

あさなぎ版

第21号
季刊発刊



新年の御挨拶 理事長 黒田 昌宏

新年あけましておめでとうございます。当院ではこの2年間、電子カルテ導入とその慣用化に努めてまいりました。これを使うスタッフには自身の手足の様なツールになったと同時に、画像及び検査データ等が一元管理出来る様になり、これで患者様への多様な対応が適切にできるようになりました。また、昨年六月より稼働しました64列CTスキャンは従来型に比べ撮影能力が上がり、さらには専門医による読影もあり当院においての画像診断能力は格段に向上しているものと自負しております。今後も各職員の自己研鑽に加えこれらハード面の強化を行い、より高いレベルの診療を目指す所存です。

今年未年。未熟の「未」という意味があり、また群れを成す羊は家族の安泰を示し、いつまでも平和に暮らすことを意味しています。これは最も当院に当てはまると思われます。今年も宜しくお願い致します。

第6回あさなぎフォーラム大盛況!



今回のテーマは「忙しくてでもできる健康管理」。普段から健康には関心があっても忙しくてなかなか行動に移せない方々にも興味を持っていただけるよう各担当者が知恵を絞っていた企画しました。結果は大好評!「糖尿病に対して本音で語り合えた」「便秘体操続けられそう」「試食美味しかった」等うれしい言葉をたくさんいただきました。検査コーナーでも測定値に一喜一憂する姿が...結果が怪しかった方はあさなぎでの詳しい検査と継続した治療をお勧めいたします。健康は自己管理が重要です。今回の反省、改善点を今後に活かし更に皆様の健康維持に貢献できます様今後も続けていきます。最後に成美保育園の皆さん!ありがとうございました。来年もまた来てね!

(なりきりドクター)

(山口 徳子 看護部長)

クリスマス会



毎年恒例となったクリスマス会でのハンドベル。本番では練習とは違った緊張感の中で、自分のパートのハンドベルを鳴らすことに集中しすぎて、演奏を聴いてくださっている方々の様子を見る余裕がありませんでした。しかし、演奏が終わり皆様からの大きな拍手をいただいた瞬間、緊張感から解放され、皆様の温かい笑顔が見えとてもうれしく思いました。

歌謡ショーでは、皆様がしんみりと歌を聴き入って涙を浮かべたり、楽しそうに大笑いしながら手拍子をして、盛り上がってくださいました。特に入院患者様の普段はあまり見られないような明るい表情に、達成感を得ることができました。

各々の忙しい時間帯が異なるため、なかなか集まることのできないイベント担当者が週に一度練習している間、業務のサポートをしてくれたスタッフと、見に来て下さる患者様と家族の方々あつてのイベントです。

今後もあさなぎ病院全体で協力し合い、患者様や家族の方々に楽しんでいただけるひとときを、提供できればと思っております。

(イベント委員 梅田 恵美 看護師)



(窪田 ますみ 看護師)

冬の感染予防



冬季の代表的な感染症としてインフルエンザとノロウイルスがあります。インフルマスクの着用、手指衛生が必要です。当院では、職員全員で流行状況を把握し積極的に予防接種を行い感染拡大予防策をとっています。ノロウイルスは接触感染で、手指衛生と環境整備が大切です。ドアノブなど高頻度で接触する面を次亜塩素酸ナトリウムで清掃する必要があります。院内は最低1日3回は清掃を実施しています。手指衛生での注意として、擦過式手指消毒剤はほとんどの微生物(ウイルスを含む)を除去できますが、ノロは石鹸と流水による手洗いが必要ことがあげられます。

感染といえは昨年はエボラ出血熱が注目されました。高熱と出血傾向を主症状とし、感染源は自然宿主です。致死率が高く原則として富山県では県立中央病院への入院を勧告しています。人種多様化や観光者も増えたことなどから、感染経路をすべて遮断することは不可能ですが、病原体の特徴を知ること適切な予防策をとることができ、一人一人の意識が予防になります。

(春日 絵美 看護師)

十四歳の挑戦



平成二十六年度社会に学ぶ「十四歳の挑戦」が十月二十七日から始まり、当院には志貴野中学より四名が五日間職場体験に訪れました。初日は緊張して強張っていた表情が最終日には笑顔が見られる柔らかい表情へと変わりました。生徒たちは次第に自発的に活動するようになり、担当者も色々な事を教えたという気持ち膨らみ一緒に笑顔になりました。様々な職種の人について医療が成り立っている事、また相手の立場に立って考える大切さなど、五日間の活動を通して学んだたくさんのお話を、これから生活に活かしてほしいと思います。

サバ水煮缶を使って



簡単にできて、一品増やしたいなという時にお勧めです。非常食にと買ってある魚の水煮缶を使って、大根を煮ます。今回はサバ水煮缶を汁ごと使って、サバの栄養を丸ごといただきます。DHA・EPAが豊富なので、動脈硬化の予防も期待できます

★ 大根煮 ★

《材料》(四人分)

サバの水煮缶(汁も) 1缶

大根 1/4本

ごま油 小さじ1

醤油 大さじ1

みりん 大さじ1

酒 大さじ1

生姜(すりおろし) 適量

万能ねぎ たっぷり

154 kcal
塩分 1.0g

《作り方》

- ① 大根は、厚めのいちよう切りにする。大根とサバ水煮缶を鍋に入れ、水とaを入れ、柔らかくなるまで煮る。
- ② 仕上げにごま油を入れ、さつと煮たてる。
- ③ 皿に盛りつけ、小口切りの万能ねぎをたっぷりとかける。
- ④ できあがり。

◇ポイント◇

サンマ缶やイワシ缶でもおいしくできます。味がついていても作れますが、その分調味料を調節して入れてください。



(栄養士 本間 めぐみ)

スタッフより

新任 看護師 高柳 良芽
新任 看護助手 田岡 ひとみ

編集部より

新年あけましておめでとうございませう
今年も飛躍の年にしましょう!

