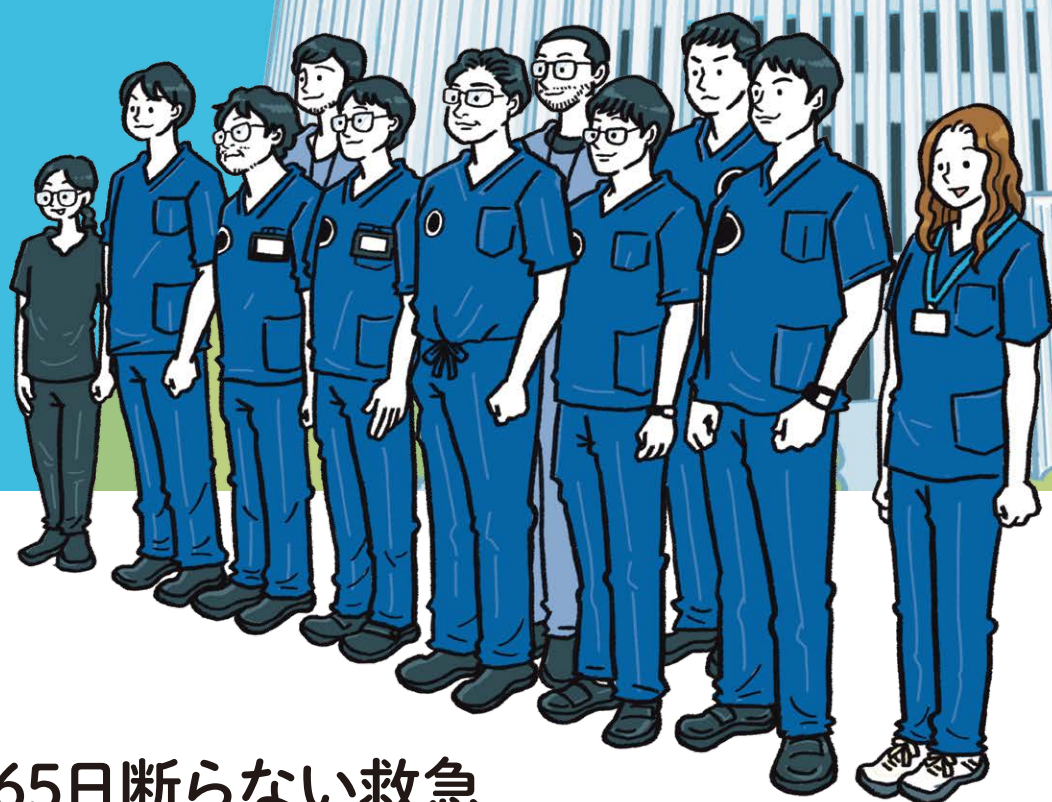


社会医療法人 禎心会

ご自由にお持ちください

ひまわり

2026
夏秋
vol. 116



特集

24時間365日断らない救急 札幌禎心会病院脳卒中センター

●インフォメーション ●栄養レシピ ●地域医療連携施設のご紹介 ●トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

 社会医療法人 禎心会

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。

INDEX

特集

- 1 24時間365日 断らない救急
札幌禎心会病院脳卒中センター

[禎心会インフォメーション]

- 5 形成外科、レーザー治療始めました
- 7 MRCP検査ってどんな検査？
- 8 クラウド型電子カルテを導入
- 9 ともに笑顔で、安心と信頼築く
訪問介護
- 10 介護老人保健施設に
入所された方のリハビリ
- 11 栄養レシピ
- 12 地域医療連携施設のご紹介
- 13 禎心会トピックス
- 14 禎心会総合案内

禎心会のもっと
詳しい情報は
こちら！



各施設の詳しい情報はホームページでもご覧いただけます。ぜひご覧ください。



<https://www.teishinkai.jp>

◀ スマホはこちらから

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。

[特集]

24時間365日

断らない救急

札幌禎心会病院脳卒中センター

札幌禎心会病院脳卒中センターでは、
24時間365日体制で脳卒中をはじめと
する脳神経外科救急に対応しています。
脳梗塞・脳出血・くも膜下出血などの急
性期疾患に加え、脳腫瘍や未破裂脳動
脈瘤、水頭症など幅広い脳神経疾患に
対し、高度専門医療を提供しています。

TEISHINKAI
HIMAWARI Vol.116



診療科目
脳神経外科 頭頸部外科
循環器内科 心臓血管外科
消化器内科 消化器外科
内 科 ペインクリニック
乳腺外科 皮膚科
整形外科 泌尿器科
放射線治療科 放射線診断科
リハビリテーション科 形成外科
麻酔科 歯科口腔外科
産婦人科 小児科

