

5月は赤十字運動月間です

(毎年5月8日は「世界赤十字デー」、5月1日は「日本赤十字社創立記念日」)

日本赤十字社は、5月1日から【赤十字運動月間】として広く国民の皆様に対し、赤十字の理念や活動にご賛同いただき、活動資金として年間500円以上をご支援していただける社員を募集する全国キャンペーンを実施します。

『社員』とは、赤十字の人道的な活動に賛同し、毎年500円以上の資金協力をしていただく方のことです。日本赤十字社は皆様から託されたこの資金で運営している団体です。

現在、東日本大震災で赤十字が注目されていますが、「実際赤十字って何をしているのだろう？」と思われる方も多いかもかもしれません。ここで赤十字について紹介します。



青少年赤十字
(国際交流集会)



救急法等の講習
(赤十字救急法)

<国内災害救護>

医療救護、救援物資の配分、血液製剤の配給、義援金の受付・配分を行います。

<国際活動>

災害や紛争による被災者への医療や衣食住の支援といった緊急救援だけでなく、その後の復興支援や防災を通じた地域の基盤づくりなど、包括的な災害マネジメントに取り組んでいます。また、保健衛生分野の活動を重点課題のひとつに挙げ、活動を展開しています。

<赤十字病院>

全国で92の病院を運営し、各地域の中核医療機関として地域医療に貢献し、救急医療、がん診療、生活習慣病の予防や介護の支援、災害時における国内外への医療チームの派遣などを行っています。

<看護師等の教育>

赤十字の大学・短期大学・看護専門学校では、看護師になるために国が定めた科目のほかに、赤十字について理解する「赤十字概論」や、災害医療について学ぶ「災害看護論」、救護訓練など赤十字の特色ある教育を行っています。

<血液事業>

血液を提供していただける方を募集し、その血液を採取し、血液製剤(輸血用血液製剤と血漿分画製剤とがあります)として、治療を必要とする患者さんのため、医療機関に供給しています。

また、骨髄バンク・臍帯血バンクに対し登録業務・データの管理を行っています。

<救急法等の講習>

「救急法」「水上安全法」「雪上安全法」「幼児安全法」及び「健康生活支援講習」の5種類の講習を行っています。

<青少年赤十字>

児童・生徒が赤十字の精神に基づき、世界の平和と人類の福祉に貢献できるよう、日常生活の中での実践活動を通じて、いのちと健康を大切に、地域社会や世界のために奉仕し、世界の人々との友好親善の精神を育成することを目的として、様々な活動を学校教育の中で展開しています。

<社会福祉>

児童福祉・老人福祉・障害者福祉施設の運営とこれらの施設を拠点として、入所・通所等のサービスを提供し、利用者の方々への生活向上のための支援を行っています。また、地域住民からなる赤十字奉仕団等のボランティア、日本赤十字社の各都道府県支部、赤十字病院との連携によって、赤十字の特性を生かした施設運営を行っています。

東日本大震災での小野田赤十字病院の動き



平成23年3月11日(金)の地震発生から、すでに1ヶ月以上が経過しました。宮城県石巻医療圏では、地震発生から4月13日(水)までの救急車の搬送件数は、過去最多だった昨年の8,048件の4分の1以上の2,370件でその9割以上が石巻赤十字病院に搬送されたような状態です。これは、2年前に新築移転し耐震構造だったため、市内で唯一機能している病院だからだそうです。

小野田赤十字病院では、東日本大震災の被災地に日本赤十字社の救護活動として救護班(医師1名、看護師長1名、看護師2名、事務主事2名と山口県支部の事務主事1~2名)として、3月17日(木)~21日(月)、4月12日(火)~16日(木)に2班、山口赤十字病院との合同救護班に看護師長1名(4月4日(月)~8日(金))を派遣しました。主に石巻医療圏内の巡回診療や救護所での診療を行いました。震災後一週間後と一か月後ということもあり、診療の内容も徐々に変わってきました。もともとの持病の方だけでなく、最近では、介護に関連したもの、例えば褥瘡や要介護認定に関する相談などができました。これらは後述の“こころのケア”とともに、今後増加が考えられ、また長期の援助の必要性のあるものです。



また前述のとおり石巻赤十字病院は、職員自らも被災しているにもかかわらず、通常以上の患者搬送。これは、外来だけでなくそれに比する入院患者の増加もあり、ほとんど不眠不休の状態。そのため、日本赤十字社では、全国の赤十字病院より石巻赤十字病院への病棟支援を行っており、小野田赤十字病院よりも、4月18日(月)~25日(月)看護師が3名支援に行きました。



それに加え、大規模な災害等により、家族や友人を失ったり、また避難所での不自由な生活を強いられると、心の大きなダメージを受けることにより、時に体調の変化など身体的な症状となってあらわれることがあります。これに対し、日本赤十字社では、傾聴などを通じてストレスの軽減を図るとともに、継続したケアが必要と判断される場合には、地元の保健師などと連携して専門医等につないでいく「こころの

ケア」活動を行っています。小野田赤十字病院よりも、4月28日(木)~5月5日(木)に看護師長を含めた看護師2名が参ります。

今回の大震災では、地震・津波だけでなく、原子力発電所の問題もあり、復興・復旧には程遠い状態です。今後も小野田赤十字病院は、日本赤十字社の一員として、支援を行っていきます。そのため、診療等の面で、ご迷惑をおかけすることがあるかもしれませんが、ご協力のほどお願いいたします。



