

ふれ愛にほうち。

太田西ノ内病院広報誌

Vol. 52



10月の臓器移植普及推進月間に、当院正面玄関前のヒポクラテスの木を移植医療のシンボルカラーであるグリーンにライトアップしました

Contents

- 02 特集 注目される看護師の特定行為
- 06 気になる病気のはなし 「尿路結石」について
- 08 まちのお医者さん むつき医科歯科在宅クリニック
- 09 マンモグラフィ検査機器更新
- 10 NEWS
- 11 お知らせ
- 12 彩食健美 イワシのつみれ汁
- 12 編集後記



日本医療機能評価機構
認定第 GB39 号

当院は日本医療機能評価機構の認定病院です。

特集 注目される看護師の特定行為

看護師の特定行為って何？

看護師の法律上

の業務は「診療の補助と療養上の世話」です。平成27年、2025年問題に向けた在宅医療等の推進のための法改正により、「診療の補助であって、実践的な理解力、思考力及び判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技能が特に必要とされるもの」は「特定行為」と名付けられました。そして医師又は歯科医師が特定行為を看護師に行わせるには、指示として厚生労働省令の定めにより作成された文書（手順書）によるとされました。さらに、「手順書」により行う看護師は、「指定研修機関において、その特定行為の区分に係る研修を受けなければならない」とされました。ちなみに手順書は、手技の手順ではなく、実施できる患者の病状の範囲や、診療の補助の内容等を記したものです。現在21区分38行為が特定行為として定められています。



看護師特定行為研修室
大戸康子

特定行為研修とは？

看護師が「手順書」により特定行為を行う場合に、特に必要とされる実践的な理解力、思考力及び判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技能の向上を図るために、厚生労働省より認定された指定研修機関で行われる研修です。当院は県内に3つある指定研修機関の一つです。

特定行為研修の内容

研修は「共通科目」と「区分別科目」から構成されます。「共通科目」は全ての特定行為に共通する科目です。約250時間になります。臨床病態生理学／臨床推論／フィジカルアセスメント／臨床薬理学／疾病・臨床病態概論／医療安全学・特定行為実践の6科目です。「区分別科目」は、特定行為の区分ごとに科目が異なります。

「共通項目」

全ての研修で共通
講義・演習・実習
250時間

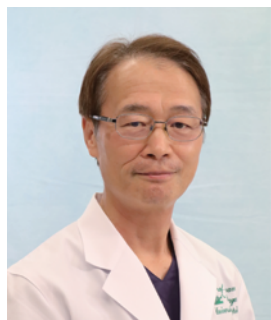


「区分別科目」

特定行為の区分に
関する科目
講義・演習・実習

— 国策として進めている「看護師特定行為研修」 —

今から8年前に厚生労働省から「在宅医療の推進」と「医師の働き方改革」の方針が出されて、全国に医師の指示のもとに医行為ができる看護師を作ろう!という決議がなされました。当初の予定では、5年間で10万人を目標として設立されました。当初は、2年間、21区分38行為を研修し認定するという方針で進んでいました。しかしながら、在宅医療の研修と銘打っても関心は薄く、また医師の代わりに働き責任のみが回ってくる、等の批判があり遅々として進まない状況でした。そこで、医師の少ない麻酔科や外科系を支援する形で、1年間特化した形のパッケージング研修制度ができました。術中麻酔、外科術後、救急、集中治療、そして在宅のパッケージが進められています。約5年たって全国に9800人、福島県に300人の特定看護師が育成され、今後、益々増えることが期待されています。国が主催する全国的な認定制度であり、当院も医療の質向上と看護師のキャリアアップのために福島県では県立医大附属病院、星病院に次いで3番目に研修指定機関としての認可を取得しました。今後、教育体制も拡充する予定です。どうぞ、ご協力、ご支援の程よろしくお願いします。



特任病院長
看護師特定行為研修センター
センター長 川前金幸



特定行為研修の様子

2024年より、当院は術中麻酔管理領域に関する特定行為（術中麻酔管理領域パッケージ）の指定研修機関と認定されました。現在、当院の中央手術部看護師2名が、受講生として研修に取り組んでいます。講義はe-ラーニングで行われるため、理解できるまで何度でも視聴することが可能です。また、時間と場所を選ばず学習することができるところから、仕事と両立させながら受講しています。演習や実習は、お互いに患者役や看護師役を演じたり、ディスカッションや特定行為看護師からアドバイスを受けたりなど、集合して行うこともあります。

