



クリスマス会

12月21日(土)東棟リハビリ室にて、フロントライン、フロントラインネクスト、グレイスアンエンディングの皆さまによるゴスペルのクリスマスコンサートが行われ、たくさんの入院患者さんと、ご家族が参加されました。フロントラインの皆さまによる「手のひらを太陽に」は、歌って踊って元気になるような曲でした。「さあ行こう、どこまでも」はソロもありイキイキとリズムを刻んでくれました。フロントラインネクストは少女5人組で、大人びた雰囲気の中、高音のハーモニーが美しく響いていました。グレイスアンエンディングは「君は愛されるために生まれた」は神様が全世界に消えることのない愛と幸せを運んでくれる歌ですと説明があり、心が温まる深く優しい歌声でした。最後の「きよしこの夜」は参加者全員で合唱し、楽しい時間を過ごすことが出来ました。東病院サンタから出演者へプレゼントを渡し、クリスマス会を終えました。素敵なクリスマスコンサートをありがとうございました。

看護師 山口 美保子

お知らせ

健康セミナー

日時：3月7日(土)14時～15時
場所：東棟1階 第3会議室

参加費無料、事前申込み不要

■講演：「痛みの新しい考え方
～腰痛、膝痛、股関節痛など～」
講師 原田 重徳

■内容

関節由来の関節痛についてお話します。
関節機能障害を改善することで、関節痛が
消失することなどについてお話します。

刈谷市住民健診のご案内

- がん検診は2月28日まで行っております。
予約制ですので予めご予約ください。
- 二次健診も行っております。
健診の結果、要精密検査の指示がある方はお申し出ください。

ご予約は受付または電話 (0566) 62-5120 (外来)

高齢者肺炎球菌予防接種のご案内

- 助成金の利用期間は2020年3月31日までです。

ご予約は受付または電話 (0566) 62-5120 (外来)



患者満足度調査にご協力頂き
ありがとうございました。

11月に患者満足度調査を行いました。
調査にご協力頂いた患者・家族の皆さん、大変ありがとうございました。皆さんより頂戴したご意見を、職員全員真摯に受け止め、地域の皆さんから評価される病院となるよう一層の努力を重ねて参ります。



なお、調査結果は差し込みした別紙またはホームページをご覧いただけます。

広報委員 高津ふじ江



ご意見箱



【ご意見】西棟西側歩行者用通路のバス停付近の垣根の枝が伸び、バス待ちの人や通行人の妨げになっている。

【回答】ご意見ありがとうございました。

植栽の剪定は療養環境を保ちながら計画的に行っておりますが、通行される方やバス停でお待ちの方々に対し、配慮が足らず申し訳ございませんでした。

早速、垣根を剪定し通行の安全が保てるようにいたしました。

健康 フェスタ

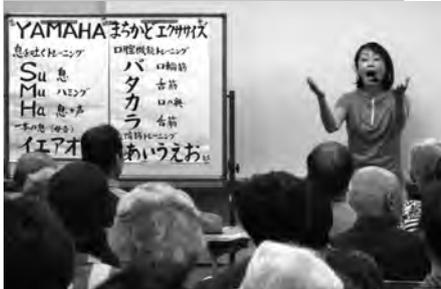
第12回健康フェスタを開催



脳のネットワーク強化
 脳には約2000億個の神経細胞あり。
 神経細胞は数百兆個のシナプス(ネットワーク)によってつながっている。
 一つの神経細胞は数万個のシナプスでほかの神経細胞につながっている。
 記憶に関する神経細胞が減っていても、特定の回路を強化することで記憶力の低下を防ぐことができる。
 特定の回路の強化には前頭葉機能の強化が有効

11月16日(土)、東棟1階にて、第12回健康フェスタを開催しました。近隣の地域住民や外来患者、入院患者の家族など122名の方に参加していただき、今年も盛況な健康フェスタでした。

