

令和6年冬号

32

かけはし



- p 2. 理事長・院長 新年のご挨拶 p 3. 新・看護部長 新年のご挨拶
p 4. 認知症勉強会の開催、クリスマスコンサート開催
p 5. 旧児島聖康病院 消防訓練として活用、消火技術訓練大会に参加してみても
p 6. リハビリの時間 — 転倒を予防していつまでも元気に —
p 7. あかりの Cooking 教室



医療法人社団五聖会

児島聖康病院

2024年 新年のご挨拶



地域の皆様とともに 色々な”いきる”を考える病院へ

理事長・院長 山崎泰源

新年明けましておめでとうございます。私ども児島聖康病院は、児島地域の皆様をはじめとした多くの方々のご協力を頂き、昨年4月1日に下の町1丁目（萱刈地区）に病院を移転、無事に診療を開始することができました。新病院では、一般病床40床（地域包括ケア病床18床）医療療養病床40床で診療を行い、新たに脳神経外科・循環器内科診療も開始し、より多くの患者様に利用していただけるようになりました。特に大腸CTや脳神経・整形外科領域におけるMRI検査も当院で迅速に検査が行えるようになり、いままでは遠くの他病院へ検査に行っていたり、検査をあきらめていた患者様にも大変喜んでいただけました。また私の得意分野である鼠径ヘルニア（脱腸）や胆石症に対する腹腔鏡下手術による治療を希望される患者様も増え、私が児島に帰ってきた当初に掲げていた“児島でできることは児島で”という目標の実現に向け、よいスタートができたのではと感じております。

今年も、引き続き皆様のお声を聞かせていただきながら、従来の内科外科の枠を越えた総合診療のさらなる充実を図っていきたいと思っております。そして、当院にかかわりを持ってくださるすべての方々とともに、病いを癒すこと、手助けが必要な方を支えること、力を取り戻す手伝いすること、より長く健康を保つこと、安らかな最期を迎えること、そういったすべての“いきる”に真剣に向き合い、とことん考えていきたいと思っております。





新・看護部長 新年のご挨拶

看護部長 大杉靖子



新年あけましてあおめでとうございます。

今年より看護部長に就任いたしました大杉と申します。病院理念のもと地域の医療環境づくりに貢献できるよう努めてまいりますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

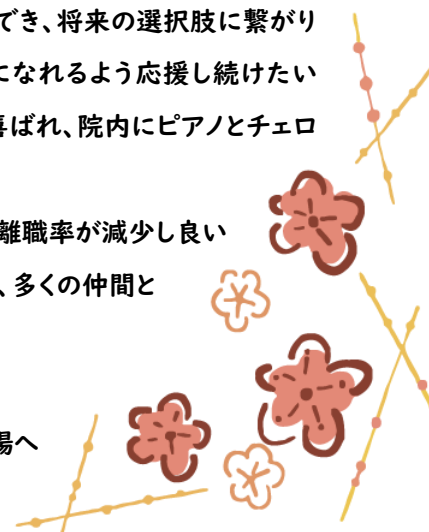
昨年は、新病院の移転と同時に新体制のもと飛躍した年となりました。睡眠時無呼吸症候群の検査や鼠経ヘルニアなどの手術件数の増加、近隣施設や急性期病院からの転院の受入れも増え入院形態に大きな変化がみられました。患者の皆様寄り添いながら急性期治療後の継続治療、終末期ケアや認知症ケアなどの看護実践に日々取り組んでいます。特に退院支援では、退院後の生活を見据えたカンファレンスを充実させ、多職種と連携を深めました。今年も「医療」と「生活」の視点を持ちながら、看護を提供していきたいです。住み慣れた地域でその人らしく安心して生活ができるよう、患者さまやご家族の意思を尊重し支援していきたいと考えています。

さて、新型コロナウイルスも5類に引き下げられ、久しぶりに中高生13名の職場体験を行いました。学生さんから「やりがいのある職業だと感じた。」「看護師になりたい。」等と聞くことができ、将来の選択肢に繋がりが嬉しく感じております。私達はこれからも、将来の夢に向かう子供たちの架け橋になれるよう応援し続けたいです。そして、クリスマスのミニコンサートも開催しました。参加された方々はとても喜ばれ、院内にピアノとチェロの音色が響きわたり、優雅なひと時を過ごすことができました。

近年、当院の看護職員は若き看護師からプラチナナースまで年齢層の幅も広く、離職率が減少し良い傾向です。「気づき・対話・協調・笑顔」をモットーとし、一人ひとりがやりがいを持ち、多くの仲間と看護を語り合い、お互いに励まし成長できるよう努めています。

