



新年を迎えて

医療法人協愛会 阿知須共立病院
理事長・病院長 三好 正規

新年明けましておめでとうございます。

患者さま・ご利用者の皆さま、ご家族の皆さま、そして地域の皆さまに心よりお慶び申し上げます。

地域の皆さまにはいつも温かいご支援を賜り厚く御礼申し上げます。今年も皆さまに喜んでいただけますよう、安全・安心・信頼をモットーに、病院運営に心がけてまいりたいと決意を新たにしているところでございます。

昨年11月、阿知須共立病院は創立60周年を迎えることが出来ました。幾多のOB・OG・職員の汗と努力は、現在の病院基本理念や当病院職員の精神に脈々と受け継がれております。これからも新しい時代にふさわしい医療・福祉活動を積極的に展開し、地域の皆さまのお役に立てるよう努める覚悟ですし、“人生100年時代”に対応する新しいシステムの構築を模索していく所存です。

そして、昨年10月、当病院関連法人の新白松苑が竣工・運用開始されることになり、ユニットケアに代表されるような新しい介護システムが可能となりました。また、患者さまの診療情報を蓄積する電子カルテも10月に新規更新し、更に質の高い医療・福祉サービスが提供可能となり、この両分野において更なる発展を期待しています。そのほか、山口県より“将来世代応援企業賞”受賞、“やまぐち働き方改革推進優良企業表彰（優秀賞）”等、職員の提言・アイデアによる各種の表彰を受けることとなり、労働環境の改善、業務改革を着実に進めているところでございます。

また、糖尿病教室、乳がん講演、看護の日イベント等において、職員が院内外で積極的に医療・予防啓発活動を行い、地域の皆さまのお役に立てたことは、私としても、意欲的で忠実な職員を誇りに思っています。

一方、国内外に目を向けてみますと、昨年、大谷翔平選手や大坂なおみ選手をはじめ、卓球・フィギュアスケート・バドミントンの選手たちが世界レベルで活躍したことは、日本人の誇りと自信になりました。他方、わが山口県は、維新150年記念事業として、「山口ゆめ花博」が阿知須の山口きらら博記念公園で開催され、当初の予想を大きく上回る入場者があり、盛会裏に終幕しました。誠にご同慶の至りです。また、10月には山口県立宇部高校出身の本庶 佑特別教授が、ノーベル医学生理学賞を受賞されたことは、山口県民の大きな誇りですし、県民を勇気づける明るいニュースでした。近い将来、がんの治療も大きく進歩することでしょう。

最後に、今年5月1日には、「平成」も新元号に代わり、新しい日本として再スタートを切る大きなターニングポイントとなります。医療・福祉分野も新時代にふさわしく「人生100年時代」として大きく変わっていかねばなりません。

これからも全職員が一致団結し、地域医療・福祉に更なる努力をする覚悟でございますのでご理解・ご協力をお願い申し上げます。新年のご挨拶といたします。



医療法人協愛会理念

1. “地域の安心支援拠点” 安心と信頼を提供します
2. “皆さまの健康長寿” その人らしい生活を支えます
3. “四者満足” 希望と満足を実感できる法人でありつづけます

基本方針

1. “思い” を大切にした医療・予防・ケアに取り組みます
2. 安全・納得の技術を提供します
3. 切れ目のない地域連携で皆さまを支えます
4. 24時間、365日、まごころサービスで皆さまを支えます
5. 安心と信頼を提供できる人材を育成します

寒い冬にピッタリ★あったか オススメ料理

毎日寒い日が続いていますね。この季節になるとシチューやグラタンなどのCMをテレビで見る機会が増え、『今年も寒い冬がやってきたなあ〜』なんて感じる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

今回はシチューやグラタンにも使われるホワイトソースを使った冬にピッタリの料理をご紹介します☆



鮭のきのこソースかけ

【材料 2人分】

鮭(生)	2切れ
塩	0.5g
小麦粉	適量
サラダ油	大さじ2杯
しめじ	30g
えのき	20g
しいたけ	2枚
玉ねぎ	1/8個
ピーマン	1/4個
サラダ油	小さじ2杯
牛乳	40ml
ホワイトソース	60g
顆粒コンソメ	小さじ1/2杯

