



院内保育園のハロウィン行事（平成30年 10月 30日撮影）

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。



院内保育園のハロウィン



HALLOWEEN

& 院内のハロウィン飾り



院内保育園の子供たち

10月30日(火)に院内保育園の子供たちが可愛い仮装をしてハロウィンを楽しみました。
今年は院内のパレードはありませんでしたが、たくさんのお菓子を受け取って嬉しそうでした。

また、院内では様々な場所でハロウィンの飾りつけがされていましたので紹介します。
各部署の職員が制作し、どこも美しく丁寧に飾られており、楽しく院内を歩くことができます。
毎年飾られていますので、ハロウィンの時期にはぜひ院内を歩いてみてください。



2病棟スタッフステーション



売店



売店



栄養課前の渡り廊下



介護の日のイベントのお知らせ



日 時：平成30年11月10日(土) 10時~12時
場 所：小野田赤十字病院 大会議室
対 象：病院・老健に入院・入所されている方のご家族、地域住民の方
定 員：24名(先着順) 参加費：無料
内 容：講演『認知症予防について』(認知症予防体操&レクリエーションなど)
ふれあいカフェ(お茶・コーヒー・お菓子など)
大正琴演奏 『千代琴の会』

掲 示：病院入院者 老健入所者による作品展示、福祉用具の展示、栄養補助食品の展示と試食
申込方法：申し込み用紙(病院受付・各病棟のナースステーション・老健受付)にご記入の上、
設置している箱にお入れください。 **締め切り 11月8日(木)**





インフルエンザワクチン 予防接種のお知らせ



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。

対象者 15歳以上の方（高校生以上）

接種時期 10月16日頃～12月中旬

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 火曜・水曜 **時間** 14時～16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。

接種回数 1回

費用 一般 3,000円（消費税込み）
高齢者等（※） 1,460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）

- ① 65歳以上の方
- ② 60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。

申込期間 10月16日～12月中旬

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。



インフルエンザにかからないように、毎日できること

- 栄養と休養を十分取る
体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなる。
- 適度な温度、湿度を保つ
ウイルスは低温（気温 15～18度）・乾燥（湿度 40%以下）の環境を好む。
加湿器などで室内を適度な湿度（50～60%）に保つ。
- 外出後の手洗いとうがいの実施
手洗いは接触による感染を防ぎ、うがいは口の中を洗浄し、のどの乾燥を防ぐ。
- 人ごみを避ける
病原体であるウイルスを寄せ付けないようにする。
- マスクを着用する
インフルエンザが流行してきたら外出する際はマスクを着用する。
罹患した人には、咳やくしゃみの飛沫から他人への感染を防ぐ効果がある。



先月号より連載されている**佐藤智充先生著述の連載(全6回)の第1回目**です。
赤十字の成り立ちから現在まで、これを読めばあなたも赤十字通!!



戦争と災害と赤十字

第1回 アンリ・デュナン

ジャン・アンリ・デュナン (Jean Henri Dunant, 1828 年 5 月 8 日-1910 年 10 月 30 日)¹⁾
はスイスのジュネーブに5人兄弟の長男として生まれた。父親は政治・経済界の名士であり、
母親も名門家の出身で福祉活動に熱心であった。

1838 年 (10 歳時) にジュネーブの名門校であるカルヴァン学校に
入学するも学業不振により 3 年で退学し家庭教師による補習授業
で勉強し、その後慈善団体のメンバーとして働くようになった。

1849 年 (21 歳時) には銀行の正社員として熱心に仕事をこなす
傍ら、キリスト教の活動にも尽力した。25 歳の時には勤務先の銀
行からフランスの植民地であったアルジェリアへの出張を命じら
れ、そこで差別や貧困、迫害に苦しむ現地の人々に衝撃を受け、翌
年に銀行を退職。アルジェリアの人々を助けるためにアルジェリ
アで農場と製粉会社の事業を始めた。しかし水不足の問題で事業
がうまくいかず借金が嵩むこととなった。



1) アンリ・デュナン

その翌年に水利権獲得の請願のためにイタリア統一戦争に介入してオーストリア帝国と
戦っていたナポレオン 3 世に会いに行き、その際に北イタリアでソルフェリーノの戦いに遭
遇。この戦いは両軍合わせて 20 万人を超える軍隊が衝突し、4 万人近くの死傷者が出る激
戦であった。戦場に放置される死傷者の姿を見て救援活動を行い、これが戦場に於いて敵味
方の区別なく負傷者の救護にあたることを目的とする赤十字創設の契機となった。

1862 年 (34 歳時) にその体験を「ソルフェリーノの思い出」として本を出版。ソルフェ
リーノの丘に群生していたイトスギの木²⁾は現在も赤十字のシンボルツリーとなっており、
小野田赤十字病院にもソルフェリーノの丘のイトスギの苗木が植樹されている。



2) 写真：東京新聞
(ソルフェリーノのイトスギの木)



