



謹賀新年



新病棟全景

<病院の理念> 医の倫理を守り、親しまれ信頼される病院をめざします。

<病院の基本方針>

- ・救急医療から在宅医療までリハビリテーションを通じ地域医療に貢献します。
- ・患者様から信頼と安心を得られる良質な医療を提供します。
- ・患者様の喜び・悲しみ・苦しみを共感できる医療人を育成します。
- ・健全経営の確保に努めます。



Contents

新年のご挨拶(寺岡整形外科病院より)	P. 2~3
新年のご挨拶(グリーンハウス宏喜苑より)	P. 4
特集 インフルエンザ対策について	P. 5
栄養室だより vol.6 ・ 第13回 院内ふれあいコンサート	P. 6
平成 24 年度 院内戴帽式を終えて	P. 7





新年のご挨拶

謹賀新年

理事長 寺岡 宏

謹んで新年のお祝いを申し上げます。皆様方におかれましては、平安に新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年は、寺岡整形外科病院が創立52周年を迎えました。このことを記念いたし、地域の皆様のご理解・ご協力を賜り新しく新病棟を建築する運びとなり、4月には診療を開始いたすことができました。

当院では、これまで培ってきた経験を發揮し、老人保健施設(グリーンハウス宏喜苑)並びに老人福祉施設(幸楽園)と一体となり、患者様に親しまれ信頼していただけるよう地域に密着した診療を行ってまいります。

今後、職員一同共に心を合わせ患者様のご期待に応えるべく、個々の役割と責任を果たすよう自己研鑽に励んでいきたいと思っております。どうぞ本年も更なるご支援・ご指導を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご清福をお祈り申し上げ、念頭のご挨拶とさせていただきます。

新年のご挨拶

院長 寺岡 俊人

新年明けましておめでとうございます。2013年、平成25年の幕が上がり、お元気で新春を迎えられたことを皆様と共に喜びたいと思います。昨年は、新病棟完成に当たり、入院・外来・諸検査機器の充実整備並びに外来駐車場の整備等の環境を整えることができました。一方、医療の場においても、患者様と職員が良いパートナーシップを築いて医療ができるよう心をこめて行っていくことを大切にしたいと思っております。

今年1年共に頑張りましょう。本年もどうぞよろしくお願いいいたします。皆様のますますのご健勝、ご多幸をお祈り申し上げます。



事務長 佐藤 渥美

新年あけましておめでとうございます。皆さまには和やかな新春をお迎えになられ、今年一年の抱負など新たにされたことと存じます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

平素から当病院には何かとご理解ご協力を賜り有り難く感謝申し上げます。

昨年12月には、衆議院議員総選挙が実施され新しい政権が誕生いたし、雇用の拡大や福祉の充実など私たちの暮し向きも良くなることを期待しております。

今日、少子高齢化と人口減少化は依然として進行いたしており、医療を取り巻く環境は厳しさを増すなか厚生労働省は「入院から在宅医療へと推進をいたし、住み慣れた地域で少しでも長く人としての尊厳を保ちながら暮らせるようにする。」ことを狙いとした医療政策を昨年から引続き打ち出しております。

こうした中、当病院では地域の皆さまから信頼と安心をモットーに更なる良質な医療の提供を目指し、昨年4月同所に新病棟を新築完成いたし、診療を開始したところです。加えて、更に充実した医療機器を備え、快適な環境下での外来診療と入院治療及び療養環境をご提供してまいりたいと存じます。

皆さまには、ますますのご健康とご多幸をご祈念申し上げますと共に、本年も倍旧のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

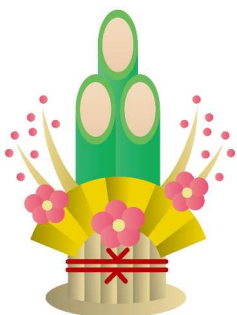


総看護師長 山下 文子

謹んで初春のお喜びを申し上げます。地域の中核病院として50数年の歴史ある病院が昨年4月、同一敷地内に新築移転しました。一抹の寂しさの想いで解体されていく建物を見送り…歓喜の声に包まれた新病院見学会も終え…

新病棟での業務が開始され、8ヶ月を迎えた今、看護部は日々、挑戦と反省の中で業務改善と見直しに取り組んでいます。50数年間、“愛の奉仕”の精神を胸に精進してまいりました。その精神が閉ざされることなく地域の皆様に、より良い医療・より質の高い看護の提供を目標に今年も日々研鑽を重ねてまいりたいと願っています。

