

笑顔J[😊]T[😊]通信 No.6

2019/12 発行

地域と共に歩む病院へ

看護部長 二宮 敏恵 Ninomiya Toshie

新元号「令和」の時代が始まり、七か月が過ぎました。初めて日本古典に由来する元号として制定された令和という意味には「人々が美しく心を寄せ合う中で文化が生まれ育つ・希望に満ち溢れた新しい時代を切り開いていく」という祈り・願いが込められているとのことです。

当院でも「地域医療に貢献し信頼され愛される病院」という理念のもと、患者様に選ばれる病院として社会状況に合わせて、時代に沿った取り組みや変革を行い病院発展のため決意を新たに職員一同、日々専心努力しています。

病院中心の医療から「地域完結型の医療・介護」という病院の機能分化と「地



石菖(ツワブキ)の花が庭いっぱい咲き初めました。
花言葉『いつも笑顔で変わらない』

域包括ケアシステム」の構築が進むにつれ、まず地域の方々
に選ばれる病院となること、そして入院された患者様や御家
族の方に安心して安全な医療の提供、また地域の医療機関の
関係方々と連携を深め、あらゆる世代、あらゆる状態の人に、
ニーズは違っても相互に支え合って地域での暮らしが成り立つよ
うに支援していける病院作りをしていきたいと思ひます。

私達看護師は、看護専門職として患者様に安心して安全な質の
高い、温かい思いやりのある看護を展開し、患者様一人一人に
信頼される看護師となることを目標に、常に自己研鑽し、患者様
や看護職員から選ばれる看護部となることを目指しています。

そして、職員一人一人が病院の発展を願ひ、自身の幸せのために働きがいのある病院作りが出来る人財となる人を育成していきたいと思ひます。

さて、令和2年には日本で東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。“おもてなし”精神で誘致を勝ち取った東京オリンピック・パラリンピック! 各国から選手や応援団と大勢の方が来日すると思ひます。病院でも最近さまざまな国の方が受診に来られます。受診された方に“Take care of yourself”(お大事になさませ)の言葉をおもてなしと思ひやりの心を持って伝えたいと思ひます。

～万葉集～

しよゆん れいげつ きよ かぜやわら うめ きやうぜん こ ひら
初春の令月にして、気淑く風和ぎ、梅は鏡前の粉を被き、
らん はいご こう かおら
蘭は佩後の香を薫す。

3階病棟(急性期一般病棟)

急性期の一般病棟として

今年の四月より3階病棟科長になりました尾立(おりゅう)です。

3階病棟の紹介をさせて頂きたいと思います。

3階病棟は、急性期の一般病棟として、外来診療科目にある、整形外科・内科・循環器科・外科・脳神経外科などの患者様を受け入れる混合病棟となり、十分な看護が提供できる人数を配置しております。

入院が必要と判断された患者様は、当病棟へ入院して頂く事が多く、治療が終わられてご自宅等へ退院される場合や、その後地域包括ケア病棟を経由して退院頂く場合があります。整形外科の手術も多くあり、多忙な毎日ではありますが、急性期ならではの活気と緊張感は、スタッフのモチベーション向上にもつながっていると思います。入院となられた患者様は、心配や不安を多く抱えられていると思いますが、私達病棟看護師は、これからも患者様やご家族の方に寄り添い、安心して温かい看護が提供できるように心掛けていきたいと思っています。



3階病棟科長 尾立 真由美



栄養室健康レシピ

～ あったかとりみ料理(1人分)～

寒い時期になると身体が温まる料理が欲しくなりますね。そんな時に『とりみ』のある食べ物は冷めにくく、保温効果があると言われています。家庭では安価な片栗粉がよく使われますが、ここでは「葛粉」でのとりみ料理をご紹介します。

葛雑炊 ～風邪の時や胃腸が弱っている時にどうぞ～

材料(1人分)

ご飯100g、鶏肉40g、卵1ヶ、野菜適量(白菜・玉ねぎ、人参、ねぎ等)
葛粉(大1)・溶き水(大1)味付け(醤油、酒、塩等)おろし生姜(お好みで)

手順

- 1.だし汁400ccに切った鶏肉・野菜を入れ煮込む
 - 2.味付けし、ご飯100gを入れ好みの軟らかさまで煮込む
 - 3.火を止め、水で溶いた葛を混ぜる。再度煮込みとりみをつける
 - 4.溶き卵を入れねぎをのせる(おろし生姜を入れるとさらに温まります)
- ※葛粉は、他にうどんや煮物・けんちん汁など和風料理に使ってみて下さい

「葛粉(くずこ)」とは?

