日本赤十字社

Onoda Red Cross

小野田赤十字病院広報誌

2017
12月号
Vol.245

介護の日イベント　大正琴演奏（平成２９年１１月１１日）

活動にかかわる全ての人が共有する『日本赤十字社の使命』

わたしたちは、
苦しんでいる人を救いたいという思いを結集し、
いかなる状況下でも
人間のいのちと健康、尊厳を守ります。

「人間のいのちと健康、尊厳を守る」という人道的任務を達成するために
小野田赤十字病院が掲げる　病院理念　および　基本方針

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

介護の日

１１月１１日（土）に『介護の日のイベント』を行いました。当日は入院・入所者の家族の方、入院中の方、老健短期入所の方、地域の方と２６名の方に参加して頂きました。

講演では日本赤十字社山口県支部の木村修二部長より、「災害に備えて　災害時にいのちを守る防災対策」と題して、日本赤十字の役割と防災対策について講義を受けました。非常時の持ち出し品として「ラジオ・水・現金」次に「薬」ということでした。

次に村上看護師長より「簡単にできるリラクゼーション方法」として「背部マッサージ」の指導を受け、手のひらから伝わる温かさがとても心地よくリラックスできました。

最後に大正琴の演奏を行いました。壁面には老健あんじゅの入所者・利用者が日頃作成している作品、笑顔の写真の展示とスライドを映し、皆さんに観て頂きました。参加者からは、「赤十字の活動がよくわかりました。」「減災の備えを実感しました」等の意見を頂きました。

身体のおはなし

冬といえば感染症！特に気を付けたいのが、インフルエンザと感染性胃腸炎です。

インフルエンザ

インフルエンザウイルスは、低温（気温15～18 度）・乾燥（湿度40％以下）の環境を好みます。12月から3月にかけて流行します。

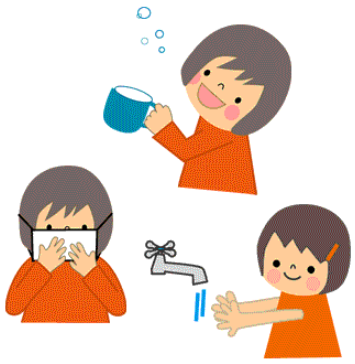
＜予防方法＞

◆ 『うがい』の方法

①まずは口をゆすぐ（ぶくぶくうがい）

②次にのどの奥まで水が回るように（ガラガラうがい）

③ガラガラうがいを何回か繰り返す



◆ 『マスク』の付け方

・鼻、口、あごを覆う

・マスクの表面には病原体が付いている可能性があるため、できるだけ触らない

◆ 『手洗い』の仕方

①流水で目に見える汚れを落として石けんを泡立てる

②手のひら⇒手の甲⇒指先⇒指の間⇒指（1本ずつ）⇒手首を洗う

③流水で泡と汚れを流す

感染性胃腸炎

感染性胃腸炎の原因の多くはノロウイルスで、特徴は強い感染力で人間の身体に入ると下痢やおう吐、発熱などを起こします。

小さな子供や、お年寄りは、脱水症状を起こしたり、おう吐物をのどに詰まらせる危険があります。

＜予防方法＞

◆ 帰宅時や、調理、食事の前には、必ず石けんで手をよく洗いましょう。

◆ 感染した人の便やおう吐物には直接触れないようにしましょう。

◆ カキなどの二枚貝は良く加熱して食べましょう。

※ノロウイルスで汚染された物の消毒は塩素系漂白剤で行いましょう。

もし感染症にかかったら…

・こまめに水分補給をしましょう
・消化が良いものを食べる
・タオル・寝具など本人専用のものを使用しましょう
・こまめに窓を開けて換気をしましょう

インフルエンザワクチン
予防接種の再開のご案内

今年のインフルエンザワクチン接種をご希望の方は、総合受付に備えてある申込書にご記入の上、お申し込みください。

１．対象者　　１５歳以上の方（高校生以上）
２．接種時期　　１０月１６日頃～在庫がなくなり次第終了
①インフルエンザ接種だけの方は次の時間帯で申し込みと同時に接種となります。
曜日　月曜・水曜・金曜　　時間　１４時～１５時
②外来患者様は、受診日にインフルエンザの申し込みと同時に接種となります。
３．接種回数　　１回
４．費　　用　　一般３，０００円（消費税込み）

※次の方は、公費負担制度を利用されると
１，４６０円で実施できます。（宇部･山陽小野田市）
①６５歳以上の方
②６０歳以上６５歳未満の１級の内部障害者（心臓・腎臓・呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある方）身障手帳１級の写し又はそれに該当すると認められた医師の診断書が必要です。

ワクチンの在庫がなくなり次第、申し込みを締め切らせていただきます。
なお、ご予約はお受けしていません。

医療事務（急募）（病院の受付業務）
勤務時間　：　日勤
介護職員（病院及び老健における患者様の介護（入浴・食事・排泄）業務）
勤務時間　：　日勤・夜勤・早出・遅出業務あり
看護助手（看護師の補助・患者様の身の回りのお世話）
勤務時間　：　日勤・早出・遅出業務あり
または　パート 13:00～16:00(月・火・木・金)
調理員（病院の給食調理業務）
勤務時間　：　日勤　または　４時間のパート（早出・遅出業務あり）
詳しくは　☎８８-０２２１　までお問い合わせください。

