

カラダもココロも健康に

いきいきらしいふ

no.70
2021.WINTER

徳大病院だより

特集

血管奇形に対する 硬化療法について

■CLOSE UP

産科婦人科における
助産師による
「ひなた」の
取り組みについて

■徳大病院ニュース

- ・市民ギャラリー
「きんこ・イラストと
コトバ展」について
- ・ホスピタルギャラリー be
「日本のカタチ-bottle」展について
- ・市民公開講座

■病院のお仕事いろいろ

- ・乳がん看護認定看護師

■tokudai-staff information

■地域連携の部屋

- ・地域連携病院⑤「那賀町立上那賀病院」

■食事のヒント

- ・腸内環境を整えて免疫力アップ!



徳島大学病院
Tokushima University Hospital

特集

血管奇形に対する硬化療法について



■説明は
徳島大学病院
形成外科・美容外科
病棟医長

山下 雄太郎
(やました ゆうたろう)

■お問い合わせ先
Tel: 088-633-7047
(形成外科・美容外科外来)

患者さんへひとこと

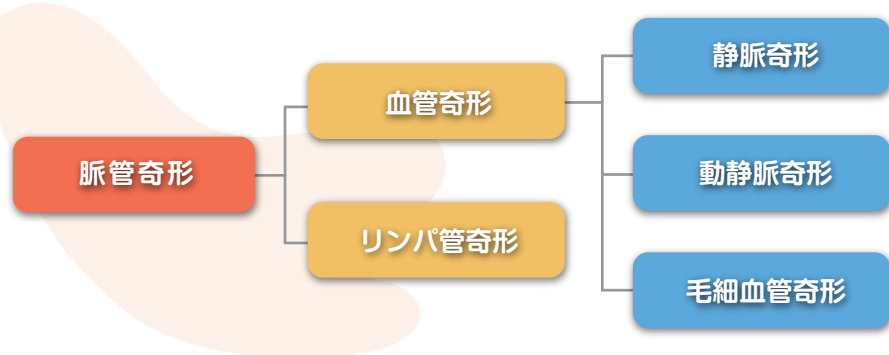
受診して必ず治療しなければいけないというわけではなく、患者さんの意向も聞きながら治療方針を決めますので、身構えずに気軽に受診していただければと思います。

血管奇形とは

血管奇形とは、本来無いところに異常な血管が発生するという先天的な病気で、症状としては、血管の奇形による変形や醜形（見た目の異常）、出血、赤や青黒いといった色調の変化が見られます。また痛みがある場合もあります。発生する部位によっては血管奇形により神経が圧迫されることや、気道が圧迫されて呼吸に影響を及ぼすこともあります。体中どこでも発生するので発生する部位によって様々な症状が出ます。先天的

な病気なので出生時に症状が見られる場合もありますが、出生時に症状が見られなくても徐々に血管も拡張するので、成長するにつれて、血管が拡張し皮膚が膨らんで、症状が現れるという場合もあります。思春期、妊娠、出産などホルモンの変化、外傷などを契機に血管奇形が大きくなることもあります。

脈管奇形は血管奇形とリンパ管奇形に分けられ、血管奇形はさらに3つに分けられます。



静脈奇形と動静脈奇形は痛みがあることがあります。静脈奇形では、下垂した時の病変増大時や病変内の静脈石や病変内血栓によっておこる静脈炎による痛みがあります。動静脈奇形は病状が進行すると痛みも出現し、血流が豊富なため重大な出血が起こることもあります。

毛細血管奇形は皮膚の膨らみはほとんど無く、色調の

変化が見られる場合が多いです。

リンパ管奇形は色調の変化はありませんが、変形や醜形、圧迫による症状が見られます。

脈管奇形の治療としてはレーザー治療、塞栓療法、外科的な切除、硬化療法などがあり、症状に合わせて治療を行います。

血管奇形に対する硬化療法について

異常な血管の中に、硬化剤と呼ばれる血管をつぶす働きのある薬剤を注入し異常な血管をつぶして小さくする治療法です。硬化剤をいきなり血管に注入するのではなく、先に造影剤を血管に注入し、異常な血管に造影剤が入っていることを確認してから、造影剤を注入した血管と同じ血管に硬化剤を注入します。特に静脈奇形にこの硬化療法は有効です。動静脈奇形に対しては塞栓療法と硬化療法を組み合わせる場合や外科的切除を行う場合もあります。

