

COCORO NEWS

ココロ通信

2019年

8月

Vol★88

夏号

TOPICS

- 西大寺健康ふれあい祭り2019
- 永年勤続表彰
- 第64回日本透析医学会学術集会・総会
- 熱中症対策・レシピ
- 新しい風
- 地域連携室だより



社会医療法人 盛全会

岡山西大寺病院

〒704-8194

岡山市東区金岡東町1丁目1番70号

086-943-2211 (代表)

086-943-2212 (FAX)

<http://www.saidaiji-hp.or.jp>

西大寺健康ふれあい祭り2019

In 日立養カセンター
令和元年7月27日(土)



迫力のある
西大寺会陽太鼓に
圧倒されました。



学芸館高校合唱部から
美しい歌声の披露！

西大寺健康ふれあい祭り



ビンゴ大会では
豪華な景品もあり
大変盛り上がりました。



理事長の
マジックショー！

近隣の皆様のご協力により、
利用者様とご家族が楽しい時間を
過ごすことができました。

永年勤続表彰

今年は38名の方が表彰されました!



周りのスタッフの方々に支えられ、5年が経ちました。栄養のことは管理栄養士へ不安なく任せていただけるよう、今後も日々勉強いたします。今後ともよろしくお願いいたします。

管理栄養士 伊藤奈穂



とても働きやすく、わきあいあいとした雰囲気の職場で5年間続けることができました。これまで透析、内視鏡、オペ室など幅広く業務に携わらせていただき、いろいろな経験ができました。これからも患者さんに寄り添い、より良い医療を提供できるように頑張りたいと思います。

臨床工学技士 杉田遼真

第64回

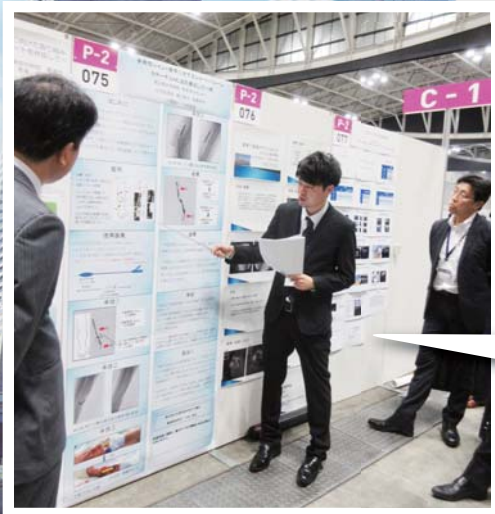
The 64th Annual Meeting of the Japanese Society for Dialysis Therapy

日本透析医学会学術集会・総会

2019.6/28(金)▶30日 パシフィコ横浜

令和元年6月28日～30日の3日間、第64回日本透析医学学術集会・総会に参加しました。今回、臨床工学技士2名が透析シャントPTAに関する演題発表を行いました。発表後は、様々な質問や、ご意見を頂き、更に自分達の知識を深めることが出来ました。

本学会では、一般講演、ポスター発表、企業展示などがあり、最新の医療機器の取り扱いの体験や、腹膜透析に関する発表を聴き、知識を得ることができました。今後もこのような会に積極的に参加し、最新の医療機器や治療についての知識を深め、より良い医療を患者様に提供できるよう、努めていきます。