【作り方】

- ① 鮭に塩を振り下味をつけておく。
- ② しめじは小房に分けておき、えのきは3cmの長さに切っておく。
- ③ しいたけと玉ねぎは薄切り、ピーマンは千切りにしておく。
- ④ ①に小麦粉をまぶし、サラダ油を敷いたフライパンで焼く。
- ⑤ サラダ油を敷いた鍋で玉ねぎときのこ類を炒める。
- ⑥ 炒めた⑤に牛乳、ホワイトソースを入れ加熱し、コンソメで味を整える。
- ⑦ フライパンでピーマンを炒める。
- ⑧ 皿に鮭を盛り付け、きのこソースをかけピーマンを飾って完成。



鮭の代わりに白身魚や鶏肉でもおいしくできます。冬のおもてなし料理の一品としてもピッタリです。きのこソースはパスタと和えてクリームパスタにもアレンジできます。ぜひお試しください!!

寒い冬を元気に乗り切る!! きのこのキキメ

かぜ・インフルエンザの予防

「体温が1℃上昇すると免疫力が30%上昇する」と言われています。風邪の予防には免疫力アップが必要ですよね。それにはきのこに豊富に含まれる食物繊維の一種、『βグルカゴン』の摂取が効果的。βグルカゴンには腸内の免疫細胞を活性化させる働きがあるので、高い免疫力アップ効果が期待できます。

また、きのこには抗インフルエンザ感染作用があるとされているので、インフルエンザが流行るこの時期は、きのこを使った料理がオススメです。

冷えの改善

冷えが気になる方にはツライ季節となりましたね。冷えの主な原因である血行不良を改善するには、きのこに含まれる『葉酸』の摂取がオススメです。葉酸は『造血ビタミン』の異名を持っており、葉酸を摂取することで血行が改善され冷えを防ぐ効果が期待できます。同じくきのこに豊富に含まれる『ナイアシン』にも血流をよくする働きがあるので、体を温めてくれる効果が期待できます。冷えが気になる方は毎日の食卓にぜひきのこを取り入れてみてください。

平成30年度 世界糖尿病デーイベントのご報告

世界に拡がりつつある糖尿病の脅威に立ち向かうために、国際連合は11月14日を【世界糖尿病デー】と認定しました。この日を中心に全世界で糖尿病啓発キャンペーンが行われ、糖尿病の予防や治療継続の重要性について人々に周知する重要な機会となっています。平成30年世界糖尿病デーのテーマは【サルコペニア】。

サルコペニアとは、加齢に伴う筋力の低下をいいます。筋力が低下すると身体機能や活動性が落ち、エネルギーの消費量が減少することにより、食べる量も減り、栄養状態の悪化やさらなる筋力の低下を招きます。



当院では、糖尿病サポートチームを中心に世界糖尿病デーイベントを毎年開催しています。今年度は11月12日～11月19日の全国糖尿病週間に、当院1階外来待合室で糖尿病に関連した資料の「院内展示」と12月6日に山口きらら博記念公園多目的ドーム内で「グランドゴルフ大会」を開催しました。



サルコペニア防止の講演風景



グランドゴルフ大会

「院内展示」では、サルコペニア診断方法や予防としてご自宅で行える運動の提案や糖尿病の病態や予防に関する情報提供、お菓子やジュースに含まれる糖質量の表示、糖尿病の療養指導に用いるカンバセーションマップの展示を行いました。



院内展示

そして、昨年度に引き続き開催しました「グランドゴルフ大会」への参加者は10名、スタッフも加わり4チームで回りました。参加者の皆さんと話をしながら楽しい時を過ごすことが出来ました。サルコペニアの予防、糖尿病の運動療法においても継続することが重要です。良き仲間と同じ趣味を持つての活動は継続した療養に最良です。

糖尿病サポートチーム
代表 三輪陽子

工藤明敏診療部長・外科部長が （株）ファーストリテイリング（ユニクロ）で 「乳がん講演」！！



11月15日（木）午後2時から約2時間、山口テクノパークにある株式会社ファーストリテイリング（ユニクロ）で、工藤明敏医師が「乳がんの予防と早期発見」について講演しました。この講演は、ファーストリテイリングには約400名の従業員の皆さんが勤務されており、その内8割以上が女性であること、また、本会社は「企業も健康経営にも取り組む必要性がある」との方針から開催されることになりました。