硬化療法を行うことにより、痛みが改善しやすいというメリットがあります。また、病変が小さくなるので、見た目の改善や血管奇形によって圧迫されて起こっていた症状が改善され、また、出血のリスクも減ります。

一方、硬化剤を注入することで炎症が起こるので、その炎症により発熱や腫れ、痛みが出る場合もありますが、一過性のもので、1週間程度でこれらの症状もおさまります。また、硬化剤が血管の外に流れ出ると、合併症を引き起こすことがあるので、細心の注意を払って治療を行います。

徳島大学病院での取り組みについて

徳島大学病院では平成30年から血管奇形に対する硬化療法を取り入れています。血管奇形は良性の病変なので、体内の深いところにあるものなど治療が困難なため経過観察だった患者さんもいらっしゃいますが、そのような方にとって硬化療法が新たな治療の選択肢となりました。

今までは血管奇形と診断がついていても、治療せず経過をみていた方にも硬化療法という治療があるということ

を知っていただき、血管奇形の症状で悩んでいる方の手助けができたと思います。治療法を適切に選択すればある程度症状の改善が見込める病変が多いので血管奇形で困っている方は相談いただきたいと思います。

困難な症例の場合は形成外科だけでなく様々な診療科が関わって治療を行う必要があるため、今後は診療科間の連携を強めることも重要となります。

CLOSE UP!



■説明は
徳島大学病院
東病棟3階
副看護師長(助産師)
橋本 綾
(はしもとあや)

■お問い合わせ先
Tel: 088-633-9331

患者さんへ一言

安心して自分らしい、自然なお産ができるようにお手伝いしますので、興味のある方はご相談ください。ぜひ「ひなた」で一緒にお産をしましょう。

(ひなたの利用には、チェックリストをご参照下さい。)

産科婦人科における 助産師による 「ひなた」の 取り組みについて



○ 院内助産システム「ひなた」について

合併症が少なく、また、正常に経過している妊婦さんで自然なお産をしたいと希望される方に対して、院内助産システム「ひなた」を利用させていただいております。妊婦健診は、助産師による腹囲などの計測や保健指導と医師による診察が行われますが、「ひなた」では妊娠34週、37週、39週は助産師のみの診察となります。エキスパート助産師院内認定コースを修了した助産師が「ひなた」を担当し、保健指導やお産に向けての話などを詳しく行い、妊婦さんひとりひとりに合ったお産の方法を見つけていきます。出産時に入院した際も、これまでの妊婦健診時に聞き取りした妊婦さんの希望に合わせてお産を進めていきます。また、分娩台ではなくマットで、自分の好きな体位でお産ができます。リラックスした自然な形でお産していただけるようにアットホームな雰囲気の部屋を作っています。また、医師への連絡基準を定めており、何か異常があればすぐに医師に連絡できるような体制を整えています。

「ひなた」は2010年に開設され、これまでに100名を超える方に「ひなた」を利用させていただきました。「ひなた」を利用した方より、「ひなたでお産してよかった」との声をいただいております。産婦さんたちの満足がいくお産のお手伝いができていると感じます。

「ひなた」チェックリスト

以下の項目に1つでもあてはまる方は「ひなた」を利用できません

- 合併症がある(喘息、甲状腺機能異常など)
- 感染症がある(B型肝炎、C型肝炎、HIVなど)
- 子宮筋腫がある。または子宮に異常がある
- 子宮の手術をしたことがある(筋腫核出など)
- 帝王切開をしたことがある
- 血液型がRh(-)である
- 前置胎盤といわれている
- 胎児に異常がある(胎児発育遅延、奇形など)
- 羊水に異常がある(羊水が多い、少ないなど)
- 妊娠経過に異常がある(高血圧、高血糖など)
- 多胎妊娠である(ふたご、みつごなど)
- 逆子(骨盤位)がなおらない
- 身長が150cm以下である
- 妊娠前のBMIが25.0以上である
- 高齢(35歳以上)、若年(16歳未満)の初産である
- 頻産婦(出産5回以上)である

