



オー アール シー
*O*nod*a* *R*ed *C*ross

6月号
Vol. 191



一日赤十字看護の日ふれあいフェスタより（ゆめタウン宇部にて）
さる5月19日、恒例の『1日赤十字と看護の日ふれあいフェスタ』を開催いたしました。
あいにくの雨模様でしたが、多数の方々にご来場いただきました。ありがとうございました。
イベントの詳細は2ページをご覧ください。

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。

一日赤十字と看護の日 ふれあいフェスタ2013

5月19日（日）ゆめタウン宇部店で『1日赤十字と看護の日ふれあいフェスタ』を開催しました。

これは、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毎年恒例の行事で、小野田赤十字病院と日本赤十字社山口県支部、山口県血液センターと共同開催をしています。

このイベントは平成9年から開催しており、今回で17回目となります。

内容は、以下のとおりでした。

日本赤十字社山口県支部による、東日本大震災救護パネル展と救急車・救援物資の展示。

山口県血液センターによる世界赤十字デー記念献血。

小野田赤十字病院による看護の日行事。

なお、イベント開催には山口大学学生赤十字奉仕団の方々のご協力をいただきました。ありがとうございました。



ストレス測定中・・・結果はどうか？

特に「けんけつちゃん」は子どもたちに大人気だったのですが、蒸し暑さのために、中の人（学生ボランティアさんだそうです）は休憩をとりながらの参加でした。

小野田赤十字病院による看護の日行事では、ストレス度測定、体脂肪測定、血圧測定、相談コーナー（健康・医療・看護・介護・介護保険）、かわいい看護師・お医者さん・救護員になって記念撮影を行いました。あいにくの雨模様にも関わらず多数の方々にご来場いただきました。



血圧も測ってみます。

たくさんのご参加ありがとうございました！

身体のおはなし

夏は食中毒が増える時期です

夏場(6～9月)は細菌が原因となる食中毒が多く発生します。その理由は二つあります。

理由の一つは「高温多湿な環境」です。食中毒を引き起こす細菌の多くは室温(20度)で活発に増殖をはじめます。また、ジメツとした湿気を好むため、湿度も高くなる梅雨ごろから食中毒が増え始めます。

そしてもう一つの理由は、夏バテなどによる私たちの身体の抵抗力の低下です。



～食中毒予防の鉄則～

食中毒の予防には、食中毒菌を「付けない(清潔)」「増やさない(迅速・冷却)」「やっつける(加熱)」が鉄則です。

特にここ数年の食中毒として、病原性大腸菌やノロウイルス、さらにはサルモネラ菌食中毒やカンピロバクター食中毒などの流行があり、土壌や水質汚染などにより食材そのものが微生物に汚染されていることが多くなりました。生食で食べる時は十分注意しましょう。

1、食中毒菌を付けない(清潔)

自らが細菌の「運び屋」にならないようにこまめに手洗いしましょう。調理器具もしっかり洗いましょう。包丁・まな板は肉・魚・野菜で使い分けましょう。

2、食中毒菌を増やさない(迅速・冷却)

冷蔵庫で保存しなければならない食品を買った場合は、なるべく寄り道せず、帰ってすぐ冷蔵庫に入れましょう。冷蔵庫は4度以下で、細菌が増えるのを抑えます。

3、食中毒菌をやっつける(加熱)

加熱して調理する食品は、中心部は75度以上で1分以上、十分加熱しましょう。また、残った食品を温めなおすときも十分に加熱しましょう。調理器具は、漂白剤や熱湯などで定期的に消毒しましょう。

～もし食中毒になったら?(食中毒の症状と対処)～



腹痛・嘔吐・下痢がおもな症状です。下痢は水の様なものや粘液や血液が混ざったものなどが見られます。

常温のスポーツ飲料で水分・ミネラルの補給をして下さい。下痢止めは内服せずに、原因菌を排泄するようにしましょう。特に症状が長引く場合、また高熱・粘血便・呼吸困難などの症状がある場合には病院を受診しましょう。

教えて小野田赤十字病院のこと

第25回 今回は、新任の先生の紹介です。

4月1日より勤務の **徳永 良洋(とくなが よしひろ) 先生** です。

① 専門分野は何ですか？

血液・代謝・内分泌内科

② この道を選んだ理由は？

眼に見えない部位での病態を
考えるのが面白かったから。

③ 好きなものはなんですか？

ソフトテニス・柔道・ドラム

④ 嫌いなものはなんですか？

空腹

⑤ 当院の印象を教えてください

皆さんのお人柄がよく、働きやすい病院だと思います。

⑥ 本年度の目標は？

丁寧かつ時間内に診療できる様頑張りますので、よろしくお願いいたします。



徳永先生、お忙しいところありがとうございました。先生は水曜日の内科外来を担当しておられます。

コ・メディカルだより

今回は認定診療放射線技師の紹介です。医用画像情報管理士についてご説明します。

医用画像情報管理士

日本放射線技師会から認定される資格です。

医療画像のデジタル化と画像情報処理・画像圧縮技術の進歩により、医療機器から発生するデータ量が増加し、データの保管・配信や記録媒体の管理などが重要視されるようになってきました。医用画像情報管理士は医用画像ネットワークシステムの運用管理を行う知識を有し、デジタル運用による作業効率の上昇と経済効率の上昇に威力を発揮しています。