当院のイトスギの木



平成 29 年 3 月 29 日
小野田赤十字病院 イトスギ記念植樹の様子

1863 年（35 歳時）ジュネーブで国際負傷軍人救護常置委員会（通称 5 人委員会）が結成され、アンリ・デュナンはその委員に選出されて国際会議の招集のために奔走した。赤十字規約 10 か条を採択し、各国に戦時救護団体が組織され、国際組織赤十字社の誕生となった。因みに日本政府がジュネーブ条約に加入したのは 1886 年（明治 19 年）であり、その翌年の 1887 年（明治 20 年）に名称が現在の日本赤十字社となった。

その一方でデュナンは、当時理事を務めていたジュネーブ信託銀行が 1865 年に倒産したり、アルジェリアでの事業が大打撃を受け、株主らから告訴されるなどして 5 人委員会から辞職を求められ、1867 年にジュネーブを去り、その後約 20 年に渡り消息を絶った。

その後も長期にわたる貧困生活を送り、教会や友人宅などで下宿生活を送ったとされている。

晩年は自叙伝などの執筆活動を行い、1895 年（67 歳時）にスイス東部の新聞記者がデュナンを訪ね、デュナンの書いた記事が週刊新聞に掲載されることによって長い間忘れられていたデュナンの功績が再び脚光を浴びることとなった。知り合いであったルドルフ・ミュラーによりノーベル平和賞の選考委員に推薦されたことにより 1901 年の「第 1 回ノーベル平和賞」を受賞した。

1910 年 10 月 30 日に 82 歳で死去するまで質素な生活を送り、殆ど手付かずであったノーベル賞の賞金はスイスとノルウェーの赤十字社に寄付されることとなった。

また赤十字社のマークはアンリ・デュナンの母国であるスイスの国旗³⁾の赤白の配色を逆にしたものであり、デュナンの誕生日である 5 月 8 日は世界赤十字デーとすることが第 2 次世界大戦後の第 20 回赤十字社連盟理事会で決定された。以降、同日には世界各国で赤十字に関連するイベントが行われたり、日本においても各地の観光スポットや歴史的建造物が赤くライトアップされているのである。



3) スイスの国旗

第 2 回は第一次世界大戦についてである。

文責 佐藤智充

～ 筆者プロフィール ～

小野田赤十字病院 副院長 佐藤 智充(さとう ともみつ) 先生



1970 年、山口県生まれ

2004 年、山口大学大学院先端分子応用医科学講座

診療科：外科

専門医資格等：日本外科学会外科専門医

マンモグラフィ読影認定医

がん治療認定機構がん治療認定医

感染制御医（ICD）

身体のおはなし

脳がさえる習慣 Part I

今回は、加齢に伴い、多くの人が心配する病気の一つ「認知症」の予防について紹介します。

年齢ではない

認知症は、いわば脳の動きが“枯れてしまう”病気ですが、枯れさせないコツは一般の人ができないような難しいものではありません。

高齢にもなれば誰もが認知症になると思い込んでいる人もいるでしょう。確かに定年退職などで生活パターンが変わり、何年か過ぎると認知障がいを起こす人も多く、医者の間では「定年認知症」という言葉もあります。

一方、何歳になっても認知症にならず、生き生きと活動する人も。3人のうち2人は生涯、認知症にならないとも言える調査結果もあります。

つまり、病の原因は年齢ではないのです。なのに、多くの人が不安を抱く理由は、今の社会が、やみくもに認知症の人を数え、元気で長寿な人への研究が少なく、脳の取り扱い方が知られていないからだ、と、脳神経外科専門医 築山 節先生は指摘されています。



リスクの確認

まず、自分が定年認知症のリスクをどの程度抱えているか、確認してみてください。

<40～50代の人>

- ☐ 仕事に自信がない
- ☐ 帰宅時間が不規則
- ☐ 仕事に計画性がない
- ☐ 20代の時に比べて体重が明らかに増えている
- ☐ 健康診断で高血圧、糖尿病、脂質異常症のいずれかに指摘事項がある
- ☐ 独身で趣味がなく、近くに話せる友人や家族もいない
- ☐ 休みを十分取っていない
- ☐ 一日中、一言も話さないことがある
- ☐ 疲れ目、肩こりを自覚
- ☐ 全く外出しないで、日に当たらない日が何日もある

<60代の人>

- ☐ 健康診断では指摘事項が二つずつある
- ☐ 体重が標準体重以上ある
- ☐ 食事の量は夜が一番多い
- ☐ お酒は毎日欠かさない
- ☐ 休日は外出したくない
- ☐ 家族との会話が少ない
- ☐ 自宅と職場の周辺以外、よく知ってる場所がない
- ☐ 将来計画を立てていない
- ☐ 何を食べるか、自分では食事を決められない
- ☐ “テレビのない生活”は考えられない

——— 該当の項目が多いほど脳機能低下のリスクは高く、半数以上あると“赤信号”です。逆に言うと、項目内容の反対の事を実施すれば、予防にもなると思います。

皆さんも“脳がさえる習慣”を意識して行なえば、脳が若返るかもしれませんよ！

(参考文献：『脳がさえる習慣』集英社)



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。
 ※午後診療（内科・外科）は予約診療および急患対応といたします。
 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）

