



## 院長就任のごあいさつ

オアシス第一病院院長 藤本 伸



前院長の三倉先生の6月の退職に伴い、4月1日からオアシス第一病院の院長に就任致しました。私は平成15年に大分大学医学部附属病院を退職し、同年7月に当医療法人に就職しました。平成16年11月のオアシス第一病院開院時より、内科・神経内科として外来及び入院患者さんの診療に携わってまいりましたが、早いもので今年で勤続13年になります。その間、諸先輩方にご指導頂き、職員の方々に支えられてまいりました。また、診療を通して大勢の患者さんやご家族の方々と接し、多くを学んでまいりました。

近年、超高齢化により認知症をはじめ多くの内科疾患を抱えた患者さんが増えてきています。内科病院としての当院の役割はますます大きなものとなってきています。高齢の患者さんは、多くの疾患を同時に抱えており、遠方の病院や複数の病院に通院することは徐々に困難となってきます。患者さんを総合的に診る家庭医的なかかりつけ医として、地域医療に貢献していきたいと考えています。

また、当院医療療養病棟では、在宅困難となった神経難病の患者さんや人工呼吸器管理等の医療を必要とする患者さんの、長期入院を受け入れています。急性期病院での長期入院は困難であり、慢性期病院への転院を促されるわけですが、大分市内でも神経難病の患者さんや人工呼吸器管理を必要とする患者さんを長期で受け入れることのできる施設は限られており、当院の果たす役割は大きいと考えています。

当法人の理念は「安全」「安心」「満足」です。安心して身を任せることのできる医療を提供するために、私個人としては、病院管理やマネジメントの責務を果たしてまいります。地域の人たちから信頼される病院、社会に貢献できる病院を目指し、職員一丸となって頑張ってまいります。今後とも、どうぞ変わらぬご支援のほど、宜しくお願い致します。



## 第31号 平成28年6月11日 栄養コラム ～枝豆・えだまめ～

枝豆は成熟していない若い大豆です。<sup>[SEP][SEP]</sup>作物としては未熟なのですが、栄養的には大豆でもあり、野菜でもあり、それぞれのいいところをバランス良く持っている、たのしい食べもの。夏場、6月から9月頃が旬のおいしい季節です。

<sup>[L][L][L]</sup>  
<sup>[SEP][SEP]</sup>

### ●夏バテ、疲労回復をたすけてくれる栄養

しじみで名前が知られるようになったオルニチンですが、枝豆にもたくさんのオルニチンが含まれています。

オルニチンは新陳代謝を促したり、疲労がたまらないよう助けてくれるはたらきがあります。<sup>[SEP][SEP]</sup>さらに枝豆には、体を動かすエネルギーを造ったり、体の調子を整えてくれるビタミンやミネラル類も豊富に含まれているので、暑さで体が消耗しやすい夏には、たいへん頼りになる食べものです。

### 肝臓のはたらきを助けてくれる栄養

枝豆に含まれるメチオニン。アミノ酸のひとつですが、ビタミンB1、ビタミンCと共にアルコールの分解を促し、肝臓の働きを助けてくれる作用があります。<sup>[SEP][SEP]</sup>先ほどのオルニチンにも同じようなはたらきがあるので、「ビールと枝豆」という組み合わせは栄養の面から見ても、理にかなっているんですね。<sup>[SEP][SEP]</sup>

### 血液を作ってくれる栄養

枝豆には、たんぱく質、鉄、葉酸、ビタミンCなど血液をつくるために必要な栄養素が豊富に含まれています。

このほか、枝豆には小さな一粒にさまざまな栄養素がぎっしりつまっています。枝付きの生は鮮度も栄養も失われ

### 焼き枝豆



#### 【材料】

枝豆 200g  
塩 大さじ1くらい  
(もしくは塩麴 大さじ2～3)

枝豆に、塩(または塩麴)をまぶしてアルミホイルにのせ、魚焼きグリルでこんがり焼きます。茹でるより、ほくほくした味の濃い枝豆になります。



#### お問い合わせ

医療法人善昭会 オアシス第一病院  
〒870-0103 大分市東鶴崎3丁目3-19  
電話 097-527-2211 Fax 097-522-0511

