



日本赤十字社

O_{noda} R_{ed} C_{ross}

小野田赤十字病院広報誌

2016

12月号
Vol. 233



“もしも”に備えて

日本赤十字社中国四国支部合同防災救護訓練：徳島県

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。

<http://www.onoda-redcross-hosp.jp>

中学生職場体験学習



高千帆中学校（11月8・9日：2名）、小野田中学校（11月10・11日：1名）・厚南中学校（11月15・16日：2名）の生徒が、キャリア教育の一環として行われている職場体験学習に来ました。職場体験学習は、生徒が興味のある職場に行き働くことを体験する学習です。

看護・介護などに興味がある中学2年生が、当院や老健あんじゅの看護師や介護の仕事を経験しました。

数年後には、今回体験した人があなたの血圧を測っているかも知れません。

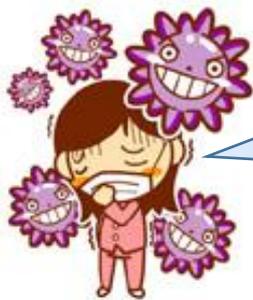


救護訓練

日本赤十字社中四国ブロックでは、大規模災害に備えて救護訓練をしています。

大規模災害が予想される「南海トラフ巨大地震」などに備え、11月12日～13日に徳島県で訓練がありました。訓練には、中四国ブロックの県支部・赤十字病院をはじめ、徳島県、警察、消防、自衛隊、ボランティアなど200名以上が参加し、当院から、医師・看護師・事務員ら7名が参加しました。





インフルエンザを 予防しましょう！



「せきエチケット」を
しましょう！

インフルエンザの感染力は非常に強く、日本では毎年約1千万人、10人に1人が感染しています。
インフルエンザから、一人ひとりを守るためには、インフルエンザそのものを良く知ることが必要です。

風邪とインフルエンザの違い

| | 風邪 | インフルエンザ |
|--------------|------------------------------|---|
| 症 状 | 鼻汁やのどの痛み などの局所症状。 | 38℃以上の発熱やせき、のどの 痛み、全身の倦怠感や関節の痛 みなどの全身症状 |
| 流 行 の 時 期 | 一年を通し罹患す る(かかる)ことが ある。 | 1月～2月に流行のピーク。 ただし、4月、5月までに散発的に 流行することもある。 |

インフルエンザの治療

抗インフルエンザウイルス薬には内服薬と吸入薬があります。いずれも、発症後早期(約48時間以内)に使用しなければ効果がありません。

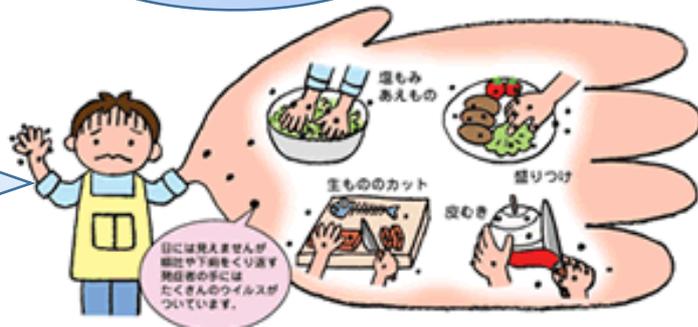
インフルエンザで注意が必要な方

お年寄り・お子さん・妊婦さん
慢性心疾患、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、喘息、
糖尿病などの持病のある方、重症化のサインが
みられた場合、すぐに受診して下さい。



インフルエンザウイルス予防・ノロウイルス予防には
十分な **手洗い** をしましょう

ノロウイルス感染を 予防しましょう！



ノロウイルスによる食中毒は、特に11月から3月にかけての冬の間に多く発症します。カキなどの二枚貝はエサとなるプランクトンなどと、一緒にウイルスも取り込んでいることがあります。これらの汚染された二枚貝を加熱せずに生食してしまうと感染してしまいます。

症状

感染すると1～2日後に発症します。主症状は、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱などです。通常、これらの症状も1～2日で回復しますが、高齢者や乳幼児では脱水症状などにより重症化したり、嘔吐物を誤って気道に詰まらせて死亡することがあります

3 原則

- 「すぐにふきとる」
- 「乾燥させない」
- 「消毒する」



介護の日のイベント



11月11日は何の日かご存知ですか？

電池の日、煙突の日・・・いろいろあるみたいですが厚生労働省では平成20年に『いい日いい日、毎日あったかい介護ありがとう』ということで、11月11日を『介護の日』に制定しました。

当院では、毎年11月に『介護の日』のイベントを行っています。今年は11月27日に開催し、地域の方や介護に興味のある方など24名の方が参加され、管理栄養士による『食生活での栄養の摂り方』の講演の後、アロマを使ったハンドマッサージや災害時での簡単足浴を体験されました。

参加者は、アロマの香りに包まれ気持ちを癒し、災害時の簡単足浴では「気持ちイイ〜♪」とリラックスされていました。講師に「災害時は、『自助』、『共助』、そして『近所』の助け合いが重要」と言われ、大きくなつておられました。



