



CONTENTS

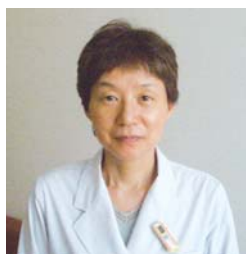
- P1 リサイクル 坂崎診療所 放射線科部長 川瀬 友子
- P2 「画像診断学術講演会」が開催されました
各検査依頼書のダウンロード方法
- P3 検査食事制限・注意事項について
アンケート結果
- P4 秋が旬の一品 管理栄養士 大島 佳澄
オンラインモダリティ予約について
編集後記

Recycling

リサイクル

川瀬 友子

坂崎診療所 放射線科部長



今年の夏の異常な暑さが地球温暖化にどのくらい関連しているのかはよく分かりませんが、2、3年前はブームとっていいくらいよく耳にした「エコロジー」、「CO₂削減」、「地球にやさしい」等の言葉が、経済低迷の波にかき消されてしまった印象があります。

ちなみに私の趣味は「リサイクル」です。地球温暖化について詳しく勉強したわけでも、節約家でもありません。ただまだ少しでも使い道のある物をどうしても捨てることができません。その昔、親の言うことをあまり聞かない娘でしたが、祖母や母が当たり前にしてきた「物を大切にする」という習慣が、なぜかそれだけは完全に身につけてしまったようです。

どんなふうかという、掃除や後片付けは苦手なく

せに、ゴミの分別や洗剤の詰め替えなどは大好きです。リボンや布、ボタンなど、何でも残っていて、ちょこちょこ何か作っています。子どもさんが学校の工作に必要な時は差し上げたりもしています。学生の時(何年前?)作った布の手提げ袋を今でも買い物袋に使っています。とても使いやすいのですが、持ち手がちぎれそうになって、捨てるチャンスだったのに、修繕してしまいました。まだまだありますが、これくらいにしておきます。

そうかと言って、物をどんどん捨てる人を非難する気持ちは毛頭ありません。世間一般から見るとわたしの方が異質であることは十分承知しています。また本当に節約する必要に迫られている人からは「リサイクル」が趣味だなんて無神経なことを言って、怒りを買ってしまうかもしれません。

低迷している経済を活性化するためには、物を生産、消費する必要があります。私のような人間が増えると不景気にますます拍車がかかるので、静かにしていようと思います。ただ、物(人を含め)を大切にしながら経済を発展させていくという方向性も、これからは考えていくべきかとも思っています。



「画像診断学術講演会」が開催されました。

平成 22 年 8 月 21 日 土曜日 当診療所 1 階カンファレンスルームにて「画像診断学術講演会」を開催致しました。

「造影剤と腎機能について」「3 次元 CT 画像を活用した診療」をテーマに開催致しました。また講演会の後、検査機器のご見学をして頂き、多数のご意見ご質問を頂戴致しました。今後もこのような先生方のご意見をお聞きする場を設けながら、より良質な画像診断をご提供してまいりたいと思います。どうぞご協力の程よろしくお願い申し上げます。

また、次回から「3 次元 CT 画像を活用した診療」の講演内容について数回に分けて掲載させていただきます。



各検査依頼書 (PDF・エクセル) ダウンロード方法は下記の手順で行えます。

- 1 坂崎診療所のサイトにアクセスします。
<http://www.sakazaki-clinic.jp/>
- 2 TOP ページより、「医療機関向け」をクリックします。



- 3 各検査の説明画面が表示されますので、ダウンロードしたい検査の依頼書 (PDF・エクセル) を右クリックし、「対象をファイルに保存」を選択して保存してください。



検査食事制限・注意事項について

検査をご受診頂くにあたりまして食事制限・注意事項について下記の通り統一しました。

■検査4時間前から絶食。水・白湯・お茶なら検査前まで飲水可能。

検査種別	注意事項
造影MRI・CT検査 (部位に関わらず)	・造影剤の副作用などで嘔吐した時、食物が胃の中にあると気管に入り誤嚥の恐れがあるので絶食となります。
単純MRI・CT (上・下腹部・骨盤部)	・上下腹部・骨盤部撮影は、腸の蠕動運動をなくするためや胆嚢を十分に評価するために絶食となります。
PET検査	・PET検査は、検査前に食事を摂ると血糖値が上がリ、糖の代謝を正しく診断できないために絶食となります。

■検査4時間前から絶食。2時間前から絶飲。

検査種別	注意事項
MRCP検査 (上腹部MRI + MRCP)	・MRCP検査は、食後だと胆嚢が胆汁を出して収縮するため十分に評価できないので絶食となります。消化管の水分が画像に映るので絶飲となります。