“人財”であるスタッフが、生き生きと働き続けられることが看護部の願いです。

これからも看護を探求し続け、看護部一丸となり、地域の人々が安心して生活の場へ戻れるよう質の高い看護を目指してまいります。



認知症勉強会の開催

昨年11月27日18:00より、児島保健福祉センター児島保健推進室・ケアプランサービスいこいの家主催で、高齢者ケア等勉強会・多職種交流会が当院で行われました。

当院副院長神原啓和先生による「認知症について～画像と共に～」と、大杉靖子看護部長による「認知症ケアにおける多職種のチーム医療～取り組みの実践から～」を講演いたしました。当院は数年前より認知症ケアチームを立ち上げ、今年4月より神原副院長が就任されて以降、チーム力が向上し活動内容もよりブラッシュアップされています。

講演後のディスカッションにも積極的に参加され、とても実りある勉強会だったと思います。



次回の 神原先生の講演予定

日にち

3月7日(木) 13:00～

場所

倉敷市民会館
2階 大会議室

講演内容

認知症の周辺症状
について

★ご興味のある方は
当院までお問い合わせください



クリスマスコンサート開催

12月18日、病院内でクリスマスコンサートを開催いたしました。演奏者は「音妃夢 おとひめ」のチェロ演奏の石川理恵子さん、ピアノ伴奏の三宅裕美さんをお招きし、まずは1階フロアで外来患者さまや一般の方に向けての演奏をお届けし、続いて入院病棟で入院患者さまに向けての演奏をしていただきました。生演奏はなかなか聴く機会がなく肌で音を実感することができ、より一層クリスマス気分が高まった時間となりました。ステキな時間をありがとうございました♪



私たち(職員)も
もりあげ隊として
頑張りました♪



1階フロアでの演奏

入院病棟での演奏





旧児島聖康病院

解体前に消防訓練として活用



児島聖康病院は令和5年4月より病院を移転いたしました。旧児島聖康病院はすでに解体を終えていますが、解体する前に消防訓練として活用したいとのことで消防署より依頼があり、令和5年7月26日と31日、児島消防署の方々をはじめ、倉敷消防署や県外の隊員の方々など、訓練場として活用されました。

訓練内容としては

- 応急はしご救出訓練
- はしご車取扱訓練
- ドア開放訓練です。



常に危険との隣りあわせな環境で大変な業務かと思いますが、消防の方々が地域の安全を守ってくださっているおかげで私たちは快適に暮らせています。いつもありがとうございます。



～ 消火技術訓練大会に参加してみた ～

令和5年10月6日、倉敷スポーツ公園で行われた第35回消火技術訓練大会に参加しました。消火技術訓練大会は、発見・通報・消火器による初期消火の技術を競う競技です。二人一組（通報役・消火役）で訓練用の水消火器を使いペットボトルを倒すタイムと協調性・安全性で審査されます。



児島消防署の方からご指導をいただき練習し、結果は残念ながら入賞することはできませんでしたが、当院は今回の参加で20回目の出場ということで表彰を受けることができました。



今回の参加により、初期消火の意欲が高まり、とてもいい経験となりました。

放射線科 前原 諒一

お知らせ

休日当番日

(9:00～17:00)

1/21 (日)

2/18 (日)

3/17 (日)

リハビリの時間 — 転倒を予防していつまでも元気に —



冬は厚着をしたり、動く量が減ることで転倒が増える季節と言われています。転倒のような事故の多くは“家の外”で起こると思いがちの方が多いのではないのでしょうか？実は事故の70%以上は年齢を問わず“家中”で起きていると言われています。

今回は自宅内で安全にお過ごしいただくための注意点や対策についてお伝えします。自宅に潜む危険への対策をしっかり行い、転倒予防とともに健康寿命の延伸を目指しましょう！！

リハビリテーション科 理学療法士 森田 未来

居室・台所 屋内事故多発エリア 第1位

居室・台所は過ごす時間が長いいため、屋内事故発生率第1位とされています。

こたつや延長コードの配線に引っ掛かる



配線コードを壁に沿わせて固定

OK



カーペットの端がめくれている。固定されてなく滑る。

NG



OK



裏に吸着性のテープで固定



いま
居間は
いま
「今一度」
確認を！！

椅子に上がって高い所の食器を取ろうとして椅子から転落

NG



無理せずなるべく高い所に置かない

OK



靴下が滑って踏ん張れない

NG



OK



滑り止め付きの物を使用



整理整頓が大事

あかりのCooking教室



管理栄養士
藤川あかり

ポトフは、鍋で長時間煮込むフランスの家庭料理です。フランス語で「Pot(ポット)」は鍋、「Feu(フ)」は火を示すため“火にかけた鍋”という意味になります。



豆乳ポトフ

材料【2人分】

- ・鶏もも肉 200g
- ・エビ 4匹
- ・じゃが芋 1ヶ
- ・大根 1/4本
- ・にんじん 1/2本
- ・しめじ 1/4P
- ・水 200ml
- ・バター 20g
- ・コンソメ 1ヶ
- ・豆乳 200ml
- ・塩こしょう 少々

豆乳は火にかけるとたんぱく質の膜(湯葉)がはるので火を止めてから入れるとよい

作り方

- ①鶏もも肉→一口サイズに切る
エビ →殻をむく
じゃが芋・大根・にんじん →皮をむいて食べやすい大きさに切る
しめじ→ほぐしておく
- ②鍋にバターを入れて鶏もも肉を炒める
火が通ったらじゃが芋・大根・にんじんを入れて炒める
- ③水を入れて柔らかくなるまで煮込む
- ④しめじ・エビ・コンソメを入れて少し煮込む
- ⑤火を止めてから豆乳を入れ、塩こしょうで味をととのえる

エビは煮込みすぎると小さくなるため後入れで!

