



伊勢夫婦岩の初日の出:google より引用

まさに元旦です。今年目標はもう立てましたか？昨年の嫌なことはすべて忘れて心機一転がんばりましょう。今年1年が良い年でありますように。

病院の理念

- (1) 私たちは、「人道・博愛・奉仕」の赤十字精神を基本に生きていることの価値と喜びを追求する病院づくりをします。
- (2) 私たちは、思いやりの心を忘れず、皆様の健康へのみちを全力で支援します。
- (3) 私たちは、地域に貢献し、安心と信頼が得られる社会をめざします。

基本方針

- (1) 患者さまならびに職員の生きがいを尊重し、権利を擁護する。
- (2) 患者さまのプライバシー保護に努める。
- (3) 療養病棟では、高齢・認知症・難病等の患者さまに配慮する。
- (4) 医療社会事業を通じて、地域住民の皆さまの健康づくりを支援する。
- (5) 「健診・救急・高齢者医療」を三本柱とし、地域の保健・医療・福祉機関との連携を推進する。
- (6) 医療の質の向上と安全管理に努め、全人的医療をめざす。
- (7) 医療記録を適正に管理し、規定にしたがって開示する。



明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。恒例により一言ご挨拶申し上げます。

病院長 水田 英司

さて、改めて昨年一年間を振り返りますと、夏の記録的な猛暑が脳裡によみがえります。とくにお年寄りの方で体調を崩される方が続出しました。昨年の世相をあらわす一文字が「暑」であったこともうなずける夏の暑さでしたね。

さらに世の中の出来事に目を向けてみますと、まず海外では1月のハイチの大規模地震にはじまり、8月にはチリ鉱山の落盤事故と大きな災害が続きました。とくにチリの落盤事故では奇跡の救出劇が全世界を感動させました。一方、国内では一昨年同期期待されて政権交代を果たした民主党でしたが、「カネの問題」でつまずき、北と南の「外交路線」でつまずき内閣支持率だけでなく政党支持率まで下落する結果になってしまいました。唯一「事業仕分け」の勢いのみが印象に刻まれた一年でした。その他、宮崎県の口蹄疫騒動や検察庁の不祥事などが印象に残りますが、わたしたちの山陽小野田市では、7月の大雨による水害がもっとも大きな出来事でした。主に厚狭地区を中心に被害の範囲や程度もひどく被災された方々には心よりお見舞い申し上げます。

ところで医療関係者にとっては、心配されたインフルエンザの流行が今のところ最小限に抑えられておりホッと一息つくことが出来たことが良かったのではないのでしょうか。山口県とくに宇部・小野田地域は他の地域に比較して流行が遅く、今後遅れて波が来る恐れもありますのでワクチン接種をはじめ万全の感染対策を引き続きよろしく願いいたします。

さて当院にとってまことに喜ばしいことは整形外科の診療を週に一回とはいえ再開できたことです。これは市内の開業医の先生方のご協力の賜物であり心より感謝しております。世の中でいわれている「医療崩壊」をこの医療圏内で起こさないためにも医療関係者の連携はもちろんのこと、市民の皆様もぜひ時間外受診あるいは救急受診等で協力して頂きますようよろしく願いいたします。

最後になりますが、本年も地域の一員として良質で安心できる医療を提供いたしますことをお約束して新年のご挨拶といたします。

診療の三本柱 『健診』 『救急医療』 『高齢者医療』



クリスマス会



12月8日、3病棟ではクリスマス会があり、食堂に集まった入院患者様の許へサンタクロースが来て一緒に歌を唄ったり、ゲームをして楽しい時間を過ごされました。

ゲームはサンタチームとトナカイチームに分かれての対戦でしたが、罰ゲーム（職員のみ）もあった為か、異様な盛り上がり方をしていました。



みんなで応援！がんばれ～！！



サンタ（後ろ？）です。

院長先生もゲームに参加して下さいました。



第1回オールジャパンケアコンテスト(AJCC)



