

# すずらん

第25号  
2017.8

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



郷力院長講演

## 地域医療講演会で 学び考える!



伊藤代表あいさつ

7月22日(土)、午後2時からウイル西城ウイルホールにおいて、市民公開講座「地域医療講演会」が行われ、市民120名が参加し、有意義な時間を過ごしました。

講演会を主催した「地域医療と健康生活を守る会」(伊藤郁夫代表)は、医師不足を始めとする地域医療の問題課題に、医療人と共に地域ぐるみで取り組むことを目的として結成されています。

講演会テーマを「～地域医療における西城市民病院の役割～」と掲げ、あいさつと市からの提言の後、郷力和明院長が「西城市民病院を核とした地域包括医療・ケアの実践と地域づくり」と題して講演しました。また、西城訪問看護ステーションの活動紹介やシルバーリハビリ体操の実技もあり普及啓発の良い機会になりました。

参加者のアンケートからは、

- 地域包括医療・ケアにおいて、先進的な取り組みが西城ではできていることの確認が出来た。
- チームケアの重要性を再認識した。

- 西城モデルを庄原市全体にと市の話聞いて、安心したと同時に責任の重さを感じた。
- 訪問看護の仕事、役割が理解でき、欠かせない取り組みだと思った。
- 今日話を聞いて、医学についてもっと学び、医者を目指したいと思った。
- 西城市民病院の長期的な存続が最も最重要課題であると思う。
- 西城市民病院の職員として、自分のやるべきことをしっかりやろうと思う。
- 西城地域独自にこのような講演会、研修会を開催することは、素晴らしいことだと思う。

など、力強いご意見をいただきました。

「地域医療と健康生活を守る会」の皆さまを始め、多くの市民の皆さまにご支援をいただいておりますことを、深く感謝いたします。皆さまの声を大切に、職員一丸となって取り組んでまいります。



岡本保健医療課長講演



津田看護師長講演



シルバーリハビリ体操実技

### 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。





飛び出す!

## 西城市民病院グループ出前講座 気軽にご利用ください!



西城市民病院では、市民の皆様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。皆様、是非ご利用ください。

今年度4～7月に6回実施しました。参加者の皆様に喜んでいただいています。

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

## 出前講座実施状況

| No | 実施月日        | 団体・事業        | 内 容         |
|----|-------------|--------------|-------------|
| 1  | 29. 4. 6(木) | 認知症(コスモス)カフェ | 認知症と薬       |
| 2  | 5.11(木)     | 認知症(コスモス)カフェ | 認知症と食事      |
| 3  | 6. 9(金)     | 落合クラブ女性部研修会  | 認知症の予防と関わり方 |
| 4  | 6.14(水)     | 東城地区民生委員研修会  | 訪問看護について    |
| 5  | 6.15(木)     | 入江自治会デイホーム   | 認知症予防と運動    |
| 6  | 7. 9(日)     | 五町自治会デイホーム   | 薬の飲み方       |



## ●落合クラブ女性部研修会

参加者25名/地域には認知症の介護にあっている方もあり、大変参考になりました。



## ●入江自治会デイホーム

参加者18名/認知症予防体操を行い、笑いのある楽しい時間を過ごすことができました。



## ●五町自治会デイホーム

参加者40名/副作用や飲み方など優しく丁寧に話していただきました。

ひろしま  
ナイチンゲール賞受賞!

西城訪問看護ステーションの増原千代美看護師が「ひろしまナイチンゲール賞」に選ばれ、5月13日、湯崎県知事から表彰状を受け取りました。増原看護師は、施設看護を長年経験した後、在宅での看護を担う訪問看護(地域看護)を十数年実施

してきました。その間、「西城訪問看護ステーション東城支所」の設立にかかわるなど地域包括医療・ケアの推進に精力的に取り組んできました。増原看護師は、「このような賞をいただき、ありがとうございます。自分の使命として普通にやってきたことが評価され、とても感激しています。常に、患者さまや介護者の方に寄り添う看護を目指してきました。今回の受賞は、これまでかわりを持ってきた地域の方々や院長先生を始め関係者の皆さまのおかげだと思っています。」と笑顔で語り、訪問バッグを持って、待っている患者さまのお家に出かけて行きました。



## 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2回 乳幼児期のポイント(0～12か月)

## ① 乳歯のはえ始め

生後5～8か月ごろに下の前歯からはえてきます。この頃からトレーニング用の歯ブラシ等で歯磨きに慣れる準備をすると良いでしょう。



## ② 歯磨きの開始

下の歯がのそいてきたら、徐々に歯磨きを始めましょう。ガーゼで拭き取るだけでなく、赤ちゃん用の軟らかいブラシで歯肉を傷つけないよう軽く磨いてみましょう。



## ③ 虫歯予防

前歯が上下4本ずつはえた頃からフッ素塗布が可能です。早いうちから定期的にむし歯のチェックやブラッシング指導を受け、慣らすことで恐怖心もなくなってきます。

## ④ 離乳食について

離乳食はしっかり噛んで食べる事の大切な準備です。焦らず段階をへて進めていきましょう。



## ⑤ 異物誤飲

ハイハイを始めると気になるものをすぐ手に取って口に入れてしまいがちです。誤飲や窒息等の危険がありますので、手の届く所や床の上の物に注意しましょう。

※フィルムケースより小さいものは要注意!

