

井上病院 伝言板

第255号 平成31年1月

井上病院 理念

医療を通じ地域の方へ安心を提供すること

絶え間ない質の改善を行うこと

自分や自分の家族がうけたい医療を行うこと

働きがいのある明るい職場を作ること



平成の時代から新しい時代へ変わろうとしている新年を迎えました。平成の30年間はIT（情報技術）が瞬間に進化した時代でした。固定電話が携帯電話に変わり、インターネットを使った連絡や情報入手が当たり前になりました。医療分野でも電子化が普及しました。検査結果をみて治療を進めるやりとりの多くが電子カルテ上で行われ、医療情報も電子上のやりとりで行われます。便利だけど複雑になった時代の変化を追いかけながら医療が進化しています。新しい時代では、AI（人工知能）の進化が期待されています。診断から治療法まで電子機器が誘導し、手術もロボットが手助けしてくれる医療が待っています。そのような時代だからこそ人としての心を持った触れ合いが大事になります。これからも私達が届ける医療は、一人ひとりの生活と想いを大事に生かしながら進めていく必要があると考えています。

昭和世代と平成世代が同居する日本。少子高齢化が進む中、人手不足や社会保障費の抑制が深刻な問題となっています。オリンピック開催などで日本はしばらく賑やかになりそうです。都市の喧騒ばかりでなく、地方も活性化し、田舎であろうと住み慣れた地域だからこそ豊かに過ごせるようになりたいものです。これからも皆様が元気であり、笑顔で安心してすごされるために、安心を提供できる医療提供を目指します。

新たな変化となる1年となります。今年も宜しくお願いします。

井上病院 院長 泉野清宏

～七草がゆで正月疲れを解消～

起源は古代中国、前漢の時代まで遡ります。人日の節句（1月7日）の朝に、7種の野菜が入った「七草粥」を食べると邪気を払い万病を除くと古くから言い伝えられてきた風習があり、この七草粥に用いる7種の野菜を「春の七草」といいます。正月の料理で疲れ気味の胃腸の回復にはちょうどよい食べものです。



七草がゆ<カロリー190Kcal タンパク質3.4g 脂質0.5g 塩分0.2g>



材料(1人分)	分量
精白米	50g
かぶの葉	6g
七草	3g
食塩	0.2g

地域によっては餅を加えるところもあるそうです



▽七草囃子

包丁でまな板を叩きながら「唐土の鳥が日本の土地にわたらぬ先になずな七草」や「唐土の鳥が日本の土地に渡らぬ先に、トーン、トン、トン」と唱えた後に刻んでいた。「唐土の鳥」とは中国の鬼車という伝説上の毒鳥の事。人々に病気や死など災いをもたらすといわれ言われており、この鬼車が嫌う七つの薬草を七草囃子を唱えながら叩くことにより、この毒鳥を追い払ったとされている。

<作り方>

- ①米は研いで、水とともに土鍋に入れて沸騰したら弱火にし30～40分ほど炊く。
- ②七草とかぶの葉は細かく刻む。
- ③お粥が炊き上がる5分前に、塩少々・七草を加えて全体に混ぜる。
- ④器に盛って完成。