

はやほや

Japanese Red Cross Fukui Hospital

福井赤十字病院広報誌

vol. 043

平成25年7月発行



日本赤十字社

Japanese Red Cross Society

福井赤十字病院



目を開いて、輝かしい人生を…!
まぶたが垂れる病気の治療

年に一度のもっとクロス!
赤十字フェスティバル開催

～スタッフ紹介シリーズ～
クラーク(医療事務) & ベッドセンター

人工股関節教室開催 ホームページリニューアル ヨガセラピー開催
お産をされた方へのプレゼント! 夏レシピ

年に一度のもつとクロス!

雨にもかかわらず
多くの方々が来場!

5月11日(土)、日本赤十字社

福井県支部、福井赤十字病院、福

井県赤十字血液センターの3施

設合同で、「もつとクロス! 赤十

字フェスティバル」が開催されま

した。赤十字の活動をより深く

知つてもらおうと毎年開催して

いるこのイベント。今年はあいに

くの雨でしたが、たくさんの方に

来場いただきました。会場となっ

た福井赤十字病院では、看護師

による骨密度や血管老化度な

どの測定や、いざという時に役立

つAEDの使い方や応急処置の

体験など、様々なコーナーを設置。

参加した子供たちも救護服や、

ナース服を着ての記念撮影や、輪

投げゲーム、折り紙教室などで樂

しんできました。また、駐車場

内では「被災地復興市」と題して、

宮城県石巻市の特産品の販売や、

ご当地名物「石巻焼きそば」の実

演販売を実施。また、サブ会場と

なる福井西武の横では献血コー

ナーを設け、献血の協力を呼び

かけました。



**最高のパフォーマンスに
会場は大盛り上がり!**

午後からは特設ステージでのパフォーマンスショー。しかし、雨のため急きよ会場を屋外から講堂に変更し開催することになりました。少し残念な気持ちもありませんでしたが、パフォーマンスが始まるとそんな

気分も吹っ飛び! 地元のみり地区のチームによる迫力満点のYOSAKOI、子供から大人まで参加したチアダンスとモダンダンス。

青少年赤十字活動に参加している高校生のバンド演奏など会場を華やかに彩ってくれました。チアリーディングチームWENDYSのチアダンスでは「元気なダンス」に観客からはアンコールが起き、会場は大盛り上がり! また、毎年恒例の看護師長たちによるダンスユーニットBABAXILE(ババザイル)も登場。今年はTRFのダンササイズに合わせ踊りを披露しました。最後は宮城県石巻市雄勝町から駆けつけてくれた黒船太鼓保存会の和太鼓演奏。和太鼓の迫力のある音が講堂に響き渡りました。

参加してくださった方、フェスティバルを盛り上げていただきありがとうございました。





目を開いて、輝かしい人生を…! まぶたが垂れる病気

形成外科副部長 荒川篤宏



若いころに比べて瞼(まぶた)が重かったり、皮膚が垂れたりで見える範囲が狭いなど、夜になるとなんだか暗くて見えにくいなどと感じたことはないでしょうか。旦那さんの顔を見てなんだか瞼が年取ったなと思うことはないでしょうか。それは「眼瞼下垂」かもしれません。眼瞼下垂とは読んで字の如く眼瞼(まぶた)が垂れる病気で、定義では「瞳孔中央から瞼縁まで3.5mm未満つまり、黒目のど真ん中から瞼の縁までが3.5mmない場合が眼瞼下垂となります。

瞼が垂れる原因はいくつかあります。まずは瞼を上げる筋肉の緩みです。年月を経ることで瞼を上げる筋肉が緩んでも、拳かりにくくなります。花粉症などのアレルギーで瞼を頻繁にこする癖のある人や、ハードコンタクトレンズを長く使用している人の場合は、まぶたの裏側の筋肉が擦られて緩んでしまい拳がりにくくなります。花粉症があります。生まれつき筋肉が弱

く瞼が挙がらない人もいます。ほかの原因としては皮膚のたるみがあります。年を取ることで瞼の皮膚が余って垂れて見えます。余った皮膚がまづげの生えているところを超えて垂れ下がり、黒目にかかるてくることで視界が狭くなります。30代以降少しづつ余ってくるよ