術中麻酔管理領域パッケージ 6区分8つの特定行為

経口用気管チューブ又は経鼻用気管チューブ位置の調整
侵襲的陽圧換気の設定の変更
人工呼吸器からの離脱
直接動脈穿刺法による採血
橈骨動脈ライン確保
脱水に対する輸液による補正
硬膜外カテーテルによる鎮痛剤の投与及び投与量の調整
持続点滴中の糖質輸液又は電解質輸液の投与量



創傷管理関連特定行為看護師からのアドバイス

共通科目は約250時間あるため、4月から9月までの半年間は共通科目に専念しています。10月からは、区分別科目の受講が始まります。術中麻酔管理領域パッケージ研修では、6区分8行為の内容と技術を学びます。高度かつ専門的な知識と技術が必要となるため、患者さんへ直接行う行為は事前にOSCE（客観的臨床能力試験）に合格しなければ実習することができません。研修中は、指導医とともに説明させていただき実施いたしますので、ご協力よろしく願っています。

特定行為研修に関してご質問などがありましたら特定行為研修室までお問合せ下さい。



特定行為研修の様子

太田西ノ内病院麻酔科部長（指導医）熊田芳文

特定行為の指導をされている先生から特定行為看護師に期待することをお願いします。

熊田 手術室では患者さんの安全につながることでですね。特定行為看護師は研修で医師の物事の見方や考え方を学びます。ですから、特定行為看護師がいることで、医学的な見方が複数人で行えることになり、より早い異常の発見や対応につながります。また、特定行為看護師の学んだ知識や考え方が他の看護師にも広がっていくことで、手術室の看護師全体のレベルアップを期待しています。

現在手術室の看護師2名が受講しています。受講生に一言お願いします。

熊田 みなさん仕事と家庭を持ちながらも人生において現状に満足せず、成長に向けて努力しています。その姿は、きつとご自身の子供たちも見て刺激を受けているはずです。期待しています。



／当院には7名の特定行為看護師がいます／
 当院では特定行為研修を修了した看護師を、特定行為看護師と呼んでいます

特定行為区分名	人数	行うこと
呼吸器（人工呼吸療法によるもの）関連	1	患者さんに合わせた人工呼吸器の設定などを行います
創傷管理関連	1	傷が早く治るように関わります
栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連	4	適切な輸液が行われるよう調整します
感染に係る薬剤投与関連	2	感染が早く良くなるよう薬剤の調整を行います
血糖コントロールに係る薬剤投与関連	1	血糖値に合わせた薬剤の調整を行います
循環動体に係る薬剤投与関連	1	循環器に関連して点滴の調整を行います
術中麻酔管理領域パッケージ	1	手術中の麻酔管理に関連したことを行います
外科術後病棟管理領域パッケージ	1	外科手術後の処置などに関連したことを行います

※2024年 4月 1日現在のものです。一人が複数取得しているものも含まれます。



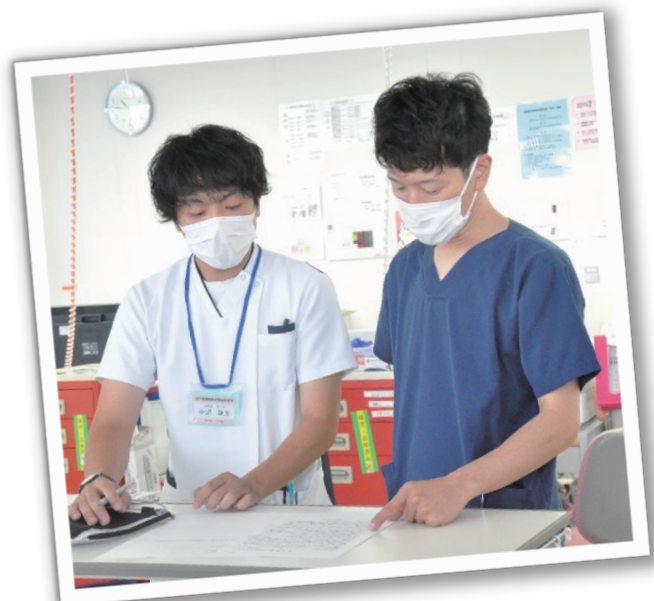
人工呼吸器設定の様子

一般的に、看護師は患者さんの状態が変化すると、医師に報告し指示を仰ぐ必要があります。そのため、医師が不在の時には、指示までに時間差が生じることもあります。しかし、特定行為看護師は、あらかじめ実施できる患者さんの条件や、実施する内容、判断することなどが記載された手順書に従って、医師の指示を待たずに実施することが出来ます。それにより患者さんの苦痛を和らげ、効果的に治療を行うという、「生活」と「治療」の両面の支援につながります。また、そうした特定行為看護師の活動により、医師はほかの診療に専念でき、より良質な医療の提供につながります。