さらに

以下の項目にあてはまる方は、相談に応じてとなります。

- 喘息の既往がある
- 不妊治療による妊娠である
- 前回の妊娠・出産で異常があった(早産、胎児異常、出血多量など)

本院では「ひなた」という妊婦さんの希望に沿ったお産、自然なお産ができるように助産師がサポートする院内助産システムがあります。この「ひなた」の取り組みについて紹介します。

○ 今後について

セミオープンシステムを利用される方や里帰り出産

の方は、妊娠34週前後から本院を受診するようになります。「ひなた」を紹介する機会がなく出産を迎えることがあります。そのような方にも、広く「ひなた」というシステムがあることをお知らせできるようにしたいと思います。また、「ひなた」の利用を予定していた妊婦さんでも、予定日を過ぎるなど、途中で医師の管理が必要な状態になり「ひなた」でお産ができなくなる方がいます。

そこで、保健指導やケアの提供などをしっかり行うことで、できるだけ多くの方が「ひなた」でお産ができるように支援したいと思います。



徳大病院 ニュース 徳島大学病院の最新情報をお届けします

市民ギャラリー「きんこ・イラストとコトバ展」について

本院では、患者さんや本院へ来院される方の心の癒し、安らぎの場所を提供することを目的として、作品を募集し、市民ギャラリーとして中央診療棟1階の一部を開放し、作品を展示しています。

令和2年10月24日(土)から令和3年1月22日(金)の期間、イラストレーターの西山欣子さんによる「きんこ・イラストとコトバ展」を開催しています。

西山さんは日々の暮らしの中で、目にしたものや感じたことを描いて、毎年、カレンダー原画作品展として発表されており、今回展示の作品は、原画(色鉛筆画)を阿波和紙に出力したものです。



懐かしい日常の中、少し立ち止まってご覧になっていただければ幸いです。
期間：令和2年10月24日(土)～令和3年1月22日(金)
場所：市民ギャラリー (中央診療棟1階)

ホスピタルギャラリー be「日本のカタチ-bottle」展について

本院では武蔵野美術大学との共同研究により、「美術」と「医術」のコラボレーション、「美(b)」と「医(e)」のコラボレーションとして、ホスピタルギャラリー beを西病棟1階に設置し、県内作家の作品や武蔵野美術大学の学生作品を展示しています。

令和2年12月21日から令和3年4月24日の期間、武蔵野美術大学学生作品による「日本のカタチ-bottle」展を開催しています。「日本のカタチ」をテーマに第1課題「Clay」と第2課題「bottle」に対して学生が作品を作りました。今回の展示は第2課題「bottle」の作品で、第1課題「Clay」のテーマ性にのっとり、どのようにデザイン的な形態変化をしていけるかを学生たちが試みた作品群となります。ぜひお立ち寄りください。

期間：令和2年12月21日(月)～令和3年4月24日(土)
場所：ホスピタルギャラリー be(西病棟1階ロビー)
協力：武蔵野美術大学



お気軽にモデルルームへお越しください。



“前川エリア”で計64戸 新築マンション分譲中

Webサイトにておすすめプラン公開中!

あなぶき中前川

※掲載の室内写真は「アルファステイツ中前川町II」モデルルームを撮影(2020年2月)したもので、仕様が標準プランより一部異なります。※一部オプション仕様(有料)が含まれている他、家具・調度品などは販売価格に含まれておりません。予めご了承ください。※眺望は建築予定地付近の9階相当から撮影(2019年12月)したものにCG加工を施しており、実際とは異なります。

