



や げん 薬 研



※「薬研」とは、昔本院で漢方薬を調剤する際に、薬種を砕いたり、粉末にするために使用した器具で、正面玄関に飾ってあります。
※当院は①日本医療機能評価機構②人間ドック健診施設機能評価の認定施設です。

令和2年（2020年）新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

皆様と共に新年を迎えられることを、心から感謝いたします。

突然ですが、皆さんはもう年明けうどんは食べられましたか？

香川県はうどん屋の数は多く、その数は約600軒とされています。しかしそれだけのうどん屋がこの狭い香川県で共存できるのはなぜか？それは同じうどんでもそれぞれの店やうどんに特徴があるからではないでしょうか？これは私の個人的な意見ですが、病院も同じことが言えると思います。国は全国の病院を機能別に分ける方向で政策を進めています。つまり同じような機能を持った病院ばかりはいらないということです。

年号が平成から令和に変わるとともに私たちも以下のような特徴を持った病院に変革していこうとしています。

1) 病気や怪我の予防に力を入れる病院

人間ドックの充実。地域のコミュニティーでの予防のため講座をおこなう。

2) 訪問サービスを支援する病院

皆様の生活している場所に出かけていき生活のサポート、病気や怪我の防止の実践

3) 介護との懸け橋を充実させる病院

入院をされた患者様やご家族、地域のケアマネージャー、施設の職員等と密に退院後の話し合いを行う。また定期的に地域の介護を担当する方々と情報交換会を開く。

病気や怪我を治療することは当たり前ですが、それ以外にこのような当院独自の特色を出せるように今後、頑張る所存です。

さて、今年2020年は東京オリンピック・パラリンピックで日本中が盛り上がる事は間違いのないと思います。以前オリンピック誘致のとき瀧川クリステルさんの「お・も・て・な・し」というアピールがありました。私たちも「お・も・て・な・し」という相手の事を一番に思いやる気持ちを持ちつつ、キナシ大林病院が皆様に愛され、地域になくはならない病院となれるよう、職員一同より一層の努力を重ねてまいります。本年も皆様の暖かいご支援、ご指導を賜りますよう何とぞよろしくお願い申し上げます。



院長
まなべ たけし
真鍋 健史



今年はオリンピックが日本で開催されます。小生も26年間の永い放浪の旅から、キナシに戻って来たのが2011年で、今年はずっと10年目になります。当院は腎疾患・透析医療を主軸とする病院です。ここ10年で色々な治療法が、この透析領域では開発され、オンライン HDF が長い臨床研究の末、標準治療として保険診療で行えるようになったり、毎年のように新規開発された治療薬の臨床治療に携わる機会があり、寝る暇もないほど忙しくも楽しい日々でした。

これらのうち、数年前から新しい貧血の治療薬の治療薬を行っていましたが、これが丁度2019年のノーベル医学・生理学賞の「細胞の低酸素応答の仕組みの解明」で中心的役割を果たすHIF（低酸素誘導因子）というものの制御に着目した薬剤で、腎性貧血の治療に新たな世界を広げるものになりそうです。そういえば1987年に利根川進先生が日本人としては初めてノーベル賞を受賞してから2人目は2012年の山中伸弥先生、3人目は2015年の大村智先生、4人目は2016年の大隅良典先生、5人目は2018年の年の本庶佑先生と、なんと2010年代には4人ものノーベル医学・生理学賞の受賞者が出ており実り多い時代でした。この2020年代も有意義な時代になることを願います。



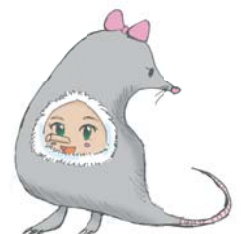
内科・透析センター長
おおば ひろあき
大林 弘明

病院の理念

- 患者さん中心の医療
- 高水準の医療の提供
- 地域の健康を支援する病院
- 働きがいのある職場づくり

患者・家族の皆様の権利

- 良質の治療を受け、安全が確保される権利
- 自己決定権および選択の自由の権利
- 尊厳を確保する権利
- 個人情報の機密保持と医療情報の開示を受ける権利
- 健康教育を受ける権利



