

# マルチン・デ・ポレス

No. 79  
2025年 1月

発行人:志田原 俊城 発行所:聖マルチン病院 坂出市谷町1-4-13 (0877)46-5195  
ホームページ <http://sakaide-martinhp.jp/>

新年あけましておめでとうございます。

新年を迎え、皆様も新たな気持ちでお過ごしのことと存じます。

さて、坂出聖マルチン病院は、キリスト教の精神にもとづいて、愛と誠実をもって病者の治療・看護・介護を行い、医療と地域社会およびの福祉に寄与するため、聖ドミニコ修道会、特に初代の管理運営委員長であるシスター曾我部の尽力により1949年に開設されました。以来75年、やさしさを重視した「心」の医療を以て坂出市を中心に、皆様の健康を守ってまいりました。

残念なことに創設者であるシスター曾我部は、2024年10月17日、104歳で天に召されました。振り返れば、開設時、シスター曾我部はまだ29歳の若さで管理運営委員長として、また現役の医師として、聖マルチン病院の医療・経営・職員の教育などを行いながら現在の病院の規模まで発展させた人生に、深い感銘を受けました。シスター曾我部の薫陶を受けた我々は、病院の理念を崩すことなく運営を継続することを、新たに心に誓いました。

また、2024年8月に当院名誉院長で泌尿器科の全国屈指の名医として地域で厚い信頼を得ておられた西光雄先生が、体調を崩され退職されました。現在、非常勤医師でカバーしておりますが、西先生が診察しておられた患者さますべてを継続して診療することはマンパワー的に困難となり、通院中の皆様には大変ご迷惑をおかけしております。泌尿器科・常勤医師を獲得すべく努力しておりますが、現時点でめどは立っておりません。申し訳ございません。

2017年6月から新病院に移転して以降は、緩和ケア病棟や神経難病センターなど、特徴のある診療部門を増設して運営してまいりました。これらの部門は、引き続き医師を確保し、拡充していきたくと考えております。

緩和ケア病棟では、昨年緩和外科医師は1人体制でありましたが、2人体制に強化される予定です。これまで以上に患者様に寄り添い、行き届いた医療を提供できるように頑張っていきます。

脳神経内科専門医の常勤医師2名が在籍する当院の神経難病センターでは、これまで一般病棟で長期療養が困難であった筋萎縮性側索硬化症やパーキンソン病などの国が指定した神経難病の患者様の長期療養が可能になりました。中西讃では唯一の施設として、地域の医療ニーズに応えていけるように職員一同となって向上心を持って努力していきます。

ここ数年は、新型コロナウイルスに病院は翻弄されてきました。ウィルスの毒性は減少し、普通の感染症に変化している印象ですが、感染力は強く、高齢者や免疫不全で入院中の患者様への感染にはまだ注意が必要です。面会については、体温チェックしながら時間制限を設けての面会となっています。申し訳ございませんが、ご協力をお願い申し上げます。

皆様にとって2025年が幸せな1年になるように願っております。

本年もよろしく願い申し上げます。

病院長 志田原 俊城

## 病院の理念

私たちはキリスト教の愛にもとづいて生命の尊重、人格の尊厳と平等、病める人々の権利を守る医療を行い、心身の救いを目指します。

私たちは医療にかかわる者としての使命を深く認識し、人格の向上、相互愛、専門職の研究向上に励み、地域医療に役立つよう努力いたします。

聖マルチン・デ・ポレスは、

16世紀に南米ペルーに生まれ、

多くの病人やけが人をやさしく看病した

聖マルチン病院の保護者です。

## 基本方針

- ・良質で愛のある医療
- ・安全と信頼の医療
- ・地域に密着した医療
- ・質の高い高齢者医療とケア

「マルチン・デ・ポレス」は地域の皆様へ病院からの案内をご紹介します。皆様のご意見・ご要望をお寄せ下さい。

## ～ 冷え対策の食事 ～

徐々に気温が下がり、冷えを感じる季節となってきました。  
今回は冷え性改善に役立つ食事療法を3ステップでご紹介します。

### 1. 朝食を摂る

体温は寝ている間に下がります。朝食を摂ることで、体温を上げ、1日のエネルギーとして利用することができます。朝食を摂る習慣のない方はまず朝食を摂ることから始めましょう。



### 2. 体を温めるのに効果的な食事内容

朝食を摂る習慣が身についたら、食事内容にも気を配りましょう。消化の過程でエネルギーを発生させやすい糖質+たんぱく質の組み合わせがおすすめです。主食となるご飯やパンに加えて、豆腐や卵料理など簡単に摂取できるものを組み合わせましょう。朝から調理するのは大変ですので、ゆで卵や缶詰等でも十分です。

### 3. 体を温める作用のある食材を利用する

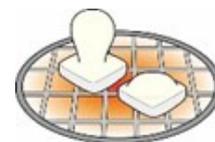
朝食に気を配れるようになったら、次は1日を通して体を温める作用のある食材を積極的に摂取しましょう。

芋類・大根・人参などの根菜類、納豆、キムチ、チーズなどの発酵食品、玉ねぎや生姜は体を温めてくれる代表的な食品です。昼食・夕食にも意識して取り入れるようにしましょう。



\*\*\*冬の行事での食べすぎに注意しましょう\*\*\*

これからクリスマスや忘年会、年末年始といった行事が重なり食生活が不規則になりがちです。イベント時は、ローストビーフ、刺身、エビ甘煮、ハム、チーズ等の糖質が少ない料理を選んで食べるようにしましょう。おせち料理は保存がきくことを重視し調味料を多く使用しています。食べすぎに注意しましょう。正月のお餅は白餅1個(50g)で112Kcalあります。ご飯1杯(150g)で234Kcalですので主食の代わりに1個程度であれば摂取可能です。食べすぎを防ぎ、健康に年末年始を迎えましょう。



栄養科 入江 望美

## ～ 院内行事の紹介 ～



2024年11月25日

小児外科 大塩 猛人先生による  
東日本大震災 被災体験の講演

～ 院内行事の紹介 ～



2024年11月27日

看護部研究発表

看護研究発表で得られた知識を共有し、  
よりよい看護の提供ができるよう頑張っています。



2024年12月4日 75周年 創立記念式 永年勤続者表彰

## ～ 院内行事の紹介 ～



2024年11月24日～30日 医療安全推進週間  
 「高めよう、医療の質と安全！ 守ろう みんなの笑顔」をテーマに  
 医療安全に取り組んでいることを各部署より発表しました。

### 今月の一言

多くの人は病んでいます。  
 自分が愛されていない、関心を持ってもらえない、  
 いなくてもいい人間だと・・・。  
 人間にとって一番ひどい病気は、  
 誰からも必要とされていないと感じることです。

マザー・テレサ

### 医療相談窓口

医療の安全と信頼、サービス向上を図るために、  
 患者様・ご家族様の相談窓口を設けています。  
 ～設置場所～  
 病院1F 総合案内「患者相談窓口」  
 対応時間 月・火・木・金曜日 8:00～17:00  
 水・土曜日 8:00～12:00

### アクセスマップ 駐車場案内



### AccessMap (アクセスマップ)