介護現場で働く人たちが介護力を磨き合う全国初の大会が、介護の日（11月11日）に出雲市で開催され、当院の介護職員4名がチャレンジしました。

協議は①認知症②食事③入浴④排泄⑤ターミナルの5部門の

ケア技術を競うものです。惜しくも優勝は逃しましたが、日頃の介護技術が披露できました。

競技は実技7分、審査員講評7分、参加者感想1分の計15分でしたが、極度の緊張で頭が真っ白になりながらもがんばりました。「幸・齢・者」との関わりや寄り添い方について考える良い機会となり、介護をさせていただけることの有難さと笑顔を忘れないように、これからも介護の仕事を頑張りたいとの報告がありました。



身体のおはなし

寒さが厳しくなり空気が乾燥してくるとウイルスが元気になる時期です。インフルエンザの流行もですが、**ノロウイルス**による嘔吐、下痢、発熱も話題に多く上がってきています。ノロウイルスについてよく知って感染を予防しましょう!!!

《どうやって感染してゆくのか?》

- ①飲食物から ウイルスの蓄積された食材および汚染された水を飲食することからうつります。
- ②ヒトからヒト ヒトの腸内で増えたウイルスは、嘔吐物や下痢になって体外に排泄されます。
その排泄物が物に付着し乾燥し飛散した飛沫からうつります。



《感染したらどうなるのか?》

突然に嘔吐、下痢がおこり発熱します。家族の中にノロウイルスに感染したヒトが出ると現在嘔吐を下痢起こしていなくても、食品の取扱いにはじゅうぶんに気をつけてください。**症状が消えても1週間から1ヵ月の間は、ウイルスを排泄する可能性がある**ので、**感染予防は、十分行いましょう。**

《感染を予防するには?》

よくウイルスには、消毒用アルコールの対応がとられますが、ノロウイルスについては、逆性石鹼や、消毒用アルコールは効きません。次亜塩素酸（ピューラックスやミルトンなど）に対する抵抗力は弱いそうなのでよく汚れを落としたあと、次亜塩素酸でトイレ、ドアノブ、蛇口、手すりなど汚染し易いところを消毒してください。耐熱性のあるものは、85℃以上1分以上加熱すると良いでしょう。スチームアイロンなどを活用させると良いでしょう。**一番の予防は、とにかく手洗いをしっかりすることです。飛沫感染を防ぐために、マスクの着用も必要です。**



《感染したら?》

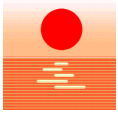
発熱下痢による脱水を防ぐ為にスポーツ飲料水を人肌に温めてのむのがおすすめだそうです。スポーツ飲料に抵抗のあるかたは、0.9%の食塩水を作り人肌に温めて飲むのも良いでしょう。ただ白湯やお茶は水分の吸収が遅いのでおすすめではないそうです。



血液型によって感染率に差が.....

O型のヒトは罹患しやすくB型のヒトは罹患しにくいことも報告されています。

(2007年5月 厚生労働省 食中毒統計)



外来診療担当医表

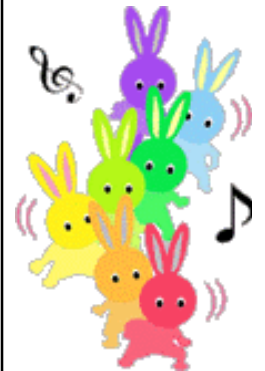
(都合で交代・休診することがあります。ご了承下さい。)

