

月刊 織本
GEKKAN ORIMOTO

12

2014年12月1日 Vol.244
発行 医療法人財団 織本病院
印 刷 〒204-0002
東京都清瀬市旭が丘1-261
TEL 042-491-2121
URL <http://www.orimoto.or.jp/>
発行人 高木由利



紅葉

腎不全食発祥の地 イタリア ～1年に1度しかオープンしないレストラン～

理事長・院長 高木由利



今年も自宅近くの柿農家の方からたくさんの完熟柿を頂きました。私は5年前までは柿嫌いでしたが、ある方がヨーグルトの中に柿を入れて食べさせて下さってから大の柿好きになりました。おいしい食べ方を伝えることの大切さを学んだのです。

* * *

今年もまた、1年に1度しかオープンしないレストラン“リストランテ・ユリ”が、織本病院4階のオリモトホールにオープンしました。今年は10年目にな

ります。10周年記念という訳でもないのですが、腎不全食発祥の地、イタリアからフルコースのイタリア料理を腎不全の患者様と腎不全を理解して下さるお客様43名にご賞味頂きました。

私の得意料理

の1つがイタリア料理なので、イタリア人が作るよりおいしく作ろうと決心し、ステキなメニューが出来上りました。メニュー作成をしながら、「なんておいしいお料理かしら」と自分で自分のお料理を絶賛しながら試作品を作り上げていきました。今回も地元清瀬の旬の食材をしっかり使いました。そして、食材料24品目、981kcal、たんぱく質11.1g、食塩1.8gのフルコースが完成したのです。今回のメニューはプロの料理人をも唸らせるような出来栄えでした。

この10年間、ひたすら低たんぱくの腎不全食を考え続け、広め続けてきまし



たが、いつも私のその熱い想いを支えてくれるスタッフ達がいてくれたから続いたと思い、1人ひとりに心から感謝しているのです。

2015年6月には横浜で開催される日本透析医学会にもこのテーマで演題発表を予定し、且つ、企業ブースを借りて腎不全食をダイナミックに広めていく活動をします。

腎不全食をおいしくないと考えている腎不全患者さんや医師達の心を変えることは、そんなに難しいことではないと思うのです。私の柿嫌いと同じレベルではないでしょうか。おいしく食べさせてもらえば受け入れられるはずです。私はそう信じて来年は増え情熱的に腎不全食作りに取り組んでいきます。



すぐに役立つ!
腎臓病食事療法のバイブル
著者: 高木由利人・高木麻由子著
出版社: ヤマケン

腎不全食
成功の
鍵となる本が
出版されました!!

2014年度 新入職者研修を終えて

専務理事・事務部長 箕輪 比呂志

2014年度になり、新たに雇用した職員への研修を6月6日と11月11日に開催しました。研修対象者はパートも含めて47名となりました。この研修は毎年定期的に開催しています。研修の目的は、医療機関を取り巻く環境が激変し、スピーディーな対応力が求められているため、新たに職員に加わった方が当院の理念、ビジョン、戦略を理解し、職員一丸となって進むべき道と一緒に切り開いていくためです。この研修を行ったことをきっかけに、今一度、全職員に織本病院の進むべき道を知ってもらいたいと考えました。そして月刊織本は、たった1枚のA3サイズの原稿ですが、この中には全職員が織本病院の戦略、戦術を理解し、一丸となって仕事に取り組むためのエキスが詰まっています。毎月熟読してもらいたいのです。

織本病院は今年9月で創立62周年を迎え、清瀬の地でも歴史ある病院です。開院当時は、重症結核の外科治療を主体とする外科病院として開設しました。現在では、腎臓病、糖尿病、高血圧などを主体とする生活習慣病の方々の治療を中心に行っています。更に、市民健診や人間ドックにも力を入れ、新たな病院作り

に励んでいます。地域医療への貢献をビジョンに掲げ、これを実現するための戦略である「積極的治療の実践」を職員が共有することで地域の患者様が気軽に足を運んで頂ける病院になれると思っています。更に地域の方々が身近に感じて頂けるように、年間スケジュールに多くの院内イベントを組み込んでいます。腎疾患ゼミナール（8月を除く毎月）は、平成26年11月で第160回目となり、開始から16年目を迎え、外来診療だけでは患者様に伝えきれない腎不全の病態と腎不全の進行を遅らせるための勉強会となっています。

また、リストランテ・ユリと銘打った腎疾患ゼミナールの特別企画を毎年12月に開催しています。この企画は、とても厳しい食事療法をされている患者様に本当においしいステキな腎不全食を召しあがって頂きたい、更にはこのような腎不全食をもっともっと世に広めたいという高木由利理事長・院長の強い思いからスタートしました。毎月のゼミナール企画の内容、リストランテ・ユリのフルコースのレシピ作りは、これまでも職員スタッフを巻き込み苦闘の連続でした。