- 物件概要 ●名称/アルファステイツ中前川町II ●所在地/徳島県徳島市中前川町II 5丁目7番2 ●交通/徳島バス「三ツ合橋」バス停 徒歩3分(約170m)、「JR徳島線」徒歩1分(約135m) ●総戸数/32戸(管理事務室、防災倉庫を除く) ●販売戸数/14戸 ●販売価格(税込)/2,480万円(1戸)～3,790万円(1戸) ●最多販売価格(税込)/2,700万円(約2,900万円(各1戸)) ●仕舞期間/2LDK・2LDK+S・3LDK ●駐車場有面積/63,36㎡～77,91㎡ ●1戸コマーシャル面積/10,44㎡～31,56㎡ ●アルコブ面積/2,5㎡～6,46㎡ ●管理費(月額)/12,600円～15,500円 ●修繕積立金(月額)/4,600円～5,700円 ●災害積立金(月額)/300円 ●修繕積立基金(入居時一括)/349,000円～429,000円 ●災害積立基金(入居時一括)/10,000円 ●駐車場使用料(月額)/機械式:600円/屋内平面駐車場:15,000円 ●敷地面積/1,174.28㎡ ●建築面積/411.53㎡ ●建築延床面積/2,723.85㎡ ●建築確認番号/第19-19053247号(2020年2月14日付) ●構造・規模/鉄筋コンクリート造・地上9階建て ●地目/宅地 ●用途地域/準工業地域 ●法定建ぺい率/60% ●法定容積率/200% ●駐車場/33台(半面駐車場7台、機械式駐車場26台) ●バイク置場/35台 ●自転車置場/72台(半面26台、スライドラック式29台) ●水道/徳島市水道局 ●電気/日本電力株式会社 ●ガス/四国ガス株式会社 ●インターネット/2021年5月中旬 ●竣工日/2021年7月下旬 ●売主/株式会社 ●設計/設計/株式会社 ●監理/株式会社 ●施工/小竹興業株式会社 ●敷地所有者/六次興産株式会社 ●分譲後の権利形態/土地:建物所有権による敷地所有権の共有、建物:(専有部分)区分所有権、(共有部分)建物所有権割合による共有 ●管理形態/管理組合方式により管理組合と株式会社六次ハウジングサービスとの間で管理委託契約を締結していただきます ●設計図書閲覧場所/六次興産株式会社東四国支店及び、アルファステイツ中前川町IIマンション ●手付金等保証機関/西日本住宅産業信用保証株式会社 ●登記の内容、行政官庁の指導及び施工上の都合により変更となる場合がございます。※先着順受付のため、ご希望の仕様が納済みの場合がございます。予めご了承ください。 ●新価格公示日/2020年8月22日 ●広告制作日/2020年11月13日 ●広告有効期限/2021年2月末日

まずはマンションギャラリーへお越しください!

スムーズにご案内するためにご予約をおすすめいたします。

モデルルーム公開中



「アルファステイツ中前川町IIプロジェクト」資料請求・お問い合わせ専用ダイヤル

0120-851-887

営業時間 10:00～18:00
※休日・水曜日はお休み

あなぶき興産 (株) 六次興産株式会社 不動産取引専任 国土交通大臣(官)3300号
 所在地/〒760-0028 徳島県徳島市東四国支店 電話/087-825-0580
 支店 所在地/〒760-0028 徳島県徳島市東四国支店 電話/087-825-0580

あなぶきリアルエステート (株) 住友不動産株式会社 不動産取引専任 国土交通大臣(官)3384号
 所在地/〒760-0028 徳島県徳島市東四国支店 電話/087-825-0580

市民公開講座等のご案内

耳の日の講演会

【内容】・講演「高度難聴と人工内耳」
 講師：耳鼻咽喉科・頭頸部外科 教授 武田 憲昭 先生
 ・人工内耳装用者の体験発表

【日時】令和3年3月7日(日) 13:30～16:00
 【場所】ホテル千秋閣 徳島市幸町(徳島市役所南側)
 【参加費】無料
 【問い合わせ】耳鼻咽喉科・頭頸部外科 Tel: 088-633-7169
 ※情報保障について：当日は、要約筆記をおこないますので、聴こえが不自由でも安心してご来場ください
 ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合がございます

