

# 三豊総合病院だより

Mitoyo General Hospital

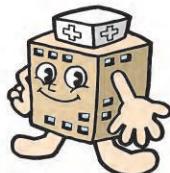


発行●三豊総合病院

発行人●白川 和豊

2011  
49

KOKORO



## ピアノコンサート



さる7月31日（日）に正面玄関の待合いホールにてピアノコンサートが開催されました。ピアニストの阿部裕紀子さんをお迎えし、用意した観客席も満席に近い盛況ぶりでした。阿部さんは海外や日本でリサイタル及び室内楽の演奏活動を行っているかたです。



今回使用したピアノは当院に縁のあるご家族より寄贈されたもので、音楽を通じて皆様の心を癒せればと開催されました。

コンサートではショーマンの「トロイメライ」、モーツアルトの「トルコ行進曲」やショパンの「子犬のワルツ」、「幻想即興曲」など有名な曲を聴き、音楽の世界に引きこまれました。

また後半には「冬のソナタ」の曲もあり、会場の皆で「夏の思い出」「上を向いて歩こう」を合唱するなど楽しい時間を過ごすことができました。

この美しいピアノの音色を聞き逃したかたは、正面玄関の待合いホールで聞けるので少し耳を傾けてみて下さい。

土日祝日を除く午前と午後の1時間、自動演奏で色々な曲が流れています。少しでも皆様の心が温まれば幸いです。

このピアノは武林様のはからいで、当院に入院されていた田中様からの寄贈です。ありがとうございました。



## 小児サマーキャンプ

研修医／木口賀之・谷本佳弘・竹本玲加・高田忠幸

今年もサマーキャンプが開催されました。まずは県内の津田にあるドルフィンセンターへ。その後宿泊先となる徳島阿南海洋センターへ移動しました。今回参加していたのは持病に喘息や肥満がある児でした。普段外来にかかる児も、遊ぶ顔はやはりつらつとしており、笑顔がいっぱいでした。おそらく人生で始めてであろうイルカとの触れ合いや、カヤックやカヌーの体験、食事の準備や身の回りのことを自分でこなす姿はとても持病のある児とは思えませんでした。それぞれの児は他の児と初対面が多いはずでしたがすぐに騒がしくなる様子には若い力を感じました。さすがに夜になると咳き込み、体調不良を訴える者もいましたが、無事脱落者なく帰ってくることができました。普段院内で接するしかない児の普段の顔をみるとことで、個々の日常生活を意識した診療指導の大切さを感じた数日間でした。