今回の講演会は、加藤恭三院長より「人生100年時代の認知症予防～楽しく歌って運動して認知症予防～」というテーマでの講演でした。認知症の特徴や予防法について解説されました。



まちかどエクササイズ



医師よろず相談



ハンドトリートメント

さらに、ヤマハ音楽体操プログラム講師からは認知機能の維持・向上のための音楽体操プログラム「まちかどエクササイズ」の紹介があり、参加者全員でエクササイズを体感しました。頭と体をフル回転し、にぎやかな講演会になりました。

また、毎年希望者が多い頸動脈超音波検査(20名の検査枠に84名の希望者)、医師よろず相談、体力測定、栄養、ハンドトリートメント、フットケアコーナーを設けました。どのコーナーも盛況で、みなさん真剣に話をきいたり、懸命に課題に取り組んだり、普段の生活習慣を見直すよい機会となっていたようでした。

今後も地域住民を対象としたイベントを開催していきたいと思っております。

医療ソーシャルワーカー 松川 安文

◆数独の解答◆

8	9	6	7	2	3	1	5	4
2	3	1	4	8	5	9	6	7
4	7	5	1	9	6	3	2	8
3	5	8	6	1	7	4	9	2
1	4	9	2	3	8	5	7	6
6	2	7	9	5	4	8	3	1
7	1	3	5	4	2	6	8	9
5	6	4	8	7	9	2	1	3
9	8	2	3	6	1	7	4	5

医療安全 川柳

安全は
一歩先読む
余裕から

「しっかり」と
一字違いだ
「うっかり」は
職員の
慣れた作業に
ミス隠れ

大丈夫
その思い込みは
事故のもと

これらの句は、「第4回医療安全推進週間 医療安全川柳」の入賞作品です。毎年11月25日を含めた1週間は、『いい医療に向かってGO』ということで、医療安全推進週間となっています。医療安全推進週間とは、患者さんの安全を守るため、患者さんやご家族・すべての医療関係者が協働して医療安全に取り組むことを目的として、厚生労働省が位置づけた日です。全国各地の病院で、医療安全に関する様々な取り組みが行われています。当院でも医療安全推進活動として、医療安全に関する川柳・標語を患者さん、ご



家族、職員等から募集し、優秀作品を選定し表彰式を行っています。

医療事故を防止するためには、私たち医療従事者だけの活動では不十分で、患者さんやご家族の方の協力も欠かせないものとなっています。患者さんが安全で安心な治療・療養生活が送れるよう医療安全活動に取り組んでいきますので、今後ともご協力お願いいたします。

看護師 深浦 里美

医療安全 表彰



ベストプラクティス賞『優秀賞』を受賞

当院の医療安全管理者である深浦里美さんが11月29・30日京都国際会議場で開催された第14回医療の質・安全学会学術集会でベストプラクティス賞『優秀賞』を受賞しました。この学会は、新しい医療の在り方、患者本位の医療の質と安全を保証するしくみを創り出すこと、そしてそれを国内外に提言することを目的に設立された学会です。今回の発表では、気管切開カニューレを首にベルトで固定する方法にスタッフが統一して行えるように活動した取り組みを一病棟から全部署に水平展開した結果を報告しました。現場としてできることを考え行動した結果、適切な固定がされていないことによるカニューレ抜去の減少に繋がった活動に対して評価していただきました。深浦さんの医療安全文化の向上に向けた地道な活動に敬意を払いつつ、今後も東病院の医療安全管理者としての活躍を期待しています。

看護師 西 明子

医局だより

患者さんの生きる力に寄り添う

病院の仕事は、人の最期によく立ち会うものです。最期が迫っているとわれ、それを患者さまやご家族さまに告げた時、「先生、あとどれくらい生きられますか」と、よくこんな質問をいただきます。しかし、これはなかなか難しい質問です。「いつどうなってもおかしくない状況ですが、ほんとうの最期がいつ訪れるのか、それは誰にも分からないことです。どうか心の準備はしておいてください。」とお答えしています。