いつの時代にも「道を表し示す灯になりたい」灯を目指し続ける企業。私たちは表示灯です。

表示灯株式会社 四国支店

お問い合わせはこちら

TEL 0263-29-2680(9:00～17:00) Mail request@kkelan.com

入院日用品レンタルサービス「CSセット」専門企業

『CSセット』とは?
 入院時に必要となる日用品やおむつ、タオル類、衣類等を洗濯付きでレンタルできるサービスです。

東証一部上場(証券コード:6099)

TEL 0263-29-2680(9:00～17:00) Mail request@kkelan.com

表示灯株式会社 四国支店

お問い合わせ専用ダイヤル 0120-851-887

資料請求・お問い合わせ専用ダイヤル

あなぶき興産

病院のお仕事いろいろ

罹患しても
その人らしく
生き生きとした人生を



看護部東病棟6階
乳がん看護認定看護師
副看護師長

山口 美代子
(やまぐち みよこ)

乳がんは、現在、女性の臓器別がん罹患率第1位であり、30歳代から増加し始め、40歳後半から50歳代と仕事や家庭等多様な役割を担っている世代にピークを迎え、今後もその数は増加すると予想されています。また、乳がんは他のがんに比べて治療期間が長く、診断から10年以上、長期にわたって経過を見ていくため、再発や転移の不安が続くことも特徴的です。

乳がん看護認定看護師は、心理面のサポート、治療方法選択時の意思決定支援、抗がん剤や放射線治療の際出現することの多い、脱毛や皮膚障害など副作用に対するセルフケア支援、チーム医療の推進など多くの役割を担っています。

乳がんと診断された患者さんは、がんという病名を受け止めきれない状況の中、短期間で人生における重要な、いくつかの選択をしなければなりません。治療に関する意思決定は、非常に難しいことです。

現在、手術前の患者さんを中心に個別面談

させていただき、患者さんやご家族の気持ちの整理をお手伝いし、できる限りご希望に沿った納得のいく、手術方法や乳房再建方法が選択できるようサポートさせて頂いています。その際、患者さん自身の希望や意向を引き出せるようじっくり話をお聞きするよう心がけています。また、手術や治療により変化した外見を整える方法、子どもさんへの告知の仕方、遺伝の問題、家庭や仕事の問題などの相談も行っております。

乳がんの治療過程では、迷いや不安を一人で抱え、塞ぎ込んでしまう患者さんが多くいらっしゃることを知り、悩みを一緒に考え、伴走者として共に歩めるような看護師になりたい、そのためには専門的な知識の習得が必要であると考え、平成30年に乳がん看護認定看護師の資格を取得した山口さん。「乳がんに罹患しても、その後の人生をその人らしく生き生き過ごしていただきたいと願っており、全力でサポートしたいと思っています。」と話してくれました。



治験を実施しています

現在、開発中の医薬品の候補（治験薬）あるいは医療機器を用いた治験を、以下の病気を対象に実施しています。参加いただいた患者さんにおけるデータを集め、有効性や安全性を確認して医薬品や医療機器としての「承認」を得ることが治験の目的ですが、参加いただいた患者さんにとって良い効果をもたらす場合もあります。まずは、よく情報を得ていただきたいと思っておりますので、**お気軽にお問い合わせください。**

- 尿路上皮癌
- 肝細胞癌
- 筋層浸潤性膀胱癌
- 前立腺癌 (mCRPC)
- 腎細胞癌
- 多発性骨髄腫
- 筋萎縮性側索硬化症
- 掌蹼膿疱症
- 慢性動脈閉塞症
- 潰瘍性大腸炎
- クローン病
- 大うつ病
- 心臓リハビリテーションの適応となる心疾患
- 急性骨髄性白血病 (移植適応外)
- 滲出型加齢黄斑変性
- 糖尿病黄斑浮腫

ご協力をお願いします。



ちけん君は
日本医師会治験
促進センターの
キャラクターです。

問合せ：総合臨床研究センター
tel.088-633-9294

tokudai-staff information

新任のごあいさつ



救急集中治療部長
大藤 純
(おおとう じゅん)