日本赤十字社では、引き続き義援金の募集や血液の安定供給のための献血などを行っています。継続的なご協力をお願いいたします。

教えて小野田赤十字病院のこと

第4回は、神経科 秋元 隆志先生をご紹介します。

今回は、精神科外来の秋元 隆志先生をご紹介します。

秋本 隆志先生は、山口大学医学部附属病院精神科准教授で毎週木曜日に、当院にて精神科を担当診療していただいています。近年、精神科（神経科）外来を受診する患者様は増えており、様々なニーズがあります。御高齢の方の物忘れ、職場や学校でのストレス、家庭での介護疲れなどいろいろな方がおられます

精神科外来での主な治療は、お話をよくお聞きすることと、不眠、不安、抑うつなどの症状に合わせて、適切な向精神薬を提供することです。どのようなストレスを体験しているかは、人それぞれで異なるので、個々の状況に合わせて、現状を乗り切る方法を、一緒に考えて行く事の方が重要になります。説明することよりも聞くことの方が、精神科では重要です。

このように先生は言われます。



秋元先生、ありがとうございました。

当院では外来治療のみ行っています。入院治療が適切と考えられる時には、可能な病院に紹介されています。



お花見



4月といえば桜の花ですね。皆さんはお花見には行かれましたでしょうか。

3病棟でも13日に、病院の周りの桜を患者様と見に行きました。もう桜の花びらが散り始めていましたが、天気も良く、とても気持ちがいい日でしたので、患者様もとても喜んでおられました。散るときは少し寂しい気もしますが、満開に咲いた桜の花を見ると、春が来たなと思わせてくれます。



5月8日



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。)

世界赤十字デー

平成23年5月

5月行事予定

曜日		月	火	水	木	金
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					浪花研一郎
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	5月12日(木)、18日(水)、26日(木)				

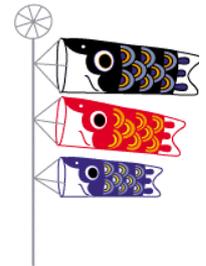
9日 一樹会総会
緑地ハイキング
(老健)

10日 赤報会総会

11日 移動図書館

15日 一日赤十字と
看護の日ふれあい
フェスタ(ゆめタウン)

25日 民謡さなえ会
(老健)



休診のお知らせ

4月29日(祝)	4月30日(土)	5月1日(日)	5月2日(月)
休診	休診	休診	通常通り
5月3日(祝)	5月4日(休)	5月5日(祝)	5月6日(金)
当番医	休診	休診	通常通り

先月のボランティア(3月21日~4月20日)

4月1日 あすなる会(お花見) (17名)	4月11日 赤報会(清掃活動) (13名)
4月6日 芳心会(生け花ボランティア) (5名)	小鳩会(封筒作り) (8名)
(クラシックレコード鑑賞会) (1名)	4月20日 静炎会(吟剣詩舞道) (18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 ***

- ・眼を患ったので外来を受診。多くの職員に優しくしていただきました。優しさだけはこの病院にも負けていない。 益成
- ・例年のごとく、はとの巣がけがはじまった様♡ひながかえるのが楽しみです。 竹岡
- ・余震の続くなか、被災地に救護・支援活動に行かれた方、本当におつかれさまでした。 坂本
- ・PSPを買いました。誰か、お薦めのソフトを教えてください。 小林
- ・今年は、40数年ぶりに国体が山口県で開催されます。準備は着々と進んでいるようですが…。 大貫

今月の料理

豚肉の昆布巻き

◆材料◆



素 材		分 量 (4人分)
		334Kcal
豚バラ肉(薄切り)		300g
昆布		長さ 20cm 4枚
にんじん		1本
煮汁	だし	カップ 400ml
	しょうゆ	大さじ 1.5
	みりん	大さじ 1.5

作り方

- ① 布は固く絞ったふきんで表面の汚れをふき取り、水につけてやわらかくもどす。
- ② にんじんは斜め薄切りにしてから、せん切りにする。
- ③ 昆布の水けをふいて広げ、豚バラ肉を重ねて、にんじんを芯にして巻く。
- ④ 鍋に③の巻き終わりを下にして並べ、煮汁の材料を加えて火にかける。
煮立ったらアクを取り除き、紙ぶたをして火を弱め、昆布に味がしみるまで約30分煮る。
- ⑤ 食べやすく切り分け、器に盛る。

～最近、昆布を食べていますか？～

「昆布はダイエットに効果的で、体にも良さそう！だけど、調理が面倒で食べ方も煮しめぐらいしか知らない」など特に若い人から苦手がられ、あまり食べられない食品ではないでしょうか？昆布も豚肉に巻くことで、非常にバランスの良い献立になります。お互いの旨味成分が相乗効果となり味も一層深くなります。豊富な昆布の食物繊維、豚肉は良質たんぱく質とビタミンB₁・B₂に富み、またにんじんのカロテンは豚肉の脂で吸収も良くなります。付け合せに「粉ふき芋」と「サラダ菜」など添えれば、さらに栄養バランスも色合いも良くなりますよ。

毎年恒例の、5月1日の日本赤十字社の創立記念日と5月12日の看護の日に合わせた『1日赤十字と看護の日ふれあいフェスタ』が、今年も5月15日(日)ゆめタウン宇部店で行われます。

今年の内容は、1日赤十字(非常炊き出し・救急法体験・赤十字事業等パネル展・救援物資展示など)、看護の日(ストレス測定・体脂肪測定・動脈硬化測定・相談コーナー・かわいい看護師・お医者さん記念撮影など)、献血などを予定しています。

たくさんのご参加お待ちしております。

がんばろう東北！がんばろう日本！

ORC (オー・アール・シー) 2011年5月号

平成23年 5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