

Hospital News

vol. **4**
2011.OCTOBER.28



無料送迎バスのご案内

摂津医誠会病院では下記方面へ無料送迎バスを運行しておりますので御利用下さい。
また時刻表等、詳しくは摂津医誠会病院の受付にてご説明させていただきますのでお気軽にお尋ねください。

- 1 阪急正雀・JR 千里丘・阪急摂津市駅方面
- 2 一津屋・東別府・モノレール摂津方面
- 3 別府・味生神社方面
- 4 新在家・鳥飼方面

透析食便り

中食(なかしょく)との上手な付き合い方



中食=家庭外で調理・加工されたものを購入して食べる形態(惣菜、レトルト食品等)

長所 …… 味や重量が一定、手軽、食べたいものを必要な分だけ購入できる等

短所 …… 塩分が多い、選び方次第でバランスが偏る等



バランス良い食事を意識して、選び方・組み合わせを考えることが重要！
(栄養成分表示も参考に)
塩分(水分)・リン・カリウムコントロールにも繋がります。

栄養成分表示について

必要な栄養成分を含んでいる(または摂りたくない栄養成分が少ない)ものを選ぶのに有効な表示です。(全ての食品に表示するよう義務付けられている訳ではありません)特に見てほしい項目や注意点をまとめました。

例 某コンビニエンスストアのおにぎり(梅)の栄養成分表示

エネルギー	165kcal
蛋白質	3.1g
脂質	0.2g
炭水化物	37.7g
ナトリウム	760mg



※100g、1袋、1食あたりなど様々な表示で記載されているので、注意してご覧下さい。

ナトリウム

上記ではナトリウム 760mg は食塩 0.76g ではありません！食塩に換算しましょう。

食塩換算式

ナトリウム(mg)×2.54÷1000 裏技→ナトリウム 400mg=食塩約 1g と覚えると簡単に計算できます)
味付けの濃い料理が多いので、塩分の多い汁物の購入は控えましょう(水分も増えます)。

カリウム

惣菜や加工食品にカリウムの栄養成分表示はほとんどありません。カリウムの多い食品、いも類(フライドポテト、里芋の煮物、ポテトサラダ等)、海藻(おでんの昆布や昆布巻き等)、種実類、果物などを控えめにしよう心がけましょう。

リン

惣菜や加工食品にカリウムの栄養成分表示はほとんどありません。カリウムの多い食品、いも類(フライドポテト、里芋の煮物、ポテトサラダ等)、海藻(おでんの昆布や昆布巻き等)、種実類、果物などを控えめにしよう心がけましょう。



ろうそくファンタジー

9月24日土曜日に摂津市生涯学習フェスタのペットボトルとろうそくアート作品コンクールに参加しました。手術室のメンバーを中心に、初めての参加で試行錯誤しながらみんなで楽しく参加させていただきました。天候にも恵まれ暑い中がんばりました。製作中は地域の方々やみなさんに声をかけていただき、アンパンマンが出来上がっていききました。今回アンパンマンに決めたのは、最近震災や災害が続き、みんなで元気に乗り越えるためにも、アンパンマンのように明るい笑顔と勇気でみんなで力を合わせて頑張ろうという気持ちで作りました。



地域医療連携室のご案内

入院中に不安や心配事などございましたら、
地域連携室スタッフにお気軽にご相談ください。



入院費が心配・・・

- 医療費や家のこと、家族のことが気になる

退院後の生活が心配・・・

- 家に帰ってからの生活が心配
- 介護保険制度について知りたい
- 自宅は難しいので施設や病院を探してほしい

主な業務内容

病診・病病連携業務

- 地域診療所からの紹介患者様の相談窓口
- 他病院からの紹介患者様の相談窓口
- CT、MRI、カメラ検査予約窓口
(電話にて可能)
- 紹介状、報告書の管理
- 開放型病院・登録医窓口
- 医療連携に関わる調整

医療相談業務

- 入院・受診援助
- 経済的問題の相談
- 介護保険など福祉制度の利用相談
- 退院後の生活相談
- 他医療機関、公的機関との連携

相談を御希望される方は、1階の受付よこの地域医療連携室もしくは、
受付窓口にお申し出ください。

相談受付時間

月曜日～金曜日 午前 10:00 ～午後 4:00 土、日、祝は休