高度脳神経外科治療の提供

当院は、一般脳外科病院で
は治療不可能とされる血管内
治療失敗例や、術後再発高難
度脳動脈瘤などの患者さんを
全国から受け入れ手術を行っ
ています。

脳梗塞

脳梗塞は、動脈硬化などに
り脳の血管が詰まり、血流が不
足することで脳細胞が障害され
て起こる病気です。治療は主
に内科的治療として点滴や薬物療

脳出血

法が行われ、血栓を溶かす治療
(t・P・A治療)や脳の腫れを抑
える治療などがあります。
t・P・A治療は発症後6〜8時
間以内が原則であるため、早急
な受診が重要です。
通常t・P・A治療と同時に血
管内治療による再開通治療を
迅速に施行し、良好な結果を得
ています。

脳出血は、高血圧や動脈硬
化を主な原因として脳の細い
血管が破れ、脳内に出血が起

こる病気です。症状は出血量
や部位によって異なり、軽症
では頭痛やめまい、しびれな
どがみられます。半身麻痺や
言語障害など脳梗塞に似た症
状が出ることもあり、脳幹出
血では意識障害や重篤な麻痺
を起こすこともあります。

治療はまず血圧管理などの
内科的治療を行い、出血量
が多い場合には頭蓋骨を開いて
血腫を除去する手術が行われ
ます。また、出血により髄液
の流れが妨げられ急性性水頭症
を起こした場合には、ドレーナ
ー手術で髄液を排出すること
もあります。

くも膜下出血

脳は、頭蓋骨と3つの膜(硬
膜、くも膜、軟膜)に覆われて
外力から保護されています。
くも膜と軟膜のすき間は、く
も膜下腔と呼ばれています。
くも膜下出血は、このくも膜
下腔に出血が起きていること
で、命を落とす危険がある病

気です。発症するとおよそ3
分の1の方が死亡し、3分の
1の方が障がいを残し、社会
復帰できる方は残り3分の1
程度しかいません。
発症した場合、動脈瘤が再
度破裂しないようにクリッピ
ング、コイリングなどの緊急
手術が必要です。

●クリッピング術(開頭手術)
は、全身麻酔下で頭蓋骨を開
き、顕微鏡を用いて動脈瘤を
金属クリップで挟み、血流が
動脈瘤内に入らないようにし
て破裂を防ぐ手術です。

●コイル塞栓術(血管内治療)
は、太ももの動脈からカテー
テルを挿入し、動脈瘤内に
コイルを詰めて血流を遮断
することで、破裂を防ぐ治
療法です。

当院での開頭クリッピング
術後再発率は1%未満で、治療
後社会復帰率は約70%と良好
な成績を得ています。

脳腫瘍

脳腫瘍は、脳内に発生する腫瘍のことです。脳を構成する細胞がもともになった原発性脳腫瘍と脳以外の部位でできた腫瘍が転移した転移性腫瘍に分けられます。

脳腫瘍の治療は、経過観察でよい場合から手術が必要な場合までさまざまです。良性腫瘍では完全摘出を目指すことが多く、悪性腫瘍では手術後に放射線治療や化学療法を組み合わせて行うことがあります。また、一部の腫瘍では薬物療法のみで治療する場合もあります。

手術の際には、腫瘍と正常な脳組織を区別するためにナビゲーションシステムやモニタリング、標識薬剤の使用などの工夫が行われます。脳外から発生し脳を圧迫する腫瘍では、脳をできるだけ傷つけないよう高度な技術を用いて摘出が行われます。

急性硬膜外血腫・硬膜下血腫・慢性硬膜下血腫

転倒や交通事故などにより、頭部に強い衝撃が加わる（頭部外傷）と、脳の外側にある膜（硬膜）の内外に血液がたまり、血液のかたまり（血腫）ができて、脳が圧迫され、放置すると間接的に生命中枢へ影響が出て、命を落とすことがあります。

急性硬膜外・硬膜下血腫は、出血量が少ない場合は止血剤による保存的治療を行い、大量出血の場合は手術で血腫を除去します。脳の腫れが強い場合には、損傷した脳組織を取り除いたり、頭蓋骨を一時的に外して脳の圧力を逃がす「外減圧」を行うこともあります。また、脳挫傷を伴う場合は、けいれん予防のため抗けいれん薬を使用することがあります。

慢性硬膜下血腫は、少量出血であれば薬物療法を行い、大量の場合は手術で液状化した血腫を排出します。通常は小さな孔から洗浄・排出し、数

未破裂脳動脈瘤

未破裂脳動脈瘤は、脳の血管にできた動脈瘤が破裂していない状態で、多くは無症状ですが、破裂するとくも膜下出血を引き起こします。自然に小さくなったり薬で改善したりすることはほとんどないため、場所や大きさによっては経過観察を行いつつ、必要に応じて外科治療を検討します。主な治療法には、「脳動脈瘤クリッピング術」と「脳動脈瘤コイル塞栓術」があります。

●クリッピング術（開頭手術）：全身麻酔をしている状態で頭蓋骨の一部を開いて、手術用の顕微鏡を用いながら、破裂した動脈瘤に金属製のクリップで挟んで、動脈瘤の内部に血液が入らないように破裂を防ぐ手術です。未破裂動脈瘤クリッピング術後の再発率は過去13年間で0%です。