平成23年1月

1月 行事予定

曜日		月	火	水	木	金	
診療科(受付時間)							
内科	8:30~	1診	藤部 香里	藤部 香里	御厨 邦子	藤部 香里	島袋 明子
	11:30	2診	御厨 邦子	和田 一成	江本 政広	和田 一成	名尾 朋子
		3診					
外科	8:30~11:30		友近 忍	佐藤 智充	水田 英司	佐藤 智充	友近 忍
皮膚科	13:00~14:45			武藤 正彦			
	13:30~16:30						浅海 千秋
神経内科	14:00~16:30		川井 元晴				
	14:00~15:30						野垣 宏
神経科	8:30~11:30					秋元 隆志	
眼科	8:30~11:30			萩田 勝彦			萩田 勝彦
整形外科	15:00~17:00	1月6日(木)、13日(木)、19日(水)、27日(木)					

- 9日 当番医
- 12日 新年会(老健)
- 13日 誕生日会
(老健)
- 19日 藤田流華扇会
(老健)



先月のボランティア(11月20日~12月20日)

- | | |
|---------------------------|-------------------------------|
| 11月24日 大正琴・琴奏郁の会 (6名) | 12月13日 民生委員ボランティア(読み聞かせ) (7名) |
| 12月8日 AM花柳流津由次会・有螺次の会(9名) | 12月20日 クリスマス会・コール赤崎(21名) |
| PM生け花ボランティア・芳心会(4名) | |
| | 毎週ボランティア一樹会 約10名 |

ボランティアの皆様、ありがとうございました

*** 編集後記 ***

- ・暖房を使う季節になるとよくブレーカーが落ちる。あんなアパートから早く引っ越したい。 益成
- ・記憶力向上にスクワットやにんにくが良いそうです。今年こそ自分のメモリーを増やしたいです。 関
- ・新しい1年のはじまり！気をひきしめてがんばりましょう。 竹岡
- ・年の瀬になってやっとタイヤ交換ができました。冬支度万全かな。 柴田
- ・ガンダム無双3が発売されてた！ 買わないと！！ 小林
- ・こりもせず、毎年末「来年こそ…」とっています。今年はどうでしょうか？ 大貫

今月の料理

れんこんだんごのおろし煮

◆材料◆



素 材	分 量 (4人分)	
れんこん	150g	
木綿豆腐	1/2 丁	
大和芋	80g	
生姜	1/3 かけ	
豚ひき肉	50g	
卵	1/2 個	
大根	1/5 本	
ねぎ	少量	
調 味 料	合わせだし	3 カップ
	塩	小さじ 1/2
	みりん	大さじ 2
	しょうゆ	大さじ 1
そ の 他	塩	小さじ 1/3
	片栗粉	小さじ 1
	揚げ油	適量

作り方

- ①れんこんは皮をむいてすりおろし軽く水気を切る。
- ②豆腐は茹で、ざるにあげ水にさらす。布巾に包んでもみほぐす。
- ③大和芋はすりおろす。生姜はみじん切りにする。
- ④ボールにひき肉、卵、塩、片栗粉を入れてよく練り混ぜ①②③を加え混ぜる。
- ⑤小さく丸め、油で揚げる。
- ⑥大根はすりおろし、調味料を加え⑤をいれ、ひと煮立ちさせる

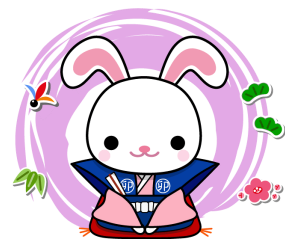
れんこんは加熱するほどホクホクとして食感になります♪
カリウムやビタミンCが豊富です。カリウムで体内の塩分の排出を促し、高血圧の予防に役立ちます。

情報管理(広報)委員会より新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。今年は卯年です。

「兎の上り坂(うさぎののぼりざか)」～「物事が順調に進むこと」ということわざ。

情報管理(広報)委員一同、より一層皆さんに親しまれる広報誌「ORC」の作成に努力いたしますので、本年もよろしくお祈りします。



【情報管理(広報)委員長】事務部長 三輪

ORC (オー・アール・シー) 2011年1月号

平成23年 1月 1日 発行

発行所 山陽小野田市大字小野田字植松3700

小野田赤十字病院

発行人 水田 英司