医療行為がよりタイムリーに

為研修を受講する場合、実習に関しては自施設で行うこともあります。そんな時も特定行為看護師は、指導や相談に乗り、知識や技術の指導だけでなく、心の支えや良き手本となって導いています。そんな姿を見て、研修を受講したいと後に続く後輩も出てきています。現在、4名が受講しており、特定行為看護師も徐々に増えていく予定です。とはいえ、まだまだ認知度や理解度が医療関係者の中でも低いのが現状です。特定行為看護師の活躍が期待されています。



特定行為看護師から指導を受ける研修生

特定行為Q&A

Q. 看護師と特定行為看護師では免許が違ふの？

A. 当院では便宜上、特定行為看護師という名称を使用しています。制度上は、「特定行為研修を修了した看護師」と呼んでいます。同じ看護師免許です。施設によっては特定看護師と呼ばれるところもあります。

Q. 特定行為研修を修了しなければ特定行為に相当する診療の補助はできないの？

A. 特定行為研修制度は、従来の「診療の補助」の範囲を拡大させるものではないため、従来通り、看護師は医師又は歯科医師の指示の下、特定行為に相当する診療の補助を行うことができるとなっています。例えると次のようなイメージです。「腹腔ドレーンの抜去」という特定行為があります。看護師は、手術後などに腹部に入っ

特定行為看護師が活動しています

当院は、医師の指示（手順書）のもと看護師が特定行為を安全に実施しています。

特定行為看護師とは、専門的知識と技術が必要とされている診療の補助行為（特定行為）の研修を修了した看護師です。



確かなスキルを患者さんにお届けします

特定行為に同意をいただけない場合や、特定行為に関するご質問やご相談の問い合わせはスタッフまでお申し出ください。ご理解とご協力をお願いいたします。

一般財団法人太田綜合病院 附属
太田西ノ内病院

病院長

たチューブが、役割を果たして順調に抜去でき

よう、排泄の量や性状、挿入中の患者さんの全身状態の観察やケアにより診療を補助しています。特定行為研修を修了した看護師は、さらに手順書に従い「抜去」という直接行為も行えることとなります。ですから、看護師には積極的な研修の受講、施設開設者には研修を受ける機会を確保できるよう求められています。

Q. 特定行為研修はどこで受けられるの

A. 特定行為研修を行う指定研修機関は、厚生労働省のウェブサイトで確認できます。研修機関により実施する特定行為区分が異なります。

Q. パッケージって何

A. 行う頻度が領域によって高いと思われる特定行為をまとめて受講できるといふものです。パッケージ化された領域は現在6領域あります。当院はその一つである術中麻酔管理領域パッケージの指定研修機関です。次年度は外科術後病棟管理領域パッケージ研修が開始できるよう、申請に向けて準備をしています。

Q. 特定行為看護師は具体的にどんな行為を行っているの？

A. 手術室の特定行為看護師（術中麻酔管理関連パッケージ修了）に聞いてみました。

==特定行為看護師インタビュー==

Q 手術室ではこういった特定行為を？

A 動脈留置カテーテルの挿入や麻酔中の呼吸や輸液の管理に関わっています。

Q 特定行為が行えることで役立っていると感じることは？

A 麻酔をかけるときは複数の行為を麻酔科医が一人で行います。そこで、麻酔科医が他の行為を行っている際に私が動脈留置カテーテルを挿入したり、呼吸器や輸液の内容を予測して準備したり、手術が少しでも円滑に短時間で終わることに貢献できていると思っています。