日間チューブを留置して治療します。

水頭症

水頭症は、脳と脊髄を循環する脳脊髄液の流れが悪くなり、脳室に液体がたまって拡大する病気です。脳脊髄液は通常、脳や神経を保護しながら循環していますが、流れの障害や吸収不良などにより過剰にたまることで脳を圧迫します。

原因としては、くも膜下出血や髄膜炎などによる吸収障害、通路の閉塞、まれに腫瘍による産生過剰などがあり、徐々に進行することが多いです。症状としては認知機能の低下、歩行障害、尿失禁などがみられます。

水頭症の治療には主に3つの方法があります。

●脳室ドレナージ術は、脳室内にチューブを入れて脳脊髄液を体外へ排出する方法で、急性水頭症などで頭蓋内圧が

●コイル塞栓術（血管内治療）：太ももの付け根の動脈からカテーテルという細い管を入れ、動脈瘤の内部まで挿入します。コイルという細い金属製の針金を動脈瘤の中に詰めて、動脈瘤の中に血液が入らないようにする治療です。

三叉神経痛・顔面けいれん

三叉神経痛は、三叉神経の圧迫により、まぶた周辺から頬、顎にかけて電気が走るような強い痛みが生じる病気で、歯磨きや冷水などで誘発されることがあります。顔面けいれんは、顔面神経の圧迫により片側の顔の筋肉が無意識に動く病気で、緊張時に悪化しやすく、日常生活や社会生活に影響を及ぼすことがあります。いずれも主に動脈硬化などによる血管の神経圧迫が原因とされています。

治療は薬物療法と開頭手術があり、薬物療法では抗けいれん薬により症状を軽減しますが根治は難しく対症療法と

上昇し意識障害を伴う場合に行われます。

●短絡（シャント）術は、過剰な脳脊髄液を脳以外の部位へ流す治療で、脳室腹腔シャント、脳室心房シャント、腰椎腹腔シャントなどがあります。

●第三脳室底開窓術は、内視鏡を用いて第三脳室に小さな穴を開け、脳脊髄液の新たな流れを作ることと正常な循環を回復させる治療法です。

救急から専門治療まで一貫した医療体制

私たちが専門とする脳血管障害治療は、開頭手術で病変を治療することが基本です。脳神経外科手術の基礎は血管を扱うこと。安全に血管を扱うことができれば脳腫瘍を含めてすべての手術を安全に行なうことができます。当センターは一般的には選択されないような急性期の脳卒中の外科治療もしています。

脳卒中は一刻を争う病気で

なります。効果が不十分な場合には開頭手術が行われ、神経を圧迫している血管を移動させることで症状の改善を図ります。



ご相談・ご予約先

札幌 槓心会 病院

予約専用：☎050-1722-2947

住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号（地下鉄 南北線「北34条駅」2番出口から徒歩7分）

左頬部

BEFORE



AFTER



右頬部

BEFORE



AFTER



症例：50代、女性 しみ・くすみに対する肌質改善目的に治療を希望され、レーザーフェイシャルを1か月おきに4回行いました(治療総額66,000円)。照射後一過性の赤みや毛嚢炎、炎症後色素沈着をきたす場合があります。また肝斑がある部位に照射すると一過性に色が濃くなる場合があります。

※効果には個人差があります。
※詳細は当院ホームページにてご確認ください。

ご予約先

札幌禎心会病院

住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号



◀ Web予約フォームはこちら

度は控えめですが、痛みや赤みのリスクが極めて低くなっています。

②タイトニング…ハンドピースを肌に密着させ、やや高出力で照射します。多少の痛みと赤みを伴いますが、その分「即時的な引き締め感」や「深いシワ・たるみへのアプローチ」に優れています。

どちらも月1回の治療を4〜5回受けることをお勧めしますが、コラーゲン

やエラスチンが新しく作り替えられるまでには約2〜3か月かかるため、効果を実感されるには少しお時間を要します。

医療レーザー脱毛

毛に含まれるメラニン色素のみに反応するレーザーを照射し、発生した熱エネルギーで毛根組織を破壊することで、半永久的に減毛させる医療行為です。毛周期の関係で1か月半〜2か月おきに複数回

(部位により異なりますが5回が目安)の照射を繰り返す必要があります。2種類の波長を使い分けることで、患者様の肌質、毛質に合わせた治療が可能です。最大26mmの大きなスポットサイズで照射できるため、背中や脚などの広範囲も効率良く、短時間で施術が終わります。照射後に一時的な赤み、毛嚢炎が生じることがあります。また、まれに硬毛化や炎症後色素沈着が起こる場合があります。



