

2023年4月
新年度号

すいふ

特集：個室リニューアル!!



着任のご挨拶

退任医師のお知らせ

すいふの予防医学

連載！専門職が教える健康体操

特別な道具や材料がなくてもできる！
噛む力が弱くても食べやすい生姜焼き

SUIFU

着任のご挨拶

なかしま のりあき
外科部長 中島 範昭

4月1日より外科に着任した中島範昭と申します。
水府病院には、病院移転時の2000年に1ヶ月、2002年から2006年に約4年勤務しており、今回16年ぶり3回目の赴任となります。出身は名古屋市ですが、東北大学に入学以来そのほとんどを仙台市で過ごしていました。温暖で自然豊かな、水戸での生活は大変気に入っていました。今回、久々の水戸での生活を楽しみにやって参りました。



2006年に東北大学病院乳腺内分泌外科に移動してからは、一貫して甲状腺外科の診療に携わっておりました。2012年からは甲状腺外科部門の責任者として、大学病院ならではの難しい症例の治療や最新の器具や薬物を使用した治療を積極的に行っていました。水府病院でも東北大学病院での経験を生かし、大学病院と同等の診療が行うことができるよう尽力していきたいと考えています。また、甲状腺以外の外科治療においても、これまでの人脈を活用し、東北大学病院との連携を行うことにより、最新の技術をどんどん取り入れていきたいと思っています。なにかありましたらいつでもご相談ください。どうぞよろしくお願いいたします。

退任医師のお知らせ

水府病院の看板である甲状腺診療を故近衛晃賢先生から引き継いで、約26年間に渡って責任者として勤めてこられた外科の畠雅弘副院長が定年退職となりました。今後も非常勤医師として週3日間（月、火、水）外来診療を担当します。甲状腺診療は中島医師を中心として今まで以上に充実させていきます。呼吸器内科の鹿島正行医師、整形外科の西尾隆太郎医師も退職となりましたが、今後も外来診療を継続します。

コロナパンデミックも下火になり、さらに5月8日より感染症5類対応になります。気は抜けないものの、ようやくコロナ禍から解放され日常生活が戻ることになりました。昨年度水府病院は外来、入院とも内装を新しくしました。また、今年度各部門合わせて14人が新しく着任されました。気分一新して診療に当たる所存ですので宜しく願い申し上げます。

たえだ よしのり
病院長 田枝 督教

特集！

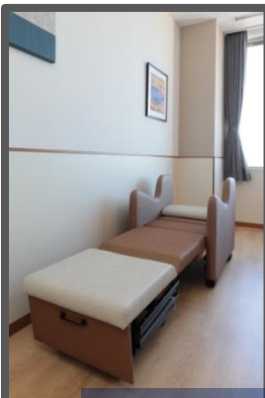
個室を全面

renewal

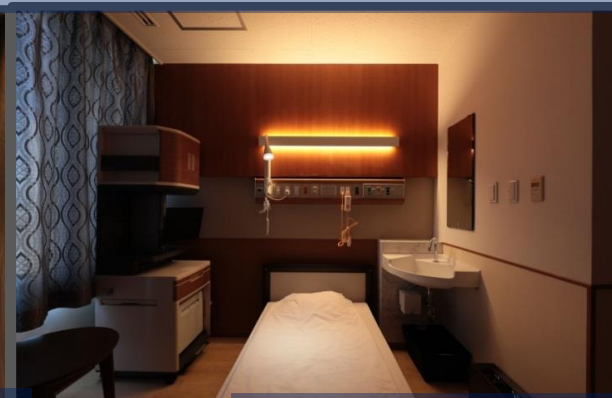
窓から見下ろせる広大な解放感ある景色

平成12年12月に今の建物が竣工し、約22年が経過しました。時代の変化に合わせ、病院もこれまで以上により良い療養環境等の提供をもとめられています。当院においても改善を行い、患者さまがより清潔で安心して健康回復につながるよう、令和4年12月より全個室の改修工事を行っております。全ての改修工事が終了するのは令和5年6月を予定しております。温かみのあるくつろげる空間、使い易いトイレ等、入院される患者さまに少しでも喜んでいただければ幸いです。

温かみのあるチェリーの木目でやすらぎの空間



簡易ベッドになるソファ



シャワー&トイレユニット



すいふの予防医学

preventive medicine

ご存知でしたか、当院は保険診療以外に予防医学にも力を入れております。今年度より健康管理室を整備し、これまでの「人間ドック」を「SUIFUスマイルドック」と改め、人間ドックのオプションをリニューアルしました。また、県内でも珍しい痛みをともなわない乳がん検診「無痛MRI乳がん検診」をスタートいたしました。院内にパンフレットをご準備しております。ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

タオルを使った背部筋の運動です。無理せず痛みのない範囲で行ってください。



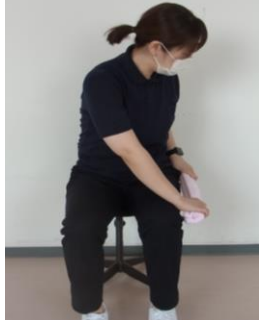
- ① タオルを両手で持ち、両足のつけ根にあて準備します。
- ② ゆっくりと状態を前にたおします。



- ③ タオルを両手で持ち、体の前で準備します。
- ④ バンザイしながら背中を伸ばします。



- ⑤ タオルを両手で持ち、準備します。
- ⑥ 両手でタオルを持ち、太ももと平行なるよう状態をひねります。
※両方行いましょう。



各運動10～20秒無理のない範囲でゆっくり行ってください。強い痛み等が出る場合には中止してください。

理学療法士

おか ますみ

岡 真寿美



特別な道具や材料がなくてもできる！

噛む力が弱くても食べやすい生姜焼き

玉ねぎに含まれるプロテアーゼという肉をやわらかくする酵素を利用して噛む力が弱くても食べられるような生姜焼きのレシピを紹介します。

Recipe

下処理

- ・豚肉は筋切りをした後、包丁の背でよく叩きます。(1枚20～30回程度)
- ・玉ねぎはすりおろしにします。
- ・タレは混ぜておきます。

材料(2人前)

豚ロース肉	4枚
片栗粉	適量
玉ねぎ	中1個
すりおろししょうが	小さじ2杯
料理酒	大さじ2杯
ごま油	適量
タレ	
醤油	大さじ2杯
料理酒	大さじ2杯
みりん	大さじ2杯
はちみつ	小さじ1杯

- ① 豚肉をすりおろした玉ねぎとしょうがと一緒に30分以上漬け込みます。
- ② ①の玉ねぎとしょうがを拭取り、片栗粉を表面にまぶします。(片栗粉をまぶすことで肉を焼いた時にでる水分を閉じ込め、硬くなるのを防ぎます)
- ③ フライパンにごま油をしき、②の両面を焼いていきます。
- ④ 両面に焼き色がついたら、一旦取り出しタレを入れ、煮詰まったら豚肉に絡めます。
- ⑤ 皿に盛りつけたら完成です。

ポイント

厚切りの豚肉の場合は漬け込み時間を長くしましょう！