Q 特定行為研修の受講を考えている人へメッセージを！

A 学び直すことで知識が強化されます。仕事と両立が可能なので受講しやすいと感じます。ぜひチャレンジして下さい。

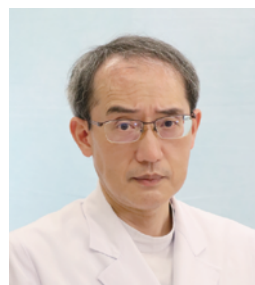


中央手術部看護係長
遠藤信也

気になる病気のはなし



「尿路結石」について



泌尿器科部長
柳田 知彦

尿路結石とは

尿路結石は、腎臓で作られた尿が体内を流れる尿路に石ができた状態の総称で、結石ができた位置によって腎結石、尿管結石、膀胱結石に分類されます（図1）。腎結石や膀胱結石では痛みなどの症状が少なく、結石が尿路を塞いでいなければ多くの場合で治療は不要です。一方で、尿管結石では結石が尿管を塞ぐことで側腹部の痛みや嘔気などの症状があり、ときに痛みが強く救急搬送されることもあります。ここではおもに尿管結石について解説します。

尿管結石の症状・所見について

尿管に結石が詰まると、尿流が急にせき止められて腎臓内の尿路（腎盂）の圧力が高まり拡張して水腎症になります（図1）。このときに腎臓付近の側腹部〜背部に激しい痛みを感じます。同時に吐気から嘔吐し

たり、血尿が出ることもあります。また、尿や結石に細菌が含まれていた場合には細菌が腎実質内や血管内に入り込み、閉塞性腎盂腎炎による発熱や敗血症を引き起こして重症化することがあります。

尿管結石の治療について

初期治療…尿管結石による激しい疼痛は注射や坐薬の鎮痛剤を使用して抑えます。ほとんどのケースで鎮痛剤により疼痛がコントロールされます。発熱があり閉塞性腎盂腎炎を合併している場合には尿管ステントや腎瘻カテーテルを留置し（図2）、腎盂内に溜まっている細菌を含んだ尿をカテーテルを通して体外に排出させます。このような緊急処置で尿の通過障害を改善させてから、感染の起因菌を調べつつ抗菌薬治療を開始します。

図1

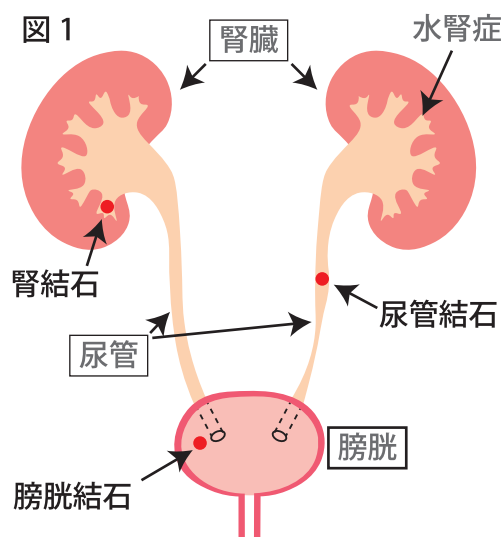
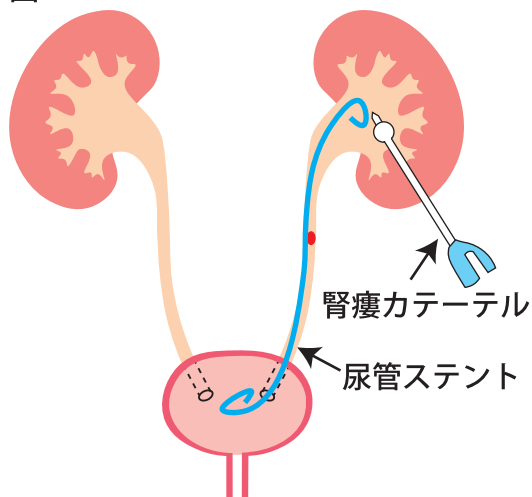


図2



自然排石が期待できる結石…一般的に直

径10mm未満の尿管結石では自然排石が期待できるため、鎮痛剤で疼痛を抑えながら自然排石を待ちます。無事に自然排石すれば、手術などの侵襲的な治療を回避することができます。結石が自然排石する際には痛みを伴わないことが多く、このときに排出した結石を回収できれば、その成分を調べることで結石の再発予防の参考にすることができます。