世界標準の最新鋭レーザー「GentleMax Pro Plus」を導入

1

TEISHINKAI INFORMATION

札幌禎心会病院

形成外科、レーザー治療 始めました

「肌のハリ感が失われた」「シミが出てきた」そんなあなたのお悩みに合わせ、美しく年齢を重ねる肌作りをお手伝いします。



札幌禎心会病院
形成外科

医師
須貝 明日香
(すがい あすか)

年齢を重ねると、肌のハリ感が失われたりシミが出てきたり、気になることが増えてきます。未来の自分が楽しみにするような、美しく年齢を重ねる肌作りをお手伝いしたい」という想いのもと、当院形成外科では2026年4月より、自由診療によるレーザー治療を開始いたしました。導入したのは、シネロン・キャンデラ社のGentleMax Pro Plusです。確かな診断・技術と最新の医療機器で、あなたの肌のポテンシャルを最大限に引き出すお手伝いをいたしますので、興味のある方はぜひ形成外科外来にお越しください。

「GentleMax Pro Plus」 の特徴

特性の異なる2つの波長を1台に搭載した、医療機関にのみ導入が許される最新のレーザー装置です。波長755nmの

アレキサンドライトレーザーは、メラニンへの吸収が非常に高く、シミ・そばかす・脱毛に卓越した効果を発揮します。波長1064nmのYAGレーザーは、皮膚の深い層(真皮層)まで届き、ハリ・引き締め・赤ら顔の改善を得意とします。この2つの波長を自在に操ることで、患者様のお悩みに合わせたオーダーメイドなアプローチが可能です。また、照射時の「表皮の保護」と「疼痛緩和」を目的とした独自の表皮冷却システム(DCC)を搭載しており、肌へのダメージを抑えながら安全に照射を行うことが可能です。

治療メニュー

レーザーフェイシャル

波長755nmのアレキサンドライトレーザーを顔全体に照射します。シミ・そばかす・くすみの改善、お顔の産毛脱毛と化粧ノリの向上、毛穴の引き締め・ニキビの改善の効果が、肌に透明感と滑らかさをもたらします。

らします。本治療はダウンタイムの少ないマイルドな変化を楽しむ治療法です。施術直後からメイクが可能です。施術前後の日焼けは厳禁となります。

YAGリジュベネーション

波長1064nmのYAGレーザーにより、皮膚の深い層まで熱を効率よく届けることができます。肌の弾力を支えるコラーゲンやエラスチンの生成を促進しますので、リフトアップ効果や肌全体のキメが整うことによる肌質改善効果があります。また、赤みに反応する性質があるため、赤ら顔や毛細血管拡張症の改善にも効果を発揮します。左記の2種類の照射方法があります。

①レーザーシャワー…肌から離して空中から低出力のレーザーを照射します。「温かいシャワー」を浴びているような感覚でリラックスして受けていただけます。タイトニングに比べ引き締め強

クラウド型電子カルテを導入



稚内禎心会病院
臨床検査科
臨床検査技師

石上 陽平
(いしがみ ようへい)

当院は開院以来、紙カルテによる診療を行ってきましたが、今年4月にクラウド型電子カルテを新たに導入しました。

情報共有で業務効率化

クラウド型電子カルテ導入へ向け、電子カルテ推進委員会を中心に準備や検討を重ねて無事に運用を開始することができました。

私自身は以前の勤務先で電子カルテを使用していました。が、今回は推進委員会の一員として、導入期を経験する立場となりました。これまで当院前に利用していた電子カルテを導入に当たり見つめ直す中、さまざまな気づきがありました。

まず、大きな利点として感じたのは、リアルタイムでの情報共有による業務の効率化です。過去データの参照や多職種との情報の連携がスムーズになり、必要な情報へのアクセスが迅速にできるようになりました。

一方、紙であれば数秒で済んだ作業が、操作手順が複雑なことで時間を要する場面もあります。「以前の方がやりやすかった」と感じることも



少なくなく、電子カルテによってすべての業務が便利になったと単純には言い切れないことも実感しています。

変化恐れず進化を楽しむ

導入前には現場から、「診療や業務が滞るのではないか」といった不安の声も上がっていました。しかし、運用開始後は慣れない操作に戸惑いながらも、各部署工夫を重ねて業務に取り組んでいる姿が見られました。現在も職員、患者さん双方にとって良い形になるよう改善に取り組んでいます。

今回の経験を通し、電子力



ご相談先

稚内禎心会病院

☎0162-29-4311

住所：稚内市栄1丁目24番1号

ルテは導入をすればすぐに完成するものではなく、運用しながら少しずつ育てていくシステムだと感じました。特にクラウド型は仕様上の制約もあり、その中でどのように工夫し、自院に合った使い方を見つけていくかが重要ではないでしょうか。

