

こころ通信

2020年

2月

Vol★90

TOPICS

- 新年のご挨拶
- 謝恩忘年会
- 日本リハビリテーション医学会
- 冷え解消の運動と食事
- 花開く
- 地域医療連携

新年号



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>

謹賀新年



社会医療法人盛全会
岡山西大寺病院
理事長

こばやし

なおや

小林 直哉

謹賀新年、明けましておめでとうございます。
旧年は皆様に大変お世話になり、ありがとうございました。

中野本町より金岡東町へ本院新築移転してすでに4年半が経過いたしました。

当院は、屋上ヘリポート、電力および水の備蓄、防水扉といった災害対策のインフラが整備されており、昨年にはDMAT指定病院となりました。

今年は、岡山市東区で初めての災害拠点病院の取得を目指しております。
盛全会の2020年の標語は、^{りくりよくきょうしん}**「戮力協心」**でございます。

職員一致団結して、質の高い医療介護の提供を継続したいと思っております。

本年も何卒、よろしくお願い申し上げます。



社会医療法人盛全会
岡山西大寺病院
院長

はなかわ

しろう

花川 志郎

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は、皆様に大変お世話になり、ありがとうございました。

小林理事長のリーダーシップのもと職員一丸となって、マンパワーを充実させ救急医療の強化、安全安心な医療の提供に力を入れてまいります。

高齢化社会がさらに進み、【ロコモティブシンドローム、フレイル】が問題となってきました。リハビリテーションに力を入れ、寝たきりにならないための予防や運動指導には重点的に取り組みます。

介護支援などの地域のみなさまの安寧な生活への温かい応援を行えればと考えております。

本年もよろしくお願いいたします。

健康教室

参加
無料

日時 第3土曜日 14:30~15:30 場所 3階会議室

今後の予定 2月15日「心筋梗塞」 3月21日「脳卒中」

※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♪



社会医療法人 盛全会

謝恩忘年会

皆様方に支えられ、また一年を無事に終えることができました。

昨年は4月に小西先生、9月に池田先生を新たに迎え、岡山西大寺病院はより充実した医療を提供できるようになりました。

これからも地域の皆様に安心・安全の医療を提供できるよう、職員一同精進してまいります。



最後は花川院長の
一本締め！



社会医療法人盛全会 謝恩忘年会

令和1年12月28日 in ホテルグランヴィア岡山

第3回 日本リハビリテーション医学会 秋季学術集会 IN 静岡 2019年11月15日～17日

「One for all, All for one リハビリテーション医学の“**ちから**」」というテーマのもと、多くの医療関係者が参加・発表し、真剣な議論を交わしました。



当院からも5名が
参加し、2題の発表を
行いました。

大腿骨近位部骨折術後
患者の在宅復帰不可要
因の検討



作業療法士 畝木 恒士

大腿骨近位部骨折術後の
病棟における介助の質と
患者ADL改善の関連



看護師 梶山 貴司

学会には多くのコメディカルが参加しており、リハビリテーションに関わる様々な部門の発表がありました。学会で学んだことを取り入れながら、患者様一人一人に適しているアプローチを行い、一日でも早い退院を目指してまいります。

今年は**運動**と**食事**で**冷え**対策！

毎年の手足の冷えに悩まされている方も多いと思います。冷えは、手先や足先に血液が行き渡りにくくなる「末梢血行障害」が大いに関係しています。末梢循環障害になると血液が手足の先まで行きにくくなり、冷えを招いてしまうことになります。

そこで手足の冷えを改善する運動をご紹介します。



手のストレッチ

手のひらを押し出すように20秒キープ！を5～6回。



足のストレッチ

- ①膝を伸ばして座る。
- ②両足の指を大きく開いたり、グーを作るように閉じたりを繰り返す。余裕があれば、グー、チョキ、パーの足指じゃんけん挑戦！



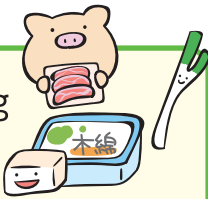
冬のあったかレシピ みそとしょうがの肉豆腐



私たちの体を温めてくれる生姜のパワーの秘密は、辛味成分「ジンゲロール」と「ショウガオール」にあります。冷えによって滞りがちになった血液の流れを良くして、体のすみずみまで血液を行き渡らせ、ポカポカと温めるとされています。

材料(2人分)

- 豚バラ薄切り肉 100g
- 木綿豆腐 1丁
- ネギ 2本
- A { だし汁(または水) カップ1½
- 酒 大さじ2
- しょうがのすりおろし 1かけ分
- B { みそ 大さじ2
- みりん 大さじ1
- 七味唐辛子 — 適量