3病棟 お茶会

11月16日に、お茶会をしました。普段は職員が時間におわれ、患者様とゆっくりお話しをする機会がなかなかないので、とても楽しそうでした。





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。)

| 曜日 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|---|-----------------|-------|----------------------------|--------------------------------|--|
| 内科 | 1診 | 南野 琢磨 | 島袋 明子 | 和田 一成 | 野垣 宏 | 9:00~11:30 ●第1,3,5週 松原 淳 ●第2,4週 矢賀 健 |
| | 2診 | 担当医 | 和田 一成 | 担当医 | 徳永良洋 (8:30~16:30) ※基本予約制 | 島袋 明子 |
| | 3診 | | | 第4週 日高 勲 13:00~15:00 | 周布 陽子 | |
| 外科 | 8:30~11:30 | 長岡 知里 | 佐藤 智充 | 水田 英司 中尾 光宏 | 佐藤 智充 | 長岡 知里 |
| 皮膚科 | 13:00~16:00 | | | | | 沖田 朋子 |
| 神経内科 | 14:00~15:30 | | | | | 野垣 宏 |
| | 14:00~16:30 第1週~第3週 9:00~11:00 第4週 | 川井 元晴 | | | | |
| 神経科 | 8:30~11:30 | | 渡邊 愛 | | | |
| 眼科 | 8:30~11:30 | | 萩田 勝彦 | | | 萩田 勝彦 |
| 整形外科 | 14:00~15:30 | 12月8日(木)、22日(木) | | | | |

12月 行事予定

- 2日 誕生会 (老健)
- 6日 デイ餅つき(老健)
- 7日 おやじバンド(老健)
- 12日 民児協 (老健)
- 14日 武居歌謡教室
池坊芳心会(老健)
- 16日 門松設置
お話ボランティア(老健)
- 21日 クリスマス会(老健)
- 28日 仕事納め式

先月のボランティア(10月21日~11月20日)

- | | |
|-------------------------------|--------------------------|
| 10月26日 老健秋の大運動会(あすなる会10名+輪1名) | 11月 9日 池坊芳心会 (4名) |
| 10月28日 お話しボランティア(金子紀恵様) | 11月14日 民児協(赤崎校区) (3名) |
| 11月 2日 奇術クラブ銀友会 2名 | 11月15日 誕生会:宇部奇術研究クラブ(2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 ***

- ・うちの子(2歳)の口ぐせは「パパ…お金…ないよ。」です。おもちゃ屋で大きなおもちゃを見つめながら悲しげに言われると思わず買ってあげたくなります。 益成
- ・鍋の美味しい季節となりましたが、野菜の高騰でなかなか気軽にできないので、毎日の献立が大変です。 小笹
- ・今年も残すところあと1ヶ月。年をとるにつれて、1年を早く感じる今日この頃です。 坂本
- ・徐々に寒気がやってきました。皆さん、風邪やインフルエンザには気をつけましょう。 木村
- ・今年の初夢は嵐の相葉君が出てきました。そして何と紅白の司会は相葉君!正夢だったのかなあ。 国本
- ・我が家の犬は、年のためか散歩の距離が短くなりました。あ!もしかして年をとった飼い主への気遣い? 村田

今月の料理

☆簡単ミネストローネ☆



◆材料◆ (4人分)

- ・ベーコン … 5枚
- ・玉ねぎ … 1個
- ・人参 … 1本
- ・じゃがいも … 1個
- ・すりおろしにんにく … 1かけ分
- ・サラダ油 … 大さじ1
- ・コンソメ顆粒 … 小さじ3
- ・ローリエ … 1枚
- ・トマト水煮(カット) … 1缶
- ・砂糖 … 大さじ1
- ・塩 … 小さじ1/2
- ・ケチャップ … 大さじ2
- ・こしょう … 少々
- ・パセリ … 少々

作り方

1. じゃがいもは皮をむき角切りにする。10分くらい水にさらした後ザルにあげておく。
2. 人参、玉ねぎ、ベーコンを角切りにする。
3. サラダ油を熱したフライパンでにんにくを炒める。人参、玉ねぎ、じゃがいもを加えて炒める。
4. ベーコンを加え、炒める。
5. 水400ml、コンソメ顆粒、ローリエを加えてアクを取りながら、弱火で野菜が軟らかくなるまで煮る。
6. トマト水煮を加え、砂糖、塩、ケチャップ、こしょうで調味する。
7. 少しとろみがつくまで煮込み、ローリエを取り出し、お皿に盛ってパセリを散らして出来上がり。

～ 一口メモ ～

野菜は熱を加えるとビタミンやミネラルなどが流出してしまいますが、スープにすることで栄養素をほとんど逃さずに食べることができます。また、軟らかくなることで生野菜に比べ消化が良くなり体への負担も少なくなります。さらに体が温まり血行もよくなるので、これからの寒い冬にぜひ作ってみてください。

短時間アルバイト募集

- | | | | |
|--------|----------------------------|--------|------|
| ○ 仕事内容 | ①簡単な食事配膳 ②病棟などへの食事運搬 ③食器洗浄 | ○ 募集人数 | 2名 |
| ○ 勤務時間 | 17:00～19:00 | ○ 時給 | 888円 |
- 詳しくは、 ☎88-0221 (庶務課) までお問い合わせください。

ORC (オー・アール・シー) 2016年12月号
 発行所 山陽小野田市大字小野田3700番地
 小野田赤十字病院
 発行人 水田英司