うです。二重まぶたの人の場合は二重の畳み込まれるところである程度皮膚の垂れが妨げられるため、皮膚の垂れによる視野障害は一重まぶたの人で特によく見られます。

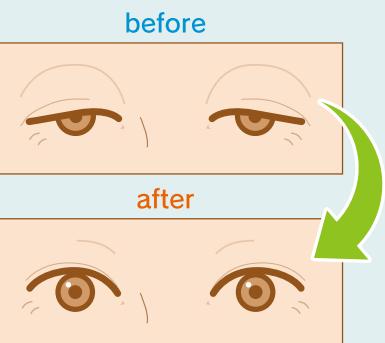
瞼が垂れる(挙がらない)ことにに対する治療はそれぞれ原因によって方法は異なりますが、大きく分けて3種類の方法があります。まぶたを上げる筋肉を引き締める方法、余った皮膚を切除する方法、瞼を上げるのをおでこの筋肉に助けても余っている皮膚を切り取ります。二重瞼ではない人は二重になります。まぶたを上げる筋肉を引き締める方法、余った皮膚を切除する方法、瞼を上げる力で瞼が挙がるようになります。

人間の五感のうち視覚から得られる情報量は83%という話もあります。カメラもレンズが大きくなるほどたくさんの情報を写し取ることができます。ですが、人間も瞼が下がるとそれだけ目から入ってくる情報量

のところが眉毛のすぐ下で皮膚をとります。

瞼の筋肉がゆるんできた人は筋肉が縮んでもその力が瞼にうまく伝わりません。そのため筋肉を引き締める手術を行い、筋肉の力がちゃんと瞼に伝わるようにします。

眼瞼下垂の手術は保険が適用されますが、一般的な三割負担の方で両側を合わせて5万円弱掛かります。費用は高いですが世界は明るくなりそれに見合った効果は得られます。ご自分で、奥さんでも、旦那さんでも瞼が重そうであれば手術を考えて見られたら如何で応させていただきます。



ホームページをリニューアルしました

平成25年5月1日からホームページをリニューアルしました。

リニューアルしたホームページのトップページには、理念と基本方針に基づいた写真を大きく表示し、病院のイメージを伝えるようにしました。また、ホームページを利用される患者さ

んや連携医療機関の皆さん、目的の場所にたどりつきやすいように、大きいアイコンで表示するなど、レイアウトを変更いたしました。

どうぞ新しくなったホームページをどんどん見て下さい。

病院機能評価を受審し、認定を更新しました

当院は、病院の質を向上させることを目的として、公益財団日本医療機能評価機構の評価を受けました。その結果、平成25年6月7日付で認定証が交付されました。今後もより一層、患者さんが安心して適切な医療を受けることができるよう、努力を続けて参ります。



人工股関節教室を開催します

人工股関節つて何? 脱臼しないためにはどうすればいいの? そんな方々の疑問を解消します。参加費は無料です。多数のご参加をお待ちしております。お申込みは整形外科外来、リハビリテーション科、2・7病棟までお気軽にお申し込み下さい。

平成25年10月22日(火)

14:30~16:30(受付14時から)
場所/福井赤十字病院 栄養棟3階講堂

「股関節疾患と人工関節手術について」
～人工股関節全置換術を受けられた患者さんへ～
整形外科部長/浅野 太洋

「人工股関節脱臼防止について」
～脱臼しにくい日常生活動作を身につけよう～
理学療法士、看護師

入院患者さんのすぐそばに…

「クラーク（医療事務）」

**私達「クラーク」を
知つてください。**

病棟にも入院担当の医療事務があります。看護ステーションの片隅にパソコンに向って座っているのが私たち、通称クラークと呼ばれるスタッフです。

医師や看護師がカルテに記載した医療行為を医事システムに取り込み、保険診療のルールに則り計算した請求書の作成や、患者さんの入院から退院までの治療や検査に加え、さまざまな医学的管理、保険請求のための文書も作成。それらを適正に漏れなく請求するのが、クラークの主な業務です。医師や看護師も請求に関することをすぐにクラークに尋ねることができます。しかし最大の利点は、入院患者さんの身近にいることで、患者さんのご要望に即、応えられることです。

病気のことはもちろん、医療費負担

の心配など、不安を抱えての入院生活に少しでも安心感を持つていただけます。看護ステーションの片隅にパソコンに向って座っているのが私たち、通称クラークと呼ばれるスタッフで所にいます。医療費に対するさまざまな疑問や支払いについて不安があります。医療費に対する不安があります。医療費に対する不安があります。



医療を支える
現場を
CHECK!