講演は、まず工藤医師のプロフィール紹介で始まり、引き続き工藤医師が演壇に立ちました。

工藤医師は講演の中で、社会的に関心が高まっている乳がんの予防と早期発見の必要性を訴え、「乳がんになった時は一人で悩まず、家族や友人に話し、正しい知識を得ることが必要です」と説明し、実例を挙げながら乳がんの種類や治療の流れを示しました。最後に乳がん検診の方法も紹介し、「自己検診をした上で、マンモグラフィーや超音波検査を活用して欲しい」と呼びかけました。

参加された100名を超える職員の皆さんは、メモを取りながら熱心に聴講されていました。講演後、質疑応答も活発に行われ、乳がん予防・早期発見の啓発に大変有意義な講演となりました。

講演には、山口新聞、毎日新聞、中國新聞、宇部日報各紙の取材があり、工藤医師及びファーストリテイリング統括責任者の森田様が丁寧に応じられていました。

当日の講演風景は当院ホームページで新着公開していますので、一度アクセスしてみてください。



「患者さんの権利を尊重すること、高齢者の皆さんをお守りすること」の憲章

■患者さんの権利を守ります■

1. 患者さんは、人間として尊重される権利を持っています。
2. 患者さんは、いつでも必要かつ十分な医療を受ける権利を持っています。
3. 患者さんは、プライバシーが尊重される権利を持っています。
4. 患者さんは、自分の選択によって治療を受ける権利と共に治療を拒否する権利を持っています。
5. 患者さんは、医師や医療従事者に十分な説明を受ける権利を持っています。
6. 患者さんは、平等な治療を受ける権利を持っています。

■「高齢者」の皆さんに対して■

◎尊厳を持って自立した生活が送れるよう支援します。◎健康で生きがいをもって、社会参加ができるよう手を差し伸べます。◎利用者の皆さんから、信頼され満足されるサービス提供に努めます。◎処遇の質的改善、権利擁護体制の充実に努めます。◎看護、介護を通して在宅への可能性を支援します。◎リハビリテーションを充実し、介護予防、社会参加の推進に努めます。◎フォアザペイシエントの姿勢を貫きます。

医療安全推進週間の取り組みのご報告

～転倒転落予防について～

●はじめに

厚生労働省は2001年から、毎年11月25日（いい医療に向かってGO）を含む1週間を「医療安全推進週間」と定め、「患者さんの安全を守るための共同行動」の一環として医療関係者に取り組みの推進を図り、また、この取り組みについて「国民の理解と認識を深める」ことを目的として、各医療機関に「医療安全推進週間」を中心に様々な活動を行うことを推奨しています。

当院も2013年から医療安全啓発ポスターを、そして、2016年からは併せて標語も掲示していますが、2018年は11月25日（日）から12月1日（土）の1週間、リスクマネージャーを中心に職員や職員のご家族からポスターと標語を募り、1階外来部門で掲示しました。また、患者さま、お見舞いの方々にはポスター・標語の優秀作品の選考に多数ご協力をいただきましたこと、本紙面をお借りして心よりお礼を申し上げます。ありがとうございました。

●私たちの取り組み

今回、認定病院患者安全推進協議会が主催する「転倒・転落予防に関する標語」に職員から51句の応募があり、その中から優秀作品を10句選考致しました。足を止めてご覧になっていただいた方々や投票していただいた方々、そして、応募した職員の期待に応え、医療安全管理室として、今後も患者さんに安心・安全を提供できる病院を目指したいと思います。

今回のテーマ「転倒転落の防止」については、「入院のご案内」の中に「安全な入院生活を送っていただくために～転倒・転落の予防のお願い～」を明記し、入院される患者さま、ご家族の皆さまに、ご理解とご協力をお願いしております。

さらに当院では、「転倒転落の防止」の一環として、毎週月曜日に転倒転落防止チームによる**ラウンド**（*1）実施や定期的に各病棟、老人保健施設で**転倒・転落アセスメントスコアシート**（*2）を作成しております。高齢化が進み、転倒転落予防は非常に難しくなっていますが、当院では室内環境を見直し（例えば、床頭台の位置、柵の位置、ベッドの高さ、履き物の位置など）、せん妄についても薬物に頼る前に環境を整えて、生活にリズムを与える努力をしています。