患者様の声に傾聴し、やさしさと思いやり・笑顔をもっとに全看護スタッフが思いを一つに前進したいと願っています。今年も変わらぬご支援、ご指導をよろしくお願い申し上げます。今年一年の皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。



師長会議

介護老人保健施設グリーンハウス宏喜苑より新年のごあいさつ

施設長 日地 康武

新年おめでとうございます。総選挙も終り、日本政府は「今年こそ日本を取り戻す」と張り切っているようです。一昨年の日本は、3・11東日本大震災に見まわれました。また去年は、中央道のトンネル事故に見まわれ、保守管理の重要性を痛感しました。今年は一休どんな年になるのでしょうか。「コンクリートから人へ」と人を大切にする年にするそうですが、私達の「宏喜苑」では人生の先輩達をもっと大切にしようと具体的な草案を練っています。皆さん、楽しみにしてください。今年も皆様と共に元気に頑張りましょう！敬老の精神を忘れずに！



事務長 松本 浩治

明けましておめでとうございます。宏喜苑は、引き続きよりよい設備整備並びに人的配置等ハード・ソフト面の充実を図りつつ、質の向上を目指して参ります。当施設の運営の柱として、より質の高いリハビリが可能な介護老人施設を目指し、常に明るく家庭的な雰囲気を保ち、安心して利用できる施設に努め、利用者に利用して良かったと喜んで頂き、また安心して在宅復帰ができる施設を心がけていきます。

看護師長 昼田 敏枝

謹んで新年のお慶びを申し上げます。
昨年中も大きな事故なく過ぎましたことは、皆々様の暖かいご支援やご理解のたまものと感謝申し上げます。職員一同、更なるケアの質の向上を目指し「笑顔を」忘れず頑張ります。地域の皆さんと連携を密にして、あたたかい宏喜苑をモットーに事故防止に心掛けます。
今年も変らぬ御支援を切にお願い致します(^_^)！

介護長 坂本 規久美

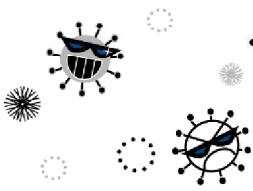
謹んで新年のお慶びを申し上げます。皆様には暖かいご支援やご理解を賜り、厚く御礼申し上げます。今年もご利用者の皆様と、色々なレクリエーション・行事を楽しんでいただけるよう、企画実施していきたいと思っております。まだまだ力不足ではありますが、多くの方々の支えとなりますよう一層努力してまいります。



音楽療法



初詣



<特集> インフルエンザ対策について



Q.1: インフルエンザと普通の風邪はどう違うのですか？

一般的に、風邪は様々なウイルスによって起こりますが、普通の風邪の多くは、のどの痛み、鼻汁、くしゃみや咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありません。

一方、インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。

Q.2: インフルエンザはいつ流行するのですか？

インフルエンザは流行性があり、いったん流行が始まると、短期間に多くの人へ感染が広がります。日本では、例年 12 月～3 月頃に流行します

Q.3: インフルエンザにかからないためにはどうすればよいですか？

インフルエンザを予防する方法としては、以下が挙げられます。

1) 流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンは、感染後に発病する可能性を低減させる効果と、インフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効と報告されており、日本でもワクチン接種をする方が増加する傾向にあります。

2) 飛沫感染対策としての咳エチケット

インフルエンザの主な感染経路は咳やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴(飛沫)飛沫感染です。したがって、飛沫を浴びないようにすればインフルエンザに感染する機会は大きく減少します。特に家族や学校のクラスメートなどの親しい関係にあって、日常的に一緒にいる機会が多い者同士での飛沫感染を防ぐことは難しいです。

3) 外出後の手洗い等

流水・石鹸による手洗いは手指など体についたインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法であり、インフルエンザに限らず接触感染を感染経路とする感染症対策の基本です。

4) 適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度(50～60%)を保つことも効果的です。

5) 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。

Q.4: インフルエンザにかかったらどうすればよいのですか？



具合が悪ければ早めに医療機関を受診しましょう。安静にして、休養をとりましょう。特に、睡眠を十分にとることが大切です。水分を十分に補給しましょう。お茶でもスープでも飲みたいもので結構です。咳・くしゃみなどの症状のある時は、周りの方へつさないため、マスクを着用しましょう。人混みや繁華街への外出を控えましょう。



