



つつじ

第22号

24年11月1日 発行



みんなが知っている野菜、そして楽しくなるような野菜を育てました。
トマト、キュウリ、ブルーベリーなどは保育児、外来患者様、職員の口の中へも…



カボチャ

ひょうたん



黄色いズッキーニ



緑のカーテンゴーヤ

11月の行事予定

11月1日 (木)	集合レク	13:45~14:30
11月8日 (木)	文化の日	14:00~15:00

リハビリ室
7病棟



一健やか生活へのワンポイントアドバイス

薬と食品の相互作用について 第2回

【コーヒー、紅茶、緑茶、ウーロン茶、カフェイン入り飲料と薬】

胃腸薬(ガスポート・ニザチンカプセル・タガメット)

カフェイン入り飲料と一緒に飲むと体内からカフェインの排泄が遅れ、「心臓がドキドキ」したり「気持ちがいらいら」したり、場合によっては「全身に痙攣」が起こることがあります。



精神安定剤(セエルカム錠、リボトリール錠) 催眠・鎮静剤(ハルラック錠・レンデム錠・チスボン)

抗不安薬(セデコパン錠・ナオリーゼ錠)

相加的に中枢神経刺激作用が増強する可能性があります。薬が「効かなくなる」ことがあります。



強心・気管支拡張薬(テオドール錠・テオドール顆粒・アーデフィリンDS)

喘息薬のテオドールは、副作用として「心臓をドキドキ」させたり、「気持ちがいらいら」させたりします。カフェインも同様の副作用を示します。そのため、この2つと一緒に服用しますと、相乗効果によって「ドキドキやイライラ」がひどくなり、「汗が止まらなくなる」ことがあります。

抗生剤(キノロン系薬、オフロキサシン錠、レボフロキサシン錠、クラビット錠)

精神神経薬(レクサプロ錠、パキシルCR錠)

体内のカフェインの分解を抑制することで中枢神経刺激作用(神経過敏、イライラ、不眠)が起こることがあります。



解熱鎮痛剤、抗血栓薬(サリチル酸系薬・バッサミン81錠)

血中濃度が上昇して鎮痛効果、出血傾向が強まる可能性があります



カフェインは、コーヒーや紅茶のほか、緑茶や栄養ドリンク剤にも含まれています。栄養ドリンクで「薬」を飲んだりすることは避け、必ず水やぬるま湯で飲みましょう。 -情報提供 薬局・薬剤師-

ご不明な点をご遠慮なく当院薬局・薬剤師へお尋ねください。

10月の出来事



訪問
「花月サポートセンター祭り」
で、津軽跳ハネ太鼓と
北海盆歌を踊りました。

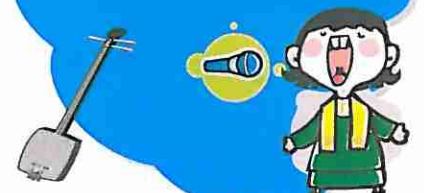


民謡を楽しむ会
三味線・太鼓の音色
こぶしの利いた節回し
に皆、うっとり～。



10月20日(土) 電車に乗って月形

行ってきま～す！
雨が降っているから、気をつけて
帰ってね！と見送る人達に
手を振って♪♪
この日の様子はHBCテレビで
放送されました。



11月空知中央病院NOW!



生きがいは-吟剣詩舞-

～今月の人* 出来事～

赤平に住んでいましたが、42歳の時突然夫が炭鉱事故に遭い亡くなりました。その後新十津川町に引越し詩吟を習い、日本舞踊も始めました。更に、日舞にはない男性的な動きを表現したいと思い、吟剣詩舞(詩吟をバックに剣舞))に挑戦しました。生の詩吟で踊るのはなんともいえません。今年で10年になります。現在和翔会滝川支部に所属し活動しています。9月は滝川で発表会、11月4日には新十津川町の文化祭で「日本刀詠ず」を踊ります。昨年からのこの病院でも踊っています。剣を持つての踊りはとても体力を使います。毎週1回お稽古し疲れたときは空知中央病院の温泉に入り、リハビリをしています。

この温泉につかるのが私の若さの秘訣ですよ。いつまでも元気で剣詩舞を踊り続けたいというのがワタシの願いです。



『霧の川中島』踊っています

今日もやってきました～。今回は院内で一番入院患者の多い病棟だぞお～。この病棟の若い男性スタッフがは沢山食べると思ったが・・・？ ところが・・・？ 実際は・・・？！

突撃！
あなたの昼ごはん

箸餅 喰ぞう



大食い女王とナイスな仲間たちの昼ごはん



美人揃いのナースたちの昼ごはん

お弁当の持ち主さんの声

新婚のボク 朝は行ってらっしゃいのチュウ！ 昼は甘～い、甘～い卵焼きと愛情たっぷりのタコウインナー入りLOVELOVE弁当さ！ 幸せだからこれで満腹～。午後もバッチリ！！



これ全部食べたら

- 豚丼 701cal
- 豚汁 183cal
- エビマヨおにぎり 225cal
- ツナマヨおにぎり 186cal
- サラダ 170cal
- カット野菜 78cal
- チョコレート 623Cal
- 合計 2166kcal

私の昼ごはん全部食べたら2166Kal



イ・ヤ・ダ～!! 取材拒否したんだよ～私の実態知られたくない～。見た目の体脂肪率10%! ヤセの大食いの私。これが今日の昼ごはん(豚丼、豚汁、エビマヨおにぎり、ツナマヨおにぎり、サラダ、チョコレート、お茶) エッ! ダレ? 食べ過ぎだと言っててるの!! 今日の日替わり弁当美味しそうでしょう～。

みんなだよ(陰の声)

11月の外来医師診療予定

診療科	医師名	予 定
内科 (皮膚疾患)	土 田	1日～9日まで休み 他通常通り
	桑 野	通常通り
	南 原	通常通り
	及 川	通常通り(火曜日 午後診察)
	細 川	通常通り(火曜日 診察)
	後 藤	通常通り(土曜日 午前診察)
リハビリテーション科	齋 藤	14日(水) 26日(月)休み 他通常通り
	菊 田	通常通り(土曜日 午前診察)
	岩 隈	14日(水曜日 診察)

都合により診療が変わることがあります。



収穫したかぼちゃ9個！ いろいろな衣装で着飾り、院内のあちこちに、奇妙な笑顔がいっぱい！！



かぼちゃ重さ当てクイズ入賞者

投票数104人の中から次の方が入賞しました。たくさん投票していただき、ありがとうございます



一位	13.4Kg	ぴったり賞	小竹 法子 様 (2病棟)
		ぴったり賞	新川 真奈美様 (2病棟)
二位	13.3Kg	惜しかった賞	松長 晃子様 (2病棟)
	13.5Kg	惜しかったで賞	山下 美幸様 (栄養科)
三位	13.2Kg	次は当てま賞	山下 弘了様 (2病棟)
特別賞	42.3Kg	ハロウィン賞	松田 三代治様 (6病棟)
		ハロウィン賞	西川 悦郎様 (薬局)



あとがき

一雨ごとに寒さが増す日々が続いています。そろそろ雪虫にも
出合いそうな予感が...

北海道の秋の味覚といえば、鮭。家族の一人が毎年釣りに出かけるのですが、例年は
がっくり肩を落として帰宅が恒例。ところが今年は豊漁らしくたくさんの鮭と笑顔で
「ただいま！」迎えるこちらは困ります...魚をさばくの苦手なんです。