尿管結石破砕除去手術…直径10mm以上の

大きな結石や自然排石しない結石、尿路を閉塞して閉塞性腎盂腎炎を合併している結石など、放置することが好ましくない結石では、細かく結石を破砕して除去する手術を行います。手術はおもに2種類あり、体の外から結石に衝撃波をあてて結石を破砕する手術（体外衝撃波結石破砕術…ESWL）と、尿管内に細径の尿管鏡を入れてホルミウムYAGレーザーを用いて内視鏡的に結石破砕を行う手術（経尿道的結石破砕術）があります。どちらの治療を行うかは、結石の状態や大きさ、患者さんの体調や希望などで決まります。

尿路結石の成因・成分について

尿路結石は尿に含まれている物質が結晶化して集まることで形成され、その成分の違いで数種類に分類されます。最も頻度が多いのはシュウ酸カルシウム結石で、その他にリン酸カルシウム結石や尿酸結石などがあります。尿路結石は繰り返し起こることが多い疾患であることが知られています。いろいろな条件が複雑に影響しあって結石が形成されますが（表1）、結石の成分を調べることであれば、その後の再発予防に役立てることが可能です。

尿路結石の予防について

上部尿路結石の罹患率は人口10万人あたり138人（2015年の全国疫学調査データ）と比較的高く、健康な方でも遭遇する疾患です。尿路結石の予防が重要であることは言うまでもなく、普段の食生活や水分摂取状況、気候や気温、尿流の停滞など、複数の要因が影響していると考えられています。尿路結石予防で推奨されている事項を表2に示します。普段から積極的に水分を摂取し、とくに汗をかけた後や濃縮尿の時はしっかり水分を摂取しましょう。バランスの取れた規則正しい食生活や過食・偏食を避けることも重要で、尿流が停滞しないようよく体を動かすことも大切です。

表1

尿路結石形成に影響しうる要因

- ・尿中に含まれるシュウ酸やカルシウム、尿酸などの濃度
- ・【尿中の結石促進物質】
シュウ酸、カルシウム、尿酸など
- ・【尿中の結石抑制物質】
クエン酸、マグネシウムなど
- ・尿のpHや濃さ（比重）
- ・尿路感染症や尿流停滞の存在

表2

尿路結石予防で推奨されている事項

- ・普段からの水分摂取
- ・バランスの取れた規則正しい食生活、過食や偏食を避ける
- ・【適量摂取が推奨】
カルシウム、クエン酸、
マグネシウム、食物繊維
- ・【過剰摂取を避けることが推奨】
シュウ酸、プリン体、糖分や脂質、
塩分、動物性蛋白質
- ・適度な運動の実践

まちのお医者さん

むつき医科歯科

在宅クリニック



医療法人むつき会
むつき医科歯科在宅クリニック
 ☎ 024-927-5530
 〒963-8034 福島県郡山市島二丁目7番8号
 診療時間【医科・歯科共通】8:30~12:30 14:00~18:00
 休診日【医科】土曜午後、日曜、祝日
 【歯科】火曜、日曜、祝日
 ※受付時間は診療終了の30分前までとなります



理事長略歴

1980年獨協医科大学を卒業後、同学第一内科、1993年医療法人愛生会高萩温泉病院院長を経て、1996年、現在の医療法人むつき会の前身である医療法人佐久間記念クリニック(郡山駅前)を開院。2002年には現おおつきまちクリニック(大槻内科小児科:郡山市大槻町)を開院する。2006年には佐久間記念クリニックをさくまファミリークリニックに名称変更し郡山市亀田に移転。医療を中心に郡山市内に介護事業・保育事業も展開。昨年(令和6年)3月、さくまファミリークリニックを移転・診療科を拡大し「むつき医科歯科在宅クリニック」を開院。医療法人・社会福祉法人・有限会社・NPO法人を有し、医療事業・介護事業・保育事業・健康増進事業・地域活動で、一体的な事業運営に努め地域に貢献している。



理事長 佐久間 源三郎 先生

さくまファミリークリニックが2024年3月1日に「むつき医科歯科在宅クリニック」を名称変更し島二丁目7-8に移転しました。さくまファミリークリニックでの経験を踏まえ、新クリニックでは皆様のホームドクターとしての内科・小児科・リハビリテーション科／整形外科・歯科診療・在宅診療を中心とし、各種健康診断や事業所検診(協会けんぽ対応)を行っていきます。重点項目として、内科・小児科と歯科診療の連携、生活習慣病対策として食事指導やメディカルフィットネス(おおつきまちクリニック)などの運動指導、超高齢化社会に伴った地域包括ケアシステムの構築の実現のために在宅医療、在宅リハビリテーションを推進します。今後さらに事業所検診として検診バスの運営、通院のための交通手段対策を進めていく予定です。



