

# すずらん

第29号  
2018.8

西城市民病院だより

庄原市立西城市民病院  
広島県庄原市西城町中野1339番地  
TEL:0824-82-2611代  
FAX:0824-82-2012

## 西日本豪雨時の 避難所対応



合ホールで避難生活をしていただきました。  
また、しあわせ館内の西城市民病院デイサービスも開放し、ベット等を搬入してケアの必要な方々に提供し、当院の医師や看護師、ケアマネジャーや介護職員がケアにあたりました。医療度の高い避難された方数名は、西城市民病院で受け入れました。

避難された方は、「しあわせ館は、トイレや休憩場所などの設備が整っていて安全の場所でした。病院が隣なのでとても安心します。ボランティアの方々による食事の提供もありがたかったです。」と話されていました。



この度の西日本豪雨で被災された多くの方々に、お悔やみとお見舞いを申し上げます。

7月の豪雨発生時には、庄原地域でも避難所が開設



され、避難生活を余儀なくされた方が多くありました。西城市民病院に隣接した西城保健福祉センター「しあわせ館」は今回から新しく避難所として指定され、7月6日の夕刻、当院の前を流れる西城川の水位が一気に上がったころから、多くの人々がしあわせ館に避難し始めました。約200名の避難者の中には、赤ちゃんや要介護の高齢者、障害を持たれた方などがおられました。初日は対応しきれず、約50名の方は当院一階待



避難所(しあわせ館)が病院に隣接していること、行政職員や社協職員、病院職員が日頃、顔を合わせて仕事をしている場所であることに大きな意義を感じました。

今も酷暑の中、復旧作業を続けておられる方も多いと思います。くれぐれもお身体を大切にお過ごしください。



### 基本理念

市民の皆さまが安心して暮らせ心の支えとなる病院に

～過疎地域における将来にわたって安定した医療の提供と市民の健康を守り安心して医療が受けられる体制整備に向けて～

### 基本方針

1. 患者さま第一の、満足いく医療を提供します。
2. 保健・医療・福祉と連携し、地域で安心して暮らせるよう支援します。
3. 救急医療を充実させ、安全で質の高い医療を提供します。
4. 患者さまのプライバシーを尊重し、わけへだてのない医療を提供します。
5. 常に自己研鑽に努め、明るく働きがいのある職場環境づくりをめざします。





## 西城市民病院 市民公開講座のご案内

市民の皆さまの健康づくりと地域包括医療・ケアの推進を目指して、市民公開講座を行います。当病院に関わりのある専門医による「認知症」と「糖尿病」をテーマとした講座を、シリーズで開催します。多数、ご参加ください！

	PART I	PART II
キャンペーン	世界アルツハイマーデー(9/21)キャンペーンの一環として	世界糖尿病デー(11/14)キャンペーンの一環として
テーマ	<b>物忘れと認知症</b> ♥	<b>糖尿病を防ごう!!</b>
とき	9月20日(木) 13:20~14:30	11月6日(火) 14:50~16:00
ところ	西城市民病院2階大会議室	西城市民病院2階大会議室
講演時間	13:20~14:00	15:20~16:00
講師	子鹿医療療育センター長 <b>淀川 良夫</b> (よどがわ よしお) 先生 (西城市民病院非常勤医師・物忘れ専門外来医師)	広島大学病院 内分泌・糖尿病内科医師 <b>馬場 隆太</b> (ばば りゅうた) 先生 (西城市民病院非常勤医師)
その他	14:00~14:30 シルバーリハビリ体操指導士による 体操実技	14:50~15:20 シルバーリハビリ体操指導士による 体操実技



● 問い合わせ先/西城市民病院 庶務係 or 地域連携室 ● 主催/庄原市立西城市民病院

## 西城紫水高校生が 1年間実習しました!



西城紫水高等学校が平成29年度から実施している「西城地域貢献活動講座」授業で、2名の高校生が当院での実習を修了しました。

3学年の栗本竜輔(くりもとりゅうすけ)さん、藤原美華(ふじわらみか)さんの二人は、平成29年9月から平成30年7月の11カ月の内、約30日間、当院で医療と介護の現場を見学し学びました。

「実習では身体のおしくみや健康について知ることができて楽しかった。いずれ自分も家族を介護すると思う。高齢者との接し方が勉強になった。」「実習の後半から、福祉の専門学校に行きたいと思うようになった。人と関わる仕事がしたいと思った。」とそれぞれ話し、「1年間、長かったけど勉強になりました。」と笑顔でしめくりました。

二人のこれからの人生に活かされることを願っています。

気軽にご利用ください!

飛び出す!

## 西城市民病院グループ出前講座

西城市民病院では、市民の皆さまが健康で暮らしていただくために、地域に出向いて出前講座を行っています。今年度は、4月から7月の間で9回実施しました。西城地域はもとより、旧庄原や東城地域にも出かけました。熱中症予防についてもお話ししました。皆様、是非ご利用ください。

● 申し込み・問い合わせ先/西城市民病院 地域連携室 TEL 0824-82-2611(内線205) FAX 0824-82-2012



● 落合クラブ女性部研修会で  
【6月25日実施】  
テーマ:高齢者の食事  
(管理栄養士による)



● 三坂デイホーム「さくらそう」で  
【7月21日実施】  
テーマ:介護保険サービス紹介  
(ケアマネジャーによる)



● 五町デイホーム「五町の心あたたまる一日」で  
【7月22日実施】  
テーマ:訪問看護ステーション紹介  
(訪問看護師による)