- 葛の根から作られる食用粉です
- キメが細かく、消化吸収が良いのが特徴です
- 葛粉は片栗粉より高価ですが、片栗粉よりも身体を温める効果が高いです



4階病棟(地域包括ケア病棟)

地域包括ケア病棟として

4階病棟は地域包括ケア病棟として、急性期治療を終了し、直ぐに在宅や施設へ退院するには不安のある患者様や在宅・施設などから直接入院された患者様に対して、在宅復帰に向けて治療、看護、リハビリを行うことを目的とした病棟で、平成26年9月に開設されました。

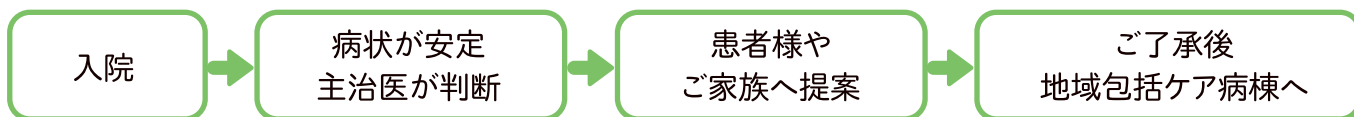
在宅復帰をスムーズに行うために、「在宅復帰支援計画」に沿って主治医、看護師、リハビリスタッフ、地域連携室スタッフ等が協力し、入院期間60日を限度として、在宅復帰支援を行っています。高齢の患者様が多く、個々のペースに合わせてADL(日常生活動作)の拡大を図り、ゆとりある看護を提供できるよう心掛けています。

また患者様やご家族と相談しながら退院後のサービスの調整や施設への情報提供等で、患者様が安心して退院できるよう支援させていただきます。

4階病棟科長 阿部 幸子



ご利用までの流れ



地域包括ケア病棟への直接入院、または一般病棟を経由してからの転棟を主治医が判断し、患者様やご家族へ提案後、ご了承いただいた場合、地域包括ケア病棟へご入院頂きます

ふれあい体操



朝晩寒さの身にしみる季節となり、体を丸くすることも多くなりました
今回は少し体を伸ばして、肩、背中中の筋肉をほぐしていく運動を紹介します

①基本の姿勢

椅子に深く座わり、タオルを肩幅の位置でしっかりと握ります

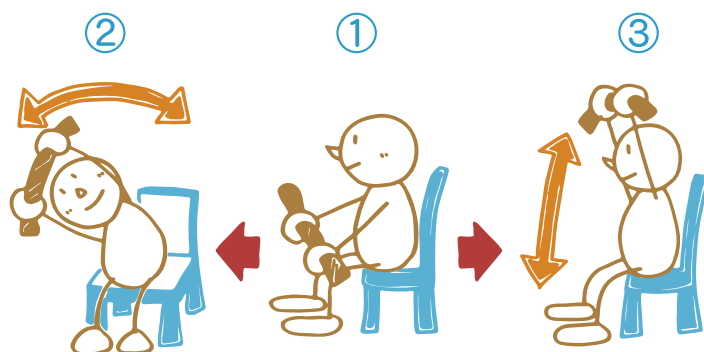
②体の側屈

肩幅の位置をキープしながら、左右に体を倒していきます
しっかりと脇腹を伸ばしていきましょう

③肩上げ

肩幅の位置をキープしながら、ゆっくりと肩を上げます
痛みのある方は、無理せず、動かせる範囲で行ってください

ゆっくりと数を数えながら、(これは呼吸を止めないためです)
各体操を10回/1セットで行ってください
痛みのある方は、痛みの出る手前までに行ってください



～タオルを使用するストレッチのメリット～

1. 正確な運動ができます
2. ストレッチ効果が増します
3. 握ることで握力が増します

裕の心がゆたかになる話

第6話 (Vol.6)



木枯らしが吹きつけた朝、秋は別れを告げ冬が訪れようとしていた。

小春日和はあるものの、冷え込む日々の中で、僕はぬくもりを求め彷徨っていた。

「ぬくもり」といっても、ただポカポカ温まることだけを求めているわけではない。

この時の僕は、人の温かさ、心のぬくもり、愛のぬくもり、自然のぬくもり、僕らの世界に溢れる様々なぬくもりを求めていた。

釣りが趣味の僕は、見知らぬ土地でそれを感じる事がある。それは手厚くお出迎えをしてくれるといった事でも何でもなく、ただ一言

「兄ちゃん釣れよるか？」
ほな頑張つてな。海に落ちなよ」と、声を掛けてもらう事だ。何気ない会話だが他人の僕を心配してくれる、人の温かさ、そうぬくもりをそこに感じた。