人生会議

これまでの医療は「より長く」生きることを目的とされてきましたが、患者を取り巻く環境の変化、価値観の多様化などから、自分らしく最期を迎えたいと考える方が増えてきました。そこで2007年に厚生労働省により「終末期医療の決定プロセスに関するガイドライン」が作成され、2015年には「人生の最終段階における医療の決定プロセスに関するガイドライン」に改名し、高齢多死社会の進展に伴い、医療現場での存在感が増えています。

ガイドラインでは、人生の最終段階における医療・ケアの在り方として、「適切な情報の提供と説明がなされ、それに基づいて患者または利用者等と医療・ケアチームが話し合いを行い、患者の意思決定を基本とすること」が示されています。また、本人の意思は変化し得るものであり、医療・ケアの方針や、どのような生き方を望むか等を、日頃から繰り返し話し合うことの重要性が強調されています。

その人に専属した権利として「一身専属権」という言葉があります。たとえば結婚はその人本人のみが決定することができます。同じように医療行為の同意も一身専属性が高く、本人のみが行うことができるとされるものです。広範な代理権が認められている成年後見人が「できません」と言うのはそのためです。

では患者の意思が確認できない場合はどうすればよいのかもガイドラインに記載されています。家族や介護スタッフを含む重要他者と話し合いを行い、患者の意思を推定する作業を行うこととなります。介護スタッフまで含めたことが画期的であるとともに、それだけ社会のつながりの希薄化が進んでいると推測することもできます。ただ、意思を推定する立場に立った人にとっては、大切な人の命を左右する非常に重たい決断を担うという負担があります。だからこそ、日ごろからどのような生き方を望むかを確認しあうプロセスが大切となります。そうすることで、残された人の負担を軽減しながら本人が希望していた人生の最終段階に近づけることができます。

厚生労働省では、そのような話し合いを「人生会議」と名付けて普及・啓発に取り組んでいます。



地域連携グループ
医療ソーシャルワーカー
ふじさわ たかお
藤澤 孝雄



TRIANGLE

キナシデキゴトロジー



11月22日午後3時より、当院で献血が行われました。短い時間でしたが、13人が献血した。(受付18人)

あみれ
保育所
をよい

吐く息が白く、本格的な冬の訪れを感じるようになりました。

今年もサンタさんが来てくれました。少しドキドキしながらもプレゼントをもらって大満足の子どもたちでした。



■キナシ大林病院における様々な出来事に対して、多方面の「角度 (ANGLE)」から意欲的に接近しようとする試み (TRY)
■病院の立地→「川」「鉄道」「道路」に囲まれた、「トライアングル (TRIANGLE) 地帯」

副院長
くろずみ ひろあき
黒住 泰明

ドクタークロズミの
答への「ない話」



皆さんはマズローの欲求5段階説というのをご存じでしょうか? マズローは20世紀前半に活躍したアメリカの心理学者です。彼は人間の欲求 (欲望) を5段階に分けて説明しました。

第一段階から順に生理的欲求 (食欲、睡眠欲など生物としての根源的な欲求)、安全の欲求 (安心して暮らしたい)、所属と愛の欲求 (家族や友人を作りたい)、承認欲求 (世の中から認められたい) となっています。たいていの人はそこまで満足しているのかもしれませんが、しかし、マズローはその上の第5段階に自分らしさを発揮することのできる自己実現の欲求を置いています。“私は何処から来て何処に行くのか?自分とは何者なのか?": 誰でもいなく人間の根源的な問いに対する唯一の答えは、自分らしさ (アイデンティティ) の発揮ではないでしょうか?そしてそれをさらに突き詰めていくと、宇宙の真理にたどり着く、もう一段階上の (第6段階) 超越的な自己実現があるといえます。バツハやゴーギャンはここにたどり着いたのでしょうか?

