

# ほくピーたより

2023.10.01 号

北部病院 情報誌・第16号

北部病院キャラクター  
「ほくピー」

発行・文責：渡邊 理香



## 新リハビリテーション室・デイケア室がオープンしました！

2023年8月7日、旧外来側に新リハビリテーション室とデイケア『通所リハビリテーションほくぶ』がオープンしました。デイケアは旧正面玄関が出入口となっておりますが、リハ室は新外来出入り口の方よりお入りください。改装工事中は大変ご迷惑をおかけしました。患者さまより、「広々としたスペースで気持ちよくリハビリができますね。」とか、「明るい色調のリハ室で、晴れやかな気分で運動できます。」などのご感想をいただいております。今後も気持ちよくご利用者さまや患者さまに過ごしていただけるよう、スタッフ一同努力してまいります。



## 「ほくピーカフェ」が熊本日日新聞に掲載されました

2023年8月19日に開催された第6回「ほくピーカフェ」が、9月15日付の熊本日日新聞の朝刊に掲載されました。皆さまは「ほくピーカフェ」をご存じですか？「ほくピーカフェ」とは、当院で定期的に開催している難病患者・ご家族の会です。難病だけでなく、様々な病気に悩みを抱える患者さまやご家族の交流の場です。日常生活でのお困りごとや悩みを共有し、少しでも工夫軽減していくことを目指しています。2020年から開催している「ほくピーカフェ」も第6回を迎え、熊本日日新聞にも大きく取り上げていただき、大変嬉しく思っております。実際参加された患者さまやご家族のお声を取材していただきました。「ほくピーカフェ」は今後も開催予定です。参加ご希望の方はスタッフまでお気軽にお問い合わせください。



## 「めまいと痛みの漢方外来」開設

毎週木曜日、午前中に「めまいと痛みの漢方外来」を開設いたしました。慢性の関節痛（膝痛、腰痛など）やめまいでお悩みで漢方薬での治療を希望される方が対象です。**「完全予約制」ですのでご希望の方はお電話ください。**

**担当医：吉本英夫医師**

九州大学 医学博士

日本外科学会 指導医

日本内視鏡学会 専門医

日本東方医学会 中医専門医



医療法人社団 原武会  
北部病院

〒861-5515  
熊本市北区四方寄町 1281-3  
TEL 096-245-1115  
FAX 096-245-1126

## 貧血対策お勧めレシピ

貧血や鉄不足対策だけでなく、レバーにはビタミン A やビタミン B、ミネラルなどが豊富に含まれています。

レバーが苦手な方は結構多いですが、栄養たっぷりなのにお手頃価格の優等生食品をこの機会に美味しい調理の仕方です日常のお食事にどんどん取り入れましょう。鉄分は妊婦や女性だけでなく、高齢者や成長期のお子様にも必要です！

★レバーで一番面倒と思われるのが「下処理」ですが、お水や牛乳、お酢などで OK！いずれかに5～10分浸して軽くすすぎ、水気をふき取るだけで終了です♪

### レバーのバーベキューソース風味（2人分）



<材料>

鶏レバー 100g  
片栗粉 適宜  
サラダ油 適宜  
※ケチャップ 大さじ1  
※とんかつソース 大さじ1  
※料理酒 小さじ2

<作り方>

- ① レバーは8mm 程度の厚さにスライスし、前述のお好きな方法で下処理を行い、水気をふき取る。
- ② レバーの表面に薄く片栗粉をまぶす
- ③ フライパンにサラダ油をひき、揚げ焼きにする。
- ④ 表面がカリッとなったら混ぜておいた調味料をフライパンに加えからめる。

★お子様も大喜び、お弁当のおかずやお酒のおつまみにもピッタリです♪

## 新型コロナワクチン(オミクロン株 XBB.1.5対応)接種開始

新型コロナワクチン(オミクロン株 XBB.1.5対応1価のワクチン)の予約受付を行っております(完全予約制)。

生後6ヶ月以上の初回接種を完了したすべての方が対象です。全額公費です。

現在ワクチン供給量が少ないため、当分の間大変恐縮ですが**かかりつけの方のみ**が対象となります。

供給が増えましたらホームページ、SNS(LINE、フェイスブック、インスタグラム)でお知らせ致します。

接種券を受け取られたかかりつけ患者さまはご予約をお願いいたします。

予約はお電話か受診の際にも可能です。

予約電話受付は平日の**14時から16時**です。



## インフルエンザ予防接種が10月2日より開始

2023年度のインフルエンザワクチン接種は10月2日接種開始になります。

こちらは**かかりつけの患者さま以外の方も受付可能**です。

予約電話受付は平日の14時から16時です。

### <料金表> (税込み)

一般 (3才以上)	3,000円
乳幼児 (6ヶ月～3才未満)	2,500円
65才以上 (熊本市在住の方)	1,500円

- 副作用の確認のため、接種後 **30分間**は院内または車内で待機頂きます。
- 未成年の方は**母子手帳**をお持ちください。

**後期高齢者**または介護保険等の助成がある方、熊本市以外の市町村にお住まいの65歳以上の方は別途料金となります。



## ヘルスター健康宣言

この度当院は「協会けんぽ」に「ヘルスター健康宣言」を申請しました。

当院の健康管理に対する決意・健康経営方針としてスタッフだけでなく、

そのご家族まで健康管理をしっかりと行っていくという宣言です。

医療人としての自覚を持ち、各自が健診結果を確認し、対象者は特定保健指導を

受けること、要精密検査や要治療の対象者は必ず医療機関の受診を行うというものです。

みなさまの健康をサポートするスタッフ自身が元気で笑顔で働き続けることができるよう精進してまいります。

