

すずらん

第38号
2020.11

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

西城市民病院だより

皆さまのご協力に 感謝いたします!

病院長より

当院では、早期に庄原市立西城市民病院新型コロナウイルス感染症対策本部を設立し、2月から面会禁止、3月から発熱外来の設置を行うなど院内感染やクラスター発生の防止に努めてきました。

その間、外来患者さま、入院患者・入所者の皆さま、通所サービス利用者さまとご家族さまには、ご不便やご迷惑をおかけしておりますことお詫びいたします。皆さま方には検温、マスクの着用、手洗い・消毒、3密回避など、感染防止対策にご協力をいただき、感謝申し上げます。

また、フライデー・オペーションやマスク・フェイスシールドの寄贈など、多くの皆様のご厚意にお礼申し上げます。

感染拡大の状況により、現在は病院や施設での面会、通所・訪問サービスの制限を少し緩和して業務を進めております。

感染した場合、高齢者の皆さま、特に80歳以上の方や、年齢に関係なく肥満・高血圧・糖尿病などの基礎疾患がある方は、重症化リスクが高くなります。

「うつらない、うつさない努力!」を日常的に行い、協力し合っ



郷力明院長(事業管理者)

この危機を乗り越えたいものです。最近では、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行が危ぶまれています。発熱等、風邪のような症状が出たら、出勤や外出はせずに病院に電話で相談し受診してください。

当院といたしましても、地域の皆さまに安心して生活を送っていただけるよう、引き続き感染対策に取り組んでまいります。今後ともご理解ご協力をお願いいたします。

発熱外来の診察環境を改善しました!



発熱外来

当院では、8月から「発熱外来」をこれまでの仮設テントからプレハブに移行し、診察環境を改善しました。これまでは、風雨や寒暑の際、患者さまにご迷惑をお掛けしておりましたが、現在は、冷暖房も完備し、診察空間も整えました。発熱患者さまへの対応をスムーズに行い、院内感染を防ぐことが大切です。玄関での来院者全員への検温を職員が継続して行い、コロナウイルスを院内に入れない取り組みを実施していきます。



診察室

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。



もっと知ろう! 糖尿病のこと



吉光 医長



ブルーライトアップをしました!

11月14日は「世界糖尿病デー」として世界各地でブルーライトアップのイベントが開催されています。当院では、全国糖尿病週間(令和2年11月9日(月)～11月15日(日))に合わせて、病院国道側フェンスに横断幕を掲示しブルーライトを照

らして糖尿病デーの周知に取り組みました。

また、院内フロアで外来の患者さまや健診受診者の方々に、展示やチラシにより糖尿病の発症と重症化予防を呼びかけました。

吉光成児医長(内科医師)に糖尿病について聞きました!

日本では糖尿病患者のうち9割以上は2型糖尿病で、年々増加傾向です。2型糖尿病は、40歳を過ぎてから発症する 경우가ほとんどで、原因は食生活などの環境因子(食べ過ぎ、運動不足な

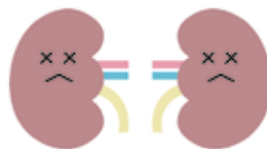
ど)と体質(遺伝)の組み合わせで起こると考えられています。初期は無症状が多く、進行すると口渇、頻尿、体重減少、倦怠感などの症状が現れることがあります。

高血糖が続くと様々な合併症が起きてきます。糖尿病網膜症、糖尿病腎症、糖尿病神経障害が3大合併症と呼ばれています。糖尿病網膜症により失明する人や、糖尿病腎症により透析療法が必要になる人も多くいます。

糖尿病3大合併症



神経障害



腎症



網膜症

治療は基本的に食事療法、運動療法、薬物療法の組み合わせにより、血糖コントロールをしていきます。まずは食事療法と運動療法により、生活習慣の改善を行います。個人の性別や体重、活

動量に合わせたバランスの良い食事と適切な運動が重要です。それでも目標とする血糖値に達しない場合は、薬物療法を検討します。

当院の吉光医長は、「糖尿病は、**発症予防と重症化予防が重要**です。年に1回の健診を受けて早期発見しましょう。生活習慣の改善と定期受診で、合併症を防ぎましょう。」と話されました。

インフルエンザの予防接種

土日もしています!

インフルエンザの流行時期です。予防接種の予約を受け付けておりますので、ご希望の方はお早めにお申し込みください。なお、土・日曜日にも接種を行っておりますので、是非ともご利用ください。



長谷 外来看護師長

今後の接種日
(土・日曜日)

11月28日(土)	11月29日(日)
12月12日(土)	12月13日(日)
1月 9日(土)	1月10日(日)

完全
予約制

【予約は前日まで可】

なるほど💡 歯科豆知識

歯科からお口に関する情報をシリーズでお届けします!



第5回

学童期のポイント



① 乳歯から永久歯へ!