（*1）**ラウンド**：転倒・転落の危険性がないか周囲環境を巡回点検すること。

（*2）**転倒・転落アセスメントシート**：患者さまの転倒・転落リスクを評価するシート

『安心と信頼を提供します』という理念に基づき、日々、患者さまに寄り添い、患者さま一人ひとりの状態にあった安全対策に取り組んでまいります。

これからも患者さまとご家族の皆さまのご理解とご協力を切にお願い申し上げます。



【ポスター掲示】



【標語掲示】

外来診療のご案内

阿知須 共立 病院

Tel 0836-65-2200 Fax 0836-65-4436

平成31年1月1日

		月	火	水	木	金	土	専門分野		
内科	午前	三好正規	三好正規	三好正規	作村俊浩	三好正規	鈴木千衣子 (第2・3・4) 作村俊浩 (第1・3) 三好正敬 (第1・2・4) 松原弘子 (第1・3・4)	三好正規 鈴木 作村 三好正敬	内科一般・内分泌内科 呼吸器内科・福祉相談 産業医学相談 内科一般・消化器内科 内視鏡内科・肝臓内科 内科一般・循環器内科 腎臓内科 内科一般・循環器内科 腎臓内科 内科一般・腎臓内科 内科一般・糖尿病内科 内科一般・呼吸器内科 アレルギー 内科一般・肝臓内科 消化器内科 内科一般・循環器内科 内科一般・循環器内科 内科一般・糖尿病内科 禁煙外来	
		松原弘子	松原弘子	田中慎二	酒井康平	三好正敬				
		吉富亮介	三好正敬	鈴木千衣子	鈴木千衣子					
			矢部朋子	沖田 極		矢部朋子				
	午後			三好正敬 (無呼吸外来)				石光 宏 (第1・3) 中川 実 (第2・4)		高橋 松原 矢部 沖田 田中 吉富 酒井 藤井
		松原弘子		田中慎二	酒井康平					
		吉富亮介	作村俊浩	松原弘子 (透析予防外来) (第1・3)		作村俊浩				
		高橋達世	矢部朋子		藤井郁英 (禁煙外来)	矢部朋子				
脳神経外科	午前	石光 宏	石光 宏	中川 実	石光 宏	中川 実	石光 宏 (第1・3) 中川 実 (第2・4)	石光 中川	脳神経外科一般・もの忘れ外来・認知症外来 脳神経外科一般・脳卒中頭部外傷・認知症外来	
	午後	中川 実 (脳ドック)	石光 宏 (認知症外来)	石光 宏 (脳ドック)	中川 実 (認知症外来)	石光 宏 (脳ドック)				
外科	午前	工藤明敏	近藤浩史	兼定 航 (手術)	工藤明敏	工藤明敏	工藤明敏 (第1・3) 近藤浩史 (第2・4)	工藤 近藤 兼定	外科一般・消化器外科 乳腺外科・血管外科 呼吸器外科・甲状腺外科 外科一般・消化器外科 乳腺外科・甲状腺外科 外科一般	
	午後		(手術)	(手術)	(手術)	ストーマ外来 (第1・3)				
整形外科	午前	三好智之	三好智之	三好智之	三好智之	徳重厚典	三好智之 または 村松慶一	三好智之 村松 徳重 佐伯	整形一般 整形一般・手の外科 骨軟部腫瘍 整形一般・股関節 リウマチ 整形一般	
	午後					佐伯侑治 ※16時~手術				

* 診察時間 月曜～金曜日 9:00～17:30 (12:30～14:00を除く)
土曜日 9:00～12:30 (午後休診) 第5土曜日(3/30)は休診

* 上記診察時間外・休日・深夜も急患は診察いたします。

私たちは院内の最新情報、旬な情報を地域の皆様にいち早く、分かり易くお伝えする為に、病院だよりの発行やホームページの編集も行っています。知りたい情報がすぐに見つけられる、見易いホームページとなっています。

阿知須共立病院

〒754-1277 山口市阿知須4841番地1

Tel 0836-65-2200

http://www.kyoai.or.jp