導入過程では戸惑いも生じますが、今回のスローガンである「変化を恐れず、進化を楽しむ」のもと、より良い医療環境を築いていきたいと思っています。

MRCP検査ってどんな検査？

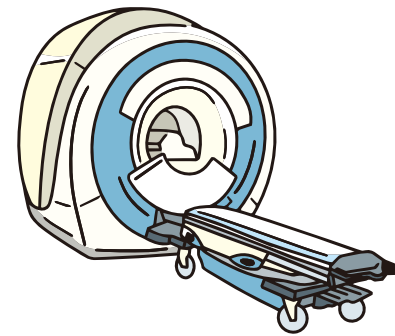


セントラル
CIクリニック

看護師

伊藤 かえで
(いとう かえで)

MRCP(MR胆管膵管撮影)はMRI装置を用いて胆のうや胆管、膵管などの水分の多い管を鮮明に映し出す検査です。



身体に負担少なく

MRCPとは、MRIを利用して胆管や膵管、胆のうを詳しく撮影する検査です。内視鏡を使用せずに検査を行うため、身体への負担が少なく、胆石や胆管の狭窄、胆管拡張などの確認に役立ちます。造影剤を使用しない場合でも撮影可能で、比較的安心して受けていただける検査です。

胆管・膵管の異常を早期発見

胆石症や胆管炎、膵炎などの疾患は、初期には症状が少

ないこともあり、気づかないまま進行してしまう場合があります。健康診断で肝機能異常を指摘された方やみぞおち、背中の痛みが続く方は、早めの検査をおすすめしています。

MRCPでは胆管や膵管を立体的に確認できるため、超音波検査では見えにくい部分の評価にも役立ちます。放射線被ばくがなく、身体への負担を抑えながら詳しく検査できる点も特徴です。

検査前の注意事項

検査を受ける際には検査前6時間の絶食と金属類を外していただきます。心臓ペースメーカーは不可となり、体内金属がある方は事前確認が必要となります。検査前は、より鮮明な画像撮影をするために、経口薬(ボースデル)を服用していただきます。経口薬は周辺の腸管の信号を抑えて、胆管や膵管を見やすくする目的で使用されます。

検査時間は40〜50分程度です。検査中は狭い空間で一定時間安静を保つ必要があるため不安や緊張を感じる患者様も少なくありません。検査前に検査の流れや注意点を説明し、安心して検査を受けられるよう支援します。また、閉所への不安や気分不快の有無を確認し、必要時は検査担当者との連携を行います。検査後も看護師が体調変化の有無を確認し安全に帰室できるよう援助します。今後もクリニック全体で工夫、改善を重ね、患者様に安心して検査を受けていただけるよう取り組んでいきたいと考えています。何か気になることがありましたら、お問い合わせ下さい。

ご相談先

セントラルCIクリニック

☎011-623-1131

住所：札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディアケアセンタービル桂和1階

介護老人保健施設に 入所された方のリハビリ

当施設では生活を見据えたりハビリを実施しています。認知リハビリやレクリエーションなどで生活能力の維持向上を目指しています。



介護老人保健施設
ら・ぱーす

リハビリテーション部
作業療法士 主任

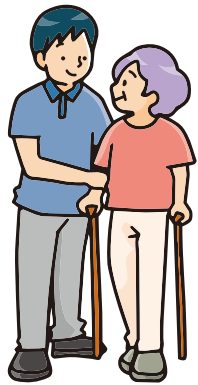
出田 雅大
(いでた まさひろ)

自宅へ戻れる支援

介護老人保健施設はさまざまな理由でご自宅（在宅施設含め）での生活が難しくなってきた方が、再びご自宅の生活に戻れるよう支援する施設です。

自宅の生活を見据えたりハビリを行うことが大切なため、体操やストレッチに加え、生活訓練を行っています。具体例としてはふすまの段差が心配な方に対して棒をまたいで歩く、家事を忘れてしまう方に対しては役割を担っていたりリハビリなどを行っています。

一方、入所後にスタッフがご自宅を訪問し、課題となっている生活状況を確認する機会があります。こうした



加えて、数か月間施設で生活するため、ストレスを抱えたり、活動量が足りなく体力が落ちてしまったりするケースがあるため、当施設はリハビリとは別にレクリエーションを実施しています。風船バレー

認知機能向上を目指し、対象者に認知リハビリを実施することが出来ます。同リハビリは漢字や計算のプリント、点つなぎといったその方に合った課題を提案しています。このような課題が難しい方には元々好きだったり、習字や編み物など慣れた活動を取り入れたりすることもあります。認知症が軽度の方には運動プログラムやチェック表を指導し、自主練習を行える支援もしています。

レクリエーションも実施

ことで、施設でも自宅の環境のような生活を送ることができ、スムーズに自宅へ戻ることが出来る支援をしています。



で隣の人を気遣いながら打ち返す、カラオケで好きな歌を口ずさむなど、集団活動ならではの配慮も随所に見られます。

ご相談先

介護老人保健施設ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所：札幌市北区篠路町上篠路6番286

ともに笑顔で、安心と信頼築く 訪問介護

ホームヘルパーは住み慣れたご自宅で可能な限り自立した日常生活を営んでいけるよう、ともに笑顔で安心と信頼を築き訪問介護をしています。



ホームヘルプサービス
ステーション禎心会北

介護福祉士
係長

角谷 幸子
(すみたに さちこ)

