



第37回
聖隷三方原病院
病院学会



11月29日に病院学会を開催しました。特別講演ではホスピタルクラウンでご活躍の大棟耕介さんをお迎えし「道化師流コミュニケーションと笑いの伝播～ホスピタルクラウンの現場から～」というテーマでご講演をいただき、見事なパフォーマンスも披露していただきました。終始会場が笑顔と笑い声で包まれる素敵な講演会でした。

【理 念】キリスト教精神に基づき「病人愛」
【運営方針】この地域にしっかりと根差し、住民に信頼される病院づくり
社会福祉法人 聖隷福祉事業団
医療保護施設・地域医療支援病院

総合病院 聖隷三方原病院
SEIREI MIKATAHARA GENERAL HOSPITAL



聖隷三方原病院は、財団法人日本医療機能評価機構の定める認定基準を達成しています。

年頭所感



「あけましておめでとうございます。」

みなさまにご迷惑をおかけし、5年計画で進めてきました病院改修計画も本年4月ですべて完成予定であります。長い間ご不便をおかけしましたが、もうしばらくのご協力をお願いいたします。昨年1年をかけて改修してきました玄関前ロータリーも昨年の夏に完成し、新年を新しい正面玄関で迎えることが出来ました。正面玄関は病院を訪れる人々にとりまして「病院の顔」となる部分です。癒しの空間としてのポケットパークや、利用者が雨にぬれることなく施設内に入っただけのロータリー内の大屋根、さらにバスの接近標示板を病院内エントランスに設置しソファに座ったままバスを待つことが出来るなど、利用者に優しい病院作りをめざしました。今後は、建物だけでなく、新しい建物以上に職員が皆様方を大切にお迎えする「心」を持てるよう頑張りたいと思います。また、新しく完成する放射線治療棟に導入される装置はがん放射線治療に最新の能力を備えており6月頃より稼働予定です。今後も地域の皆様に最新の医療を提供できる病院作りをめざします。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



聖隷三方原病院 病院長 荻野 和功

『みどりの通信』へのご意見、ご感想をお待ちしております。

皆様からお寄せいただいたご意見・ご感想を今後の誌面作りの参考にさせていただきます。

e-mail : mikwebmaster@sis.seirei.or.jp FAX : 053-438-2971 みどりの通信編集部

おしらせ



クリスマスコンサートを開催しました

12月14日、浜松学芸高等学校芸術科の皆さんによるクリスマスコンサートを開催しました。患者様やご家族の方々100名あまりにおこしいたごき、ピアノ・ヴィオラなどによる素晴らしい演奏や、美しい歌声をお楽しみいただきました。最後には会場全員で「きよしこの夜」を歌い、心温まるひとときを過ごしました。



看護師募集について

～復職・中途採用をお考えの方へ～

聖隷三方原病院では看護師を募集しています。随時、ご相談を承っておりますので、担当者までご連絡ください。なお、併せて病院見学も受付けておりますのでご利用ください。

また、ご友人やお知り合いの方で看護師として就職・復職を考えておられる方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。

お問い合わせ：聖隷三方原病院 総務課 担当：加藤、廣戸

TEL：053-439-9050(直通)、FAX：053-438-2971

E-mail：mk-hosp@sis.seirei.or.jp

栄養課通信1月

胃腸のお助け“大根”

あけましておめでとうございます。寒い日が続きますが、今年も元気に過ごしましょう。

代表的な冬野菜の一つである大根には、消化酵素であるジアスターゼやアミラーゼが含まれています。これらの消化酵素は胃腸の働きを活発にし、消化吸収を助けるため、大根はご馳走を食べる機会が多いこの時期にぴったりの食品です。また、ビタミンCも多く含まれているので、風邪予防にも効果的です。

今回は、春菊と一緒にサラダにしました。冬は淡色野菜に偏りがちですので、意識的に緑黄色野菜も取り入れるようにしましょう。また、大根の葉はスズシロともいい、春の七草のひとつです。根の部分のみを食べることが多い大根ですが、葉にはビタミンA・C、カルシウムが豊富に含まれています。葉ごと手に入ったときには、七草粥だけでなく味噌汁に入れたり、から炒りしてふりかけとして利用したりしてみてください。

簡単！旬のレシビ

大根と春菊のサラダ

2人分

大根	200g
春菊	30g
醤油	大さじ1
酢	小さじ2
A みりん	小さじ2
ごま油	小さじ2
すりごま	大さじ1
焼き海苔	適量

《栄養価 1人分》

エネルギー	111kcal
たんぱく質	3.7g
脂質	6.7g
ビタミンC	43.0mg

《作り方》

- ① 春菊は熱湯に入れてサツとゆで、冷水に取って冷ます。水気を絞って3cm長さに切る。
- ② 大根は皮をむき、スライサーで4cm長さの千切りにする。軽く水にさらして水気を切る。
- ③ ①と②をよく混ぜ合わせて器に盛り、細かくちぎった焼き海苔をのせる。
- ④ Aを混ぜ合わせ、食べる直前に③にかける。



