



市立旭川病院 医療連携NEWS

No.16 2018.7.31

食事と健康展を開催しました ～7月3日・4日

市立旭川病院では、外来棟1階のアトリウムを使って、院内コンサートや写真展・パネル展などを開催しています。

栄養給食科が企画・実施する「食事と健康展」では、生活習慣病の発症の予防を目的に、食事に関する情報提供を行っています。皆さんに興味を持ってもらえるようなテーマを設けて、それに沿った展示内容を管理栄養士が考案しています。また、展示会場には管理栄養士が常駐し、来場者の食事に関する悩みや不安等にもお答えしています。

今回は、7月3日（火）・4日（水）の2日間、「食事バランスを見直しましょう！」をテーマに開催しました。ポスター展示では、簡単な食品の組み合わせでバランスがとれるポイントや野菜を上手に食事に取り入れる方法を示しました。体験型ブースでは、料理カードを使って来場者が実際に食べている料理カードを選び、栄養士がそのバランスについてアドバイスしました。また、減塩については、漬物など塩分が多い食品のフードモデルを展示しました。

来場者数は、2日間で合計80名となり、アンケートでは多くの方から「大変参考になった」という感想をいただきました。

次回は12月4日・5日に開催予定です。どなたでもご来場いただけますので、貴院の患者様などにご紹介くださいますようお願いいたします。

(栄養給食科)



食事と健康展

テーマ
「食事バランスを見直しましょう！」

「食事のバランス」をテーマとして、ポスター・食品やフードモデルの展示を行います。この機会に、食習慣の見直しをしてみませんか？皆さんのお越しをお待ちしております！！

日 付：平成30年7月3日（火）・4日（水）
 時 間：10：00～14：00
 場 所：市立旭川病院 外来棟1階 アトリウム
 参 加 料：無 料（事前申し込みは不要です）
 問い合わせ先：市立旭川病院 栄養給食科
 24-3181（内線5565・5566）

※当日の場でお越しの方で、診察料を受取らない場合は別途駐車料金が発生しますのでご了承下さい。

【内 容】

- (1) 食事の適量とバランスについて（ポスター展示、給食カード）
- (2) 調理の工夫（ポスター展示）
- (3) 塩分を控える工夫（フードモデル展示）
- (4) 適正体重を目指しましょう！（ポスター展示）

※ 展示媒体が一部変更する場合がございますのでご了承下さい。

☆ 道民カレッジ連携講座：健康・スポーツコース 一般：8単位

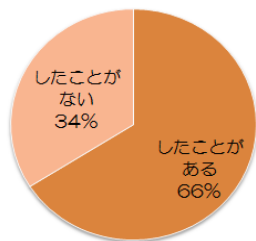
糖尿病患者さんにとっての隠れ飲食を考える

糖尿病看護認定看護師 増田千絵

糖尿病患者さんにとって食事療法は大事な治療のひとつです。しかし、適正なエネルギー量と栄養素バランスを考えて食べることは、時には食の自由を奪われた気持ちになり“こっそり”と隠れて食べたいことがあるかもしれません。

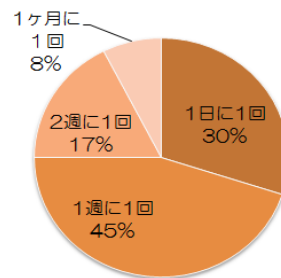
そこで、当院の糖尿病センター外来に通院している患者さんに聞きました！

Q “こっそり” 隠れて飲み食いをしたことがありますか？



N=61

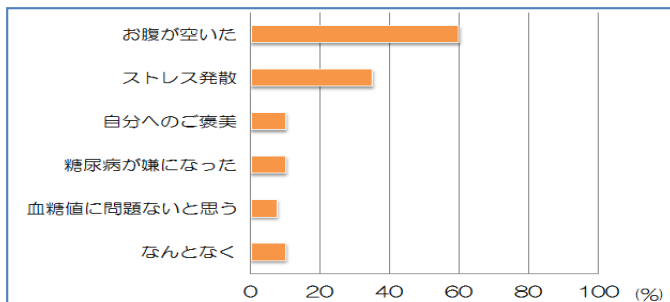
Q “こっそり” 隠れて飲み食いする頻度は？



N=40

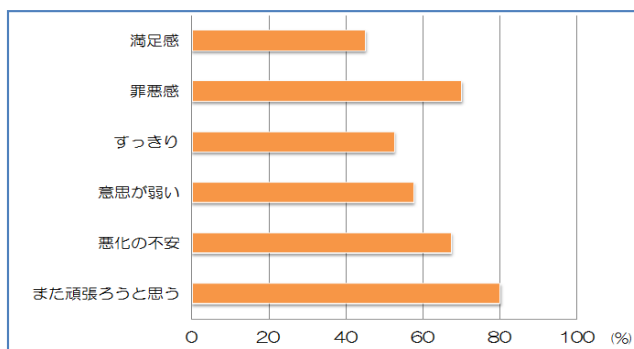
外来通院中の患者さんの3人に2人は隠れ飲食の経験があり、その頻度は1週間に1回が一番多く、次いで1日1回でした。

