



日本赤十字社

Onoda Red Cross

小野田赤十字病院広報誌

令和5年

冬号
Vol.288



3病棟クリスマス会 (2022.12.21撮影)

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。

病院理念

私たちは、気配りの行き届いた医療を实践し、
みなさまの健康と尊厳をお守りします。

基本方針

- (1) 患者さんならびに職員の生きがいを尊重し、権利を擁護します。
- (2) 患者さんのプライバシー保護に努めます。
- (3) 高齢・認知症・難病等の患者さんに配慮致します。
- (4) 医療社会事業を通じて、みなさまの健康づくりを支援します。
- (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」との連携を推進します。
- (6) 医療の質の向上と安全管理に努め、全人的医療をめざします。
- (7) 医療記録を適正に管理し、規定にしたがって開示致します。

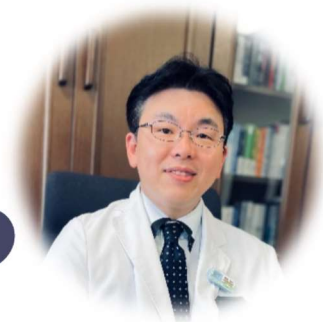
Contents

- 新年のご挨拶.....02
- 面会禁止のお知らせ.....03
- 身体のおはなし.....04
- 外来診療担当医表.....05
- 今月の料理.....06



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

新年のご挨拶



新年あけましておめでとうございます。

昨年の1年間も「新型コロナウイルス感染症に始まり、新型コロナウイルス感染症に終わる1年間」でした。しかし、本感染症も徐々にWith コロナの時代に変化しつつあり、感染者数が増えているも経済活動を継続するなどの方針が示されています。

しかし、身体的に衰えた患者様を対象とする我々医療・介護機関にとっては、未だに予断を許さない感染症であり、その感染対策を緩めることは出来ません。

さて、1年前の新年の挨拶では公的医療機関における3つの責任について記載致しました。当院内のマネジメントに関しましては少しずつではありますが、良い方向に変化しつつあり、今後も「組織」としての成長を目指します。

マネジメントの父と呼ばれるピーター・F・ドラッカーは著書「マネジメント」の中で、『企業は、社会や経済の許しがあって存在している。社会に有用かつ、生産的な仕事をしているとみなされる限りにおいてのみ、その存続を許される』とあります。また、2006年には経営学者のマイケル・ポーター教授がハーバード・ビジネス・レビューの中で、「CSV(Creating Shared Value: 共通価値の創造)やCSR(Corporate Social Responsibility: 企業の社会的責任) に関して、これらを受け身ではなく、企業の中で戦略的に位置付けて実行することにより、企業における競争優位性が実現する」と提唱しました。

これらの考え方は「企業の利益は公共や市場から搾取するのではなく、共に発展することである」という意味において、それまでのトレード・オフ(一方を選べば、もう片方が選ばれない)という関係を大きく覆す考え方でした。つまり、企業価値と社会価値を両立させなければならないのです。

企業としての私たちの組織は、医療や介護を必要とする方々に対して、良質のサービスを提供することによって収益を得るわけですが、組織としては未だにCSVやCSRを実践するまでには成長出来ておらず、今後もまずは組織内部を育てる努力を積み重ねていかなければなりません。しかし、その先には必ず、これらのCSVやCSRを実行していく気運が高まる組織に成長するものと期待しております。

新しく始まるこの1年も、職員が一丸となって小野田赤十字病院の「価値」を高める努力を実行していきたいと考えております。
本年も何卒宜しくお願い申し上げます。

病院長



新型コロナウイルスを含む感染症対策として 面会禁止のお知らせ (1/1 時点)

- 現在、**面会禁止**となっております。
面会禁止の期間は未定です。ご協力をお願いいたします。
- 洗濯物の交換が必要なご家族の方は、
毎週金曜日 15時～19時にお越しください。
(※15時～17時は総合受付、
17時～19時は夜間出入口で受付いたします。)
- ご持参いただいた袋には、**病棟と氏名を表示してください。**



**上記以外の曜日、土日祝日の洗濯物の交換は行いません。
お見舞いの品等も、お預かりできません。
病院からお願いしたもの以外のご持参はご遠慮ください。
(例: 食べ物、飲み物、現金、本、雑誌、等)**

- ※ 病院から面会を、お願いしたご家族は、上記の限りではありません。
- ※ 発熱のないことが必須の条件で、マスク着用をお願いします。
- ※ 1月1日時点の情報ですので、状況により変更になる場合がございます。
最新の情報は**病院ホームページ**をご覧ください。お電話でお問い合わせください。

当院は、 マイナンバーカードの健康保険証利用に対応しています！

通院、その他の場面でもマイナンバーカードの健康保険証利用はメリットがたくさんあります！

- 受付の際に顔認証付きカードリーダーの利用で、本人確認と保険資格の確認が一度に実施可能
- 過去に処方された薬や、特定健診等の情報を、いつでもどこでも確認できる
- 医療機関・薬局の窓口での支払いを自己負担限度額までにとどめるために「限度額適用認定証」の準備が必要だったのが、「限度額適用認定証」がなくても、限度額を超える支払いが免除される
- 医療費の領収書を管理しなくとも、マイナポータルで医療費通知情報を管理可能になり、確定申告が簡単になる
- 転職等での健康保険証の切替えや、定期的な被保険者証の更新が不要になり、高齢受給者証の持参が不要になる

お薬手帳を忘れてしまった…

急な入院で限度額適用認定証の準備が間に合わない…

領収証をなくしてしまった…



いろいろなお悩みが解消されます！

身体のおはなし

免疫力を高めて健康に過ごそう!