熱中症について



総合内科専門医
井久保 卯

～『災害級の猛暑』と言われた今年の夏は、熱中症による死亡者数が
全国で**1518人**に達しました。今回はその対策を考えましょう。～

★熱中症とは

『高温環境のため体温の調節ができなくなった状態』

⇒ **高体温** + **脱水**



★熱中症の重症度と症状および対処

分類(重症度)	従来定義	症 状	対 処 法
I度 (軽度)	熱痙攣 熱失神	四肢や腹筋などに痛みをともなった痙攣(こむら返り) 立ちくらみ(数秒程度の失神)	食塩を含んだ水分(スポーツドリンクなど) 補給で、通常はすみやかに回復。
II度 (中等度)	熱疲労	強い疲労感、めまい、頭重感、嘔気、嘔吐、下痢、体温上昇など幾つかの症状が重なり合う。 ☆ 放置又は、誤った判断により重症化し、III度へ移行する危険性を伴う	I度の対応に加え、アイスパックで腋の下などの太い動脈部位を冷却する。吐き気や嘔吐で経口的に水分補給ができない場合は、 医療機関 で点滴を⇒III度への悪化も考え、回復しても 医療機関 に受診したほうが良い。
III度 (重度)	熱射病	意識障害、おかしい言動や行動、過呼吸、ショック症状等がII度の症状に重なり合う 深部体温(直腸温) 39℃以上 ☆ 重篤で血液が凝固し、多臓器不全で死亡する危険が高い	死亡する可能性の高い緊急事態。体を冷却しながら、一刻も早く 医療機関 (専門機関が望ましい)へ運ぶ。いかに早く体温を下げて意識を回復させるかが生命予後を左右するため現場での救急処置が重要。

★熱中症の治療の基本

休息
(rest)

水分補給
(water)

冷却
(ice)

- ①換気のよい場所で安静にして体温を下げる
- ②常温またはぬるま湯をふりかけて強い風を送る(消毒用アルコール噴霧も可)
- ③重症(意識低下あり)の場合は救急車を呼びながら①②を行う



★熱中症の予防には

- まずは暑い環境に慣れよう(熱中症は梅雨明けに多い)
- 適切な水分補給(こまめに水分・塩分補給を)
- 体調不良の時は無理しない/させない(下痢/発熱/疲労/二日酔いなど)
- 工作中、熱中症の前兆を感じたら思い切って仕事をやめる/やめさせる(体が思ったように動かない、ボーっとする、手足の感覚がおかしい)



夏バテを予防するには？

1日3回よく噛んで食べ、十分な睡眠、運動をしましょう。
汗をかいたらしっかりと水分補給をしましょう。

ビタミン B1

ご飯やパン、麺類などの糖質をエネルギーに変えるには豚肉などに含まれるビタミンB1が必要です。

ビタミン C

暑さなどのストレスでビタミンCが消費されやすくなります。積極的に摂るよう心がけましょう。夏野菜にも多く含まれます。

香味野菜 香辛料 酸味

食欲がない時は香辛料、ねぎ、みょうがなどの香味野菜や酸味を活用しましょう。

冷やしそうめん



そうめんやうどんなどの麺類だけで済ませると栄養バランスが偏ってしまいます。
たんぱく質（肉、魚、卵など）や野菜を添えるようにしましょう。

材料(2人分)

そうめん	…200g	★豆乳	…2 カップ
豚バラ	…80g	★顆粒だし	…小さじ 1
きゅうり	…1/2 本	★すりごま	…大さじ 2
豆腐	…1/2 丁	★味噌	…大さじ 2
大葉	…2 枚		
みょうが	…1 個		
ミニトマト (お好み)		ラー油 (お好み)	

作り方

- ①ボウルに豆腐を入れ、フォークの背などで荒めにつぶし、★の材料をすべて入れて冷蔵庫で冷やす。
- ②きゅうりは薄切り、大葉とみょうがは千切りにする。豚バラは茹でて冷水にとり、荒熱をとっておく。
- ③そうめんを茹でて、茹で上がったならザルに移し、流水で締める。
- ④お皿にそうめんをいれ、①を入れて豚バラ、大葉、みょうがを飾る。

カラオケ健康教室のご案内

日時 第3土曜日 14:30～15:30

場所 第3会議室

今後の予定

8月17日 『肺がん』

9月21日 『糖尿病』

※都合により変更する場合がございます。

お気軽にご参加ください♪

参加
無料



新しい風

—2019年度新入職員のご紹介—



理学療法士
たなか だいき
田中 大貴

まだまだ分からないことが多いですが、先輩方に丁寧にご指導して頂き、少しずつ業務にも慣れてきました。患者様の生活を意識したりハビリを行える理学療法士を目指し、普段から患者様とのコミュニケーションを心掛けています。至らない点が多々あると思いますが、患者様の力になれるよう頑張ります。



看護師
ながお
長尾 すみれ

入職して3ヵ月が経ち、職場の雰囲気にも慣れてきました。毎日忙しいですが、楽しく患者様と関わらせて頂いています。入職時に比べ、日々出来るケアや処置が増え、少しずつですが自分の成長を感じることが出来ています。これからも先輩方にご指導して頂きながら、早く一人前になれるように頑張ります。