第十四回
マズローの
欲求5段階説

近隣医院のご紹介①山田医院

○施設概要○

- ・内科・消化器科を有した外来診療医院です。
- ・内視鏡検査を専門としており、各種内科疾患の診療をしております。
- ・高血圧症や糖尿病などの生活習慣病にも対応致しております。
- ・患者様やご家族様の立場から共に考え、懇切丁寧にそれぞれの方に適した安全で質の高い診療を行い、皆様に満足して喜んでいただける医療を実践していきます。お気軽にご相談ください。



山田淳智先生

住所：高松市国分寺町新居3388

TEL：[087-874-0040](tel:087-874-0040)



近隣施設のご紹介①大寿苑



○施設概要○

- ・特別養護老人ホーム大寿苑：定員80名。施設内で自立した生活ができる様、サポートさせていただきます。
- ・ショートステイ：定員10名。介護疲れ、出張・旅行、冠婚葬祭等で一時的に介護できない時にご家族に代わってお世話させていただきます。
- ・ケアハウス大寿：定員20名。全室冷暖房完備!!食事付高齢者マンションです。
- ・大寿苑デイサービスセンター：定員40名。※12/31～1/2はお休みとなります。
サービス提供時間：9時15分～16時45分



○大寿苑のモットー○

『笑顔・洞察力・行動力・向上心・共感力』を合言葉に、利用者の方々や地域の方から信頼され、暖かい人間味のある施設を目指して努力しています。何かお困りのことがございましたら、気軽にお声掛け下さい。

住所：高松市鬼無町鬼無882番地2

TEL：[087-881-6565](tel:087-881-6565)



2019 キナシ大林病院 健康まつり開催

令和最初の健康まつり

令和元年11月10日(日)にキナシ大林病院健康まつりを開催しました。当日は多くの方にご来場いただき、笑顔溢れる賑やかな1日となりました。誠にありがとうございました。年々バージョンアップしていますので、今回ご来場できなかった方も、次回はぜひお越しください。

令和最初の健康まつりは、スプレーアートやホスピタルアート、勝賀中学校吹奏楽部による演奏など例年以上に多くの催しものがあり、平成を超える盛り上がりとなりました。小豆島から「オリーブしまちゃん」もやってきてくれ、当院事務員のペッパー君も喜んでいました。アートや音楽に包まれ、スタッフも楽しいひと時を過ごすことができました。毎年恒例となっているウォークラリーは病院内9ヶ所に設置されたクイズや各部署・委員会の見学や体験をすることで、生活に役立つ便利グッズを獲得することができます。体の仕組みや検査内容、服薬、食事、運動、在宅ケア、福祉用具など、健康に関する様々な問題を用意していましたが、皆さん高得点であり、日頃から自身の健康に目を向けることができている証拠かなと嬉しく感じました。こうして、健康IQが高まっていくことは皆さんが健康で居続けられることにも繋がってきます。キナシ大林病院の健康まつりを通して、地域の方々が「健康」について少しでも気にかけてくれ、地域に「健康」が



根付いていけるように、これからも関わらせて頂きたいと思っておりますのでよろしくお願ひ致します。

フリーマーケット・バザーの売上金を寄付しました。



健康まつりのチャリティーバザー・フリーマーケットの売上金23万8千円を赤十字高松支部に寄付をさせていただきました。みなさまのご協力ありがとうございました。

オリーブしまちゃんが



やってきてくれました♪

Kinashi Hospital art (ホスピタルアート展) テーマ「病院の癒し」

令和元年、新時代の幕開けを飾る、素晴らしいアートを職員、家族の作品(絵・写真・刺繍など)から募集し、展示をして、来場者に投票をして頂きました。11月11日～30日まで院内展示を行い、入院患者さん、ご家族、職員からの投票をもとに、優秀作品が、『神社のおかあさん猫』に決まりました。「作品に癒されました」の声を頂くことができました。たくさんの投票ありがとうございました。



▲優秀作品：神社のおかあさん猫

健康祭りでスプレーアートを 披露して頂きました!!