●免疫力とは・・・

身体をウイルス、病気から守る防御力の事です。より具体的には体内に侵入、発生した風邪やインフルエンザ等のウイルス、がん細胞といった病原体を駆除する能力の事を指します。

免疫力が高いほど感染症等にかかる確率は低くなる為、健康に過ごすためには免疫力をつけることが大切だと言えます。

●免疫力を高めるにはどうしたらいいの？

バランスの良い食事で腸内環境を改善する

ストレスを溜めない

体を温める

睡眠の質を高める

笑う

日光浴をする

●免疫力を下げない為には？

◆だらだらした生活は良くない

身体活動が落ちると、免疫細胞も働きにくくなります。お休みの日も休息は適度に取りましょう。

◆夜更かし厳禁

夜更かしは睡眠不足の原因です。自律神経が乱れ、免疫機能の低下に繋がります。就寝1時間以内のパソコン、スマートフォンの使用も睡眠の質を下げる原因となる為気をつけましょう。

◆体を冷やさない

内臓の動きが低下し、悪玉菌も繁殖してしまいます。なるべく冷たいものは控え、暖かいものを摂ったり、運動や入浴で体を温めましょう。

◆飲酒を控える

肝臓に負担をかけ、免疫機能が下がりやすくなります。又、効率的に栄養の変換ができなくなり、必要な栄養素が補えなくなります。さらに、アルコールを摂取する事で体温が急激に下がってしまい、免疫機能が低下しやすくなります。



いかがでしたか？

今年はコロナウイルスとともにインフルエンザウイルスの流行も危惧されています。規則正しい生活をして免疫をつけ、病気に負けない体を作って今年の冬も健康に過ごしましょう。

(参考文献:免疫力を高めるためには?/健達ねっと <https://www.mcsg.co.jp/kentatsu/health-care/22962>)

外来診療担当医表

1月



全診療科 受付時間 8:30~11:30 とさせていただきます。

- ※ 一部例外もございますので、ご不明の点はお電話にてお問合せください。
- ※ 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。



曜日		月	火	水	木	金
診療科(受付時間)	1診	中田 祐樹	岡田 治彦 第2~5火曜日	小室 あゆみ	西川 潤	岡田 治彦
	2診	山中 菜々美 【脳神経内科】	島袋 明子	※予約制 徳永 良洋 8:30~15:30	野垣 宏 【脳神経内科】	野垣 宏 【脳神経内科】
			和田 一成 第1火曜日のみ			
外科		藤原 康弘	藤原 康弘	為佐 路子 (兼務)	佐藤 智充	中尾 光宏
		水田 英司 予約診療のみ				
眼科			萩田 勝彦			萩田 勝彦
整形外科						富永 俊克
脳神経内科		山中 菜々美			野垣 宏	野垣 宏
皮膚科						下村 尚子
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) ※女性医師・技師が不在の場合もありますので、事前のご予約をお願いいたします。				

診療等に関する
お問い合わせ

TEL:0836-88-0221(代表)

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

10月19日(水)、新規採用職員と希望者を対象に救急法基礎講習を行いました。心肺蘇生の方法やAEDの使い方を学びました。



12月9日(金)は、日本赤十字社名誉総裁である皇后陛下雅子さまのお誕生日です。この日に合わせて、皇后陛下から日本手拭いが老人保健施設あんじゅに下賜されました。



皇后陛下からの手拭いの御下賜は、昭和24年に始まりました。歴代の皇后陛下のお気持ちは、昭和、平成、令和と毎年引き継がれ、今年で67回目の御下賜となります。御下賜品の手拭い計600本は、全国9施設の入居者へ贈られました。



今月の料理

水菜としらすの梅昆布ご飯

栄養課職員
おすすめ!



● 材料 (2人前) ●

- ・温かいご飯……………400g
- ・水菜……………100g(1/2束)
- ・梅干し……………1粒
- ・しらす干し……………大きじ3
- ・昆布佃煮……………大きじ1.5



水菜はカルシウムが多く含まれています。カルシウムは骨粗鬆症予防の他にもストレスを和らげる効果も期待できます。寒さが厳しくストレスがたまりやすい季節ですが、水菜を食べてストレスを和らげてみてはいかがでしょうか。

● 作り方 ●

- ① 水菜は1.5cmの長さに切る。
- ② 梅干しは種を除き粗くたたく。
- ③ ①を耐熱皿に広げてのせ、電子レンジで1分加熱する。
- ④ ③の粗熱を取り、余分な水分をしぼる。
- ⑤ ボールに、温かいご飯・②・④・しらす干し・昆布佃煮を入れて混ぜ、茶碗に盛り付け完成。

院内保育園きらら通信

12月22日(木)、介護医療院入所者の山村節子様のご家族様から防護服を寄贈していただきました。当院へのご支援、ご厚意に対し心から感謝を申し上げます。寄贈品につきましては、当院の診療や看護に役立たせていただきます。



10月のハロウィンや、12月のクリスマス会を楽しみました! プレゼントを貰って嬉しそうでした。



ORC(オー・アール・シー)令和5年冬号

令和5年1月発行

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 佐藤 智充