アンケート結果

坂崎診療所は今年で20周年を迎えることになりました。それも受診者の皆様の支えあってのことだと思います。今後さらに発展していく為にも皆様のご意見はとても重要です。そこで今回は、人間ドックを受診していただいた方を対象に行なっているアンケートに寄せられたご意見・ご要望に対する取り組みを紹介いたします。

靴ベラを置いてほしい

Bフロア(男性更衣室、女性更衣室)、Cフロア更衣室に設置しております。どうぞご利用ください。



女性専用フロアがあり、リラックスして受診できました

Cフロア(女性専用フロア)開設以来、大変ご好評いただいております。今後もよりリラックスして受診していただける様、細やかな配慮に努めたいと思います。

雑誌が古かった

月初めに過去2ヶ月以上前の雑誌を処分しております。「こんな雑誌があったら…」などご希望があればどうぞお寄せください。検討いたします。

少し寒かった

各フロアにブランケットをご用意しております。また、健診着の中に着ていただける無地のTシャツもございますので、お気軽にスタッフにお申し付けください。



スタッフの対応が良く、また利用したいと思います

検査を受けるということは少なからず不安を伴うものだと思います。その不安を少しでも和らげ、気持ちよく受診していただける様、笑顔と丁寧な対応を心掛けております。



その他、多数のご意見をいただいております。皆様から寄せられたご意見・ご要望に対しては、順次改善を図っておりますが、多額の予算や時間を要するものは課題として今後も検討を行ないます。

受診者アンケートは更衣室に設置しております。

どんな些細なことでもかまいません。皆様の声をお聞かせ下さい！



秋が旬の一品

さんまの南蛮漬け

管理栄養士 大島 佳澄

秋が旬のさんまを使った料理です。さんまにはビタミンDが豊富に含まれています。ビタミンDはカルシウムの吸収を助ける働きがあります。その他に筋力の増強に役立つという報告もあります。



作り方 《1人前:136kcal たんぱく質:13.9g ビタミンD:13.3μg》

- ① さんまは3枚おろしにする。食べやすい大きさに切り、小麦粉をまぶす。
 - ② 玉ねぎは薄切り、人参はピーラーで薄切りにする。切った玉ねぎ・人参とレモン以外の調味料を合わせ、小鍋で蒸し煮にする。
 - ③ ①のさんまを揚げ、②に漬け込む。
 - ④ 荒熱がとれてからレモンを絞る。
- * 輪切り唐辛子はお好みの量でどうぞ。レモンは香りを残すために後で搾ります。

【材料2人前】

● さんま	小2尾	● 玉ねぎ	中1/4個	● 砂糖	大1弱	● だし汁	大さじ2
● 小麦粉	大1弱	● 人参	中1/3本	● 薄口しょうゆ	大1/2	● レモン	半分
● 揚げ油	適量	● 酢	大1弱	● 輪切り唐辛子	適量		

診療カレンダー

※日曜診療(画像検査)は日程が変更になる場合がございます。

2010年10月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

2010年11月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				


2010年12月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

■ 日曜診療(画像検査のみ) ■ 日曜診療(ドック・画像検査) ■ 土曜PET診療 ■ 休診日

オンラインモダリティ予約

当診療所へ検査をご依頼頂いている先生方へ。

インターネットにて24時間検査予約ができます。

インターネットにて当クリニックの高度医療機器(MRI、CT、PET)の空き状況を確認していただきながら検査をご予約して頂けるシステムです。ご登録は<http://www.sakazaki-clinic.jp/>にアクセスして頂き、右下のをクリックして下さい。オンラインモダリティ予約のログイン画面にある、**オンラインモダリティ予約申込書**をダウンロードし、必要事項をご記入の上FAX: 075-823-3200まで申込書をご送付下さい。

編集後記

記録的な猛暑も収まり、やっと秋の虫の音を心地よく聞けるような気候になってきました。夏のころには青々としていた稲も刈り終え天日干しされている景色やこれから徐々に色づいていく木々、学校や地域の運動会といった行事、また秋の実り、旬のものといった食べ物など本当に五感全てで楽しめる季節になりました。

夏のころは暑さを避け、なかなか外出など出来ませんでした。がこれからは外に出て行事等にも参加し、秋という季節を満喫できればと思っています。



SAKAZAKI CLINIC REPORT Vol.8 2010年10月発行

医療法人 坂崎診療所

〒604-8436 京都市中京区西ノ京下合町11 TEL 075-823-3000 代表 <http://www.sakazaki-clinic.jp/>