清瀬市には、高齢者を自宅で介護する在宅介護が高齢化等の諸問題により困難となっている家庭が沢山あります。このような方々に安定した入院生活をして頂くために療養病棟が必要と考え、今年6月から2階病棟を療養病棟に変更しました。当院の理念“患者様に満足して頂ける医療を実践する”ことを実現し、“地域医療への貢献”を具現化するためです。当院の存在を沢山の住民の方に知って頂くために、毎年11月には、旭が丘団地の健康まつりへの参加、12月には、患者様、近隣の方に楽しんで頂くために織本病院混声合唱団や教会の方が中心となって、当院4階ホールでクリスマスコンサートを開催し、例年100名近くの方がいらっしゃいます。更に、昨年は、患者様から「懐かしい歌を聞きたい」という声が上がったことをきっかけで始めた職員によるギターデュオ・コンサートも

今年で3回目の開催となりました。

これらの企画の他に一般市民の方との関わりは、清瀬市から依頼され、毎年2~3月の日曜日に4回程行う市民健診の休日診療があります。この健診を通じて、慢性疾患や緊急性を要する疾患が見つかることがあります。そして、今年9月1日には、災害時における維持透析患者さんの清瀬市での受け入れ認定施設に指定されました。

これまで織本病院は、清瀬の地で住民の皆さま方と様々な関わりを持って病院運営を行ってきました。これからも独自の戦略を実践することで「地域医療への貢献」ができる病院としてのブランド化を目指します。

次の月刊織本への投稿の機会には、病院のブランド化について共有したいと考えています。

今月のかべ新聞

食塩(NaCl)制限

食事療法を実践されている皆様にとって大変難しい季節がやってきました。忘年会・クリスマス・お正月・新年会・バレンタインデーと楽しい行事が続きます。今一度、知識を確認され、気を引きしめていきたいと思います。



1 食塩が身体によくない理由

- ①高血圧になる → 高血圧のコントロールがいくくなる。薬が効きにくくなる。
- ②浮腫になる → 浮腫の治療が困難になる。
- ③倦怠感になる
- ④腎結石ができやすくなる。
- ⑤尿路感染症(膀胱炎や腎盂腎炎)にかかりやすくなる。
- ⑥胃がんにかかりやすくなる
- ⑦骨粗鬆症にかかりやすくなる。
- ⑧食品素材の味や香りがわかりにくくなり、料理の味や品質を低下させる。

血圧 = 循環血液量 × 末梢血管抵抗

血液中にNa⁺が増加すると循環血液量が増加し、血管の壁が厚くなり、弾力性がなくなり、内腔が狭くなり末梢血管抵抗が高くなります。

血圧を安定させる食塩の1日摂取量は6g以下です。

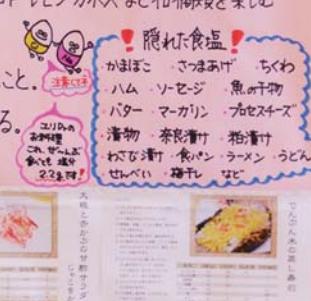
腎機能障害のある方は、5g~3gの間が効果的で安全です。厳ばさると脱水や低Na⁺血症になりやすいので、1ヶ月~2ヶ月かけて、ゆくゆくと減塩ていきましょう。

$$\text{食塩(g)} = \text{Na(mg)} \times 2.54 \div 1000 \quad 15.$$

食品表示を見て計算してみましょう。例えば、1日3食で、1食2g以内に摂取するようにしますと6g以内におまります。

2. 食塩制限の実際

- ①付加食塩を可能な限り減らす。(食卓塩・しょうゆ・市販のソース・味噌・マヨネーズ・だしの素等)
- ②加工食品を食べないようにする。
- ③外食をしないようにする。(減塩をお願いしてみましょう)
- ④食塩の代わりの味や香りを楽しむ。→酢・レモン・カボスなど柑橘類を楽しむ
- ⑤揚げ物などに工夫する。
- ⑥一口ごとに食べる量を少なくし、よくかむこと。
- ⑦汁物・めん類・どんぶり物は控える。
- ⑧あるいは減塩食品を利用する。



減塩は必ずなれます。減塩の舌を獲得し豊かな食生活を送りましょう。食塩摂取量は24時間蓄尿検査で確認できます。医師の指示量に従いましょう。

参考資料:「腎不全がわかる本」北野理恵先生

上巣店であります。

文責 坂口智子

ORIMOTO HOSPITAL クリスマスコンサート2014

2014年 12月13日(土) 13:30 開場
14:00 開演

オリモトホール（織本病院4F）

入場無料

指揮・指導：クロイツァー涼子

ピアノ伴奏：篠田 昌伸

ヴァイオリンソロ：磯崎 陽一

合唱：織本病院混声合唱団 ボーカル・コーラス

長谷川 充子 真下 孝子 高橋 典子

主催 / お問い合わせ：

医療法人財団 織本病院 | 042-491-2121

糖尿病教室特別講演会のご案内

テーマ

『年末年始と糖尿病』

2014年12月20日(土)

午後1:15～1:45

第1会議室（織本病院4F）

参加費無料

予約不要（直接会場へお越しください）



講師：内科 佐藤 潤一

内分泌・代謝、糖尿病、動脈硬化、肥満症
糖尿病外来担当医（毎週土曜日午後）