曜日 診療科(受付時間)		月	火	水	木	金
内 科	1診	岡田 治彦 8:30～11:30	中山 晴樹 9:00～11:30	島袋 明子 9:00～11:30	野垣 宏 8:30～11:30	第1,3,5(金) 松原 淳 第2,4(金) 中山 晴樹 9:00～11:30
	2診	竹中 仁 9:00～11:30	和田 一成 8:30～11:30	和田 一成 8:30～11:30	徳永 良洋 9:00～11:30	岡田 治彦 8:30～11:30
	3診		岡田 治彦 8:30～11:30	岡田 治彦 8:30～11:30	久岡 雅弘 9:00～11:30	
内 科 午後				第4(水) ※予約制 日高 勲 13:00～15:00	※予約制 徳永 良洋 13:30～16:30	清水 良一 13:30～16:30
外 科		水田 英司 8:30～11:30	佐藤 智充 8:30～11:30	中尾 光宏 8:30～11:30	為佐 路子 8:30～11:30	清水 良一 8:30～11:30
肛門科		月曜～金曜 清水 良一（要電話予約） お気軽に受診してください。				
神経科		原田 健一郎 8:30～14:30				
眼 科			萩田 勝彦 8:30～11:30			萩田 勝彦 8:30～11:30
整形外科		富永 俊克 13:30～16:30			第4木曜日 表 寛治郎 13:00～14:30	片岡 秀雄 8:30～11:30
脳神経内科		川井 元晴 第1～3(月)14:00～16:30 第4(月)9:00～11:30				野垣 宏 13:00～16:00
皮膚科				下村 尚子 8:30～11:30		沖田 朋子 13:00～15:30
女性スタッフによる 乳がん検診		為佐 路子 ※予約制 (女性放射線技師による撮影)			為佐 路子 ※予約制 (女性放射線技師による撮影)	

行事予定



7日	音夢の会（老健）	20日～21日	高千帆中学校職場体験
8日～9日	厚南中学校職場体験	21日	防災訓練
12日	民児協（本山地区）（老健）	28日	花柳流月の会（老健）
13日～14日	小野田中学校職場体験		ショッピングすいせん
14日	介護の日のイベント	30日	お話ボランティア（老健）
	池坊芳心会（老健）		見守りボランティア（老健）
19日	誕生日会（老健）		

先月のボランティア（9月20日～10月20日）

9月26日 厚東カラオケ同好会 16名
 9月28日 お話ボランティア（金子 紀恵様）
 10月3日 宇部奇術クラブ銀友会 2名
 10月9日 民児協（須恵校区） 3名

10月10日 池坊芳心会 4名
 赤報会 10名
 10月17日 琴奏郁の会 6名

毎週月曜日 新聞紙ゴミ袋作り（一樹会）

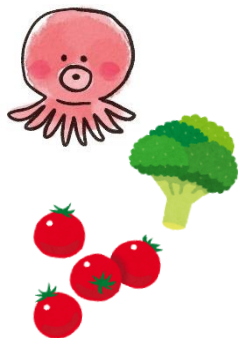
ボランティアの皆様 ありがとうございました。

今月の料理

タコと野菜のアヒージョ

◆ 材 料 ◆ 3～4人前

素 材	分 量
・茹でタコ	100～150g
・ブロッコリー	1/2房
・マッシュルーム	5～6個
・ミニトマト	10個
・オリーブオイル	大さじ6
・ハーブ塩	大さじ1/2
・にんにく	1かけ
・鷹の爪（輪切り）	少々
・ドライパセリ	少々



作り方

- ① タコは食べやすい大きさにそぎ切りにする。ブロッコリーは食べやすい大きさの小房にして硬めに下茹でしておく。マッシュルームは3等分に切る。ミニトマトはヘタを取り洗う。にんにくはみじん切りにする。
- ② 小さめのフライパンやスキレットに①とハーブ塩と鷹の爪を入れオリーブオイルを注ぎ、弱火で5分ほど煮る。
- ③ パセリを入れて完成。

パンを添えてどうぞ♪
残りはパスタに絡めても美味しいですよ♪

一口メモ

タコにはタウリンが豊富で、血中コレステロールの低下、動脈硬化予防を促します。また、ビタミンB₂や亜鉛も含むので皮膚や髪の新陳代謝や、味覚障害の予防にも効果があります。ビタミンB₂は水溶性のため、生のタコを調理する場合は煮汁も一緒に食べるようにするとよいでしょう。

職員募集中です

- **看護師(急募)** (病院及び老人保健施設における患者様、入所者様への看護師業務)
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
- **介護職員** (病院及び老人保健施設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
- **調理員** (病院の給食調理業務)
勤務時間：日勤・早出・遅出業務あり または 4時間のパート(早出・遅出業務あり)
- **介護支援専門員(ケアマネージャー)** (介護保険利用者の調整他)
勤務時間：日勤

詳しくは ☎0836-88-0221 までお問合せください。

ORC (オー・アール・シー) 2018年11月号

平成30年11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

(Tel 0836-88-0221)

発行人 院長 清水 良一