安心、安全な介護を

私たちはケアプランに基づき、家事援助（ヘルパーのみで行なう掃除や洗濯、買い物、調理）、身体介護（とも行なう家事や入浴介助、排泄介助）など、利用者さまに必要なサービスを提供しています。左記はともに行う家事の例です。

●洗濯：ご要望「立位が難しいので洗濯物を干すのが大変になった」↓利用者さまが洗濯物のしわのぼしや、ハンガーに通すことをし、ヘルパーが受け取って一緒に洗濯物を干すことができます。



●掃除：ご要望「腰や膝の痛みがあつてできない」↓掃除機がけはヘルパーが行ない、利用者さまには手の届く場所の拭き掃除やモップかけなどを行なうていただきます。

笑顔で在宅生活を続けていただくためには、安心、安全な介護を提供する必要があります。訪問の際は利用者さまの体調や生活環境の変化を観察しながら支援します。

利用者さまの変化や困り事などは、チームで情報共有をします。ヘルパーだけでなく他職種とも連携し、各専門職の知識や経験を生かしながら安心して生活できるよう支援します。

知識、技術向上へ

毎年実施する満足度調査のご意見を参考に、研修や指導を行っています。貴重なご意見や温かいお言葉が私たちの成長や励みになっています。

当法人のヘルパーステーション

は知識、技術向上という同じ目的を持って、倫理や法令遵守、介護技術、感染症や食中毒予防、接遇、排泄介助、認知症の介護、緊急時の対応などをテーマに毎月研修を実施しています。

加えて、働きやすく、気軽に相談できる環境を整えています。離職率が低く、経験を積み重ねてきたヘルパーが多数在籍しています。笑顔で働ける職場、皆さんに笑顔を届けられるヘルパーでありたいと思っています。

一方、地域の利用者さまやご家族から「信頼される事業所」と思っていたら、専門性と心のこもったサービスを提供しています。ご利用のご希望や、ヘルパーのお仕事に興味がある方はどうぞお気軽にご相談ください。

ご相談先

ホームヘルプサービスステーション禎心会北

☎011-768-6110

住所：札幌市北区新川1条6丁目3番3号

地域医療 連携施設の ご紹介

【標榜科目】
肛門外科、内視鏡外科

〒060-0806
札幌市北区北6条西4丁目2-7
J1札幌北口ビル3階
☎011-209-2241
<https://tarumi-k-cl.com/index.html>



院長・医学博士
樽見 研 先生
(たるみ けん)

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

Q 診療方針を教えてください。
A 肛門疾患は「おしりの不調」として受診されることが多く、症状や不安もさまざまです。当院ではまず原因や病態を確認し、患者さんと相談しながら治療方針を決定しています。痔は良性疾患のため、まずは薬物療法を中心にを行い、改善が見込めない場合に手術を検討します。手術が必要となるのは全体の1〜2割程度で、症状の改善とともに生活の質（QOL）の向上を目指しています。

Q 対象疾患を教えてください。
A 主に痔核（いぼ痔）、裂肛（切れ痔）、痔ろうなどの肛門疾患を診療しています。おしりの出血や痛みは「痔」と思われがちですが、大腸の病気が隠れていることもあるため、肛門疾患に加え下部消化管の疾患にも対応しています。また、大腸内視鏡で見つかったポリープは日帰りで切除ができます。

札幌駅前樽見 おしりとおなかのクリニック



読者にメッセージを。
肛門科は「恥ずかしい」と感じて受診をためらう方も少なくありませんが、症状が軽いうちの受診が大切です。大腸の病気が隠れていることもあります。早めに受診いただくことで適切な治療につながりますので、自己判断をせず、おしりの不調がありましたらお気軽にご相談ください。

Q クリニックの特長を教えてください。
A 当院は無床クリニックのため、日帰り手術に対応しています。入院が不要なため、仕事や学校、子育て、家事など日常生活への影響を抑えられるほか、入院費がかからず経済的負担の軽減にもつながります。一方で、術後は医療者の管理下を離れるため傷の管理などに注意が必要であり、事前に十分説明したうえで治療方針を決定しています。

栄養レシピ 第71回

さつまいも蒸しパン

ほっこり手軽にビタミンC！

近年人気を博しているさつまいもスイーツ。ついつい手に取ってしまう、という方も多いのではないのでしょうか。さつまいもにはビタミンCが100gあたり約25〜29mg含まれており、同時期に旬をむかえるりんごと比べると約7倍にもなります。ビタミンCはメラニンの生成を抑えて肌の健康維持を助けるほか、風邪予防にも役立つ栄養素です。また、さつまいものビタミンCはでんぷんに守られているため、加熱後も比較的残りやすいという特徴があります。

