



新任の医師紹介



医師 畑田 奈津実

はじめまして。今年 4 月より総合診療の専攻医となりました畑田奈津実と申します。

普段は長浜市立湖北病院で勤務しており、弓削メディカルクリニックでは週に 1 回木曜午前の外来を担当させていただいております。

私は大津市出身で栃木県の自治医科大学を卒業後、大津赤十字病院で勤務し、現在に至ります。竜王町には幼少期から果物がとにかく美味しいという印象がありました。



成人してからは「松の司」に感動し、以降は酒造の印象がつよいです。自然豊かで人柄も穏やかなこの地域で勤務できることを嬉しく思います。将来は、この生まれ育った滋賀県で総合診療、家庭医療に従事したいと考えております。

急性期から慢性期まで、幅広い診療が行えることを目標にしています。地域の皆様の健康維持に貢献できるよう精一杯努めてまいります。何卒よろしく願い申し上げます。



医師 瀬沼 創太

今年度 4 月から、弓削メディカルクリニックの木曜日午前外来を担当させていただくこととなった瀬沼創太と申します。

私は高校生まで東京都に住んでおり、朝夕の通勤通学ラッシュに揉まれながら学生時代を過ごしておりました。「そんな都会の人がなぜ滋賀県に？」と思われる方もいるかもしれません。実は母方の実家が天津市にあり、毎年母の帰省の際に訪れていたため私にとって滋賀県は馴染み深い土地でした。高校生の時にその母方の祖母が癌になり、亡くなる直前まで自宅で療養していたことが、家庭医の道を志すきっかけだったような気がします。



地域の皆様が健康に過ごす、その手助けが少しでもできたら幸いです。健康に関することはもちろん、生活の中でのちょっとした自慢話や愚痴、相談事なども私でよければお伺いします。まだまだ未熟者ではございますが、皆様のお役に立てるよう精進してまいりますので、今後ともよろしく願いいたします。





うま味の成分-part2-

看護師 宮井 由里子

うま味成分にはグルタミン酸（昆布・チーズ・トマトなど）・イノシン酸（鶏肉・牛肉・カツオ節など）・グアニル酸（干し椎茸・乾燥ポルチーニなど）などが挙げられます。

グルタミン酸を単独で使用するよりも、イノシン酸やグアニル酸と一緒に使うことでうま味がさらに強くなります。昆布とカツオ節で1番出汁をとるのはまさにうま味の相乗効果ですね。

食品の熟成とうま味成分には深い関係があります。例えば真っ赤に熟したトマトはグルタミン酸を多く含みます。チーズ・味噌・醤油も熟成するとグルタミン酸が増えます。

しかし毎食お出汁を作るのはたいへんです。そこで便利なうま味調味料を使っても良いと思います。うま味調味料の主成分であるグルタミン酸ナトリウムは、食品衛生法により食品添加物の調味料

に分類され、同法に定められた安全性試験をすべてクリアしているそうです。イノシン酸ナトリウム・グアニル酸ナトリウムについても、国際的な機関からも安全であると認められています。

うま味調味料によって、食塩と比べて1/3分のナトリウム料で減塩できます。パート1でもお伝えしたようにうま味を活用して美味しく減塩にチャレンジしましょう。



～お知らせ～

医師の不在のお知らせ

【 7 月 】

・ 31日（月）…………… 辻岡医師



マイナ保険証をご利用いただけます

＜オンライン資格確認について＞

・ 当院は診療情報を取得・活用することにより、質の高い医療の提供に努めています。

4月から診療報酬の改定により、下記の点数が加算されます。

マイナ保険証を持参された場合（初診）：2点

通常の保険証を持参された場合（初診）：6点・（再診）：2点

当院へお電話の際に自動音声が入るようになります

8：30～18：00の間、当院へお電話の際に自動音声が入るようになりました。ご理解ご協力をお願いいたします。

「さかえ」を定期購読（月1回）しませんか？

主に糖尿病について書かれた本ですが、患者さんの目線でいろんな事が書かれた「健康雑誌」です。1年間の購読で2400円です。

詳しくは外来看護師にお声かけください。