作り方

- ①豆腐を4等分に切る。ネギは斜め薄切りに切る。
- ②鍋にA、豚肉を入れて強火にかけ、肉をほぐしながら煮る。煮立ったらアクを取り除き、2～3分煮る。
- ③Bを混ぜ加え、豆腐、ネギを加えて、中火で7～8分煮る。
- ④お好みで七味唐辛子を加えて出来上がり。



花開く

-令和元年度新入職員のその後-

自分の仕事の役割を理解し、業務に取り組めるようになってきました。先輩方にご指導をいただきながら自分でも工夫して仕事をするよう心掛けています。はじめは失敗も多く悩むこともありましたが、たくさんの方に助けていただきました。恵まれた職場にいることを自覚し、その環境を活かしてより一層、成長していきます。

総務課

もりちか わくと
森近 輪駆人



患者様やご家族様と今後の生活について話し合い、必要な訓練を的確に判断するよう努めています。また、患者様自身の能力向上を目指すとともに、より安全に生活して頂けるような環境作りにも配慮するよう心掛けています。今後も患者様のお役に立てるよう、日々努力していきます。

作業療法士

にった はるか
新田 晴香



看護師

さとう りか
佐藤 里佳



入職してから看護師として働くことに喜びを感じる反面、人の命に関わる重大な仕事であることを痛感しています。はじめは処置や手技を確認していただくことがほとんどでしたが、先輩方のサポートにより徐々に1人でできることが増えてきました。看護師として身体的な苦痛だけでなく、精神面への配慮ができるよう広い視野で患者様と関わっていきます。

理学療法士

たなか だいき
田中 大貴



私は理学療法士として身体機能面だけでなく、退院後の生活を意識したリハビリを行うよう心掛けています。そのため、入院前の生活やニーズを尊重し、患者様が安心して退院できるよう日々取り組んでいます。今後もさらに知識や技術を身につけ患者様に信頼される理学療法士を目指します。

医療連携を行なっている医療機関についてご紹介していくコーナー
今回は**城東ファミリークリニック**をご紹介します。



院長 榮本忠俊

平成8年6月に岡山市中区長利に内科小児科の外来及び、外来透析を標榜したクリニックとして開設させて頂きました。

クリニックのネーミングも、小児から中高年の方々まで幅広くファミリー的に関わっていきたいとの思いからでした。開業後、早23年経ちましたが、開業当初より抱いていた「医業を通じて患者さんの健康と幸福に貢献する」という理念は今も変わりはありません。

これからも日々、地域の方々の健康増進に少しでもお役に立ちたいと思っております。



<クリニック外観>

内科 小児科 腎臓内科

城東ファミリークリニック

岡山市中区長利103-5

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30～12:00	●	●	●	●	●	●	—
15:00～18:15	●	●	●	—	●	—	—

※診療時間は午前9:00～、午後15:30～

休診：日曜・祝日



△透析室▽

第26回<城東ファミリークリニックとの地域医療連携>

中区で、小児から高齢者までの内科系の診療と透析医療を行ってられます。当院とは、透析の患者様を中心に入院治療が必要となった時の連携を行っています。できるだけ在院日数を短く、早期にリハビリ介入を行い在宅復帰をめざしております。

また、やさしい透析を提供し、患者様に安全な透析医療を継続して提供できるように連携を深めていきたいと考えます。



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)



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
2019/11/1	小林直哉 小橋雄一	中尾博之 小西洋	小橋雄一 野島剛 近藤健介	小橋雄一 野島剛	小林直哉 徳増一樹	小林直哉 小西洋	小橋雄一 小西洋 塚原紘平		小林直哉 小橋雄一 藤本卓也	小西洋 藤本卓也	小林直哉 小橋雄一 担当医
内科	井久保卯 小崎佐恵子	小林敬子	小林敬子 池田示真子	池田示真子	井久保卯	井久保卯	小林敬子 池田示真子		井久保卯 大西尚子	井久保卯	池田示真子
	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	綱島敬 原田良昭 北村亜以 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	予約のみ 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	綱島敬 原田良昭 塩田直史 高橋雅也 山内太郎
脳神経外科		菱川朋人 第1/3/5			伊達勲					島津洋介	
心臓血管外科	担当医	担当医			担当医	担当医					杭ノ瀬昌彦 第2/4
	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 森実真 循環器 角南春樹 外科 前田直見	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 田邊俊介		皮膚科 太田知子 形成外科 松本洋 腎・糖内科 木野村賢	皮膚科 太田知子 形成外科 松本洋 泌尿器科 河村香澄 呼吸器外科 豊岡伸一 杉本誠一郎	リウマチ内科 若林宏 循環器 吉田雅言 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 担当医
内視鏡	担当医		末廣満彦		担当医	担当医	瀧上隆夫 第1/3/5				担当医
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	畑中加珠		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）