栄養課 管理栄養士 伊熊 美紀

インフルエンザについて

総合診療内科
医 長
志智 大介

感 染 管 理
認 定 看 護 師
中村 みどり

●インフルエンザについて

総合診療内科医長 志智 大介

インフルエンザは毎年流行性のウイルス性感染ですが、今年春にこれまでになかった遺伝子の組み合わせのウイルスが新型ウイルスとして出現し、季節外れの大流行となりました。過去にも数十年に一度こういった新型の出現と大流行を繰り返しています。超高齢者の方を除くほとんどすべての方は免疫を持っていませんが、年代別のかかりやすさから言いますと小中学生あたりが最も多いようです。圧倒的にほとんどの方は軽症で終わることが多く、世界的にみても日本は医療アクセスのよさ、タミフルなど抗ウイルス薬の普及などから死亡数は少なくなっています。ただ、乳幼児、高齢者、妊婦、基礎疾患をもった方は季節性インフルエンザと同様に、重症化しやすいハイリスク群ですので、予防接種を受け、発病したら早目に受診しタミフルなどの内服を始めるべきです。インフルエンザの重症化では、肺炎や脳症などが知られていますので、咳や痰の悪化、呼吸困難、胸痛、意識障害など注意しましょう。またタミフルの内服いかに関わらず、10代の方などで罹患中に異常行動を起こすことがありますので、保護者は少なくとも2日間は注意していただくようお願いいたします。

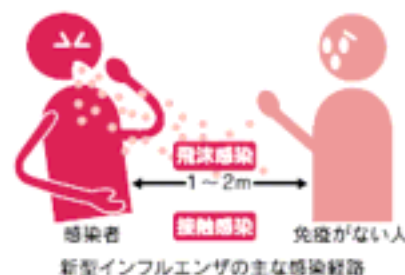


●インフルエンザの感染対策

感染管理認定看護師 中村 みどり

インフルエンザは大きく分けて2つの方法で感染します。

- ①飛沫感染：感染した人が咳やくしゃみをする→咳やくしゃみの中にあるウイルスを健康な人が吸い込む



- ②接触感染：感染した人が咳やくしゃみをする→咳やくしゃみがドアノブや手摺りなどに付着するまたは感染した人の手に付いたウイルスがドアノブ・つり革などに付着する→健康な人がドアノブや手摺り・つり革を触る→ウイルスが付着した手で目や鼻を擦る。

インフルエンザウイルスは鼻や口・目の粘膜を通して感染します。インフルエンザウイルスはドアノブや手摺りなどに24-48時間生存していますので注意が必要です。

インフルエンザ感染予防対策

「うつらない」ためには、人混みをさけ、外出時にはこまめに石鹸による手洗いを行い、帰宅後にはうがいを行いましょう。



「うつさない」ためには、症状のある間は外出を控え、やむを得ず外出する場合はマスクを着用し、咳エチケットを行いましょう。

咳エチケット

・咳やくしゃみをするときは、他の人から顔をそらせ、ティッシュなどで口と鼻を覆いましょう



・咳やくしゃみを抑えた手を洗いましょう
・マスクを着用しましょう



正しいマスクの着用方法

マスクの中の針金を鼻の形に折り曲げる。鼻の両脇に隙間が空かないように

ゴムが長すぎる時には途中でしばる

顔にぴったりフィットさせる

マスクを広げてあごまで包む

鼻までしっかり覆う



着用中はマスクにむやみに触らない。外したらすぐに捨てる。マスクをつけているからと安心しない。手洗いを頻回に行う。

新任医師紹介

整形外科 栗田 和宏
(高知医科大学 1993年卒)



編集後記

お正月の飾り物には幸せを祈る気持ちがいっぱい込められています。門松は神が宿る木と考えられ、その年の神様が最初に降りてくる場所として門や玄関に飾られます。鏡餅は神様の魂として見立てられ、白くて丸い鏡のように薄いのが特徴です。その他にだいたいやゆずり葉は子孫繁栄、昆布(よろこぶ)は幸福の意味をもちます。飾り物をして幸せな一年になることを祈りましょう。

今月の星座：おおいぬ座

冬の南の華やかな空の中でもひとときわ明るいのがおおいぬ座一等星のシリウスです。オリオン座の三つ星ベルトに沿って下方に目を向けると、簡単に見つけることができます。オリオン座の一等星ベテルギウスと、こいぬ座の主星プロキオンの3つの一等星を結ぶ正三角形を「冬の大三角」と呼びます。

今月の色：ルージュ・サン 南天の実の赤色です

発行責任者：総合病院 聖隷三方原病院 病院長 荻野 和功
〒433-8558 浜松市北区三方原町 3453
TEL 053-436-1251(代) / FAX 053-438-2971
<http://www.seirei.or.jp/mikatahara/>