

NEWS

“Love Myself” 若年者の心と身体の健康を守るユースクリニック開設!

若年の方が気軽に自分の心や身体について相談できるユースクリニックをオンライン上に開設しました。20歳までの男女を対象に、無料で、セックスや性感染症、学校や家庭の悩みなどを看護師、助産師、メンタルケア心理士などに相談できる場所と、命の大切さと自分を大切にすることを学ぶ機会を提供します。なんとなく感じる心の不安や、家族や友達には相談しづらい生理や妊娠のことなど、どんなことでも相談してください。



“Love Myself”
自分自身を大切に。



INFORMATION

子宮頸がん予防啓発 「高崎美スタイルマラソン2020」

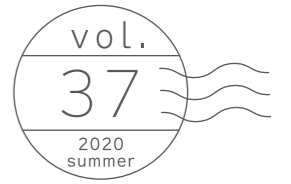
中止のお知らせ

2012年から佐藤病院外郭団体であるNPO法人ラサーナが中心となって企画運営し、高崎市の街中を走る「高崎美スタイルマラソン」。2020年大会は12月6日の開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により、関わるすべての方々の安全確保が困難であると判断し、大会開催を中止することを決定しました。しかし、大会を通じて呼びかけてきた「子宮頸がん予防啓発」の声は消えることなく、一人でも多くの女性の大切な命を守れますよう引き続き発信し続けます。



高崎美スタイルマラソン2019大会

でばり通信



産科婦人科 館出張
佐藤病院



【発行元】産科婦人科館出張 佐藤病院 企画室
群馬県高崎市若松町96
【TEL】027-322-2243
【HP】http://www.sato-hospital.gr.jp
【E-mail】2-nurse@sato-hospital.gr.jp

でばりの由来・・・佐藤病院は今も「館出張：たてでばり」の名前で親しまれています。これは江戸中期に高崎観音山の「館」地区より現在の若松町に出張所を設け、高崎藩医となったことに由来します。



モデル・撮影：佐藤病院写真部

旬のレシピ Let's cook!

豚ヒレ ピリ辛ごまみそだれ



佐藤病院調理部

暑い夏こそ栄養満点の食事をする事で、夏バテ防止を心がけたいものですね。ご紹介するレシピはビタミンB群が豊富な豚肉に食欲をそそる香り野菜をトッピングし、少しピリ辛なごまだれをかけていただく一品です。豚肉には糖質の代謝に欠かせないビタミンB1が牛肉の約10倍、たんぱく質の代謝に必要なビタミンB6など多く含まれていますので、疲労回復やストレス緩和につながります。美味しい食事で暑い季節を乗り切りましょう!

材料(2人分)	
豚ヒレ肉	4切
なす	1/2本
ズッキーニ	1/3本
ペピーリーフ	少々
人参・大葉・長ねぎ	少々
オリーブ油	適量
～ピリ辛ごまみそだれ～	
みそ・みりん・酒・ねりごま	大さじ1
水	大さじ2
しょうゆ・酢	小さじ1
ごま油・ラー油・豆板醤	小さじ1/2
おろしにんにく・いりごま	少々

- 作り方**
- なす、ズッキーニは1cm幅に輪切りし、オリーブ油を敷いたフライパンで両面を焼く。軽く塩(分量外)を振り、味付けする。
 - 人参、大葉・長ねぎは千切りにし、軽く水につけ混ぜ合わせる。ペピーリーフは洗っておく。
 - 豚ヒレ肉は塩・黒こしょう(分量外)で下味を付ける。①のフライパンに油を追加し、強火で焼き色が付いたら裏返し、蓋をして弱火で約3分蒸し焼きし火を通す。
 - 調味料を全てボールで混ぜ合わせ、ごまみそだれを作る。
 - お皿に肉をのせ、①②の野菜を添える。たれは、食べる直前に回しかける。

情報配信中
<https://www.facebook.com/satohospital/>



編集後記

正面玄関では普段表に出ないスタッフが、交代で検温係を担当しています。患者さまひとり一人に、あいさつと体調のお伺いと検温と。多くの患者さまが、同じようにご挨拶してくださり、毎回繰り返される質問にも快く回答いただけています。暑い日など「大変ですね」「頑張ってくださいね」とお声掛けいただくこともあり、ほっこり。退院時にお手伝いさせていただく写真撮影も患者さまと触れ合える貴重な機会になっています。(企)

子宮頸がん撲滅を目指して 院長 佐藤 雄一

子宮頸がんはヒトパピローマウイルス(HPV)の感染によって生じる、いわば「感染症」の1つであり、ワクチンと検診で撲滅できるがんです。海外ではワクチンの接種が進み、ここ数十年のうちに撲滅できるモデルが報告されており、日本は世界から大きく取り残されている状況にあります。先日日本でも5年の歳月をかけようやくHPV9価ワクチンが承認されましたが、相変わらず積極的勧奨は中止されたままです。HPVワクチンは、WHOが「極めて安全」との見解を示しており、またわが国で報告されたワクチン接種後の多様な症状についての因果関係を証明するような科学的・疫学的根拠を示した報告はありません。国はEBPM(Evidence-based Policy Making、エビデンスに基づく政策立案)を実践し、すぐにでもワクチン接種勧奨を再開すべきですが、我々も多くの方に正しい情報を伝えるよう努力していこうと思います。新型コロナウイルスの収束と同様、HPV子宮頸がんの撲滅を願ってます。