



# やすらぎ通信

Vol.26 2021.10

がん患者さん等やそのご家族のための「患者サロン」として院内に開設された『やすらぎサロン』も、今年で12年目を迎えました。「語らいの場」、「情報収集の場」、「くつろぎの場」として皆様にご利用頂いております。今後もたくさんの方にご利用頂けるよう、やすらぎサロンの活動を定期的にご紹介していきます。

## ホスピス緩和ケア週間

日本ホスピス緩和ケア協会では、毎年10月の第二土曜日を「世界ホスピス緩和ケアデー (World Hospice & Palliative Care Day) とし、その前の1週間を「ホスピス緩和ケア週間」としてホスピス・緩和ケアに関する啓発普及活動を進めています。

当院でも例年各種イベントを企画し、緩和ケアについて知っていただくための活動を行ってきました。今年はコロナ禍ということもありイベントは開催をせず、「コロナ禍でも いつでも どこでも つないで支える 緩和ケア」をテーマに、ホスピス・緩和ケアに関するポスターや、緩和ケアチームスタッフからのコメントなどパネルを作成し展示をいたしました。

緩和ケア＝終末期のケアと考える方が多いのではないのでしょうか。本来緩和ケアとは、お体やお気持ちのつらさを和らげるための医療やケアのことです。がんが診断されただけで、痛み等の身体的なつらさだけでなく、精神的にもショックを受けます。また、検査、治療を続けることによる、日常生活への影響や、お金の負担などいろいろなことが起こります。そういう問題に対しての確な対応をすることによって、生活の質を上げるお手伝いをします。緩和ケア内科をよろず相談所だと思って、お気軽に相談していただけたらと思います。

緩和ケア内科医長  
岡本 典子

～コメントの一部ご紹介～



## やすらぎレシピ ～これからの時期にぴったりのメニューを管理栄養士より紹介～

### 牛ヒレ肉のソテー ～ブドウソース～



#### ～材料～

- 牛ヒレ肉…80g
- 塩…適量
- 胡椒…適量
- 酒…小さじ2
- オリーブオイル…適量
- バター…20g
- ぶどう…100g
- 白ワイン…50g
- パルサミコ酢…大さじ1
- パセリ…お好みで

#### ◇作り方

1. 牛ヒレ肉に数か所切り込みを入れ、塩・胡椒・酒をふる。
2. 葡萄は半分にカット。種があれば取り除いておく。  
※今回は皮ごと使用し、ミキサーにかけ、ソースにしましたが、気になる方は皮を取り除いてください。ミキサーにかけない場合は果肉がごろっとしたソースになります。
3. 牛ヒレ肉の水気を拭き、オリーブオイルで皮面をカリッと焼く
4. バターを溶かしたフライパンに葡萄、パルサミコ酢、白ワインを入れ軽く煮込む
5. 焼いた牛ヒレ肉にソースをかけ、パセリをお好みでふる。

☆Point: ぶどうには抗酸化作用をもつポリフェノールが多く含まれています。旬の食材を用いて、美味しく・健康に過ごしましょう。

### 簡単ツナサラダ



#### ～材料～

- カットサラダ…1袋  
(種類はなんでもOK)
- ツナ缶…1缶  
(水煮・油漬けどちらでも可)
- マヨネーズ…大さじ2
- 塩、胡椒…適量
- お好みでハーブを数種類
- パルメザンチーズ

#### ◇作り方

1. カットサラダを器に盛る。(気になる方は一度洗ってください。)
2. ツナ缶は油をきり、マヨネーズ、塩・胡椒・ハーブを混ぜる。
3. 器に盛ったカットサラダと合わせ、パルメザンチーズを振る。

☆Point: ツナ缶には、がん促進物質を抑制すると言われているDHAが含まれています。缶詰は保存もききますし、料理に使う場合は手間いらずです。普段の食事に是非取り入れてみてください。



# 愛知県肝がん・重度肝硬変患者医療給付事業について

愛知県では、平成30年12月からB型ウイルス性肝炎及びC型ウイルス性肝炎による肝がん・重度肝硬変の方を対象に入院費の助成を行っています。また、令和3年4月から肝がん外来関係医療も助成の対象となりました。

## 1. 対象の方（以下ア～カの条件を全て満たす方）

- ア：愛知県内に住所（住民票）を有している
- イ：B型肝炎ウイルス又はC型肝炎ウイルスによる肝がん又は重度肝硬変と診断されている
- ウ：国民健康保険や組合健康保険など、公的医療保険に加入している
- エ：厚生労働省研究班への臨床情報提供に同意できる
- オ：12月以内に保健医療機関で入院関係医療又は※1肝がん外来関係医療（高額療養費算定基準額に達しているもの）を受けた月数が既に2月以上ある
  - ※1 肝がん外来関係医療は「分子標的薬を用いた化学療法」又は「肝動注化学療法」に係るものに限りませ
- カ：世帯年収が約370万円未満（年齢によって適用される条件があります）

## 2. 助成の内容

過去1年間で3月以上高額療養費算定基準額を超えた場合に、高額療養費算定基準額を超えた3月目以降の医療費について、患者の自己負担額が月1万円となります。

※愛知県が発行する「参加証」や「医療記録票」の交付申請が必要です。

※助成を受ける月以降は指定医療機関において医療を受ける必要があります。

指定医療機関は肝炎情報センターの「肝炎医療ナビゲーションシステム（肝ナビ）」(<http://navi.ncgm.go.jp>) から検索できます。



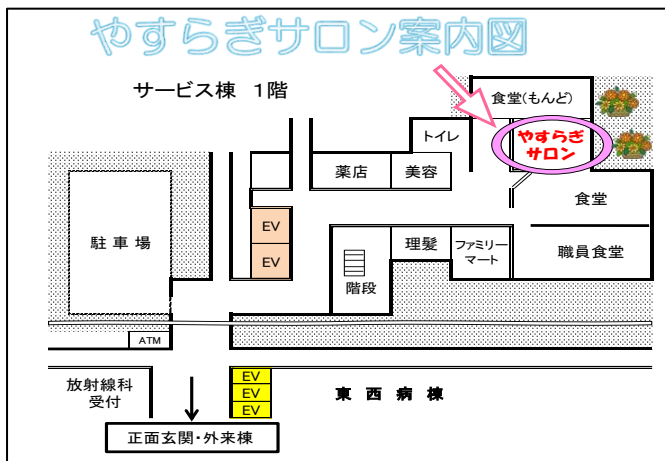
## 3. 助成期間

お住いの地域の保健所で、申請を受け付けされた月の初日から、原則1年間となります。

## 4. 申請に必要な書類

申請に必要な書類は年齢によって変わります。詳しくは、愛知県のホームページをご覧ください。お住いの保健所、当院相談支援センターまでお問合せください。

申請様式は愛知県のホームページ「肝炎対策関係様式」からダウンロードできます。  
(<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/kansen-taisaku/kanen-download2019.html>)



独立行政法人 国立病院機構  
 名古屋医療センター やすらぎサロン  
 電話 052-951-1111 (内線 2188)  
 <開室時間> 月～金 10:00～15:00  
 (土日祝休み)  
 <場所> サービス棟 1階 食堂横



発行元：名古屋医療センター 相談支援センター