今回、初の試みとして第2回スプレーアート王決定戦極で優勝した実績を持つDaisukeさんにスプレーアートを披露して頂きました。

30分という限られた時間内で3作品完成して頂き、また完成した作品を観客の方に贈呈して頂きました!!『お昼からも開催してほしかった!!』と大変好評でした。来客者の皆さんが笑顔になれたイベントを、是非とも来年度も継続開催できればと思っていますので、楽しみにして下さい!!



▲作品

◀作品制作の過程を見せてくれました。

新年のご挨拶

迎春



内科
理事長
かわかみ ゆか
川上 由佳

忙しさに取り紛れず、丁寧な診療を心掛けたいです。本年が皆様にとって良い年でありまうように。



整形外科
院長
まなべ たけし
真鍋 健史

今年も当院でしかできない独自の医療を提供し、高松西部地区の皆様の健康を守りたいと思います。よろしくお願ひ申し上げます。



神経内科
会長
おおばやし こういち
大林 公一

東京五輪&パラリンピック！昨年のラグビーW杯以上の感動を味わいたい。ホスト国として、弱小国も応援したいです。皆様のご多幸をお祈りいたします。



外科
副院長
みの むつみ
美濃 睦水

外科はスタッフ一同、患者さんや・家族のみなさんと一緒にOne teamで病気に闘ってまいります。本年も何卒よろしくお願ひいたします。



内科
副院長
くろさき ひろあき
黒住 泰明

遂にオリンピックの年となりました。当院では、患者様や地域の方々や病院スタッフのフレンドリーな関係づくりを目指して、ホスピタルアート、健康祭り、クリスマスコンサートなど、いろいろな企画を行っております。どうぞお気軽に病院にお越しください。