皆さんも一度はそれを感じたことがあるのではないだろうか。もしも、まだないというのであれば、人は孤独を感じた時に、そこにあった何気ないぬくもりに気づけるのかもしれない。



そして僕は気づいたんだ。

「ぬくもり」は求めるものではなく、常に周りに溢れているということ。

人はいつでも、ぬくもりに包まれていることに。

外来診療予定表

診察時間:午前9:00~12:00/午後2:00~5:00(受付時間/午前 12:00まで、午後 5:00まで)

令和元年 12月1日 現在

		月	火	水	木	金	土
内科	午前 第一内科	住田 昌亮 (総合)		羽立 登志美※1 (糖尿)	住田 (総合)	荒木 周平 (消化器)	
	午前 第二内科	川田 浩之 (循環器)	井上 勝次 (循環器)	川田 (循環器)	三好 愛 (呼吸器)	川田 (循環器)	住田 (総合)
	午後	廣岡 昌史 (肝臓)	住田(総合) 井上(循環器)	住田 (総合)	川田 (循環器)	住田 (総合)	
外科	午前	兵藤 眞	小川 靖	兵藤	兵藤	兵藤	兵藤
	午後	兵藤	兵藤	兵藤	兵藤	兵藤	
整形外科	午前	桑原 公朗	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原
	午後		手術日 (桑原)		手術日 (桑原)	手術日 (桑原)	
脳神経外科	午前	安部 智宏	河野	安部	河野	河野	河野
	午後	河野 啓二	安部	河野	安部	安部	

※1. 糖尿外来の診察時間は、午前11時15分までの受付となっております。

※2. 井上医師の午後の診察は、午後3時からとなっております。

※3. 桑原医師・兵藤医師の午後の診察は、手術等の為休診になる場合がございます。ご確認のうえご来院ください。

医療法人社団 慈生会 救急指定病院

松山城東病院

診療科目

内科 / 循環器内科 / 外科 / 消化器外科 / 脳神経外科 / 整形外科
リウマチ科 / リハビリテーション科 / 麻酔科 / 放射線科

人間ドック

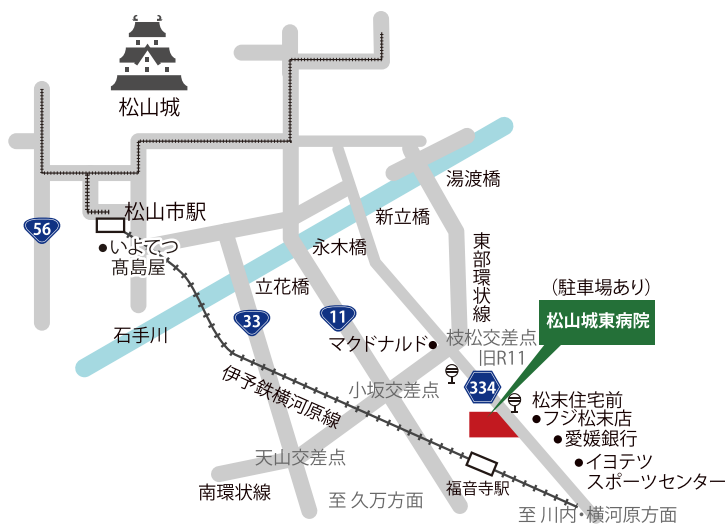
A(1日)ドック / B(2日)ドック / 脳ドック / 各種健康診断
生活習慣病予防健診 / 特定健診

受付時間

月~土曜日(日、祝祭日をのぞく)
午前 8:30~12:00 午後 2:00~5:00
(糖尿外来は午前11時15分まで)
※土曜日は午前中のみのお受付となります。

交通のご案内

市内より松山重信線(旧国道11号線) 枝松交差点南
伊予鉄バス(松山市駅-川内) 松末住宅前下車
伊予鉄郊外電車(高浜-松山市駅-横河原) 福音寺駅下車 徒歩7分



お問い合わせ
089-943-7717(代表)

〒790-0915 愛媛県松山市松末二丁目19番36号
ホームページ <http://www.m-joto-hsp.com>