★当院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)



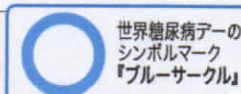




## 西城市民病院 市民公開講座のご案内

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>みんなで学ぼう認知症！</b>                                                  | <b>みんなで学ぼう糖尿病！</b>                                                  |
| とき     | 9月19日(火) 13:20~14:30                                                | 11月14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 4階大研修室                                                       |
| 講演時間   | 13:20~14:00                                                         | 15:20~16:00                                                         |
| 講師     | 荒木脳神経外科病院 脳神経外科主任部長<br><b>渋川 正顕</b> (しぶかわ まさあき) 先生<br>(西城市民病院非常勤医師) | 広島大学病院 内分泌・糖尿病内科医師<br><b>江草 玄太郎</b> (えくさ げんたろう) 先生<br>(西城市民病院非常勤医師) |
| その他    | 14:00~14:30<br>シルバーリハビリ体操指導士による<br>体操実技                             | 14:50~15:20<br>シルバーリハビリ体操指導士による<br>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

## シルバーリハビリ体操2級指導士が 100名を超えました！



第5期生修了式

当院は、地域包括医療・ケアの推進の一環として、庄原市シルバーリハビリ体操普及啓発事業に協力・支援をしています。



庄原市シルバーリハビリ体操2級指導士第5期養成講習会を5月24日から7月12日までの8日間、西城会場(しあわせ館)において実施し、24名が修了され、庄原市の2級指導士は101名になりました。現在、各地域のサロンや体操教室などで、普及啓発活動を精力的に展開されています。第6期養成講習会は、9月27日(水)から庄原会場で実施する予定です。多くの方の受講をお待ちしております。

## 事務局 医事係 紹介

医事係は、全員女性の8人体制と指定金融職員1名の部署です。医療及び介護に関する様々な事務を執行している部署になります。医療事務は、病院が円滑に機能するためのサポートをする部署でもあります。

業務内容を少し紹介しますと、外来では、受付をされ診察が終了されるとスムーズに支払いができ、お帰りいただけるよう心がけています。また、医師事務補助の職員が診療科でサポートをしています。

病棟においても医事係職員を配置し、入退院処理が円滑にできるよう、ナースステーションにて事務を行っています。

現在、電子カルテの導入に向けて、当係を中心に準備を進めています。11月中旬にスタートする予定です。

笑顔で人と人をつなぐ部署でありたいと思っています。

私たちが、お待ちしております！





# 西城市民病院 レシピのご紹介

Cooking Recipe



- 煮付け(糸こんにゃく・焼き豆腐)
- 磯和え(小松菜・人参)

## ポイント

**表面に味をからませ、おいしく減塩!**  
魚の表面に味をからませることで、少ない調味料でも味を感じることができます。旬の野菜を添えてお召し上がりください。

## 白身魚の蒲焼き

● エネルギー: 176kcal  
● 塩分: 1.5g

|       |            |      |       |          |      |
|-------|------------|------|-------|----------|------|
| 【材 料】 | 白身魚        | 60g  | A ... | うすくちしょうゆ | 3g   |
| 1人分   | 塩          | 0.3g |       | みりん      | 2g   |
|       | 小麦粉        | 3g   |       | 料理酒      | 1g   |
|       | サラダ油       | 5g   |       | 砂糖       | 1g   |
|       | 白菜(又はキャベツ) | 40g  | B ... | こいくちしょうゆ | 1g   |
|       | パセリ        | 1g   | C ... | 塩        | 0.3g |
|       | じゃが芋       | 40g  |       | こしょう     | 少々   |
|       | トマト        | 40g  |       |          |      |

## 【作り方】

- ①白菜(又はキャベツ)は食べやすい大きさに切り、ゆでてBで和える。じゃが芋は食べやすい大きさに切り、ゆでてCをふる。
- ②Aを混ぜ合わせておく。
- ③白身魚は塩で下味をつけて小麦粉をまぶし、油を熱したフライパンで両面を焼く。
- ④火が通ったら②をはけなどで両面塗り、焼き色がついたら火を止める。  
注) 火加減に注意してください。
- ⑤皿に④をのせ、①・くし型に切ったトマト・パセリを添える。

## 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。

病院周りや「せせらぎ園庭」の草取りや手入れをしてくださっているボランティアの方をご紹介します。

中野の瀧口静枝さんは、「自分の健康のためにしてるんですよ。きれいになったら、みんなも自分も気持ちが良いでしょ! 花が好きなんです。丁寧に1本1本心を込めて草取りをするのが好きなんです。」と笑顔で話す。

2年前に西城に帰り、民生児童委員さんの声かけもあってボランティアを始められそうです。散歩の途中、気になった所があれば、きれいにしてください。「今のところ足腰や肩の痛みもなく元気です。一人暮らしなので、地域では自分から声をかけてつながりを持つようにしています。」と話されます。

職員は、「黙々と手入れをしてくださいます。とてもありがたいです。身体に無理のない範囲で、これからもよろしくお願いします。」と喜んでいきます。

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。



せせらぎ園庭の花

## 編集後記

どえりゃあ祭やお盆も過ぎ、もとの静かな町に戻りました。多くの方々が帰省され、家族のきずなを確かめ合う大切な時間であったと思います。地域包括医療・ケアを進めるうえでも、地域のつながりはもとより、離れていても家族との心の交流は欠かせないものと、常日頃感じています。

厳しい残暑が続いておりますので、引き続き熱中症の予防に配慮し元気に過ごしてください。今回から活字を少し大きくしました。次回は、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。