内科
透析センター長
おおばやし ひろあき
大林 弘明

今年も、オンラインHDFでの予後改善因子をHDF学会のコホート研究と、京大のアクアD研究に参加して透析の質を評価したいと思います。



脳神経外科
名誉院長
たにもと くにひこ
谷本 邦彦

急激過ぎる進化。人間らしさを失わずに、忍と継続と和を。



整形外科
相談役
みやけ ひろし
三宅 弘

新年おめでとうございませう。キナシ大林チームの新しい門出です。ラグビーの昨年の流行語大賞の言葉のように、大林はワンチーム、力を結集して今年も診療しましませう。



内科
腎臓病センター長
おにし まこと
鬼無 信

病院にお世話になって46年が経ちました。今年も地域に貢献すべく努力します。一般内科ですが腎臓学会指導医、リウマチ学会指導医です。



内科
内科部長
健康部部長
ほりかわ しん
堀川 眞

皆様の健康増進、病気の発見に役立つように、糖尿病、内科、人間ドック健診の専門として頑張っておりますので宜しくお願ひします。



内科
内科部長
たけうち ひろと
竹内 浩人

本年も分かりやすい説明と丁寧な診療を目標に掲げ頑張りますので宜しくお願ひします。



内科
内科部長
うへむら のぶひさ
植村 信久

令和2年 災害のない平穏な一年であることを願ひます。



内科
名誉顧問
香川大学名誉教授
いね いわお
井尻 巖

本年も人間ドックでの診察と療養病とにおける診療を誠心誠意をもって継続してまいります。



整形外科
整形外科部長
やまぐち いくこ
山口 郁子

オリンピックイヤーです。アスリートのようにはいかなくても、楽しく体を動かすお手伝いを今年も微力ながらさせていただきます。



神経内科
リハビリセンター長
たかた ひろし
高田 裕

昨年リハビリでは心臓・大血管リハ開始、今年もパワーアップ予定です。神経内科ともども本年もよろしくお願ひ申し上げます。



麻酔科
麻酔科部長
訪問診療医
おかだ つよし
岡田 剛

皆様、明けましておめでとうございます。本年も、麻酔に訪問に頑張っております。よろしくお願ひ致します。



泌尿器科
泌尿器科部長
さくら ゆうま
佐倉 雄馬

本年は尿路結石に対するレーザー治療を導入予定です。今年も新しい知識・技術を学び、診療に生かせるように精進します。



放射線科
放射線科部長
こじま かんじ
児島 完治

昨年はドラマ「ラジエーションハウス」のおかげで放射線科への理解が深まったように思います。今年も世のため、人のために頑張ります。



透析センター
血液浄化部長
おおいし ともいちろう
大西 智一郎

今まで経験してきたことを生かして、一人一人の透析患者さんのために、より良い医療を提供できるように、本年も精進したいと思います。

新任医師 挨拶



透析センター
あきやま きんや
秋山 欣也

1月よりお世話になっております秋山欣也と申します。生まれは大阪市ですが徳島大学に入学し、四国の環境・生活が好きになり四国に残ることにいたしました。卒業後は泌尿器科に入局し、四国四県すべて回りましたが、前任は坂出の回生病院で22年間泌尿器科と透析の管理を行ってまいりました。当院でも主に維持透析の患者さんの健康管理に携わる予定です。患者さん目線での治療を心がけますので何でも気軽に相談してください。

1985年 徳島大学卒
高知市民病院・高松赤十字病院・四国がんセンター・国立善通寺病院・徳島大学附属病院・回生病院に勤務。

内科	【糖尿病】 石田 俊彦 医師 香川大学 名誉教授 診療：木曜日午 前、土曜日 予約：外来予約	【血液病】 門脇 則光 医師 香川大学医学部 附属病院 教授 診療：水曜午前 予約：紹介のみ	【呼吸器】 金地 伸拓 医師 香川大学医学部 附属病院 副診療科長 診療：月曜午後 予約：紹介のみ	【膠原病・リウマチ】 脇谷 理沙 医師 香川大学医学部 附属病院 病院助教 診療：木曜午前 予約：紹介のみ	【消化器・内視鏡】 小原 英幹 医師 香川大学医学部 附属病院 講師 診療：内視鏡検 査のみ 予約：紹介のみ	【肝臓】 森下 朝洋 医師 香川大学医学部 附属病院 講師 診療：隔週土曜 午前 予約：紹介のみ
	【内科一般・消化器】 深見 隆則 医師 診療：火曜午後、 木曜午前、内視 鏡検査等 予約：外来予約	【内科一般・循環器】 大池 康久 医師 診療：火曜日 予約：外来予約	【内科一般・消化器】 野口 誠司 医師 診療：月・金曜 午後 予約：外来予約	【内科一般・人間ドック】 岩藤 博美 医師 診療：人間ドッ クのみ	【透析】 小橋 嵩平 医師 診療：透析のみ	

外科	【呼吸器外科】 横見瀬 裕保 医師 香川大学医学部 附属病院 教授 診療：土曜日 予約：予約のみ	【呼吸器外科】 中野 貴之 医師 香川大学医学部 附属病院 助教 診療：金曜午前 予約：専門外来 は予約診察	【心臓・大血管】 堀井 泰浩 医師 香川大学医学部 附属病院 教授 診療：木曜午後 予約：予約診察	【乳腺・甲状腺】 紺谷 桂一 医師 香川大学医学部 附属病院 准教授 診療：土曜午前 予約：予約診察	【形成外科】 玉井 求宜 医師 香川大学医学部 附属病院 助教 診療：月曜午後 予約：専門外来 は予約診察
----	------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------