Q “こっそり” 隠れて飲み食いする理由は？（複数回答）



隠れ飲食の理由で一番多いのは空腹感で、次いでストレス発散が挙げられました。中には「食べても血糖値に関係ない」と思っている患者さんもいたり、「糖尿病が嫌になった」と感じている患者さんもいることがわかりました。

Q “こっそり” 隠れて飲み食いした時の気持ちは？（複数回答）



隠れ飲食時の気持ちでは、罪悪感・悪化の不安を抱えて自分の意思の弱さを感じながらも、その一方で、満足感を得たことでまた頑張ろうと意欲的な気持ちも湧かれました。

今回の結果から、隠れて飲食することは決して『稀なこと』ではなく、糖尿病を持ちながら生活する人にとって、療養生活を続けていくためにはある程度必要で『ざらなこと』だと言えます。負のイメージが強い隠れ飲食ですが、私たち医療者はそうせざるを得ない患者さんの思いをくみ取り、より良い血糖コントロールに向けて支援していくことが重要だと考えます。

今回の調査に協力していただいた患者さんたちに感謝いたします。

※日本糖尿病学会第51回北海道地方会（2017年11月5日開催）で一般演題として発表した内容をもとにしています。

（診療科からのご案内）

血液内科 柿木康孝

当科ではすべての血液疾患をフィールドとして、目の前の患者さんに最善・最適な治療は何か？を常に考えながら治療方針を組み立てるよう心がけています。日々の診療で何かありましたらまずはご一報を。

【ご連絡手段】

- ①地域医療連携課へTEL/FAX
- ②血内直通メール（E-mail：ketsueki@city.asahikawa.hokkaido.jp）
→当院ホームページの診療科紹介（血液内科）で血液患者のコンサルテーションについてお知らせしています。
- ③急ぐ時は血内外来へTEL

（診療科からのご案内）

眼科 菅野晴美

当院での白内障手術は片眼2泊3日で行っています。
火曜日入院、水曜日手術、木曜日退院です。全身麻酔にも対応しておりますので、入院での手術ご希望の患者さんがいらっしゃいましたらご紹介ください。

今年度の「緩和ケア研修会」について

市立旭川病院では、地域がん診療連携拠点病院として、厚生労働省が指定するプログラムに準拠した緩和ケア研修会を開催しており、今年度は10月21日（日）を予定しております。

今回から研修方式が新しくなりました。具体的には、「e-learning」と「集合研修」の2段階方式で、事前に「e-learning」を終えた上で「集合研修」を申込みという流れになります。

つきましては、緩和ケア研修会「集合研修」を受講される方は、早期に「e-learning」に着手されますようお願い申し上げます。

e-learningは日本緩和医療学会のホームページで！

新しい方式の説明は日本緩和医療学会のホームページでご覧いただけます。また、e-learningも同じホームページから取り組むものです。内容をご確認いただき、受講される方は、e-learning画面の説明に従ってお進みください。

日本緩和医療学会 で検索ください。

助かる命 助ける絆 北海道がん対策基金



北海道がん対策基金への募金について

北海道がん対策基金は、「がんになっても安心して暮らせる社会づくり」を目標に、すべての道民が一体となってがん患者やその家族の方々を社会で支える仕組みとして、平成27年2月、北海道が中心となり、道内企業をはじめ各種団体や道民などからの募金や寄付を財源に設立されました。

寄せられた善意は、がん患者・家族への支援、情報提供・普及啓発活動、がん検診の受診促進・予防対策等に役立てられています。

市立旭川病院では、平成28年2月から外来棟の会計窓口カウンターに募金箱を設置して、ある程度たまるたびに基金の口座に振り込んできました。その積み重ねにより、現在の募金額は累計で5万3千円を超えています。

募金いただきました皆様に感謝申し上げます。医療機関の皆様にもこの基金についてご承知いただけますと幸いです。

詳しくは [北海道がん対策基金](#) で検索

(診療科からのご案内)

小児科 中嶋雅秀

～日帰りの経口負荷試験をしています～

小児科では、日帰り入院での食物アレルギー経口負荷試験を実施しています。朝から昼過ぎまで半日程度の入院です。食物アレルギーの診断や食物制限解除などで経口負荷試験が必要なかたがいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。(事前に外来受診して頂き、説明と日程調整したうえで検査を行っております。小児科 中嶋までご連絡いただければ幸いです。また親御さんから、直接、小児科外来にご連絡いただいても大丈夫です)。

発行

〒070-8610 旭川市金星町1丁目1番65号 市立旭川病院 地域医療連携課
TEL: (0166)24-3181(内線5373) FAX: (0166)26-0008 Email: renkei@city.asahikawa.hokkaido.jp