おおつきまちクリニック
 オレンジジュエルネス
 (メディカルフィットネス)



小規模多機能型居宅介護
 あおいそら



小規模多機能型居宅介護
 野の花
 グループホーム だん榮



小規模多機能型居宅介護 結
 グループホーム いおり
 むつき居宅介護支援事務所



ショートステイ コスモスの家



ショートステイ さくらの家
 リハビリパーク
 ひまわり健康倶楽部



介護付有料老人ホーム 雅
 リハビリパーク
 昭和浪漫



介護付有料老人ホーム 緑
 住宅型有料老人ホーム 恵



(社)むつき福祉会
 特別養護老人ホーム 小春日和
 (ショートステイ併設)

マンモグラフィ検査機器更新

マンモグラフィ検査機器を更新しました

当院ではFUJIFILM社の『AMULET SOPHINITY』を導入しました。この装置の特徴を紹介します。



FUJIFILM 社製
AMULET SOPHINITY

① 高精細に微小病変を描出

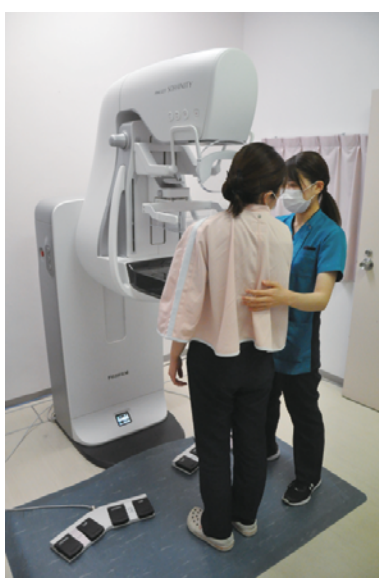
直接変換方式のFPDを搭載し、新しい画像処理によって関心領域を常に見やすくコントラストを自動調整し、最小画素サイズが50 μ mによって微小病変を高精細に描出することができます。



AMULET SOPHINITY
全体図

② 受診者の痛みを軽減する機能

マンモグラフィは乳房を圧迫する必要があり、受診者が痛みを伴う場合があります。その受診者の痛みを軽減する目的で、通常の乳房の圧迫完了後に、乳房の厚みが変化しない範囲（ ± 3 mm）で圧迫圧を減圧し、従来よりも優しい圧迫で検査できる機能が備わりました。



撮影の様子

③ トモシンセシスによる3D画像診断

X線管球を移動しながら連続的に低線量でX線を照射し、複数の位置から撮影した画像を再構成します。見たい部位に焦点を合わせた画像を提供することが可能で、乳腺の重なりで見えにくかった病変が観察しやすくなり、より精密に検査ができるようになりました。

その他にも受診者に寄り添った機能が備わっております。受診者がリラックスして検査を受けられるよう、かつ診断しやすい画像を提供できるよう、私たち放射線技師も心掛けてまいります。



私たち放射線技師が対応させていただきます

お知らせ

がんピアサロン「時間(とき)の会」開催のご案内

特定非営利活動法人「がんピアネットふくしま」の方々が進行役となり、がんのつらさや、心のモヤモヤ、再発の不安、医療スタッフには話にくい等、体験者同士だからこわかる悩みや不安を共有し、がんと共に生きる気持ちをより高めていける、そして、笑顔と活力がうまれるような、そんな時間にして頂けたらと考えております。是非、お気軽にご参加ください。

開催日	毎月第2金曜日	13:30～15:00
場所	太田西ノ内病院 本館1階	がんサポート室
お問合せ	特定非営利法人「がんピアネットふくしま」 太田西ノ内病院 医療福祉相談室	

参加費:無料 事前予約:不要



アピアランスケア相談会開催のご案内

治療の副作用により、脱毛、肌荒れ、ネイル等のアピアランス（外見）のケアについて、お悩みはありませんか?当院では、医療用ウィッグ、頭皮ケア、ネイルケア等の定期相談会を開催しております。ウィッグを試着してみたい、ネイルケア等について相談してみたい、という方は是非お気軽にご利用ください。

