こんにちは 市民病院です

「待望の小児科常勤医師が着任」

飛騨市民病院
病院管理室長　佐藤　哲哉

市民病院の今年度は、病院長（外科）、第Ⅰ診療部長（内科）、第Ⅱ診療部長（小児科）、内科医師二名の計五名体制で業務がスタートし、夜間・休日を通して外来、病棟管理、救急に尽力しています。

中でも特筆すべきは、待望の小児科常勤医師の赴任です。神岡町出身の中林玄一（もとかず）医師は、吉城高校理数科から富山医科薬科大学（現在の富山大学）医学部で学ばれ、前職の糸魚川総合病院小児科部長を経て、故郷に貢献したい強い思いから当院への就業が実現しました。これにより、平日は毎日小児科診療を提供できる体制が整いました。

内科医師二名は県の派遣で、岩田尚宏医師は上矢作病院からみえ、外科も担当されています。後藤貴宏医師は岐阜県総合医療センターから赴任されました。お二人とも、地域医療に熱心に取り組まれています。

当院では現在、十五の診療科で二十七名の非常勤医師が診療を担当しており、その多くは富山大学附属病院からの派遣によるもので、特に心臓血管外科や糖尿病内科は、飛騨地域でも唯一の診療科です。

また、市民病院では将来の医師確保の一環として研修医の受入を行っていますが、今年度は七つの病院より三十一名の研修医が研修をされます。当病院で研修を受けたいという研修医は毎年増加しており、将来は常勤医師として当病院に勤務する医師が出てくれることを願っています。

さて、昨今の国の「医師の働き方改革」を受けて、昨年末に飛騨市民病院へも労働基準監督署が立入検査に入り、特に夜間の時間外勤務手当について大変厳しい指導を受けました。つきましては市民病院存続のためにも、市民の皆様には、重篤な状態でなければ極力通常の診療時間内に受診いただくようお願いします。病状説明なども、診療時間内で行うようご理解とご協力をお願いします。

みんなで活かして楽しい毎日！ 飛騨の薬草を学ぶ教養講座

ヨモギ

いよいよ春本番ですね。

春をイメージできる薬草の一つに、独特の野の香りを放つヨモギがあります。草餅（ヨモギ餅）などに使われますね。

ヨモギは止血作用が強く、外傷に揉んでつけたりしますが、鼻血、吐血、下血、痔出血などにもよく、内服することで体の内外の出血に幅広く対応できます。

また、食べたり飲んだりすることで、強壮、健胃、利尿、止瀉、通経、目の疲労など広範囲の効果を表します。そのため草餅などで食べるようになったのです。

ただし、アク抜きをし過ぎては効果がなくなりますので、ヨモギのカス餅にしないよう注意してください。

散歩のついでにヨモギの新芽をつまんで取り、毎日5個程食べ続けていると骨粗鬆症が改善すると、村上先生は折に触れ言ってみえました。そのくらい豊富なミネラルが含まれているのです。

ヨモギは浴湯料として使うと、あせも、冷え性、腰痛、神経痛、リウマチなどに効果があり、美肌効果も期待できます。

草餅を作るためにアク抜きをしたヨモギの汁も捨てないでください。そこに重曹をいれると鮮やかな青緑色の液体ができます。それを風呂に入れて浴湯料として活用しましょう。

こんなにたくさんの効果が期待できるヨモギは生命力がとても強く、いつでも道端でみかけることができますが、新芽や茎葉を採取しようとする場合は、アブラムシに注意してください。春先の頃はまだいいのですが、伸びてくるとアブラムシがビッシリ、ということがあります。

採ったヨモギは草餅の他、天ぷら、みそ汁の具、おひたし、お茶、薬草酒などに活用できます。薬草酒は漬けてすぐにお酒が真っ黒になるほど成分が出てきますよ。

春から晩秋まで採れるヨモギ、ぜひ常備してその豊富なミネラルを体に補給しましょう。

（村上光太郎「薬草を食べる」より）

問 総合政策課　TEL 0577-73-6558