「ベッドセンター」

いつも清潔に、常に安心を…

「ベッドセンター」のスタッフは、毎日患者さんをはじめ、医師、看護師たちが選ぶ日本の旅館に33年連続1位に選ばれている「株加賀屋」から、客室係教育担当の長子氏（本名／岩間慶子氏）を講師に迎え、「おもてなしの心」先代女将に学んだこと」というテーマでお話いただきました。参加人数は地域医療機関の方を含め、350名を超ました。



これが大型の洗浄機!!
清潔なベッド＆マットレスをお届けします！

接遇研修会を開催



身体を動かしてリラックス! 乳がん患者のヨガセラピー開催

平成25年6月9日(日)に、「乳がん患者さんのためのヨガセラピー」を開催しました。消化器外科医である齊藤素子先生による協力いただき、がん患者さんの不安を軽減するために有効な呼吸法など、呼吸法を中心のヨガを行ないました。参加された40名の皆さんにはリラックスした時間を過ごされました。

参加した方からは「とても落ち着

き、リラックスできました」「ゆっくりと体が伸びて気持ちよかったです」「体がほぐれ、気分もよくなりました」「ヨガは初めての体験ですが、わかりやすくて動きやすかったです」などの声が寄せられました。

次回は8月11日(日)に開催しますので、乳がん患者さん以外の方でも興味のある方はぜひご参加ください。



お産をされた方へ! 手作りカードのプレゼント!



当院でお産をしたお母さんに、ボランティアさんが作成した手作りのメッセージカードを送っています。

一枚一枚手作りのカードで、受け取った方は、「記念になります!」「心のこもったカードありがとうございます!」「心が温くなりました。」「子どもが大きくなつたら見せてあげたい!」「これからもいろんな方に元気を上げてください」など、多くの感

動の声が返されています。

ボランティアさんはいただいた声を胸に、「より一層の作品への思い入れが強くなつた」と語り、「一つひとつ作品の精度をより向上させよう」と、作品作りに一所懸命な様子でした。

今後当院でお産をされる方、手作りメッセージカードが届いたら手に取つてみてください。ボランティアさんの心からのお祝いの気持ちがぎゅっと伝わるはずです。



次回開催についてのご案内

開催日時／8月11日(日)10:00～11:30
会場／栄養管理棟3F講堂
問い合わせ／がん診療センター
☎0776-36-3630

栄養課
おすすめ!

夏のレシピ 〈梅ゴーヤのそうめん〉

作り方

- ①ゴーヤは縦半分に切り、スプーンで種と白い綿をとり薄切りにした後、塩もみする。
- ②梅干しは種をとり、みじん切りにする。きゅうりは斜め薄切りにし、細切れにする。トマトはくし形に切る。卵はゆで卵を作り、半分に切る。
- ③沸騰したお湯に、①のゴーヤを入れ1分ほど茹でる。水にさらして粗熱をとり水気を絞り、梅干しで和える。
- ④器にそうめん・だしつゆ・付け合わせ野菜を盛り付ける。



材料

●1人分

乾そうめん……70g、だしつゆ……150ml
<付け合わせ>
ゴーヤ 30g、梅干し 5g(1粒)、きゅうり 20g、
トマト 40g、ゆで卵 25g(1/2個)

エネルギー

●1人分

エネルギー	……334kcal	ビタミンB2	……0.18mg
たんぱく質	……11.5g	ビタミンC	……32mg
脂質	……………3.5g	食物繊維	……3.4g
炭水化物	……61.0g	塩分	……2.1g
ビタミンB1	……0.10mg		

栄養ポイントはココ!

暑い夏は食欲不振となり、食事を冷たい麺類だけで済ませ、十分な栄養が摂れず、体がだるくなりがちです。このような夏バテ防止や疲労回復にはビタミンCが欠かせません。今回使用した夏野菜であるゴーヤには、ビタミンCがこの1品で1日の推奨量(100mg/日)の1/3を摂取することができます。ビタミンCは、加熱により壊れやすいビタミンですが、ゴーヤに含まれるビタミンCは、加熱しても壊れにくい特徴があります。また、梅肉で和えることにより、梅干しの酸味が胃酸の分泌を促し、食欲を増進してくれます。夏は普段よりも栄養バランスを考えて、冷たい麺だけでなく、薬味や付合せを足すように工夫するとよいでしょう。

お知らせ

平成25年5月13日にコンビニローソンが開店しました。お弁当や飲料などの一般店舗の商品の他に、銀行キャッシュカードが取扱可能なATMを設置しており、平日だけではなく、土日・祝日も利用可能です。その他、宅配便や公共料金の支払いも行っておりますので、ぜひご利用ください。

ローソン福井赤十字病院店

営業時間／【平日】7:30～20:00
【土・日・祝】8:00～19:00
場所／患者情報室「スマイル」側、南玄関からすぐ



今回の表紙

今年もすずらんの寄贈がありました。

日本赤十字社の入院患者さんを励ますために、また幸せが続くようになると、全日本空輸株式会社(ANA)グループのご厚意により、すずらんの寄贈がありました。当院への寄贈も今年で53回目。客室乗務員の西村千夏さんが看護師とともに病棟を回り、「早く良くなつてね!」と声をかけながら患者さんに手作りのしおりを渡しました。小児病棟の患者さん達もうれしそうに受け取っていました。



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。

〒918-8501 福井県福井市月見2丁目4番1号
TEL.0776-36-3630代 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。