についての対策が開始されました。そして、2006年(平成18年)に「世界腎臓デー」が、3月の第2木曜日に制定されました。この年のテーマは、「あなたの腎臓、だいじょうぶ?」でした。世界各国で、自国の人々に慢性腎臓病について知ってもらおう啓蒙活動が開始されました。我が国でも、この日に合わせて、厚生労働省や慢性腎臓病対策協議会を中心に啓蒙イベントが行われています。

「腎臓病は患者数が多く、危険だが治療できる(2007年)」、「腎臓つてすごい(2008年)」といった毎年テーマがあり、世界中で、そのテーマに沿った啓蒙活動が行われています。2012年(平成24年)は「あなたの腎臓を守り、糖尿病をコントロールしよう」でした。昨年(2011年)の世界腎臓デーは3月27日でしたが、テーマは「Stop Kidney Attack...急性腎不全を防ぐ」でした。今年も間もなく3月13日(第2木曜日)が、やってきます。

是非とも腎臓について、関心を持ち腎臓を慈しんで下さい。

腎臓病の症状は... 初期には、身体不調、自覚症状がありません。

このような方は要注意チェック!

- ☑高血圧・糖尿病・肥満などの生活習慣病の方
- ☑健診時に蛋白尿がでた方
- ☑過去に心臓病・腎臓病を患った方
- ☑腎臓病を患った家族がいる方
- ☑貧血、むくみのある方
- ☑疲労感、倦怠感のある方
- ☑喫煙している方

くらた病院 院長 飛田 美穂