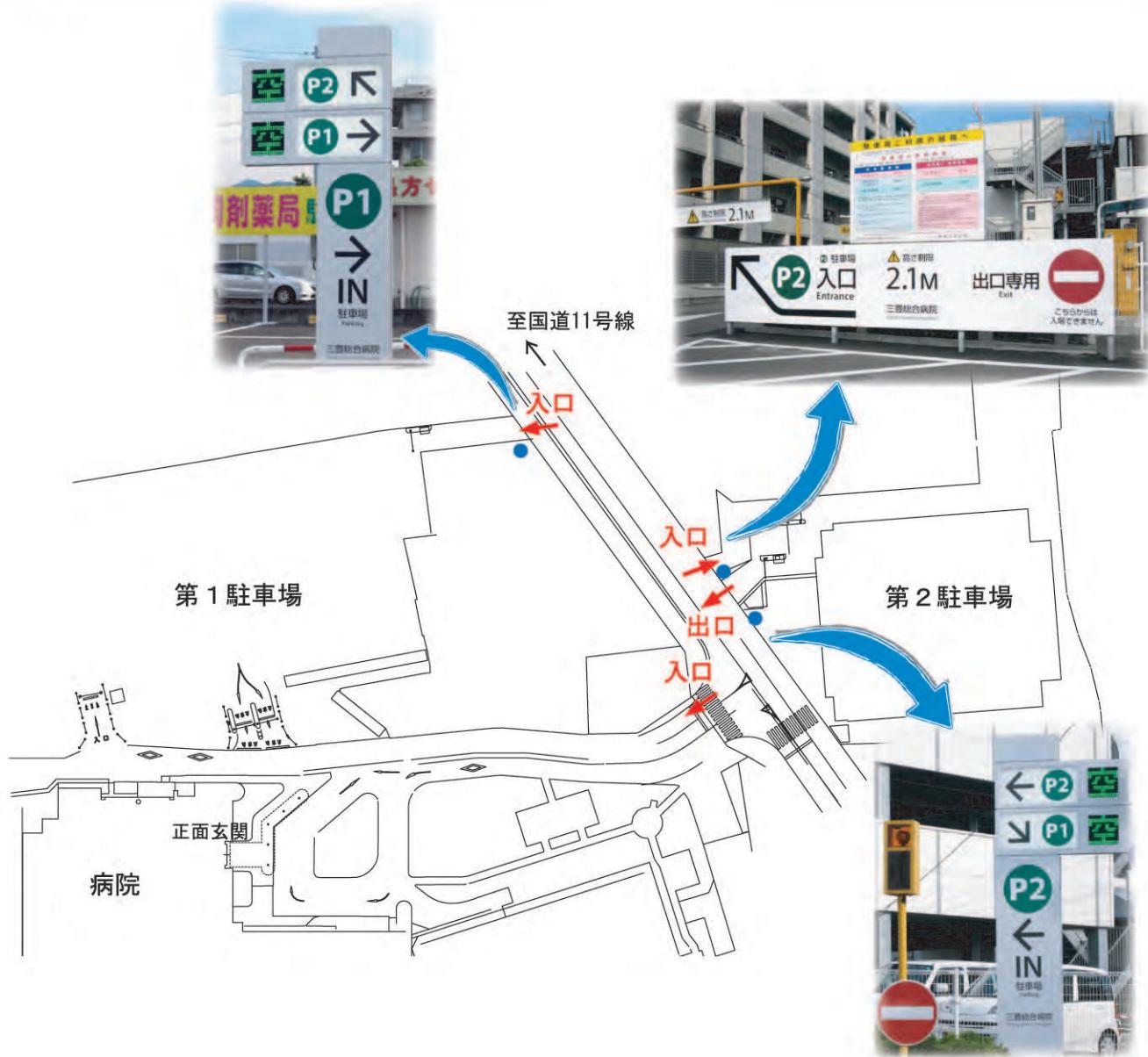
## 駐車場空き状況の表示板ができました。

第1有料駐車場、第2有料駐車場の県道より入口付近に、満車・空車表示の取付が完了し8月2日から運用を開始しております。

各々の駐車場が満車のときは「満(赤色)」表示が、空車のときは「空(緑色)」が点灯いたしますので、県道を走行中でも駐車場の状態を判別することができます。

「空(緑色)」が点灯した駐車場に入庫をお願いいたします。

P1は第1駐車場、  
P2は第2駐車場です。  
空き状況を確認の上安全にお入り下さい。  
満車の場合はこのような表示となります。



## 新しいリハビリテーション室の紹介 リハビリテーション科長 木村啓介

平成23年7月25日よりリハビリテーション科が新西棟1階に移動いたしました。一階は災害時を考慮した設備を整え、広々とした通路になっています。リハビリテーション科は最も西に位置していますので、光がよく入る明るい場所になっています。外来の方には正面玄関からは約2倍の移動距離になっていますのでいい歩行訓練になります。迷わずリハビリテーション室までお越しください。訓練室は今まで分かれた場所にありました理学療法室(PT)・作業療法室(OT)・言語聴覚療法室(ST)が一つにまとめた状態になりました。自動ドアの入口に入りすぐ左手に言語療法室が3室あり、次に広い理学療法室があります。さらに奥に入ると和室等のある作業療法の訓練スペースになります。これまで以上にリハビリテーション科内での患者様に関する情報交換が行いやすくなり、連携がスムーズになると思います。入院の方は特に効率よく訓練が行えると思います。



## マタニティ・ヨーガ

## 産婦人科病棟

毎月第4火曜日13時～、当院の妊婦健診を受けている妊娠15週以降の妊婦さんを対象に、マタニティ・ヨガ教室を行っています。担当するのはマタニティ・ヨガの研修を受けた助産師です。マタニティ・ヨガは、妊娠による腰痛や肩こりなどに効果があり、お産に必要なポーズも組み込まれています。また、自分の力でスムーズに出産する安産力を養うことができます。マタニティ・ヨガを続けると、自分の体の変化に気付き、出産に対する漠然とした不安がなくなって、自信に変わっていくことをきっと実感できるはずです。「良い出産は良い育児につながる」といわれますが、出産準備教育としてマタニティ・ヨガを取り入れて、出産する日までマタニティライフを楽しみながら、安産力を高めていきましょう。お待ちしています。



## わたつみ苑で夏祭りを開催しました！

8月21日に、わたつみ苑の恒例行事の夏祭りを開催し、入所者とそのご家族約130名が参加しました。慰問の方の余興や屋台での食事が行われました。メニューは散らし寿司、うどん・蕎麦、天婦羅、焼き鳥・つくね、ポテトサラダで、デザートにはわらび餅とアイスクリンを食べいただき大変好評でした。慰問は吹奏楽の演奏が行われ懐かしい曲や時代劇の曲を演奏していただき、利用者やご家族の楽しそうな笑顔を見る事ができ職員一同大変満足して居ります。くじ引きもあり大いに盛り上りました。「美味しいかったよ」「楽しかったよ」と利用者より声を掛けいただき、職員にとっても励みとなりました。また、地域の方々にボランティアとして参加していただき、屋台は大盛況に終わりました。今後も職員一丸となり利用者に喜んでいただけるような思い出作りに取り組んで行きたいと思います。



## 第4回病院学会を開催して

職員教育研修委員会

9月16日（金）に当院の講堂において、第4回病院学会を開催しました。

この病院学会では、各部署の多くの職員がいろんな学会に参加し発表した優秀な研究や臨床経験などを、職員対象に発表しています。演題は院内の各部門から一般演題を募集し、今年は医師3題、看護師4題、技師4題、事務1題のたくさんの応募があり、これらの演題を委員会での審査により、発表

部門とポスター部門の2つに分けました。



最優秀賞は「チーム医療と誤嚥性肺炎パスー初期運用実績ー」、優秀賞は「災害時における透析関連機器点検方法の検討」、院長特別賞では「病院経営のこれまでと、今後」、最優秀ポスター賞では「多剤耐性綠膿菌（MDRP）新規発生0件への取り組み」が選ばれ、院長より表彰していただきました。

今回の発表で、各部署での連携の大切さや東日本大震災を教訓に職員間で再検討をし、取り組んだことなど、他部門にも分かりやすく説明が行われました。今後も職員が互いに意識し合い、研修や勉強会を行っていきたいと思います。

## かたつむりの会「うどんづくり」

小児科・心理相談室・言語療法室

当院では、2004年から発達障害児を持つ養育者支援の会「かたつむりの会」を月に1回行ってあります。基本的には養育者が対象ですが、毎年夏休みになると親子参加行事を催しています。今回も地域の関係機関や学校・幼稚園からのボランティアの協力もあり、7月28日に、3回目となるうどん作りを豊浜福祉会館で行うことができました。粉を練ったり・足で踏んだり・大きな包丁で切ったり、普段はできないことばかりですが、講師の指導を元に各家族で協力し楽しみながら作業に取り組みました。出来上がったうどんはそうめんやきしめんのようなものもあり十人十色でしたが、子どもたちの家庭や学校、幼稚園などでは見られない表情や行動がみられ、1年間の成長を確認する良い機会になりました。



今後もかたつむりの会活動を通して、地域全体で当事者・養育者らをサポートできる環境を作っていくければと思います。

## 4月より糖尿病フットケア外来はじめました

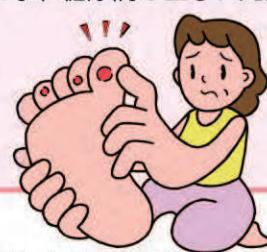


普段、手ほどく、**足**の存在を意識する事はありませんが、足は体重を支え、移動する為には不可欠な大切なものです。私たちの体の中で、1日中何かに接している部分は足以外にはありません。足は体重や足の重量を支えており、かなり過酷な条件で、もくもくと重要な役目をしてくれています。

皆さん「糖尿病が悪くなったら足を切断することになるぞ！！」なんて事を聞いたことはありますか？実際には糖尿病だからといって足を切断することはできません。しかし、水虫やたこや靴ずれが元で出来た傷が化膿して、足壊疽（えそ）を起こしたり、足の切断に至ることが増えていることは事実です。

**足のトラブルを起こさないように**するためには、足に関心を持つ事、糖尿病の正しい知識を持つ事、血糖をコントロールしていく事が大切です。

フットケア外来では、足の観察をし、足の洗い方・爪の切り方・爪やすりのかけ方・靴の選び方・足病変の処置方法や療養生活でのアドバイスなど、患者様のご相談に応じながら、糖尿病療養生活をサポートいたします。



### 【対象】

- ①糖尿病神経障害がある
- ②閉塞性動脈硬化症がある
- ③下肢や足趾を切断したことがある
- ④足に傷や潰瘍ができている
- 糖尿病と診断されており、①～④のいずれかに該当し医師が足病変の予防の為に指導および観察が必要と判断した患者様

**【実施日】**火曜日 9時～12時 14時～17時 (完全予約制)

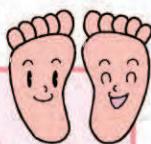
**【担当】**日本糖尿病療養指導士（糖尿病重症化予防研修修了者） 安藤 千恵子・小西直美

**【自己負担について】**糖尿病合併症管理料：3割負担：510円 保険診療



### Q. フットケア外来受診の方法は？

- A. 初診の患者様は、内科を一度受診していただき、必要があれば次回から専門外来への予約となります。通院中の患者様は、担当医にご相談下さい。かかりつけ医からの紹介は**地域医療連携室**を通して内科へ予約をして下さい。



## 2011キッズトライアスロン の救護班として参加して

8/27（土）炎天下の中、観音寺市の夢弹公園でキッズトライアスロンが開催されました。小学校4年生から6年生まで約40名が、大人顔負けの迫力で頑張りました。救護班で参加しましたが、軽い熱中症と擦過傷の3名の処置を行いました。6年生の男の子は、最初のスイムで母趾に擦過傷を負ったのですが、最後まで走りきり、競技が終了後に、処置に来ました。よくこんな傷で走れたなとびっくりさせられました。がむしゃらに頑張るってすごいなあと久しぶりに感じ、刺激を受けた出来事でした。



## ～わたっ子まつり～

9月9日にわたっ子まつりが開催されました。わたっ子保育園が開園して初めての開催でした。

7月初旬にわたっ子まつりの案内が届き、どんなおまつりなのか、ドキドキ、ワクワクしていました。

9月に入り、うさぎのかわいいパンフレットが届きました。

当日受付で、キラキラのシールラリーペンダントをもらって、いろいろなブースに行きました。園児や卒園生が招待されており、子どもと保護者らのたくさんの人でにぎわっていました。

ボール入れ、仕掛け遊びのわたっ子ハウス、魚釣り、うちわの制作ブースがありました。どれも先生や園児の手作りのもので、とてもぬくもりがあり、心温まるものでした。

先生によるお話タイムでは、子どもたちは、お座りして先生の話を聞き入っていました。

また、ディズニービーチ操がはじまるときどもたちは、音楽に合わせて先生と一緒に楽しそうに踊っていました。

今回のわたっ子まつりを通して、子どもたちの園での様子を垣間見ることが出来、親としてとても貴重な時間を過ごせました。準備していただいた先生方やスタッフの皆様ありがとうございました。



## 夏バテ回復レシピ

連日の暑さで食欲不振になる方も多いかと思います。そこで、糖質の代謝を上げるビタミンB1が多い豚肉、鉄分を多く含むひじき、ミネラル豊富なきゅうりを使ったレシピを紹介します。

栄養豊富な食事をしっかりとり、低栄養を改善し、元気を取り戻しましょう。

### 豚肉の梅だれかけ (4人分)

豚ロース…35g 8枚  
酒…………少々  
ねり梅……20g  
みりん……8g  
〔キャベツ…120g  
〔にんじん…20g



- ①豚肉に酒をふりかけて蒸す。
- ②付け合わせのキャベツ・にんじんは茹でおく。
- ③ねり梅は好みの味にみりんでのばし、煮つめる。
- ④ ①・②を皿に盛り③をかける。

### ひじきサラダ (4人分)

乾しひじき…20g  
トマト…………160g  
きゅうり……120g  
和風  
ドレッシング32g



- ①乾しひじきは水に戻してから茹でて水気をきる。
- ②トマトは2cm角に切る。きゅうりは輪切りにしておく。
- ③ ①・②を和風ドレッシングで和える。