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。）

診療等に関する問合せ　TEL：0836-88-0221

FAX:0836-88-0405（平日8:30～17:00）、0836-88-2733（夜間･休日）

診療科(受付時間) ＼ 曜日		月	火	水	木	金
内　科 8:30～11:30	1診	担当医	島袋 明子 9:00～11:30	担当医	野垣 宏	第1,3,5(金) 松原 淳 第2,4(金) 矢賀 健 9:00～11:30
	2診	南野 巧真 9:00～11:30	和田 一成	和田 一成	徳永 良洋 9:00～11:30	為佐 路子 9:00～11:30
	3診				福井/中村/民谷 9:00～11:30	
午　後 ※予約制				第4(水) 日高 勲 13:00～15:00	徳永 良洋 13:30～16:30	
外　科 8:30～11:30		清水 良一	佐藤 智充	中尾 光宏 水田英司(予約のみ)	為佐 路子	清水 良一
肛門科		月曜～金曜　清水 良一（要電話予約）				
神経科			第1.3.5(火) 樋口 尚子 10:00～13:00	第2,4(水) 渡邉 愛 9:00～16:30		
眼　科 8:30～11:30			萩田 勝彦			萩田 勝彦
整形外科 14:00～16:00		第２，４　木曜日　１２月１４日、２８日				
神経内科		川井 元晴 第1～第3(月) 14:00～16:30 第4(月) 9:00～11:30				野垣 宏 13:00～16:00
皮膚科 13:00～16:00						沖田 朋子

12月 行事予定

- 6日　武居歌謡教室（老健）
- 11日　赤報会
  民児協（赤崎校区）（老健）
- 13日　山口あすなろ腹話術協会
- 16日　門松作り（老健）
- 20日　クリマス会（老健）

- 22日　お話しボランティア（老健）
  誕生日会（老健）
- 23日　天皇誕生日

- 29日～31日　休診
- 1日　当番医
- 2～3日　休診

先月のボランティア（１０月２１日～１１月２０日）

１０月２５日　秋の大運動会
　あすなろ会　１０名、一樹会　７名
１１月　１日　宇部奇術クラブ銀友会　２名
１１月　８日　池坊芳心会　４名
１１月１３日　赤報会　８名
　民児協（本山校区）　５名

毎週月曜日　新聞紙ゴミ袋作り（一樹会）

ボランティアの皆様、ありがとうございました。

＊＊＊ 編　集　後　記 ＊＊＊

・子供が発熱で保育園を休むとなると、親は大変です。勤務調整、病児保育、親のサポート。ぎりぎり何とかなっているけど、どうにかならんもんかねぇ。　益成
・腰や脚が痛かったりしてなかなか運動ができません。調子をみて少しずつランニングでも…とは思いますがどうなることやら。　小笹
・年末に向けて寒い日が続きます。手洗い・うがいで健康管理をしましょう。食べすぎ飲みすぎにも気を付けて下さい。佐村
・今年も残すところ１ヶ月。皆様も体調を崩されることなく頑張っていきましょう。　坂本
・もういくつねーるーとーお正月。お正月は毎年食べすぎて体重が増えるので、今年は気をつけようと思います。　国本
・寒くなって来ると温泉に行きたくなるけど、計画を練り実行するのに時間がかかって暖かい時期になってしまいます。宮﨑

今月の料理

豆乳チャウダー

◆材 料◆

素　材	分　量
白菜	2枚
大根	１００ｇ
にんじん	1/3本
玉ねぎ	1/4個
里芋（冷凍）	4個
あさり水煮	小1缶
水	１５０ｍｌ
小麦粉	大さじ2
顆粒コンソメ	大さじ2
粉チーズ	大さじ1
豆乳	２００ｍｌ
オリーブオイル	適量

作り方

① 野菜は小さめの角切りにし、オリーブオイルをひいた鍋で炒める。
② 玉ねぎが透明になってきたら火を止めて小麦粉を入れ、具材になじませる。
③ ②に水、顆粒コンソメ、あさりの水煮を入れ弱火で煮込む。
④ 具材に火が通ったら、豆乳と粉チーズを加え弱火で煮込む。
お好みで塩・こしょうなどで味をととのえて完成。れ、タレとからめる。

～　一口メモ　～

豆乳に含まれるサポニンは、血液中のコレステロールや中性脂肪などの余分な脂質を洗い流してくれ、肥満を予防する効果があります。また、抗酸化作用もあるため動脈硬化や老化の予防にも効果が期待できます。
他にも豆乳にはたんぱく質やビタミン、イソフラボンなど体に良い効果をもたらしてくれる多くの栄養を含んでいます。

年末年始の休診日のご案内

12月28日（木）	12月29日（金）	12月30日（土）	12月31日（日）	1月1日（月）
通常	休診	休診	休診	当番医

1月2日（火）	1月3日（水）	1月4日（木）
休診	休診	通常

ORC（オー・アール・シー）２０１７年１２月号

平成２９年１２月　１日　　発行
発　行　所　　山陽小野田市大字小野田３７００
小 野 田 赤 十 字 病 院
（℡ ０８３６－８８－０２２１）
発　行　人　　清　水　良　一

毎月１回発行　小野田赤十字病院広報誌　〒756-0889　山陽小野田市大字小野田 字植松 3700　Tel 0836(88)0221　ホームページアドレス http://www.onoda-redcross-hosp.jp