栄養室だより vol.6

冬にかけて旬のほうれん草は緑黄色野菜の代表格です。ビタミンやミネラルに富み、抜群の栄養化を誇ります。特にカロテンやビタミン C、鉄分を多く含んでいます。カロテンは抗酸化作用があると言われ、発がん性物質の毒性を軽減して、がん予防に効果が期待できるほか、動脈硬化を防ぐ作用があるとされています。またカロテンとビタミン C の相乗的な効果で、肌荒れの防止、かぜ予防にも有効です。

ほうれん草の華風炒め

エネルギー:133kcal たんぱく質:5.7g 脂質:8.2g 塩分:1.3g

●材料(1人分)

ほうれん草 80g (約4株)
鶏卵 15g (1個約50g)
ロースハム 10g (約1枚)
はるさめ 5g
長ねぎ 5g
しょうが 少々
サラダ油 5g(小さじ1強)
酒 5g(小さじ1)
しょうゆ 6g(小さじ1弱)



●作り方

- ① ほうれん草はたっぷりの熱湯でかために茹で、水にとって水気を絞り、4~5 cmの長さに切る。
- ② ハムは短冊に切る。
- ③ はるさめは湯でもどし、食べやすい長さに切る。
- ④ 長ねぎ、しょうがはみじん切りにする。
- ⑤ 中華鍋に油 1/3 量を熱し、まず溶き卵を入れて炒り卵を作り、取り出しておく。
- ⑥ 中華鍋に残りの油を熱し、④を炒め、①、②を入れて炒める。全体に油がまわったら、酒、しょうゆで調味し、③を入れて炒め、⑤をもどし加えて炒める。

<参考文献>

- ・新しい「日本食品標準成分表 2010」による 食品成分表 改訂最新版 女子栄養大学出版部
- ・カラー版一品料理 500 選治療食への展開 医歯薬出版株式会社
- ・食材の基本がわかる図解事典 成美堂出版
- ・旬の野菜・栄養情報 <http://www.kaneso22.co.jp/seasoning/ve037.html>



第13回 院内ふれあいコンサート



今回は福山市新市町の『備後しんいち踊り隊』の皆様にご披露いただきました。メンバーの皆様は毎年開催される「福山ばら祭」や「広島フラワーフェスティバル」でも活躍されており、美しい衣装と共に躍動感溢れるエネルギー溢れる踊りをご披露してくださいました。『備後しんいち踊り隊』の皆様、どうも有難うございました。



平成24年度 院内戴帽式を終えて

高森美恵子さん

昨年10月、学校だけでなく寺岡病院の方でも戴帽式をしていただき有難うございました。准看護学校の規模が縮小していく中、たった2人での戴帽式でしたが理事長先生、院長先生をはじめ、日頃お世話になっている皆様に見守られながら、緊張の中、ナイチンゲール誓詞を唱え、改めて看護に対する気持ちを見つめ直すことができました。まだ看護の道を歩み始めたばかりで道のりは長く険しいですが、初めてナースキャップを授けていただいた時の気持ちと、一人ではなく学友、尊敬できるスタッフの皆様方に支えられているのだということを忘れず、学んでいきたいと思いますので、引き続き、御指導御鞭撻よろしく願いいたします。



広兼優さん

10月の半ばに学校の方で無事戴帽式を迎えることができました。病院の方でも戴帽式を行ってくださり、とても嬉しく思います。学校での学びは、人体の仕組みだったり、血圧の測り方だったり、自分の知らないことばかりで毎日感動の連続です。学業と仕事の両立は想像していたより、簡単なものではなく、日々「がんばれ、がんばれ」と自分に言い聞かせながら毎日を過ごす日々でした。職場のみなさまには、良きアドバイスをたくさんいただきました。心より感謝しております。目標となる看護師像も、はっきりと見えてきたような気がします。これからも、学業、仕事共に頑張りたいと思います。

看護教育師長 岡 和子

高森さん、広兼さん、戴帽おめでとうございます。貴方たちが戴帽を体験することは今回が初めてで、今後は後輩の戴帽式に参加するという形になるでしょう。それだけに今の決意を忘れないで大切にしてほしいです。

戴帽式は大正9年に聖路加国際病院で初めて行われました。第2次世界大戦後アメリカ看護システムの導入に伴い日本で一般的に行われるようになりました。白い帽子は純粋な気持ちで患者様に接する看護師の象徴として、キャンドルの灯はナイチンゲールがクリミア戦争でランプを持ち敵味方なく負傷した兵士たちへの献身的な看護の精神を受け継ぐものです。戴帽式は今では実施しない施設も多くなっていますがこの基本精神は受け継いでもらいたいです。