整形外科	【肩・肘・手】 加地 良雄 医師 香川大学医学部 附属病院 准教授 診療：土曜日(月 2回) 予約：予約のみ	【股関節・骨粗しょう症】 岩田 憲 医師 香川大学医学部 附属病院 講師 診療：月曜日 予約：予約のみ	【脊髄・骨粗しょう症】 小松原 悟史 医師 香川大学医学部 附属病院 講師 診療：金曜日 予約：予約のみ	【膝関節】 森 正樹 医師 香川大学医学部 附属病院 助教 診療：金曜日 予約：予約なし
------	---------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------

神経内科	【精神科・神経内科】 白杵 豊之 医師 しおかぜ病院 診療：金曜日 予約：完全予約 制(当日予約不 可)	【精神科・神経内科】 早原 敏之 医師 キナシ大林病院 顧問 診療：金曜日 予約：完全予約 制(当日予約不 可)	放射線科	【シャントPTA】 佐野村 隆行 医師 香川大学医学部 附属病院 講師 診療：土曜午前 (透析シャント のPTAのみ)	【シャントPTA】 則兼 敬志 医師 香川大学医学部 附属病院 講師 診療：土曜午前 (透析シャント のPTAのみ)
------	-------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	------	--------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

眼科	【黄斑・眼科一般】 高砂 緑 医師 香川大学医学部 附属病院 病院助教 診療：木曜日 予約：予約診療	【眼科一般】 小山 雄太 医師 香川大学医学部 附属病院 医員 診療：月曜日 予約：予約診療	【眼科一般】 三好 由希子 医師 香川大学医学部 附属病院 医員 診療：火曜日 予約：予約診療
----	--------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------

※予約等は、
 医師や科によ
 って違います
 ので、各科ス
 タッフ等にお
 問い合わせく
 ださい。

新人紹介



かわかみ ゆきな
 河上 祐希奈
 ①看護助手
 ②2階病棟
 ③10/16④愛媛県
 ⑤ドライブ



こんどう あさこ
 近藤 明子
 ①看護師
 ②透析
 ③10/16④徳島県
 ⑤ホットヨガ



きつかわ あつし
 吉川 厚
 ①薬剤師
 ②薬剤科
 ③11/1④広島県
 ⑤スポーツ鑑賞



よしの ひろみ
 吉野 裕美
 ①視能訓練士
 ②外来
 ③11/7④香川県
 ⑤旅行



とくひろ
 徳弘 明香里
 ①看護師
 ②透析
 ③11/20④香川県
 ⑤温泉巡り



かくかく しかじか

～斯々然々～ 各部署新年あいさつ

(8部署からの記事です)



看護部

あけましておめでとうございます。

令和2年となりました。年々看護部は充実していき、排尿自立、NST、糖尿病透析予防加算指導など患者さんに指導できることが多くなりました。今年度も教育を充実させ看護部を発展させていこうと頑張っています。

透析センター

昨年は、スタッフ全員が積極的に県内外の学会、研修会などに参加し、知識の向上に努めてきました。また、自然災害が毎年どこかで発生している近年、それに伴い患者指導・スタッフでの避難訓練など災害対策にも力を入れています。

昨年2月からは、大西先生をそして今年1月には、秋山先生を迎え透析中は、常に透析医師が傍らに常駐することで、より安心して透析を受けることができるようになりました。

新しい年を迎え、スタッフ一同大林先生を中心に、より良い透析治療を受けていただけるように、取り組んでいきたいと思ひます。

薬剤科

謹んで新春のお祝い申し上げます。

病気の治療において、薬は切っても切れないものです。ただし薬は正確に飲んで・使ってなんぼです。持っているだけでは効きません。新年に当り薬を整理しませんか?家に薬が余ってれば、調剤薬局へ持って行ってください。「飲む量が多い」と感じる方は、2種類の薬を1つにした配合錠、「飲む回数が多い」と感じる方は1日1回で効果のある薬、「薬が飲みこみ難い」と感じる方は口で溶ける薬や貼り薬など変更する事が出来るかもしれません。これから1年間自分がきちんと薬と付きあえる事が一番の治療です。皆さんにとって良い年でありますように。