作業療法士
にった はるか
新田 晴香

担当の患者様を受け持つようになり、より一層責任感を感じながら日々の業務に励んでいます。作業療法士としては、患者様の不安な気持ちに寄り添うことや、患者様一人一人のライフスタイルに合わせた訓練を行う事を心掛けています。今後も知識や技術の修得に努め、患者様に信頼される作業療法士になれるよう頑張ります。



総務課
もりちか りくと
森近 輪駆人

4月から社会人となり、まだ失敗も多いですが、先輩方に指導して頂きながら日々の業務を行なっています。少しずつできる業務が増えており、今では楽しく仕事が出来ています。総務課は患者様との関わる機会は少ないですが、患者様・病院のために縁の下の力持ちとして頑張りますので、これからよろしくお願ひします。



地 域 連 携 室 だ よ り

ケアマネジャーをご存じですか？



こんなことに迷ったら、私たち
ケアマネジャーにご相談ください！



『私たちは介護の相談窓口です。』
介護の不安やお悩みのある方、介護認定を受けていない方等お気軽にご相談ください。
まずは、お電話☎086-944-5641
お待ちしております。

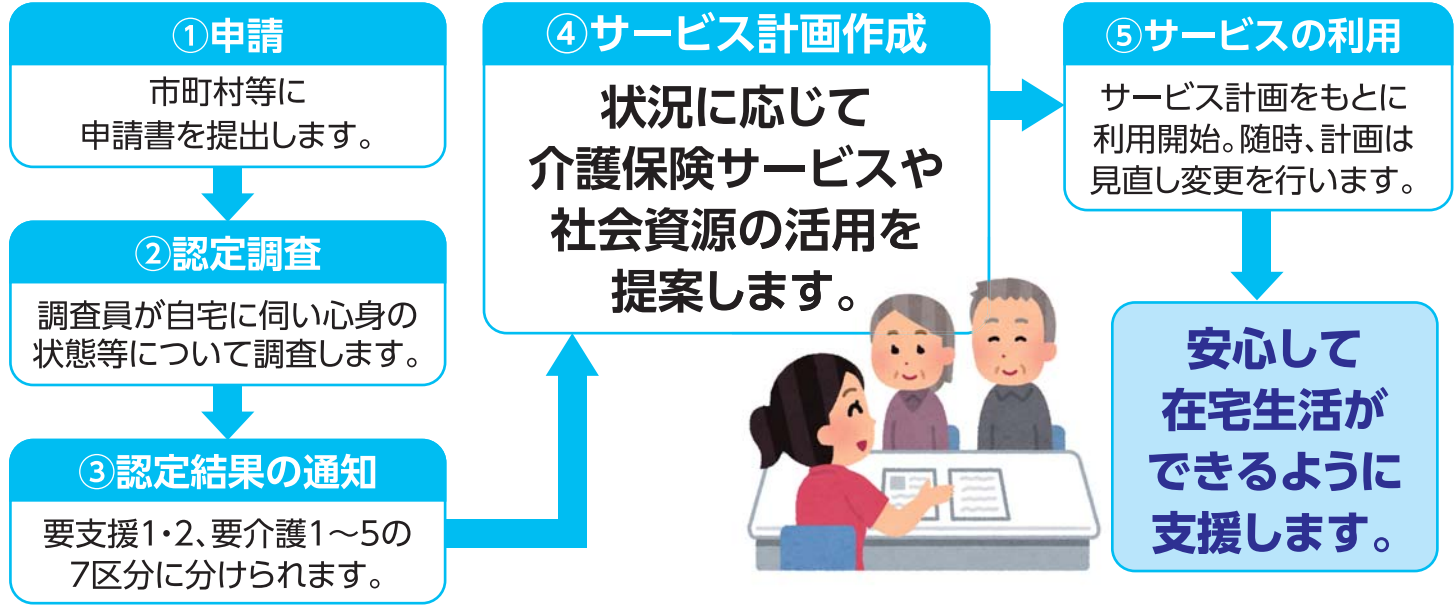
一経路案内

正面玄関右の駐輪場を左へ曲がると正面に西大寺指定居宅介護支援事業所の入り口があります。



西大寺指定居宅介護支援事業所 (岡山西大寺病院内)
対応時間／平日 8:30～17:30 TEL.086-944-5641

～介護保険サービス利用までの流れ～



外来診療表

○受付時間：午前 8:30～11:30 午後 14:30～16:30
 ○診察時間：午前 9:00～12:00 午後 15:00～17:00
 ○お問合せ：086-943-2211(代表)



