

心くろう通信

独立行政法人
労働者健康安全機構

福島労災病院

- ◇病院理念
心通い合う良質で信頼される医療・看護を実践し、勤労者や地域の皆様の健康を支えます。
- ◇基本方針
 - ・医療を受ける方の権利を尊重し、受ける方が主役の医療を実践します。
 - ・医療人として常に研鑽し、チーム医療を軸とした高質な医療を安全・安心かつ確実に提供します。
 - ・地域の医療機関等と連携を図り、地域の皆様から信頼される病院づくりに努めます。
 - ・永年にわたる勤労者医療の実績を活かし、働く方の健康維持と早期社会復帰に取り組みます。



- ◎ 地域医療支援病院
- ◎ 病院機能評価認定病院
- ◎ 臨床研修指定病院
- ◎ がん診療連携推進病院

第45号 令和7年7月16日発行

QFR(Quantitative Flow Ratio)を開始しました

【QFRとは】

QFR (Quantitative Flow Ratio: 定量的冠血流比) とは、心臓カテーテル検査の画像から、冠動脈の狭窄部位における血流の状態を数値で評価する手法です。従来の方法 (FFR) で必要だった圧測定ワイヤーを挿入する負担を軽減し、より安全に冠動脈の血流評価を行うことができます。

QFR は、2 方向から撮影され

たカテーテル検査画像を組み合わせることで、コンピュータ上で冠動脈の 3 次元モデルを作成し、狭窄の前後で血流がどの程度低下しているかを解析します。

【QFRの主な特徴】

- ①負担への負担軽減：ガイドワイヤーを使用しないため、患者さんへの負担を軽減できます。
- ②高い精度：3次元モデルを用いたコンピュータ解析により、従来の目視による評価よりも正確な血流評価が可能です。

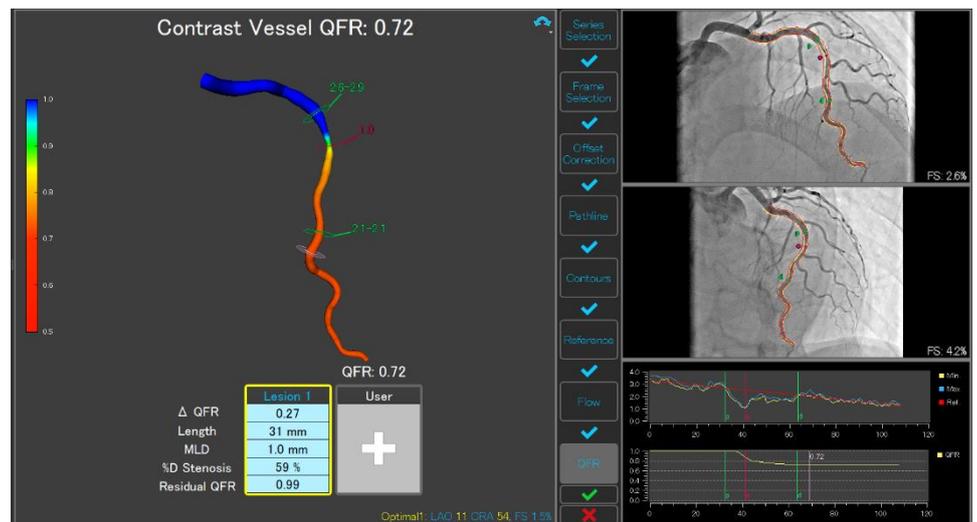
【FFRとの比較】

FFR (Fractional Flow Reserve、冠血流予備量比) は、圧測定ワイヤーを冠動脈の狭窄部位まで挿入し、薬剤で血管を拡張させた状態での血流を測定する手法です。

QFR は、FFR の代替手法として開発され、血管造影画像から血流を推定するため、FFR よりも患者への負担が少ないというメリットが挙げられます。

【QFRの適用】

QFR は、心臓カテーテル検査で冠動脈の狭窄が疑われる患者に対し、治療の必要性を判断する際に用いられています。



読響ハートフル・コンサート いわき が開催されました！



令和7年6月4日（水）、公益財団法人正力厚生会と読売日本交響楽団にご協力いただき、読売日本交響楽団のメンバーによる弦楽四重奏を開催しました。

がん患者さんやそのご家族など、様々な理由でコンサートホールへ足を運ぶことが難しい方々などへ向けた弦楽四重奏のコンサートで、クラシック音楽の名曲、親しみやすい映画音楽、日本の歌など計11曲を演奏していただき、約120名の皆さんが弦楽四重奏の素敵な音色に聴き入りました。

知^っ得！

■「読響ハートフルコンサート」■

公益財団法人読売日本交響楽団は2007年度から、がん患者の生活の質（QOL）向上の一環として、全国のがん診療連携拠点病院などで、弦楽四重奏を楽しんでもらう「読響ハートフルコンサート」を開催しており、今回の開催は通算109回目となりました。