メモ

○豆乳の選び方○

無調整豆乳

大豆固形分8%以上
豆乳+水のみ
大豆の味がする



調整豆乳

大豆固形分6%以上
豆乳+砂糖+油脂+香料
飲みやすくしたもの



↑今回使った豆乳

豆乳飲料

大豆固形分4%以上
調整豆乳+果汁やコーヒー
ジュースやコーヒーに近い味



↑豆乳初めての方はオススメ

○牛乳との比較○

	エネルギー	たんぱく質	脂質	鉄分
豆乳	63	3.2g	3.6g	1.20mg
牛乳	61	3.3g	3.8g	0.02mg

鉄分が豊富で貧血予防のために吸収力を高めるため、今回のメニューではビタミンCが豊富なじゃが芋を使っています。
※鉄分とビタミンCを一緒にとることで体内に吸収されやすくなる

脂質は50%が必須脂肪酸であるリノール酸が含まれている
※必須脂肪酸…ヒトの体内で合成できないため、食事から摂取しないといけない

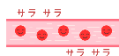
○注目の栄養素○

大豆イソフラボン



…女性ホルモン「エストロゲン」と似た働きをすることで、女性の美しさや若々しさを手助けしてくれる。骨粗鬆症の予防効果でも期待されている

サボニン



…LDL(悪玉)コレステロールの蓄積を抑えることで動脈硬化を予防します

○飲みすぎ注意○

下痢



…マグネシウムが含まれているため飲みすぎると下痢になります

アレルギー



…豆はアレルギーを起こしやすい食品である
※1日に200~500ml程度を目安に
(コップ2杯まで)

児島聖康病院診療時間表

診療科目	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
総合診療科①	山崎 泰源	☆	山崎 泰源	☆	山崎 泰源	☆	休 診	山崎 泰源	☆	山崎 泰源	☆
総合診療科②	坪井 淳	金平 典之	坪井 淳	金平 典之	山崎 泰弘	小野田 正 藤井 喬之		小野田 正	國友 知義	山崎 泰弘	岡山大学 担当医
総合診療科③	小野田 正 金平 典之	金平 典之	山崎 泰源	金平 典之	矢野 修也 藤井 喬之	小野田 正 藤井 喬之		小野田 正	國友 知義	山崎 泰源	岡山大学 担当医
脳神経外科	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和		神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和
皮膚科	神原 宏枝	神原 宏枝 (予約のみ)	神原 宏枝 (予約のみ)	☆	神原 宏枝	神原 宏枝 (予約のみ)		神原 宏枝	神原 宏枝 (予約のみ)	神原 宏枝	☆
整形外科	☆	☆	千田 鉄平 (9:30-12:30)	☆	☆	☆		☆	☆	☆	森 正樹 (13:30-16:00)
泌尿器科	☆	☆	☆	☆	☆	☆		☆	☆	☆	西 光雄 (16:00-17:00)
循環器内科	☆	☆	土井 修	☆	☆	☆		☆	☆	☆	☆
ヘルニア外来	山崎 泰源	山崎 泰源	山崎 泰源	山崎 泰源	山崎 泰源	山崎 泰源		山崎 泰源	山崎 泰源	山崎 泰源	山崎 泰源
頭痛・もの忘れ外来	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和		神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和
睡眠時無呼吸外来	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和		神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和	神原 啓和

診療時間

午前 9:00～12:30

午後 15:00～17:30

(受付時間は診療開始の30分前)

※ただし、急患の場合は

この限りではありません

※一部の診療科目については診療時間が異なりますので、上記「診療時間表」をご覧ください。

休診日

木曜、日曜、祝日、祭日

※ただし、急患の場合は

この限りではありません

※その他の休診日はウェブサイトのお知らせページに掲載しています

アクセス

JR 児島駅から徒歩約10分

バス 児島聖康病院前(萱刈南)
を降りてすぐ



医療法人社団五聖会
児島聖康病院

〒711-0906

岡山県倉敷市児島下の町 1-1-16

Tel 086-472-7557

Fax 086-472-1143

Mail info@seikoh-hp.or.jp

Web https://seikoh-hp.or.jp/

医療法人社団五聖会

向日葵

〒711-0906

岡山県倉敷市児島下の町 10-374

ティサービスセンター向日葵 Tel 086-473-7736

グループホーム向日葵 Tel 086-473-7756

ケアプランセンター向日葵 Tel 086-473-8876

〒711-0903

岡山県倉敷市児島田の口 7-1-16

サービス付き高齢者向け住宅

シーホーム向日葵 Tel 086-477-4165

ヘルパーステーション向日葵 Tel 086-477-4168