



Key word : コロナ 独りごと 感染対策 研修医 鍋

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。1年生には年末のまとまった雪に驚いた方もいらっしゃると思います。地元の私でさえ、昨年の大雪が記憶から離れず、今回の雪はかなり警戒しましたが、思ったよりは降雪量が少なく、ほっとしました。

ご実家に帰省せず、富山で年末年始を過ごされた方は寒さにも驚いたことでしょう。

二重のカルチャーショックに襲われた方も多いかと思いますが、雪国ならではの楽しみや恵みもあるので、富山にいる間に異文化に慣れ親しんで下さい。

コロナウイルス注視の傾向は続いています。健康管理、感染予防対策を続けましょう。

気になること、心配なことがある時は、保健管理センターにご相談ください。

ネギたっぷり 鶏のごま油鍋

材料(2人前)

- ・鶏モモ肉 300g
- ・ごま油 100ml
- ・水菜 200g
- ・えのき 100g
- ・スープ(水 500ml 料理酒 100ml
鶏ガラスープの素 大さじ1)
- ・タレ(ポン酢 50ml ゆず胡椒 小さじ1)



作り方

1. 長ねぎは薄い斜め切りにします。水菜は5cm幅に切ります。えのきは石づきを切り落とし、手でほぐします。
2. 鶏もも肉は一口大に切ります。
3. 中火で熱したフライパンにごま油、2を入れて炒めます。鶏もも肉に焼き色が付いたら火から下ろします。
4. 土鍋にスープの材料、3を入れて中火で加熱し、沸騰してきたら弱火にして鶏もも肉に火が通るまで5分程煮ます。
5. 1を加え、蓋をして全体に火が通るまで煮たら完成です。タレにつけてお召し上がりください。

感染対策について

- ・B型肝炎抗原抗体検査を受けていない人は、保健管理センターまで来て下さい。
- ・来年度の4種ウイルスワクチンの申し込みは1/22(土)まで、受け付けています。配布した申込書に現金を添えて、生協に提出して下さい。

二年次研修医の独り言

クリスマス年末年始と寒波が襲いましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか?今年もよろしくお願いいたします。さて12月途中から心臓血管外科が終わり、麻酔科で研修しています。今の病院の心臓血管外科は常勤3人のこじんまりした体制ですが、みんな個性が強く、面白い研修を過ごせました。日々の処置から手術回診まで疲労感もありましたが、同時にユーモアもあり充実感に溢れていました。4週間の研修が終わり、3月末まで麻酔科研修が続きます。麻酔科志望なのでこのローテーションにしましたが、実際に麻酔科で研修してみて、麻酔科ってこんなに孤独だっけ?と感ずることがあります。恐らく心臓血管外科でのチーム感のせいだと思いますがギャップを感じました。色んな診療科で研修しおわり麻酔科に戻ってきたわけですが改めて特殊な診療科だなあと感ずるこの頃です。また去年と違い実際に薬剤の量を決定したり手順を決めたりすることも求められ、一歩進んだ研修を行っているのも事実です。