おおむね5～6歳頃から、はえ変わりが始まります。個人差はありますが、乳前歯、次に乳臼歯そして乳犬歯とはえ変わってきます。

② 乳歯の時にすき間なくきれいに並んでいても、永久歯は幅が広くスペースがないと窮屈な歯並びになります。

乳歯の時すき間がない場合や、遺伝的に歯並びに心配がある時は、かかりつけ歯科を通して小児専門歯科へ相談されると良いでしょう。

③ 乳歯がすべてはえ変わるまでは仕上げを!

言動がしっかりしてきてもはえ変わり中は磨くのが難しく、特に少し出てきた永久歯は見えにくく、まわりの歯肉が腫れやすいため1日1回は大人の仕上げ磨きが必要です。



④ 毎日のフッ素入りジェルが効果的!

就寝前の歯磨き後の使用が虫歯予防には効果的です。種類やフッ素濃度、使用方法はかかりつけ歯科で指導を受けましょう。

⑤ デンタルフロス(糸ようじ)を習慣にしましょう!

小学校低学年頃から少しずつ使い始めると、高学年頃には一人で行えるようになります(ホルダーについているタイプが楽に使えます)。



⑥ 引き続き悪習癖(指しゃぶり・舌の突き出しなど)に注意しましょう!

★当歯科では赤ちゃんから高齢者までお口に関する相談に応じていますので、お気軽にご相談ください。

●問い合わせ先/西城市民病院 歯科
TEL(0824)82-2624(直通)

デイサービスで
敬老会

西城市民病院デイサービスでは、10月5日(月)～9日(金)の一週間、利用者の皆さまの長寿を祝って敬老会行事を行いました。今年は米寿のお祝いのもと、全員で体操や紅白旗揚げゲームを楽しく行いました。マスクの下の笑顔が見えるようでした。今後も、感染予防に努め、元気づくりと心身の機能維持・向上を目指して、あたたかく支援していきます。



紅白旗揚げゲームのシーン

飛び出す! 西城市民病院グループ出前講座

当院では、出前講座を行っています。講座は、地域と病院が、健康の大切さを共有できる場として、市民の皆さまに喜んでいただいております。

令和2年3月末からコロナ感染防止のため、本事業を中止しておりましたが、6月下旬から、マスク、消毒、3密回避、換気に配慮していただいた上で、実施させていただいております。

●申し込み・問い合わせ先/西城市民病院 地域連携室 TEL 0824-82-2636 FAX 0824-82-2012



●「東城認知症カフェ」で
「心と身体の健康づくり」
R2.6.23(火) 保健師による



●「西城ケアマネ会研修」で
「高齢期の栄養」
R2.8.6(木) 管理栄養士による



●「入江デイホーム」で
「地域包括ケア」
R2.10.8(木) 社会福祉士による

1階掲示板 作品紹介

1階廊下掲示板に、園児や児童、地域の方々の作品を展示しており、来院された方々に楽しんで観ていただいています。ご出展いただきありがとうございます。

掲示板のご利用をお待ちしております。

●申し込み・問い合わせ先/西城市民病院 事務局医療総務係
TEL 0824-82-2611



8月 八銚自治振興区 「絵手紙」



9月 美古登小学校 「デザイン画」



10月 西城小学校 「書写作品」

せせらぎ園庭の手入れ ありがとうございます!



しょうばら花会議の皆さん

西城市民病院「せせらぎ園庭」の花が四季を通してきれいに咲いています。せせらぎ園庭は、来院者やせせらぎ入所者、地域の皆さまが、花を観て心とめるようにと、ボランティアの方々がガーデニングをさせていただいております。

夏から秋にかけて「しょうばら花会議」や「中野自治振興区女性部」の方々が、花壇の草取りや水やりをしてくださりました。コロナ禍ではありますが、感染防止に心がけながら、笑顔で作業をさせていただきました。

今(11月初)は、コスモス・ダリア・秋明菊・けいとうなどの花が楽しそうに咲いています。

皆さまのご支援に感謝いたします。



シルバーリハビリ体操2級指導士 第10期養成講習会実施!

庄原市シルバーリハビリ体操2級指導士養成講習会の第10期が10月7日(水)～11月25日(水)の8日間、庄原市ふれあいセンターで行われています。講習会には当院から郷力院長や理学療法士、保健師が講義や体操指導に出向き、感染予防を徹底した上で実施しています。講習を終えた修了者は、庄原市シルバーリハビリ体操指導士会の一員として、普及活動を開始されます。一人でも多くの市民の皆さまにシルバーリハビリ体操を学んでいただきたいです。



第10期養成講習の様子

季節は何事もなく、夏から秋に、そして冬に移り変わっています。秋祭りの太鼓や舞の音もない寂しい秋です。マスクや手洗い、3密回避にもすっかり慣れ、無意識に動作が小さく、小声で話す習慣もついてしまいました。

そんな現在ですが、足踏みしながらでも、とにかく前に向こうと思います。電話や手紙、ラインで家族や友達とのあったかいつながりを大事にし、元気に冬を乗り越えましょう。当院も地域の皆さまが心地よい生活のペースを取り戻せるよう、精一杯お手伝いをしたいと思います。

次回のすずらん発行は、令和3年2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。