医事課

キナシ大林病院の窓口業務および医療事務を受け持っている当科では、一年を通じて常に心にとめておくべきこととして忘れてはならない事があります。それは、なによりも患者様やそのご家族の方・診療等でお困りのかたにとって、当院を選んでいただける際のまずは一番身近なところで寄り添っていける部署でありたいと願っている事です。ぜひ気軽にお声掛けください。

放射線科



※制服のデザインが新しくなりました。スタッフ一同、本年もよろしくお願ひ致します。

検査科

検査科は、今年も引き続き、正確な結果を迅速に報告することを基本に業務を行います。また、新しい知識や情報の習得のため研修会に積極的に参加し、個人個人が自己研鑽に励み、可能であれば、専門分野の認定資格取得を目指します。加えて、他部署との連携にも力を注ぎ、「患者さん中心の医療」に少しでも貢献できればと考えています。

新しい年を迎え、新たな気持ちで業務に取り組んで参りますので、今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

リハビリテーション科

当科は、言語聴覚士、作業療法士、理学療法士、鍼灸師、助手の総勢30名を超えるチームです。男女比はほぼ半々で、独身、既婚者、子育て世代と境遇も様々ですが、この事は“患者様の生活を様々な視点でみて、より良くしていく”という点で役立つと考えています。病気や怪我を負った後も、その人らしく生きる事が出来るよう、「私達が関わる全ての人を笑顔にする」を心がけ、日々従事しています。本年もよろしくお願ひ致します。

人間ドック

人間ドックでは人間ドックコース以外にも協会けんぽの生活習慣病予防健診、特定保健指導、各種健診も実施できるようになりました。

健康診断に関する事がありましたらいつでもご連絡ください。



1人で出来る!! 健康体操シリーズ

～腰痛改善にお尻ふわふわ体操(実践編)～

お尻は体の中心部にあり、固くなると筋肉を引っ張って腰痛などを引き起こします。今回は、お尻を柔らかくケアする体操を紹介します。

①体育座りの様な姿勢で、お尻の真ん中にゴルフボール等を置きます。

②お尻に体重を掛けながら、膝を30秒程左右に振ります。

③痛気持ちいい位の感覚で実施してみてください。

体操後、前屈等を実施してみると、いつもより柔らかく動くことが実感できると思います。身体のケアに努めて下さい!!



理学療法士
みむら しんじ
三村 真士



糖尿病教室のご案内

忘年会やクリスマス、新年会と会食の機会が多かった年末年始は、食事療法や運動療法、服薬、インスリン注射などをすっかり忘れ、血糖コントロールが悪くなりがちです。

そこで、教室にきてスタッフや参加者と体を動かしたり、楽しく話したりしてみませんか?

と き: 2020年3月13日(金)

と ころ: 3階会議室

内 容: 糖尿病患者の社会保障について ソーシャルワーカー
糖尿病とは 内科医師 堀川先生

* 詳細は病院内に案内ポスターを掲示していますのでご覧ください。たくさんの参加をお待ちしています。

心臓病教室のご案内

心疾患委員会で作成した、マニュアル、かわら版、心臓病ノートを活用して、虚血性心疾患・不整脈など疾患・お薬、食事療法、運動療法、日常生活の注意点、さらに心肺蘇生の

方法を分りやすくお伝えできる場として、患者さん、ご家族の方に心臓病教室に参加して頂いています。当院通院の患者さんが利用しているディサービス・入所施設・訪問看護ステーション等のスタッフの方々の参加もスタッフ一同お待ちしております。是非、お越しください。