開催日	毎月2回	11:00～14:00
場所	太田西ノ内病院 本館1階	がんサポート室
お問合せ	太田西ノ内病院 医療福祉相談室	

参加費:無料 事前予約:不要



がんサポート室が移転しました

本館1階にありましたががんサポート室ですが、9月より本館2階、旧売店跡に移転しています。

がんサポート室の役割

相談できる場として…

がんサポート室開設時間中は、専門の職員が交替で常勤しています。お気軽にお声かけ下さい。

患者さん同士の交流の場として…

同じ患者さん同士でちょっと話がしたい、という時もお気軽にご利用下さい。

開設時間	平日(月、水、金) 10:00～14:00
	(火、木) 10:00～13:00
	土曜日 10:00～12:00

※日・祝日は開設していません。



健彩 美食

イワシのつみれ汁



南海トラフ地震が注目されています。この機会にご自宅にある防災グッズ・非常食を見直してみませんか？非常食として缶詰を保存している方もいらっしゃると思いますが、その缶詰を使用した体の温まるレシピをご紹介します。

いわしの缶詰を使うことで手軽につみれを作ることができます。つみれにすることでお子様や高齢の方も手軽に青魚を摂取することができ、野菜やきのこをたくさん入れることで食物繊維も一緒に食べることができます。また、缶詰は骨ごと食べられますので一緒に刻んで入れることでカルシウムも併せて摂れます。いわしには『いわし百匹、頭の薬』という言葉があり、DHA、EPA、たんぱく質などの栄養が含まれています。DHA や EPA は血液中のコレステロールや中性脂肪を減少させるなどの働きがあり、脳卒中や認知症予防効果が期待できます。

材料(2人分)

つみれ

いわし缶詰(醤油味) …… 1缶(固形物で100g)	
長ネギ …… 30g(1/3本)	
片栗粉 …… 18g(大さじ2)	
すりおろし生姜 …… 10g(チューブでも可)	
溶き卵 …… 25g(1/2個)	

しめじ …… 30g(1/3株)	
舞茸 …… 30g(1/3株)	
大根 …… 100g	
人参 …… 60g	
ごぼう …… 60g	
長ネギ …… 60g(2/3本)	
絹さや …… 適量	

(A)料理酒 ……	大さじ3
(A)みりん ……	大さじ1と1/2
(A)白だし ……	大さじ1と1/2
(A)醤油 ……	大さじ2/3
(A)缶詰の汁	
水 ……	600ml

※つみれは市販のつみれでもできます。野菜などの具材はお好みのものを入れてください。

※缶詰がみそ味や水煮の場合、味付けは味噌味にするのも良いです。

メーカーによって塩分量が異なるので味付けはお好みで調整して下さい。

【作り方】 準備：つみれ用の長ネギはみじん切り、残りの長ネギは薄い斜め切りにしておく。
人参と大根は皮をむき、薄いいちょう切り、ごぼうは斜め切りにして水に浸しておく、
しめじと舞茸は石づきを取ってほぐしておく。

- 1 大根は火が通りにくいので水と大根を鍋に入れて火にかけておく。
- 2 いわし缶詰(醤油味)は缶から取り出し汁をよく切り細かく刻む。缶詰の汁は取っておく。
- 3 ボウルに2、ねぎのみじん切り、生姜と溶き卵を加えよく混ぜ、片栗粉を加えさらに混ぜる。
- 4 1に人参、ごぼう、(A)を入れて中火で煮る。
- 5 大根に火が通ったら3をスプーンで一口大に丸めて入れ、3分ほど弱火で煮る。
- 6 つみれが浮いてきたら長ネギ、しめじ、舞茸を入れ、弱火で10分ほど煮る。
- 7 器によそり、茹でた絹さやをのせる。



管理栄養士
柳沼 様子

栄養価1人分

エネルギー	255kcal
たんぱく質	14.9g
脂質	7.7g
炭水化物	33.6g
塩分	2.9g
食物繊維	6.2g

編集 華記

3月になり、ようやく冬のおわりを感じられるようになってきました。昨年は暖冬で雪も少なかった印象でしたが、今年はそうではありませんでした。車通勤の私にとって、大雪で通勤が心配ではありましたが、冬の風物詩の雪景色を楽しむことができて良かったという気持ちもあります。

いよいよ、本格的な春が到来します。新たな出会いを楽しみに、日々、過ごしていきたいと思います。

IT 管理課 熊耳哲也

HP

一般財団法人 太田綜合病院 ホームページ
<http://www.ohta-hp.or.jp/>



一般財団法人 太田綜合病院 Facebook
<http://www.facebook.com/0088ohtahp>