令和2年8月1日付けで救急集中治療医学分野の教授を拝命いたしました。私は平成9年に徳島大学を卒業し、手術中の麻酔管理や救急診療、集中治療室での重症患者管理、災害医療について取り組んでまいりました。専門は、人工呼吸管理や循環管理を中心とした集中治療です。徳島大学病院は、県内唯一の特定機能病院であり、中でも救急集中治療部は、大学病院の中央診療部門として、常に高い医療レベルが求められます。地域の急性期医療へ貢献できるよう努力してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。



産科婦人科長
岩佐 武
(いわさ たけし)

令和2年10月1日付けで産科婦人科長を拝命いたしました。私は平成14年に徳島大学を卒業し、徳島大学病院および関連施設にて臨床研鑽を積んでまいりました。生殖医療を専門としており、体外受精・顕微授精を含む不妊治療全般を担当しております。また、最近では若年がん患者さんに対する妊孕性の温存や、難治性不妊の患者さんに対する先進技術の導入にも取り組んでいます。患者さんの意見に耳を傾ける姿勢を大切にしておりますので、疾患でお悩みの方はいつでもご相談ください。

徳島大学病院からのお知らせ

- ◆令和3年2月1日(月)から、病院出入口(外来診療棟玄関)の開扉時間を午前8時00分に変更します。これより前にお越しいただいても、院内への立ち入りはできません。
- ◆令和3年2月1日(月)から、再来受付機による受付可能時間を診察(画像・検査等)予約時間の2時間前から変更します。

これにより、外来診療棟が開く午前8時00分に再来受付機を利用できる方は、午前10時00分以前の予約の方となります。院内の混雑及び密集を避けるため、予約時間を確認し来院いただくようお願いいたします。



地域連携の部屋

このコーナーでは、徳島大学病院が徳島県や他の医療機関の皆さま等と協力し、患者さんへのよりよい医療の提供を目指してすすめている、様々な取り組みについて取り上げます。

Vo.39

地域連携病院③「那賀町立上那賀病院」

今回は、那賀郡那賀町にある那賀町立上那賀病院をご紹介します。

■地域のために貢献する病院として

町内唯一の病院として、以前は24時間365日断らない医療を目指して診療していましたが、近年看護師が少なくなり、夜間・休日診療ができなくなりました。軽い症状であっても、夜間・休日で治療が必要な場合は自動車1時間以上かかる遠方の病院に行ってもらわねばなりません。このような厳しい状況ですが、少しでも地域の皆さんのためにできることとして、訪問診療に力をいれています。夜間や休日であっても、患者さんから電話をいただければ、可能な限り患者さんのご自宅に向き、診察を行っています。重症であれば、遠方の病院に行っていたことになりませんが、そうでない場合はご自宅で点滴や薬を処方し、後日、上那賀病院で改めて診察するようになります。体調が悪いのにさらに遠方の病院まで移動する負担がかかるという状況を少しでも減らすために、夜間・休日の訪問診療に積極的に取り組んでいます。

通常の外来においては、「どのような方も診る」をモットーに、医師はそれぞれに専門領域がありますが、総合診療医であると医師ひとりひとりが自覚して、子



自然に囲まれた那賀町立上那賀病院

どもから大人までどんな症状の方でも診るようにしています。

また、上那賀病院では専門外来も開いています。徳島県立海部病院の脳神経外科の専門医による月2回の脳神経外科専門外来を開いています。こちらでは脳神経外科だけでなく、神経内科領域の病気も診ています。海部病院には、海部・那賀地域の公的医療機関の連携・協力体制である「海部・那賀モデル」により、緊急時に患者さんの脳のCT画像を海部病院の脳神経外科の専門医に送り、画像を確認し、診断いただくなどサポートいただいています。

徳島大学病院の医師による呼吸器・膠原病専門外来と徳島赤十字病院の医師による循環器専門外来もそれぞれ月1回開いています。

徳島大学病院へは高度な医療が必要な患者さんを上那賀病院から紹介し、回復された患者さんを徳島大学病院から上那賀病院へ紹介し、地域で療養していけるように連携しています。