「ありがとうございました。」病院職員一同

※当院ふくろう通信のバックナンバーはこちらからどうぞ！

栄養管理室だより

季節の食材

梨

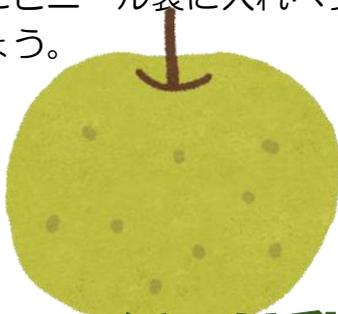
一般に梨（なし）といえば「日本梨」をさし、西洋梨は「洋梨」と呼びます。日本梨の品種は大きく赤梨と青梨に分類されます。赤梨は幸水・豊水・新高などで熟すと赤茶色になり、やわらかい食感で甘みが強いのが特徴です。青梨は二十世紀・秋麗・甘太などで熟すと黄色っぽくなり、しゃきっとした食感で甘みと酸味のバランスが良いのが特徴です。産地は主に千葉、茨城など。ご存じのとおりいわきも梨の栽培が盛んですね。

《旬》 赤梨は7～10月上旬、青梨は8～10月中旬です。

《栄養》 100gで38kcal。水分が多く88g、炭水化物が11.3gでそのうち食物繊維が0.9g（水溶性0.2g、不溶性0.7g）、カリウムが140mg含まれます（100g中）。

《選び方》 皮がざらざらしていて色むらがなく、はりがあって重みがあるものがよいでしょう。赤梨は尻の部分まで色づいたもの、青梨は黄色地にほんのり緑色の残るものがよいでしょう。

《保存法》 乾燥に注意し、風通しの良い冷暗所で保存するのがマル。冷蔵保存できる期間は梨の品種により異なりますが、何よりも鮮度が大切なので1週間程度で食べるとよいでしょう。購入後は水分を逃がさないよう1玉ずつラップで包み、さらにビニール袋に入れヘタを下向きにして野菜室で保存しましょう。



次のページでは梨を使ったメニューを紹介します

レシピ①簡単プルコギ

材料 (2人分) (1人分 473kcal 食塩相当量 3.4g)

牛薄切り肉・・・・・・・・・・300g
長ねぎ・・・・・・・・・・1/2本
ピーマン・・・・・・・・・・1ヶ
パプリカ・・・・・・・・・・1/2ヶ
きのこ (お好みのもの)・・・・70g
にんじん・・・・・・・・・・1/3本
梨・・・・・・・・・・1/4ヶ
玉ねぎ・・・・・・・・・・1/4ヶ
醤油・・・・・・・・・・大さじ3
みりん・・・・・・・・・・大さじ2
砂糖・・・・・・・・・・大さじ1.5
酒・・・・・・・・・・大さじ1
にんにくすりおろし・・・・大さじ1
ごま油・・・・・・・・・・大さじ1
唐辛子・ごま (お好みで)・・適量



レシピ②梨入りキャロットラペ

材料 (作りやすい分量: 2人分×2回分)

(1人分 91kcal 食塩相当量 0.8g)

にんじん・・・・・・・・・・1本 (約 150g)
梨・・・・・・・・・・1ヶ
塩・・・・・・・・・・小さじ 1/4
酢・・・・・・・・・・大さじ 2
オリーブ油・・・・・・・・・・大さじ 2
砂糖 (梨の甘みにより調整)・・大さじ 1/2
白だし・・・・・・・・・・小さじ 1/2
きざみパセリ (お好みで)・・・・適量

管理栄養士 EYES

梨には「プロテアーゼ」というたんぱく質を分解してくれる酵素が含まれています。梨を使ったたれに漬け込むことで肉が柔らかくなります。

作り方

- ① 梨と玉ねぎはすりおろし、Aを合わせる。
- ② 長ねぎは斜め切り、ピーマン・パプリカ・にんじんは細切りにする。きのこ類は食べやすい大きさに切る。
- ③ ビニール袋に牛薄切り肉と①②を入れてよくもみ込む。冷蔵庫で30分～1時間なじませる。
- ④ フライパンに③を入れて加熱する。肉の色が変わったらごま油を入れる。野菜に火が通り、たれがとろっとするまで炒める。
- ⑤ 皿に盛り、好みに唐辛子・ごまをトッピングする。

※野菜はあるものでOK。

使用する肉の部位によりエネルギー量は変わります。

管理栄養士 EYES

にんじんはスライサーを使用すると簡単です。少し時間をおいて味がなじんだころがおいしいです。お好みでナッツやドライフルーツを入れるとアクセントになります。

作り方

- ① にんじんは千切りし、塩をまぶし10分ほどおき水気をしぼる。梨は人参より太めの千切りにする。
- ② ビニール袋に酢・オリーブ油・砂糖・白だしを混ぜ合わせ、①を加えてよく混ぜ合わせる。
- ③ 器に盛り、お好みできざみパセリをちらす