生まれるときや死ぬときなど、自然に起こりうる未来を人間が予測することは、とても難しいことです。とはいえ、何も分からないということでもありません。たとえば天気予報士が明日の天気をいい当てる確率が一般の人と比べて高いのと同じように、知識や経験から予測能力が高くなることはあるでしょう。

私たち人間も自然の一部ですから、治療について考えるとき、その方のもっている生きる力に寄り添うようでありたいと思っています。そして、未来に起こりうる最期のために、今のこの時を大切に過ごしていきたいと思えます。

医師 平塚 真紀



医療福祉室だより

障害者福祉タクシー料金助成利用券(タクシーチケット)をご存じですか？

身体障害者手帳・療育手帳を取得されている方は、タクシーに乗る場合に手帳を提示すると、運賃から1割の割引を受けることができます。そのほかにも、所持している手帳の種類や等級によっては市町村役場から障害者福祉タクシー料金助成利用券(タクシーチケット)が交付される場合があります。

市町	対象者	問い合わせ窓口
刈谷市	身体障害者手帳1～3級療育手帳A・B判定精神保健福祉手帳1・2級を所持している方	福祉総務課
知立市		福祉課
安城市		障害福祉課
高浜市		いきいき広場介護障がいグループ
大府市	身体障害者手帳1・2級療育手帳A判定	高齢障がい支援課
東浦町	身体障害者手帳1・2級療育手帳A・B判定	障がい支援課

※ただし、**自動車税または、軽自動車税の減免を受けている方は対象外**となります。

お住まいの市町村により、対象者は異なります。また、受け取ることができるチケットの枚数や、利用上限も変わってくる場合がありますので、詳しくは、市町村役場にお尋ねください。

医療ソーシャルワーカー 加賀屋 麻都花

ケアのお話あれこれ

乾燥には保水で対処!

窓から見える御岳に雪が積もり、冷たく乾燥した風にさらされる時期となりました。指先にささくれができたり、肌がガサガサしてとても気になりますよね。

そもそもささくれは何故できるのでしょうか。原因は①乾燥②栄養不足③食生活の乱れだそうです。乾燥というのは、水分と油分が足りなくなってしまうことです。乾燥に対するケアグッズは多種多様あり、皆さんも対策をされているとは思いますが、ボディークリームやハンドクリームをこまめに塗ってもなかなか改善しない場合は、皮膚細胞の水分が足りていない状態です。なので、顔のメイクと同様、化粧水をたっぷりつけてからクリームでコーティングすることが大事になってきます。

私自身、お風呂上りや家事の後には必ず化粧水での保水からケアを実施して、怠った時にはすぐにささくれたり、足が粉拭いたりするので、保水の大切さを実感しています。皆さんも一度、保水をお試してください。



看護師 河合 真弓

コメディカルリレー

災害時避難グッズに薬の情報も加えて

近年、大規模な豪雨や地震が日本各地で起こっています。防災意識の高まりと共に災害時避難グッズを準備している方も多いと思いますが、その中に薬の情報は含まれているでしょうか?

災害時はかかりつけの病院・薬局にかかれないかもしれません。カルテや記録が見られない状態かもしれません。そんなとき、避難先の救護所で医師や薬剤師から「どんな病気で、どのような薬を飲んでいますか?」と尋ねられたら、服用している薬の情報を各自で正しく把握する必要があります。

薬の情報と一言で言っても、【薬の名前】、【規格(何mgか)】、【一日に何回飲むか】、【いつ飲むか】、【一回にどれだけ飲むか】、これだけの情報が必要になります。そこで活用していただきたいのが、お薬手帳やお薬と共にお渡ししている薬剤情報提供書です。これらには必要な情報がすべて載っています。また、災害はいつどこで起こるか分かりません。普段持ち歩くことが多い携帯電話で薬の内容の写真を撮っておくとより一層安心です。ただし薬の内容が変わった場合は、情報の更新もお忘れなく!