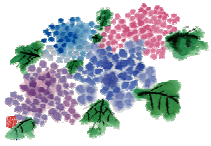


子どもの日

5月5日はこどもの日です。内飾りに兜や鎧を飾るところは多いと思います。これは、武家社会から生まれた風習で、身の安全を願って神社にお参り

するとき、兜や鎧を奉納するしきたりに由来しています。

患者様にも子どもの日を楽しんでもらおうと、職員が鯉のぼりの変装をして一緒に写真を撮りました。患者様は変装した鯉のぼりをみて笑っておられました。



外来診療担当医表

(都合で交代・休診することがあります。ご了承ください。)

平成25年6月

診療科(受付時間)		曜日		月	火	水	木	金
		1診	2診					
内科	8:30~	中邑 友美	中邑 友美	水田 英司 島袋 明子	野垣 宏	中邑 友美		
	11:30	和田 一成	和田 一成	徳永 良洋	和田 一成	島袋 明子		
外科	8:30~11:30	亀井 滝士	佐藤 智充	水田 英司	佐藤 智充	亀井 滝士		
皮膚科	13:00~14:45		武藤 正彦					
	13:30~16:30						奥田未加子	
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			萩田 勝彦	
整形外科	15:00~17:00	6月5日(水)、13日(木)、20日(木)、27日(木)						

6月 行事予定

- 2日 クリーン大作戦
(焼野海岸清掃)
- 3日 ANA すずらん贈呈
- 5日 生田流菊汐友会(老健)
- 10日 赤報会活動日
小鳩会(読み聞かせ)(老健)
- 15日 ふれあい運動会
(市体育館)
- 19日 防災訓練(3病棟)
花柳流津由次会・有螺次の会(老健)
- 26日 優の会(老健)

先月のボランティア(4月21日~5月20日)

- | | |
|------------------------|--------------------------|
| 4月24日 山口マジシャンズクラブ (3名) | 5月13日 緑地公園ハイキング(小鳩会)(7名) |
| 5月8日 三条流鈴蘭の会(舞踊)(6名) | |
| 5月8日 芳心会(生花ボランティア)(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 ***

- ・①. 走る ②. 汗をかく ③. ビールを飲む ④. 食べて太る ⑤. ①に戻る 夏のヘビーローテーション。
益成
- ・これから日差しも強くなってきますね。体調管理に気をつけましょう。
藤田(尚)
- ・梅雨に入りましたが、雨は適量であってほしいものです。
坂本
- ・ジメジメする季節が来てやる気がなくなる~(+)+
新谷
- ・Better be the head of a dog than the tail of a lion.
M. S
- ・いつの間にか今月で今年もあと半分。時が経つのが早いです。
有馬
- ・クルマの試乗会で新旧のトヨタ「ハチロク」を乗り比べてきました。アレ、古い方が乗りやすい...? やはり
藤田(正)

今月の料理

牛肉と長芋の中華炒め

◆材料◆



素材	分量
豚バラ薄切り	150g
長芋	中丸10cm
オイスターソース	大さじ1
しょうゆ・砂糖	大さじ1/2・小さじ1/2
酒・ごま油	大さじ1・小さじ1
中華スープの素	大さじ1/2
青ネギ	少々

作り方

- ① 豚バラ肉は食べやすい大きさに切り長芋は短冊切りにする。
- ② 調味料はすべて混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンにサラダ油（分量外）を少々熱し豚バラを炒め、肉の色が変わったら長芋を入れて炒め合わせる。（テフロン加工のフライパンであれば油はいらない）
- ④ 全体に油が回ったら合わせ調味料を入れ全体に絡めるように炒める
※長芋を入れた後はあまり炒め過ぎない方が食感が残っておいしい

～カリウムで高血圧を撃退しよう～

カリウムには体内の塩分の排出を促し、塩分の取り過ぎによる、血圧の上昇を抑える効果があります。そのため、高血圧・動脈硬化・脳卒中といった生活習慣病の予防に役立ちます。

原校区コミュニティ大運動会に参加

5月12日（日）に行われた「原校区コミュニティ大運動会」に小野田赤十字病院から救護班として、看護師2名・事務主事1名が参加しました。

当日は擦り傷などで7名ほど救護所にいらっしゃいましたが、特に大きな怪我もなく、無事に終了いたしました。

参加された皆さん、お疲れ様でした！



ORC (オー・アール・シー) 2013年6月号

平成25年 6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