今回ご紹介するさつまいも蒸しパンは、さつまいものおいしさや栄養を手軽に楽しめる一品です。ぜひご家庭でもつくってみてください。

※血糖値が上がりやすくなるおそれがあるため、血糖が高めの方は食べ過ぎに注意しましょう。



作り方

- 1 さつまいもを1cm角の角切りにし、水にさらしておく。
- 2 水を切ったさつまいもを耐熱容器に移し、砂糖5gをまぶしたあと、ふんわりラップをかけて600wで2分〜3分加熱する。
- 3 ボウルに卵、牛乳、サラダ油、砂糖30gを入れ混ぜる。
- 4 小麦粉とベーキングパウダーを入れ、全体が均一になるまで混ぜる。
- 5 生地やさつまいもを2/3ほど入れ混ぜる（1/3はトッピング用にとっておく）
- 6 生地を型に流し入れ、トッピング用にとっておいたさつまいもを上に乗せる。
- 7 1cmほどのお湯を沸かしたフライパンに⑥を並べ、蓋をして弱火〜中弱火で10分ほど加熱する。
※型が紙製の場合は直接お湯が触れないようにココットなどにいれて加熱する

栄養成分表示（1個当たり）

エネルギー	170kcal	たんぱく質	2.9g	塩分	0.23g
食物繊維	0.9g	ビタミンC	5mg		

材料〔6個分〕

さつまいも	100g	サラダ油	20ml
砂糖 さつまいも用	5g	小麦粉	100g
生地用	30g	ベーキングパウダー	4g
卵	1個(50g)		
牛乳	50ml		

ワンポイントアドバイス

さつまいもの皮が飲み込みにくい、という方は皮を剥いてから作るともちっとおいしく仕上がります！

札幌禎心会病院
栄養科
管理栄養士

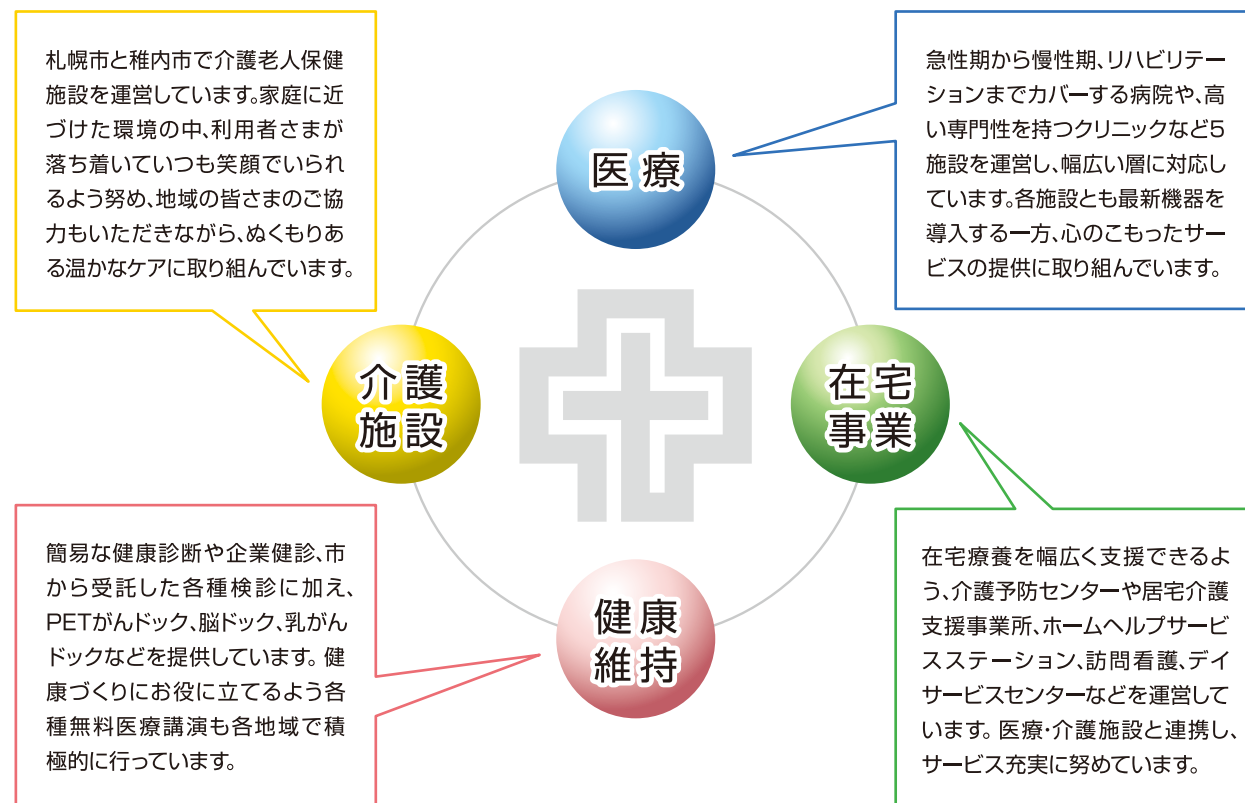
北村 彩和
(きたむら さわ)



禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



医療機関のご案内

- 札幌禎心会病院
- 稚内禎心会病院
- セントラルCIクリニック
- 禎心会さっぽろ北口クリニック
- 禎心会北45条在宅クリニック

介護老人保健施設のご案内

- 介護老人保健施設ら・ぱーす
- 老人保健施設ら・ぷらーさ

在宅事業のご案内

- 禎心会東センター
- 禎心会北センター
- ら・ぱーすセンター
- ら・ぷらーさセンター
- ら・かるまセンター（サ高住ら・かるま併設）

各種ドック検診のご案内

- PETがんドック
- 脳ドック
- 肺がんドック
- 胃がんドック
- 大腸がんドック
- 乳がんドック・検診
- 子宮がんドック・検診

協業法人

社会福祉法人 禎心会

<https://www.sw-teishinkai.jp>



ケアセンター山の手

札幌市西区山の手433番地1 ☎011-642-1152

ケアセンター栄町

札幌市東区北47条東17丁目1番1号 ☎011-789-1152

ケアセンターら・せれな

札幌市北区百合が原3丁目1番1号 ☎011-702-1152

ケアセンターら・そしあ

札幌市北区新川1条6丁目3番3号 ☎011-768-6111

禎心会トピックス

TEISHINKAI TOPICS



TOPICS.1

札幌禎心会病院 公式LINEを開設

札幌禎心会病院では、4月20日より公式LINEアカウントを開設いたしました。友だち登録をしていただいた新患の方へ受診後のフォローメッセージを配信しているほか、市民公開講座のご案内や診療情報など、患者さん向けのさまざまな情報を発信しております。今後も皆様に役立つ情報を随時お届けしてまいりますので、ぜひ友だち登録をお願いいたします。



登録はこちら

TOPICS.2

令和8年度 市民公開講座

札幌禎心会病院では、令和8年度も市民公開講座を開催しています。院内・院外を含め、ほぼ毎月さまざまなテーマの講座を実施しており、第1回となる徳田理事長の講演会には100名を超える方々にご参加いただきました。どの講座も事前申込み不要・参加費無料です。健康づくりや病気の予防・治療について学ぶ機会となっておりますので、ぜひお気軽にご参加ください。開催内容の詳細につきましては、札幌禎心会病院ホームページおよび公式LINEにてご案内しておりますので、ぜひご確認ください。



TOPICS.3

楽天メディカル 三木谷会長が来院されました

4月、楽天メディカルの代表取締役会長である 三木谷浩史氏をはじめ、楽天メディカルの皆様が札幌禎心会病院を訪問されました。当院からは徳田理事長をはじめ、頭頸科の近藤医師、小柴医師が出席し、楽天メディカルが推進する「アルミノックス治療（光免疫療法）」の現状や今後の展望について意見交換を行いました。本訪問を通じて、最先端のがん治療における相互理解を深めるとともに、今後の連携強化に向けた有意義な機会となりました。



禎心会 広報誌「ひまわり」 ご意見・ご感想募集

社会医療法人 禎心会 広報誌「ひまわり」のご意見・ご感想や次号以降の掲載内容についてのご要望を募集しております。皆様のご意見をふまえてより良いものになればと思っています。ぜひQRコードから簡単なアンケートにご協力をお願いいたします。



アンケートは
こちらから



バックナンバーは
こちらからご覧頂けます。



札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
 - ・神経内科
 - ・消化器内科
 - ・消化器外科
 - ・内科
 - ・循環器内科
 - ・心臓血管外科
 - ・頭頸科
 - ・整形外科
 - ・呼吸器内科
 - ・皮膚科
 - ・泌尿器科
 - ・糖尿病内科
 - ・腫瘍内科
 - ・乳腺外科
 - ・婦人科
 - ・放射線治療科
 - ・放射線診断科
 - ・リハビリテーション科
 - ・形成外科
 - ・ペインクリニック外科
 - ・麻酔科
 - ・病理診断科
 - ・歯科口腔外科



セントラルCIクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル桂和1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



禎心会さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
 - ・乳腺外科
 - ・ペインクリニック外科
 - ・循環器内科
 - ・婦人科



禎心会北45条在宅クリニック

〒007-0845 札幌市東区北45条東9丁目2番7号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
 - 短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸
 - (約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
 - ・内科
 - ・循環器内科
 - ・リハビリテーション科
 - ・消化器内科



老人保健施設 ら・ぷらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名／認知症専門50名)
 - 短期入所療養介護(入所定員内)



<https://teishinkai.jp>

ていしんかい



禎心会東センター

〒007-0845 札幌市東区北45条東9丁目2番7号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川1条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぷらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぷらーさ内
☎ 0162-29-4332

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- デイケアセンター ら・ぷらーさ(70名/日)
- ヘルパーステーション 優
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり