

ほやほや

Japanese Red Cross Fukui Hospital



福井赤十字病院広報誌

vol. 045

平成26年1月発行

日本赤十字社 福井赤十字病院
Japanese Red Cross Society



新春座談会

“結ぶきずな 地域とともに” 日赤の笑顔を届けます。

知って得する手洗い&マスクの仕方

総合防災訓練 クリスマスイベント

脳卒中を防ごう 脳卒中教室&市民公開講座

スタッフ紹介シリーズ～社会福祉士～

楽しく学ぼう 糖尿病の食事療法

日本赤十字社 福井赤十字病院
Japanese Red Cross Society

栄養課
おすすめ!

冬のレシピ
<長芋の落とし汁>

作り方

- ①長ねぎは、みじん切りにする。
- ②長芋をすりおろし、①の長ねぎと片栗粉を加え混ぜ合わせておく。
- ③大根、人参はいちょう切りにする。
- ④だし汁に③の野菜を加え、軟らかくなるまで煮る。
- ⑤火を中火にし、②の長いもをスプーンを使い、落していく。長いもに火が通るまで、あまりさわらないこと！
- ⑥2~3分ほどしたら、火を止めて器に盛る。



材料

●1人分

長芋	45g
長ねぎ	5g
片栗粉	大さじ1/2
大根	20g
人参	15g
だし汁	200ml
醤油	5ml
塩	0.3g

エネルギー

●1人分

エネルギー	67kcal
たんぱく質	1.6g
脂質	0.1g
炭水化物	15.1g
ビタミンB1	0.06mg
ビタミンB2	0.03mg
ビタミンC	7mg
食物繊維	1.3g
塩分	1.0g

栄養ポイントはココ！

年末年始は、暴飲暴食や生活の乱れ、寝不足などで胃が弱くなりがちです。長芋には、デンプンを分解する酵素アミラーゼ(ジアスター)が大根の3~4倍も含まれ、消化の手助けをします。さらにネバネバ成分の「ムチン」が、胃の粘膜をうるおし保護する働きもあります。また、野菜を煮ることにより、野菜の細胞壁が壊れ軟らかくなり、消化しやすく栄養の吸収もよくなります。

今回の表紙

社会福祉の立場から皆さまを支援します！

吉田晴香社会福祉士(右)と福田ゆかり社会福祉士(左)です。社会福祉士の病院での役割は、不安を抱える患者さんやそのご家族を社会福祉の視点から支援することです。仕事詳細は、本誌7ページをご覧ください。



当院の社会福祉士は、患者さんやそのご家族の気持ちに寄り添うことをモットーに、対応させていただいている。

福井赤十字病院

理念

人道・博愛の精神のもと、県民が求める優れた医療を行います。

基本方針

- 患者さんの権利と意思を尊重し、協働して医療を行います。
- 安全と質を向上させ、優しい医療を行います。
- 人間性豊かで専門性を兼ね備えた医療人を育成します。
- 急性期医療・疾病予防・災害時医療に積極的に取り組みます。
- 保健・医療・福祉と連携し、地域社会に貢献します。

Tel. 0776-36-3630㈹ FAX. 0776-36-4133
E-mail webmaster@fukui-med.jrc.or.jp
http://www.fukui-med.jrc.or.jp/
広報に関するご意見、ご感想をお待ちしています。

ほやほや

“ほやほや”と納得できる情報、できたて“ほやほや”的情報をみなさまに提供していく季刊発行の院内情報誌です。院内の広報委員のスタッフ皆で毎回その季節に合った特集を組み、お役に立てる情報を掲載すべく病院各部門のスタッフそれぞれから原稿を集め誌面を制作しています。



高木副院長(兼整形外科部長)



廣瀬副院長(兼外科部長)



林副院長(兼看護部長)



森阪事務部長

ら、「心の通う連携」をスローガンにしていきます。

廣瀬 高齢になるほど、いくつもの疾患を抱えています。そのような患者さんが、何科でどのような治療が最良なのかを明確にする必要もあります。

野口 複数の疾患を持つ難しい患者さんこそ、総合診療科が担当どころとなっていました。でも、疾患の数に限らず、常に患者さんの立場に立った診療、説明が必要なのは言うまでもありません。

林 患者さんとふれあう機会の多い看護師。看護部の考え方はどうでしょうか?

なくし、互いの教育にもつながります。現在は日勤帯だけの体制ですが、今後は夜勤帯にも拡大していく予定です。

院長 日夜、医療安全を考え実践していますが、特に院内での転倒骨折と誤薬に関しては、それらのミスが起こらないようシスティムの改善や努力が必須です。現在、うまく機能している「デイパートナー制度」には、医療安全を確実に実践できるシステムの一つとして、大いに期待しているところです。

林 看護師同士はもちろん、職種を超えて互いに信頼し合い、助け合いながら、パートナーシップを発揮する職場にしていきたいと思います。

林 さて、今年の福井赤十字病院は?

昨年より、看護部では「デイパートナー制」を導入しています。この体制のメリットは大きく2つあります。まずは、看護師がペアになることで作業の効率が良くなり、心身の負担も軽減されます。もう一つは、チック機能が向上しリスクを少



平成26年 新春座談会

“結ぶきずな 地域とともに” 日赤の笑顔を届けます。

あけましておめでとうございます。
平成26年は、消費税アップをはじめ、診療報酬改定や医療法改正など、医療界が変わる節目の年でもあります。当院でもそれらに伴った様々な動きがあります。

平成26年、当院にとづてどのような一年になるでしょうか？

野口 医療制度改革に対し、当院はどのように対応すべきかを考え、実践する忙しい年になります。そして、昨年から始まっている病院再整備計画をしっかりと遂行していくなければなりません。

塚原 これまでと変わらずたゆまぬ努力を続け、高度な医療を提供する年にしたいです。

高木 地域の皆さん、そして研修医からも選ばれる病院でありたいです。

廣瀬 常に変化している医療ニーズに柔軟に対応していくこと、それに医療連携もさらに重要な要素になってくるでしょう。

林 皆さんと同じ思いですが、看護部としては、今後さらに高齢化が進み重症患者さんも増加する、在院日数も減少すると思われます。患者さんに一日でも早く元気になっていたけるよう、短期間で良い医療と看護を提供していきたいです。



森阪 病院運営が円滑に進むよう体制を整え、全力で支えていきます。

中期計画2年目の具体的な取り組みをお話ください。

野口 まずは、新棟建築です。現在の建物が築10年を経過し、広さを必要とする部門も出てきました。特にがん診療・治療を充実させていく予定です。

塚原 総合診療科は、救急医療の一端を担いながらも内科のすさまじい患者さんを紹介患者さんも断らない「ダブルスローガン」を遂行しています。そのため、総合診療科の新設を検討しています。

林 救急患者さんも紹介患者さんも断らなくないために、看護部全体でも体制を整える部門として重要な場になります。もう一つは、医療連携の充実です。現在の、「救急車は断らない」に加え、今年からは紹介患者さんも断らない「ダブルスローガン」を充実させていく予定です。



野口院長

を発表します。これが今後の病院改革や診療活動の飛躍につながるものと確信しています。

塚原 患者さんのための医療提供を第一に考えていくたいです。

高木 学生や研修医に選ばれる病院になること。そして患者さんには、笑顔で働く職員の姿を見せていただきたいですね。

廣瀬 心と体にやさしい医療の継続と共に、医療の安全・安心、すなわち医療の質の向上を推し進めていきます。8月には、福井県で福井大学と共に内視鏡外科研究会の全国大会を開催します。

林 やさしい看護に、技と笑顔、も付け加え、2人1組の看護師「デイパートナー体制」の下、質の高い看護ケアを提供します。

森阪 11月には第16回フォーラム「医療の改善活動」全国大会を福井市で開催します。当院が幹事役を務めます。県内外の医療関係者が約700名集まり、医療の質向上に関する議論やQ&A活動などを

野口 最後に、大正14年に設立された当院は、もうすぐ創立90周年を迎えます。福井県内で最も長い歴史を誇り、戦前、戦後、福井大地震を乗り越えて「不死鳥」のごとく現在に至り、これまでの伝統を大事にしていきたいと思っています。国民病と言われた結核治療や戦傷者の救護活動に始まった地域医療への取り組みも病への対応となっていますが、「結ぶきずな、地域とともに」の病院スローガンを今年も高く掲げ躍進したいと思います。地域の皆さんの「理解」と「支援」をお願いいたします。

大規模震災にそなえて 総合防災訓練実施

病院で癒しを クリスマスコンサートとキャンドルサービス

11月14日(木)、総合防災訓練を赤十字3施設(支部、血液センター、病院)と福井市消防局の合同で開催しました。震度6強の大規模震災が発生したと想定し、病院内で火災が発生した時の対応訓練や、大型バス事故が発生し多数の負傷者発生した時の救助訓練と受け入れ訓練を行いました。

赤十字では災害が発生すると、すみやかに医師、看護師らで構成されるDMATや救護班を出動させ、救

護活動を行えるよう体制を整えています。

今回、当院DMATの事故現場への出動訓練や福井県立病院DMATの受け入れ訓練、福井市消防局による人命救助訓練、傷病者搬送訓練、トリマー救助訓練、福井市消防局によるアーチエリニアでの医療救護訓練など、さまざまな訓練を行うことで、大規模災害が起つた場合の役割について再確認しました。



DMATとは?

災害派遣医療チームのこと。医師、看護師、業務調整員(救急救命士、薬剤師、コメディカル、事務員等)で構成され、地域の救急医療体制だけでは対応出来ないほどの大規模災害や事故などの現場に急行します。

12月17日(火)に仁愛女子高等学校コープス部による「クリスマスコンサート in 福井赤十字病院 Winter 2013」を開催しました。コンサートでは、クリスマソングメドレーなど全の曲を披露。コープス部の綺麗で楽しい気分にさせる歌声が病院のホールに響き渡り、患者さんはその音色に聞き入っていました。

また20日(金)には、入院患者さんへの一日も早い回復の意を込めて、キャンドルサービスを行いました。昭和31年から始まり、今回で第58回目となる

年から始まり、今回で第58回目となるキャンドルサービス。近代看護の母であるナイトシングガールが夜1本のろうそくの明かりで、傷ついた兵士の看護を行ったことに由来します。約200人の職員が参加し、「神よ人々を苦より救ひたまへをはじめ」「きよしの夜」や「諸人ござりて」を歌いながら院内を巡回。患者さんからも「とてもキレ

イだつた(6歳女の子)」「初めて見ましたが、厳肅な感じで感動しました(30代母親)」などの声をいただきました。

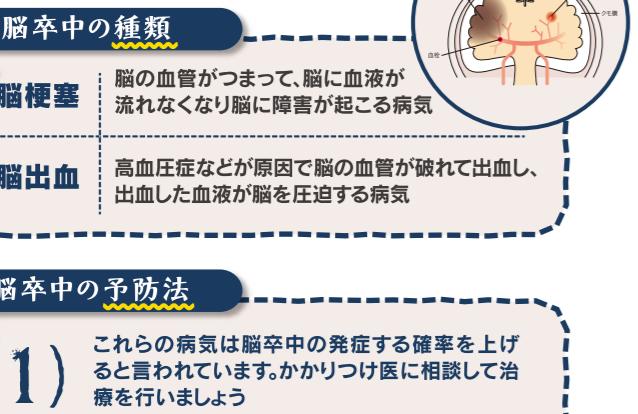


脳卒中の再発を防ごう ～脳卒中教室で予防啓発～

脳卒中は、一度発症した患者さんが、再度発症する確率が非常に高く、1年内に10人に1人、10年以内に2人に1人が再発するといわれています。

当院では、入院された患者さんが脳卒中を再発しないように、患者さんやそのご家族の方を対象に、脳卒中教室を開催しています。教室では、高野

脳卒中センター長が脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血)の種類、再発予防のポイントを解説します。参加した患者さんからは、「たいへん勉強になつた」、「以前に高血圧と医者から言っていたが治療を止めてしまつた。また脳梗塞にならないよう気をつけたい」と話していました。



1) これらの病気は脳卒中の発症する確率を上げると言われています。かかりつけ医に相談して治療を行いましょう

- ①糖尿病(糖尿病患者さんの脳梗塞の発症確率は、健康な方の3倍以上)
- ②高血圧(血圧が高いほど、脳卒中を発症しやすくなります。毎日同じ時間の血圧測定の習慣を)

2) これらの習慣は脳卒中の発症する確率を上げると言われています。

- ①タバコの喫煙(1日平均40本のたばこを吸う人は、吸わない人に比べて4倍も脳卒中で死亡しやすい)
- ②アルコールの摂取(アルコールは1日:日本酒1合、ビール中瓶1本程度に)



地域の力で防ごう脳卒中 ～市民公開講座を開催しました～

さる11月30日(土)、脳卒中をテーマに市民公開講座を開催しました。

今回は、当院の脳神経外科医師である宮腰明典医師、早瀬睦副部長、波多野武人部長、脳卒中リハビリテーション看護認定看護師の金谷秀人看護師、鯖江丹生消防組合の福岡範恭救急救命士が講演を行いました。

講演では、脳卒中は突然起こる病

氣で、脳の血管が詰まる脳梗塞と脳からの出血による脳出血に2つに分類されていること。脳卒中の予防には、規則正しい生活を送ることが大切であり、すでに高血圧、糖尿病、不整脈などがある場合は、治療を行う必要があることが説明されました。

脳卒中の治療については、まず、人員、施設・設備の整った病院で迅速に治療を行う必要とのことでした。福井赤十字病院では、脳卒中センターを設置し、脳神経外科医や神経内科医が24時間常駐しており、脳血管内治療などの最新治療を迅速に行える体制であることを話しました。



当院には、社会福祉士（医療ソーシャルワーカー）がられます。社会福祉士は、入院または通院している患者さん・ご家族の方が、安心して療養できるよう、生活する上での不安・医療費や仕事の心配などの問題をともに考え、社会福祉の立場から解決への支援を行っています。さまざまな福祉制度や利用の支援をするだけでなく、患者さん・ご家族の方から持ちを十分にうかがい寄り添うように心がけています。



当院には、社会福祉士（医療ソーシャルワーカー）がられます。社会福祉士は、入院または通院している患者さん・ご家族の方が、安心して療養できるよう、生活する上での不安・医療費や仕事の心配などの問題をともに考え、社会福祉の立場から解決への支援を行っています。さまざま

な福祉制度や利用の支援をするだけではなく、患者さん・ご家族の方から持ちを十分にうかがい寄り添うよう心がけています。



糖尿病の食事療法は、過食や偏食をせずに正しい食習慣を身につけることです。食事療法を長く続け、上手に血糖コントロールをすることで、網膜症などの合併症を防ぐことができます。栄養課では、毎月行われている糖尿病教室の一環として、同じ糖尿病の仲間たちと楽しく食事療法を学んでもらうために、バイキング形式の食事会を開催しています。管理栄養士が、本

日の献立、食事の食べ方、食事バランスを説明した後、個々に合わせた指示量で選び、食べることで食事療法の理解がより深まり実践に繋がっています。さる12月13日（金）の糖尿病教室では、食生活が乱れやすいお正月にあわせ、お正月料理の特別バージョンの食事会を開催しました。参加された方は、お雑煮やきんとん、黒豆・紅白なますなど、たくさんのお正月料理の中から、自分にあった食事を選びました。料理の味付けや作り方などの質問や「今年は黒豆を食べられない」と思つたけれど、「これなら食べられるね」「お餅はこれぐらいか…いつもより少し減らさないとね」など、家族や仲間同士で話しながら笑顔で楽しみ学んでいました。



楽しく学ぼう、糖尿病の食事療法

スタッフ紹介
コーナー

**患者さんの困りごとを解決、支援する
社会福祉士（医療ソーシャルワーカー）**

機関の紹介と手続きのお手伝いをしています。時には施設の情報提供を行なうこともあります。生活でお困り事がある時、福祉制度の利用をしたい時は気軽に声をかけください。

**福祉制度利用で、
退院後も安心。**

インフルエンザの季節到来!

マメに手洗い、マメにマスクで しっかり予防♪

手洗いというと、「何となく洗っている」という人が多いのではないか？ インフルエンザに気をつけたいこの時期、感染予防のため、そして清潔な暮らしのために、手洗いとマスクのポイントをしっかり覚えましょう。

手洗いのコツ！

- 流水で手を濡らします。
- 石けんをしっかりと泡立てます。
- 泡立てた石けんで手を洗います。



手洗いやマスクをすることで、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症の予防ができます！



田中真理子さん
(感染管理認定看護師)



- 流水で十分に石けんの泡を洗い流します。

豆知識
石けんが残っていると手荒れの原因になるのでしっかり洗いましょう。

荒れてカサカサになった肌には菌が侵入しやすくなり感染の原因になるので、しっかりと保湿することも大切です。しっかり手を洗ったあとにはハンドクリームなどで保湿も忘れずに！

マスク着脱のコツ！

- つけるとき
ノーズワイヤーを鼻の形にあわせて、ブリーツを伸ばしてあごの下までしっかりとカバー。
- はずすとき
不織布の部分はさわらないように、ひもを持ってはずす。

