



「ベーカリーNico(にこ)」リニューアルオープン！岡本店長さんにインタビュー★

岡大病院で焼き立てパンが味わえることをご存じでしたか？
9月5日(月)、「ベーカリーNico」がさらにおいしくなってリニューアルオープンしました。
そこで、岡本 真一店長さんにお話を伺いました。



Q. 反響はどうですか？

オープンから反響の大きさに驚いております。多くのお客様から美味しかったよと声を掛けて頂く事もあり、非常にうれしい反面、気が引き締まる思いです。

Q. 今回、リニューアルしたポイントはどこですか。

フランスパン生地やパイ生地を使った商品、サンドイッチなどバラエティー豊かな品揃えになっております。また、サクサク、モチモチとした食感を楽しんでもらえるよう焼き方にもこだわっています。

Q. 店頭のパOPも手作りですか？

POPについては、私の手作りです。お恥ずかしい。

Q. 岡本店長さんの好きなパンは？

「ショコラランチ」や「クランベリーとレーズンのフランスパン」など少し歯ごたえのあるパンと、サクサク食感の「発酵バターのクロワッサン」が好きです。

Q. 焼き立てが味わえる時間帯をこっそり教えてください。

ズバリ、昼食後の14：00頃です。

Q. 最後にひとこと！

メンバー一同、みなさまとお会いできることを楽しみにしております。

ショコラランチ
(税込195円) →



発酵バターのクロワッサン↑
(税込195円)

一般財団法人「積善会」が
運営しています。
院内で焼き立ての味を
ご賞味あれ！



ベーカリーNico
営業時間 9:00~17:00
定休日 土曜・日曜・祝日
TEL 086-235-7968

質問コーナー

Q. 「体は男性なのですが、心は女性であると感じます。私は変ですか？」



A：どんな人であっても実感している性別は、男性的な要素と女性的な要素が混じりあっています。そして厳密に見るとその割合には個性があります。多数の人は、体の性と一致する要素が多く反対の性の要素が少なくなっていますが、あなたの場合、その割合が逆になっているという個性を持っているのです。あなたのような方は、比較的少数者であるとはいえませんが、実感する性別が一人一人違う状態を反映しているだけであり、変ではありません。 【精神科神経科】

Q. 「造血幹細胞移植とはなんですか？」



A：造血幹細胞移植とはいわゆる骨髄移植のことです。1960年代から白血病などの血液のがんに対して行われる根治療法です。通常の治療の後に、大量の抗がん剤投与や全身放射線照射を行い、正常の血液細胞も白血病細胞もやっつけた後に、骨髄に豊富に存在する血液幹細胞を含む骨髄液を患者さんに投与します。正常な血液の回復とともに免疫力を回復させ、残存した白血病が根絶することで、血液がんを完治させます。血液幹細胞は、骨髄だけでなく、末梢血、臍帯血にも存在しているため、これらを用いた移植療法を総称して「造血幹細胞移植」と呼んでいます。様々な合併症がありますが、患者さん、ご家族、血液幹細胞を提供されるドナーさんや医療チームの全力をあげて行う総合医療である「造血幹細胞移植」を、岡山大学病院 血液・腫瘍内科と小児科では全力をあげて行っています。

【血液・腫瘍内科】

栄養部監修レシピ紹介♪

レンジで簡単！



かぼちゃとさつまいものヨーグルトサラダ

ヨーグルトの酸味とナッツの食感をアクセントにした、さつまいもとかぼちゃのサラダです。さつまいもとかぼちゃに多く含まれる食物繊維と、ヨーグルトの乳酸菌の相乗効果で腸内環境を整え、食欲の秋を楽しみましょう！

エネルギー (1人分)	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	食物繊維
183kcal	5g	7g	25g	0.4g	3g

作り方

- 材料(2人分)
- さつまいも 60g
 - かぼちゃ 100g
 - くるみ 3粒
 - アーモンド 6粒
 - チーズ 20g
 - レタスお好みで
- A
- プレーンヨーグルト 大さじ2
 - はちみつ 小さじ1
 - 粒マスタード 小さじ1
 - 塩・コショウ 少々



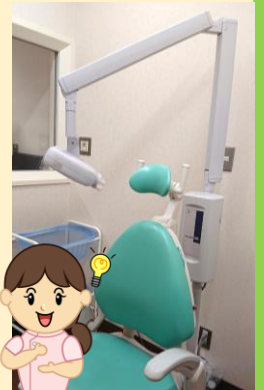
1. 皮をつけたままのさつまいもとかぼちゃは約1cm角に切り、水にさらす。軽く水を切ってからラップをしてレンジで軟らかくなるまで加熱する。
2. チーズは食べやすい大きさに切り、アーモンドとくるみは食べやすい大きさに砕く。
3. 1の粗熱が取れたら、あらかじめ混ぜておいたAと2を加えて混ぜる。
4. お好みでレタスを添えて完成。



リレーエッセイ

放射線技師として岡大病院に勤務し、始まりは歯学部附属病院、その後医科歯科統合を経験して今年3月に定年退職しました。引き続き、現在は育休代替要員(再雇用職員)として働いています。私は医科領域IVR、MRI、CTなどのように決して花形ではないですが、歯科治療に不可欠な「歯科撮影」を担当しています。口の中にフィルムを入れる歯の撮影は、ある意味職人技で奥深いです。患者さんが安心して歯科撮影を受けられるよう、身につけてきた知識や撮影技術を活かしながら後進育成の一助になるよう努めていきたいと思っています。

医療技術部 放射線部門 中村伸枝



増山 寿 副院長の『気になってしかたがない話』

猫の額ほどの庭で家庭菜園をしています。といっても初心者なので栽培の簡単なゴーヤ、ミニトマト、ピーマン、バジル、ズッキーニなどですが、夏の間ずっと収穫できる楽しみがあります。これらの野菜はそれぞれのペースで比較的ゆっくり大きくなるので収穫の時期を

逃すことはないのですが、キュウリは目を離すと突然大きくなり大味となり悔しい思いをします。毎朝、野菜を眺めてキュウリを気にしながら仕事に向かっています。



浅海 淳一 副院長の『ゾットする話』

コロナの影響下2019年12月を最後に海外渡航ができておりません。その最後に訪問したハノイ(ベトナム)での話です。昼食に誘われ郊外のキングコブラ専門店へ行きました。1キロ2万円もするという高級食材のようです。2キロのキングコブラの解体ショーの後に料理が並べられ、見た目もショッキングですが、動いている心臓を「食べられますよ。」生き血を出されて、「飲めますよ。」と言われましたが、やんわりとお断りしました。