看護は知識、技術だけでなく患者様への思いやりの心が必要です。身体的にも精神的にも病んでおられる患者様やご家族に対してどのような看護を目指すのか。「ナイチンゲール誓詞」の「わが力の限りわが任務の標準を高くせんことを努べし」にあるように目標を高く掲げて日々努力してください。

先輩ナースも貴方たちを暖かく見守っています。



外来診察担当医師のご案内

診療科		日	月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	寺岡/池田	池田	池田	寺岡	寺岡/ 理事長	池田	午前/ 予約診療 午後/ 休診 ※救急 の患者さ まは受け 付けてお ります。
	午後	寺岡	池田	辻	寺岡	池田	池田	
形成外科	午前・午後	衛藤	衛藤	衛藤	衛藤	衛藤	小野	
脳神経外科	午前	長尾/藤田	長尾	長尾/藤田	非常勤	長尾	長尾	
	午後							
胃腸内科	午前・午後	切手	切手		切手	切手	切手	
循環器内科	午前・午後			品川			品川	
心療内科	9:00~15:00			西岡	西岡			
神経内科	午後						片山	
脳内科			森					

※手術・救急・学会などにより担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承ください。

※救急の患者さまは24時間受付しておりますので、病院受付TEL084-923-0516までご連絡ください。

総合案内	TEL 084-923-0516	FAX 084-932-1178
地域連携	TEL 084-920-1020	FAX 084-920-1113
診療時間	午前 9:00~12:00	午後 2:00~6:00

はやめの健診で安心!!

脳ドックのご案内

Aコース...17,000円(税込)
Bコース...31,000円(税込)

お問合せ・ご予約は
084-923-0516

病床数	122床	診療科 (12診療科)
一般病床	50床	整形外科・形成外科・脳神経外科・循環器内科・胃腸内科・リハビリテーション科・リウマチ科・心療内科・神経内科・放射線科・麻酔科・美容外科
療養病床	36床	
回復期リハビリテーション病床	36床	

無料送迎バス時刻表				
	病院行き		福山駅行き	
	駅裏発	病院着	病院発	駅裏着
①	9:00	9:15	10:30	10:45
②	10:00	10:15	11:30	11:45
③	11:00	11:15	12:00	12:15
④	14:00	14:15	13:30	13:45
⑤	15:00	15:15	14:45	15:00
⑥	16:00	16:15	15:30	15:45
⑦	17:00	17:15	16:30	16:45
⑧			17:30	17:45

<編集後記>
 新年明けましておめでとうございます。皆様どのようなお正月をお過ごしでしょうか。さて、今年は蛇年ですが、蛇と言えば古来生命力の象徴としてギリシャ神話にも登場し、欧米では医学・医療のモチーフとして世界保健機関のマークにもなっているそうです。蛇パワーの恩恵を存分に受けて、今年一年、皆様が健康に恵まれて幸せに過ごせますようにお祈りいたします。 広報委員会

地域の医療に貢献する宏仁会(こうじんかい)

地域の医療に貢献する宏仁会(こうじんかい)			関連施設
居宅介護支援事業所 宏喜苑	介護老人保健施設 グリーンハウス宏喜苑	福山市 地域包括支援センター南本庄	介護老人福祉施設 幸楽園
要介護状態と認定された方に対し、ケアマネジャーが、本人の状態や家族の意見を踏まえて、それに応じた適切なサービスを利用できるように、介護保険施設等と連絡調整を行います。	要介護状態と認定された方に対し、その能力に応じ自立した日常生活が営まれるようご自宅における生活への復帰のため、リハビリを中心とした支援・介護を提供いたしております。	地域で暮らす高齢者やその家族のために介護、健康、医療などさまざまな面から総合的に支える中核機関とした事業を実施しております。	生活機能の回復と維持を目的に、食事・入浴・排泄等の日常生活における介護と支援を提供いたしております。入園を希望される方には、相談員・ケアマネジャーとの相談を行っております。
福山市南本庄 3-1-52 寺岡整形外科病院 管理棟 1F TEL 084-920-8143	福山市南本庄 3-8-17 TEL 084-920-8111	福山市南本庄 3-1-52 寺岡整形外科病院 管理棟 1F TEL 084-920-8161	福山市蔵王町 159-14 TEL 084-947-3111