と き: 毎月第4金曜日 13:15 ~ 14:00

と ころ: 3階会議室



腎臓病教室のご案内

患者さんやご家族の方へ腎臓病について理解して頂く為に、腎臓病教室や個別の指導等を行っています。

腎臓病の状態に合わせた教室を行い、また、個々に病気に不安を感じている・病気のことをもっと知りたい方など関心をお持ちの方には、病気について理解を深めていただくとともに、医師をはじめ各専門スタッフが患者さんの治療に寄り添えたらと考えています。



内 容: 慢性腎臓病・糖尿病腎症について、よろず相談等を予定
と ころ: 3階会議室

※日程や内容については、スタッフにお問い合わせください。

食について

甘酒について

健康に良いと話題になって
いる発酵食品。今回は患者さん
からよく聞かれる甘酒につ
いて紹介します。

甘酒には酒粕から作られる酒粕甘酒
と米麴から作られる米麴甘酒がありま
す。

甘酒にはビタミンB群、ミネラル、
オリゴ糖、食物繊維などが豊富に含まれており、効果
としては①疲労回復効果②腸内環境を整える効果③
血行促進、美肌効果があります。冷え性や便秘の方
にはオススメです。甘酒は栄養価が高く100mlあ
たりカロリーは60~80kcal、角砂糖3~4個分の糖
質が含まれます。1日の目安量はコップ1/2~1杯(1
00~200ml) までにしましょう。

血糖値が高い方は主治医または管理栄養士に相談
してから飲むようにしてくださいね。



管理栄養士
しらい かなな
白井 菜奈

声
こえ

Feed back
フィードバック

御意見箱に寄せられた皆様方
のご意見と、病院長からの返答を抜
粋で記載します。

Q テレビの前にある椅子のカバーが汚いです。

A 申し訳ありません。クリーニング等、取り急ぎ行います。申し訳ありませんでした。

Q 私の苗字は、よく読み間違いされますが、こちらの病院でもありません。名前を間違われるのは、あまり気分がよくないです。改善をお願いします。

A 申し訳ありません。保険証等で、確認を行っていましたが、お呼びする際にちゃんと確認ができていなかったようです。

Q 看護助手さんが、術前術後と2回シャワーをしてくださいます。若いのに一生懸命にいただきました。心が伝わってきます。本当にありがとうございます。

A ありがとうございます。このお言葉に恥じぬよう、これからもスタッフ一同精進してまいります。本当にありがとうございました。

診 療 実 績

2019年	9月	10月	11月
外来患者数	10972人	11802人	11824人
新入院患者数	207人	210人	219人
退院患者数	201人	213人	199人
地域医療支援病院紹介率	27.6%	23.5%	21.7%
救急車搬入件数	38件	40件	28件
救急車搬入後の入院数	25人	23人	16人
手術件数	48件	47件	48件

手 術 実 績 他

2019年	9月	10月	11月
新規血液透析導入患者数	0	1	0
血液透析患者数(3ヶ月平均)	226		
新規腹膜透析導入患者数	0	1	0
腹膜透析患者数(3ヶ月平均)	15		
人間ドック受診者数	498	520	528
リハビリ 外来数	180	172	181
リハビリ 入院(人数)	197	206	214
整形外科手術件数	14	16	12
うち人工関節手術件数	2	4	3
泌尿器科: PVP(光選択的前立腺レーザー蒸散術)	0	2	4
PDD(光力学的診断併用経尿道的膀胱腫瘍切除術)	4	0	1
心臓 CT	3	3	6
大腸 CT	5	5	3

編集
後記

昨年のラグビーワールドカップの盛り上がりが続いて、
今年は2020年オリンピックイヤーが始まりました。
当院もラグビーワールドカップやオリンピックに負けな
いよう、ワンチームで患者さんに寄り添っていきけるよう頑
張って行こうと思います。(O)

おめでとう

■診療報酬請求事務能力認定(医科) 松原 真也(医事G)
■肺がんCT健診認定技師 綾野 宏隆(放射線科)