■上那賀病院を取り巻く状況について

地域の高齢化により、看護師をはじめとする医療スタッフが減り、医療の規模を縮小せざるを得ない状況になっています。地域の皆さんが安心して生活できるためにも、看護師の増員や、県内の医師の偏在の解消により、以前のように24時間患者さんを受け入れることができるような体制に戻せることを願うとともに、訪問診療などできることに取り組んでいきたいと思ひます。

「地域医療連携」について

徳島大学病院患者支援センターでは、大学病院と地域の医療機関との円滑な橋渡しをめざして、大学病院での高度先進医療から、患者さんがお住まいの地域の診療機関と連携し、在宅療養へと継続できるようサポートしています。

問い合わせは

那賀町立上那賀病院
徳島県那賀郡那賀町
小浜137-1
TEL.0884-66-0211

■説明は

鬼頭 秀樹(きとう ひでき)
病院長



食事のヒント

テーマ 腸内環境を整えて免疫力アップ!

腸は栄養を吸収するだけでなく、「全身の免疫を司る」という大事な役割も担っています。腸にはなんと体中の免疫細胞の約7割が集まっているのです。腸内環境を整えて、免疫力をアップさせましょう!

回答は
栄養部 / 田尻 真梨
(たじり まり)



レタスと卵の味噌汁



【栄養量(1人分)】

エネルギー 70kcal
たんぱく質 4.9g
脂 質 3.2g
炭水化物 5.0g
塩 分 1.5g
食物繊維 1.0g

【材料(1人分)】

レタス 1.5枚
卵 1/2個
長ネギ 少量
味噌 大さじ2/3
だし汁 130cc

【作り方】①レタスは水気をきってざく切りにする。長ネギは白髪ねぎにする。②鍋にだし汁を沸かし、弱火にして味噌を溶き入れる。③沸騰する手前でレタスを加えサツとひと混ぜしたら、レタスだけお椀によけておく。④溶き卵をまわし入れて、ふわふわ浮いてくるまでかき混ぜずに待つ。⑤卵が浮いたら、レタスが入ったお椀によせて、白髪ねぎをのせる。

ちよつと言

善玉菌(乳酸菌、ビフィズス菌、納豆菌など)を含む発酵食品を「1日1品」を目標に摂りましょう。善玉菌のえさとなる食物繊維やオリゴ糖と一緒に食べると効果的です。

かぼちゃのヨーグルトサラダ



【材料(1人分)】

かぼちゃ 80g
きゅうり 1/4本
塩 少々

☆ヨーグルト 大さじ1/2 (無糖)

☆マヨネーズ大さじ1/2

☆塩コショウ 少々

オリゴ糖シロップ適量

【栄養量(1人分)】

エネルギー 136kcal
たんぱく質 2.2g
脂 質 5.5g

炭水化物 20g
塩 分 0.5g
食物繊維 3.0g

【作り方】①切ったかぼちゃをボウルに入れ、ラップをかけてレンジ加熱しつづす。②きゅうりは2mmの輪切りにし、塩もみして5分ほど置き、水気を絞る。③①に②と☆を加えて混ぜ合わせる。④器に盛り、お好みでオリゴ糖シロップを回しかける。



JR HOTEL CLEMENT TOKUSHIMA

ホテルならではの上質な空間と、行き届いたサービス。

ビジネス・観光の拠点としてぜひご利用ください

GoToトラベルキャンペーン「地域共通クーポン」と
GoTo Eatキャンペーン「徳島県プレミアム付食事券」を
ご利用いただけます。詳細はホテルHPをご確認ください。