社会医療法人盛全会

岡山西大寺病院

管理者 院長 花川志郎

更新日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
2019/8/1	小林直哉 小橋雄一	小西洋 中尾博之	小橋雄一 塚原紘平	小橋雄一 塚原紘平	小林直哉 徳増一樹	小林直哉 小西洋	小橋雄一 小西洋	小橋雄一 小西洋	小林直哉 小橋雄一 梶岡裕紀	小西洋 梶岡裕紀	小林直哉 小橋雄一	小林直哉 小橋雄一
内科	井久保卯 小崎佐恵子	小林敬子	小林敬子	井久保卯	井久保卯	井久保卯	小林敬子	小林敬子	井久保卯 大西尚子	井久保卯	井久保卯	井久保卯
整形外科	花川志郎 綱島敬 近藤宏也 河村顕治	北村亜以 担当医	花川志郎 綱島敬 塩田陽子	花川志郎 中田英二	花川志郎 綱島敬 齋藤太一	綱島敬 原田良昭 北村亜以	花川志郎 塩田陽子 佐藤嘉洋	花川志郎 依光正則 那須義久	花川志郎 綱島敬 塩田陽子 河村顕治	花川志郎 原田良昭 北村亜以	花川志郎 原田良昭 塩田直史 高橋雅也 山内太郎	綱島敬 原田良昭 塩田直史 高橋雅也 山内太郎
脳神経外科	担当医	菱川朋人 第1/3/5	担当医	担当医	伊達勲	担当医	担当医	担当医	島津洋介	島津洋介	杭ノ瀬昌彦	杭ノ瀬昌彦
心臓血管外科	皮膚科 太田知子 循環器 中山理絵	皮膚科 太田知子 循環器 中山理絵	呼吸器内科 田端雅弘 循環器 村上正明 腎・糖内科 大西康博	呼吸器内科 田端雅弘 循環器 村上正明 腎・糖内科 大西康博	皮膚科 森美真 循環器 角南春樹 外科 田邊俊介	リウマチ内科 佐田憲映 予約制 スポーツ整形 根津智史 第1 岡崎良紀 第2 島村安則 第3 岡崎良紀 第4	乳腺科 岩本高行 外科 前田直見	皮膚科 太田知子 形成外科 松本洋	皮膚科 太田知子 形成外科 松本洋	皮膚科 太田知子 形成外科 松本洋	皮膚科 太田知子 形成外科 松本洋	皮膚科 太田知子 形成外科 松本洋
専門外来	腎・糖内科 大西康博	腎・糖内科 大西康博	腎・糖内科 大西康博	腎・糖内科 大西康博	外科 田邊俊介	泌尿器科 河村香澄 呼吸器外科 豊岡伸一 杉本誠一郎	泌尿器科 河村香澄 呼吸器外科 豊岡伸一 杉本誠一郎	泌尿器科 河村香澄 呼吸器外科 豊岡伸一 杉本誠一郎	泌尿器科 河村香澄 呼吸器外科 豊岡伸一 杉本誠一郎	泌尿器科 河村香澄 呼吸器外科 豊岡伸一 杉本誠一郎	腎・糖内科 喜多村真治 神経内科 小坂田陽介 表芳夫 眼科 長谷部聡	腎・糖内科 喜多村真治 神経内科 小坂田陽介 表芳夫 眼科 長谷部聡
内視鏡	担当医	末廣満彦	末廣満彦	末廣満彦	半井明日香	半井明日香	半井明日香	半井明日香	瀧上隆夫 半井明日香	瀧上隆夫 半井明日香	瀧上隆夫 半井明日香	瀧上隆夫 半井明日香
歯科	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕	園井教裕

※診療体制は変更する場合がございますので、事前に確認のうえご来院ください。(ただし緊急時を除く)