## 蜂さされによる アナフィラキシーショックと 補助治療剤！



説明風景

夏は蜂の活動が最も活発な季節ですが、蜂さされで怖いのがアナフィラキシーショックです。

アナフィラキシーショックとは、異物から身体を守るため、免疫が過剰に働くことにより、短時間に全身に現れる激しいアレルギー反応のことをいいます。

脈拍や血圧の低下、動悸、めまい、腹痛、下痢、嘔吐、皮膚の腫れ、かゆみ、耳鳴り等の症状が現れることがあります。ひどくなると、呼吸困難やけいれん、意識障害、心停止に至る場合もあります。

蜂に刺されたときは、受診までの間、自分や周囲の人が、アナフィラキシー補助治療剤「エピペン」によりアドレナリンを自己注射することで、症状を緩和することができます。

アナフィラキシー補助治療剤「エピペン」は、医療機関で扱っています。来院の上、医師にご相談ください。



エピペン

## 庄原市シルバーハビリ体操指導士会が 設立しました！

庄原市シルバーハビリ体操指導士会が平成30年3月24日に設立し、活動基盤が整いました。今後は、指導士会を中心に普及啓発活動が展開されます。

シルバーハビリ体操2級指導士養成講習会は、平成30年7月11日に第7期養成講習会が修了し、第8期養成講習会を平成30年10月3日から行ないます。

一人でも多くの市民の皆さまにシルバーハビリ体操を学んでいただき、実践していただきたいです。



第7期生修了式

## 西城市民病院 3階病棟

3階病棟は当院唯一の病棟です。

病床数は54床、うち地域包括ケア病床は10床あります。地域包括病床では在宅に向けて退院後のサービスを多職種と連携しご家族の皆さまの介護負担を軽減すべく調整を行っております。

スタッフは総勢26名、3交替勤務で、患者さまのケアに当たっています。

急性期、慢性期の混合病棟で、新しい医療・看護を取り入れようと日々研鑽しています。高齢化の波は当院にも当然のことながら押し寄せてきており、患者さまの年齢層も高くケアの介入度も増えています。マンパワー不足で毎日忙しくしておりますが、患者さまの笑顔や、言動を拾いスタッフ全員で分かち合うことを私たちの仕事の励みにしております。近年は、庄原市全域からの入院も増えています。

「地域の皆さまに愛される病院！」をめざして、頑張っています。



西城市民病院

## レシピのご紹介

Cooking Recipe



●豆腐スープ ●フルーツ和え

## 酢豚

●エネルギー:310kcal ●塩分:2.3g

【材 料】1人分

豚もも角切り	50g	A ...	うすくちしょうゆ	1g
片栗粉	5g		料理酒	1g
サラダ油	適量	B ...	中華用調味料	1g
乾)刻みさくらげ	1g		ケチャップ	7g
たまねぎ	70g		こいくちしょうゆ	9g
人参	30g		酢	8g
水煮たけのこ	20g		砂糖	2g
ピーマン	30g			
水溶き片栗粉	適量		だし汁(かつおだし)	適量

## ポイント

塩分カットのコツ!

あんの量を少なくし、肉と野菜にからめて塩分カット!

## 【作り方】

- ①さくらげは水につけて戻しておき、ゆでる。
- ②たまねぎ・人参・たけのこ・ピーマンは食べやすい大きさに切る。
- ③豚肉はAで下味をつけ、片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ④Bを混ぜ合わせておく。

- ⑤フライパンに油を熱し、①・②を炒める。火が通ったらだし汁をひたひたになるまで加え、やわらかくなるまで煮る。  
※煮汁の量が多くならないように注意する。
- ⑥⑤に③・④を加えて混ぜ、さっと火を通して火を止める。  
※とろみが少ないようなら水溶き片栗粉を加える。
- ⑦⑥を器に盛る。

## 西城市民病院 ボランティア活動のご紹介

西城市民病院では、ボランティアの方々のご支援をいただいております。

西城市民病院やしあわせ館の職員駐車場の草刈りをして下さっている中野の田盛茂さんをご紹介します。

田盛さんは10年前から病院周りの草刈りや「せせらぎ」で歌をうたうボランティア活動をしていただいております。近年は年間を通して職員駐車場の草刈りをし、環境整備にご協力をいただいております。

「私は自分のため、健康のためにしているんです。草刈りは全身の運動になります。身体を動かすとスリムになる。草を刈ってきれいになったら、達成感があります。自分のためにやった事が人のためになっている。健康↑と環境↑の一石二鳥です!」と笑顔で語られます。

草刈りボランティアにちなんだ短歌も詠んでいただきました。

**「ボランティア」を 健康の為に 位置付ける  
バンジ持つ手に 力が入る**

「職員さんの「ありがとう」の言葉がうれしいです。元気な限り続けていきたいです。」と話されます。

自宅が近いこともあり、いつも見守ってくださってありがとうございます。

ボランティアの皆さんの心温まるご支援に感謝いたします。



笑顔の田盛茂さん

編集後記

日頃から西城市民病院を支えていただきありがとうございます。

7月の豪雨災害の後、猛暑が続き、心と身体に大きな負担がのしかかっています。当院にも熱中症で外来受診や入院される方が続いています。厳しい残暑の中ですが、こまめに水分を摂ったり暑さを避けるなど、常に熱中症予防を意識した生活をお送りください。

次回のすずらん発行は、11月を予定しています。ご意見等、お寄せください。

【西城市民病院広報委員会】

休日・時間外を問わず、  
**救急については  
24時間対応  
しています。**