【JRホテルクレメント徳島】 〒770-0831 徳島市寺島本町西1-61 TEL:088-656-3111

各相談室・検査の連絡先

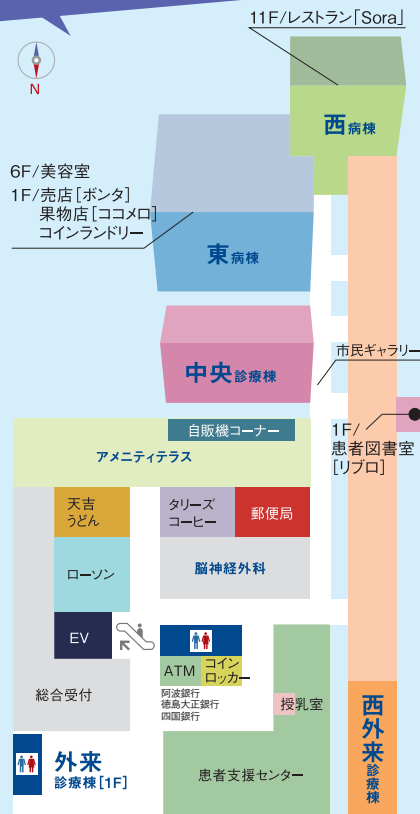
- **緩和ケアセンター**
(相談受付/月～金曜13:00～15:00) Tel/088-633-7457(Fax兼用)
- **PET/CT検査**(受付/月～金曜8:30～17:00)
Tel/088-633-9106 Fax/0120-335-812
- **セカンドオピニオン外来**(予約受付/月～金曜13:00～16:00)
Tel/088-633-9654 Fax/0120-335-979 ※完全予約制
- **遺伝カウンセリング外来**(予約受付/月～金曜13:00～16:00)
Tel/088-633-9218 Fax/088-633-9219 ※完全予約制
- **総合臨床研究センター**(受付/月～金曜9:00～17:00)
Tel/088-633-9294 Fax/088-633-9295
- **アンチエイジング医療センター**(予約受付/月～金曜9:00～16:00)
Tel/088-633-9106 Fax/0120-335-979 ※完全予約制
- **美容センター**(予約受付/月～金曜14:00～16:00)
Tel/088-633-7047(初診) 088-633-7903(再診施術・案内) ※完全予約制
- **患者支援センター[医療相談窓口]**(相談受付/月～金曜8:30～17:00)
Tel/088-633-9107・088-633-9056 Fax/088-633-9107

徳島大学病院へのご寄付

本院では、一層充実した医療を提供するために、寄付金というかたちで皆様のご厚志を生かしていきたいと考えています。皆様のご支援は、①患者さんへの最良の医療提供②医療に関する調査や研究③医療に関する技術者の研修のために充てさせていただきます。ご寄付をいただき心から感謝いたします。

- **寄付者のご芳名** ご同意していただいた方に限り、ここにご芳名を掲載させていただきます。
※2020/8/1～2020/10/31時点(順不同)
吉野 泰甲様 長江 廣子様 ミュージカールスクールWITH様
須原 千代様 岸田 英理様 株式会社リブドゥコーポレーション様
- **お申し込み状況** 総件数：23件 総額：1,979,000円 ※2020/4/1～2020/10/31時点
- **お申し込み方法** 徳島大学病院のホームページをご覧ください。
来院中のお申し込みは、経理調達課経理・管理係または、お近くの当院スタッフまでお申し出ください。
- **お問い合わせ** 経理調達課経理・管理係(月～金8:30～17:00) Tel/088-633-7016

歩きスマホは大変危険ですので
ご注意ください。



外来棟玄関↓

※感染症対策のため玄関にて検温を実施しています

徳島大学病院
Tokushima University Hospital

〒770-8503 徳島県徳島市蔵本町2丁目50-1

<https://www.tokushima-hosp.jp/>

■ご意見・ご要望は右記までお寄せ下さい。bsoumuss1@tokushima-u.ac.jp

発行者
編集部会長
広報委員会
委員

病院長 香美 祥二
楊河 宏章
北畑 洋 金山 博臣 武田 憲昭 生田 貴久
藤井 志朗 久保 亜貴子 大川 敏永 桐野 靖
岡本 知美 金澤 昭代
泉 朗 兒玉 美和 小賀野 剛 西村 伸次
津川 直樹 若田 好史
総務課広報・企画係 Tel.088-633-7697

事務担当