



医療法人玉昌会 基本理念・行動指針

いつまでも健やかに・・・
——私たちの願いです。

低

すべてに謙虚な
気持ちで接する

賞

お互いを思いやり
敬意を払う

感

すべてに
感謝する

微

微笑みを添えて
態度を示す

■トピックス①～キラメキテラス連携の会を開催しました～

11月21日、城山ホテル鹿児島にて、日頃からご協力いただいている医療機関や介護保険事業所、地域の方々からの御支援の感謝の御礼を兼ね、「キラメキテラス連携の会 ～ミライヨテラス～」を開催いたしました。

住まいと商業、そして医療も含まれた「複合施設キラメキテラス」は、2040年代の鹿児島の未来を支えるための機能を持った、地域の活性化にも繋がる新たな「まちづくり(タウンマネジメントとヒューマンライフライン)」であり、特に2つの異なる医療法人が、異なる医療機能の病院を屋内空間アトリウムで繋げて連携する試みはこれまで例がなく、全国から注目されています。

この連携の会は街づくりを目的とした地域連携の会であり、南国殖産株式会社・公益社団法人 昭和社会・医療法人 玉昌会の3法人による合同での開催となりました。

ご多忙の中、多くの方々にご出席いただき誠にありがとうございました。



■ 部署コラム～栄養室より～

『カラダに良い油は太らない??』について

スーパーなどで**身体にいい、太りにくい、吸収されにくい**などと表示された油を目にすることがありませんか？

しかし、どの油のエネルギーも1g当たり9kcalとほぼ同じです。

カラダにいい油って？

ごま油・オリーブ油・魚油などは一般的に「身体に良い油」と言われることが多いです。
例えば、ごま油のようにゴマのセサミンが抗酸化作用を持つこと、魚油に含まれるEPAやDHAは、血栓生成防止や血管内皮細胞の機能改善効果が期待されています

最近注目の油!?

- ・MCTオイル・素早くエネルギーに変換され、体脂肪として蓄積されにくい
- ・オリーブ油・悪玉コレステロールを減少させ動脈硬化や生活習慣病の予防、便秘改善作用
- ・アマニ油・アレルギー症状など炎症を抑え動脈硬化予防、血栓の予防、血圧降下作用
- ・えごま油・動脈硬化予防、血栓予防、血圧降下作用、LDLコレステロール減少作用

しかし・・・

カラダにいい、太りにくい、吸収されにくいと信じて大量に摂取すると逆効果!!

例えば・・・

- ・MCTオイル・多量摂取すると胃痛、下痢症状
- ・オリーブ油・胃で消化されにくく小腸で吸収されにくい、下痢症状
- ・アマニ油・多量摂取すると吐き気や下痢、出血が止まりにくくなる
- ・えごま油・熱や光に弱く酸化しやすい



健康を維持するためには・・・

主食、主菜、副菜がそろった食事が基本☒

良質な油を毎日の食事にバランスよく上手に取り入れましょう

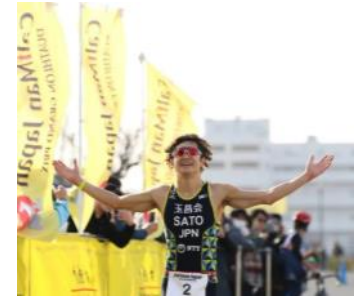
■トピックス②～佐藤錬選手 2023年シーズン結果報告～

当法人は、トライアスリートの佐藤 錬選手との所属契約を2022年10月1日より締結しました。今回、2023年シーズンが終了しましたので、大会結果を報告いたします。鹿児島県代表として出場したかごしま国体では、県勢過去最高の2位(鹿児島県チームでは男女総合1位の天皇杯獲得)という素晴らしい成績を残されました。



【2023年シーズン結果】

開催日	大会名	開催場所	順位
4/23	2023 Asia Triathlon Cup Subic Bay	フィリピン	3位
5/13	2023ワールドトライアスロン・パラトライアスロンシリーズ 横浜大会	横浜	30位
6/17-18	2023 World Triathlon Cup Huatulco	メキシコ	13位
7/1-2	2023 Asia Triathlon Cup Sejong	韓国	2位
7/29-30	2023 World Triathlon Championship Series Sunderland	イギリス	22位
8/5-8/6	2023 World Triathlon Cup Yeongdo	韓国	15位
8/26-27	2023 World Triathlon Cup Weihai	中国	4位
9/2-3	2023 World Triathlon Cup Valencia	スペイン	14位
9/10	2023 World Triathlon Cup Karlovy Vary	チェコ	19位
9/23	2023 World Triathlon Championship Finals Pontevedra	スペイン	51位
10/8	かごしま国体	鹿児島	2位
10/15	2023 World Triathlon Cup Chengdu	中国	24位
11/11	2023 Asia Triathlon Sprint Championships Al-Khobar	サウジアラビア	4位