薬自体が無くても正確な情報があれば、医師や薬剤師は迅速に対応ができ、症状の悪化を防ぐことができます。災害時避難グッズにぜひ薬の情報もプラスしましょう。



薬剤師 高木 早紀

数独

ルール

- ①タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ②太線で区切られた3×3のワク内(マスは9コ)にも1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ③従って、タテヨコ、ワク内で、同じ数字が重複して入ることはありません。とにかく算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

下の例題を解いてみましょう。空いているマスのどこからうめていってもいいのですが、まず1をどこかにいれてみましょう。盤面の右上、3×3のブロック内(A・B・C・D)に必ず一つ入れなければなりません。この時、B・C・Dでは、ともに下に1があるので入れられず、Aにしか入りません。同様に、左下の3×3のブロックをみると、F・Hは右に1があるのでダメ、Eも上に1があるのでアウト、だからGに1、と決まります。そう、実に気楽に遊べるのです。

●例題●

1		3		7		4 ^B		8
	7		4		8 ^A		5 ^C	
8	5		9		3 ^D			2
	3		5		4		1	
5	9		2		6			4
	8		1		9		2	
3 ^F	8		1		2			7
^E 9	^G 3			2		6		
6 ^H	4		5		9			1

●例題の解答●

1	6	3	2	7	5	4	9	8
9	7	2	4	3	8	1	5	6
8	4	5	6	9	1	3	7	2
2	3	6	5	8	4	7	1	9
5	1	9	7	2	3	6	8	4
4	8	7	1	6	9	5	2	3
3	5	8	9	1	6	2	4	7
7	9	1	3	4	2	8	6	5
6	2	4	8	5	7	9	3	1

●問題●

	9		7	3				
2		1						
4		5		9				
		8		1			9	
			2		8	5		6
								3
				4			8	9
5	6			7		2		
		2		6			4	

◆解答はP4に掲載しています◆ 問題提供:ナンプレ20 (<http://numberplace.net>)

診療予定表

令和2年2月1日～

		月	火	水	木	金	土(第1)	土(第3)	
外来診療	午前	1診	岩田勝	岩田勝	加藤恭	大林(禁煙)	成田洋		大林
		2診	金野	骨粗しょう症外来(金野)	大田	荻野	杉浦	専外(原田)	専外(原田)
		3診							
		4診	大川内		大川内	千郷	大川内	大川内	大川内
		5診	平塚		沢江			沢江	
		6診	原田	専外(原田)	谷口		谷口		谷口
		内視鏡	加藤美	(第2・4)力徳	吉田	加藤美		大久保	
	午後	1診	沢江	大林	加藤恭	大川内			
		2診	杉浦	谷口	原田	原田	加藤恭		
		3診							
		4診	腎不全(井上)		井上				
		5診							
6診			専外(原田)						
透析センター	午前	千郷・杉浦(井上)	千郷・杉浦(井上)	千郷・井上	平塚・杉浦(井上)	千郷(平塚)	千郷・平塚	千郷・井上	
	CAPD	神谷	近藤	萩田	小山	春日井・平塚			
	午後	千郷・平塚	平塚・井上	千郷・杉浦	井上・平塚	杉浦・井上			

外来診療受付時間

- 平日 : 午前 8時30分～11時30分 午後 1時00分～3時00分
- 土曜日 : 午前 8時30分～11時30分 午後 休診
- 外来休診日 : 日曜・祝日・第2・4・5土曜日

編集後記

新年あけましておめでとうございます。今年は東病院が開院20周年を迎える節目の年となります!初日の出に向かって、いつもの私事だけでなく、広報委員として携わる記念行事の成功を祈念いたしました。

広報委員 日沖 大輔