以下、シーズン最終戦を終えた佐藤錬選手からのコメントです。

皆様いつも温かいご支援ご声援をありがとうございます。

今大会は、サウジアラビアのアルコバールで行われたアジア選手権となり結果は4位となりました。

中東は海の塩分濃度が高く、気温水温も暑いので毎回非常に過酷な環境でのレースとなります。

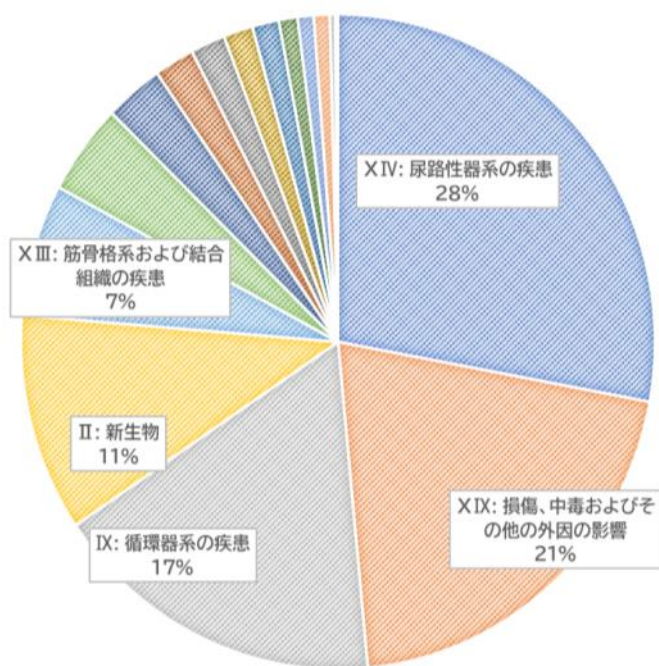
シーズン最終戦ということもあり、優勝をして2023年を締めくくりたかったですが、長いシーズンを戦っていく上で良い点もあれば悪かった点もあり改めてトライアスロンの難しさを痛感したレースとなりました。オフ期間ではしっかりと自分を見つめ直し、課題の克服と長所の強化を行い、オリンピックに向けて精進して参ります。

今後とも変わらぬご声援のほど宜しくお願い致します。

佐藤錬選手の今後の活躍にご期待ください。

2022年度疾病別退院患者数報告

2022年度(2022.4月～2023.3月)の疾患別退院患者数を報告いたします。



- XIV: 尿路性器系の疾患
- XIX: 損傷、中毒およびその他の外因の影響
- IX: 循環器系の疾患
- II: 新生物
- XIII: 筋骨格系および結合組織の疾患
- X: 呼吸器系の疾患
- IV: 内分泌、栄養および代謝疾患
- VI: 神経系の疾患
- XI: 消化器系の疾患
- XXI: 健康状態に影響をおよぼす要因および保健サービスの利用
- XII: 皮膚および皮下組織の疾患
- III: 血液および造血器の疾患ならびに免疫機構の障害
- V: 精神および行動の障害
- XVII: 症状、徴候および異常臨床所見・異常検査所見で他に分類されないもの
- I: 感染症および寄生虫症
- VIII: 耳および乳様突起の疾患

トピックス③～キラメキ健幸ひろばを開催しました～

11月11日に、Aコープキラメキテラス店イートインスペースにて、当院といまきいれ総合病院の合同イベント「キラメキ健幸ひろば」を開催しました。午前中を当院が担当し、地域公開講座として理学療法士による『フレイルって何?』をテーマとした講義を行い、体力測定(握力測定・歩行測定・Inbody)、フレイル予防運動指導を行いました。今後も地域の方々の健幸を支えるイベントを開催してまいります。



キラメキテラスヘルスケアホスピタル

■住所/〒890-0051

鹿児島市高麗町43番30号

■TEL.099-250-5600

■FAX.099-250-5151

■診療科/内科、腎臓内科(人工透析)、肝臓内科、消化器内科、循環器内科、呼吸器内科、糖尿病内科、脳神経内科、心療内科、皮膚科、泌尿器科、リハビリテーション科、整形外科

■病床数/198床

■URL/<https://www.kthc-hp.com>

