



日本赤十字社

Onoda Red Cross

小野田赤十字病院広報誌

2017

7月号
Vol.240



全日空（ANA）様よりすずらん贈呈（6月1日）

活動にかかわる全ての人々が共有する『日本赤十字社の使命』

わたしたちは、
苦しんでいる人を救いたいという思いを結集し、
いかなる状況下でも
人間のいのちと健康、尊厳を守ります。

「人間のいのちと健康、尊厳を守る」という人道的任務を達成するために
小野田赤十字病院が掲げる 病院理念 および 基本方針

病院の理念

- (1) 私たちは、「人道・博愛・奉仕」の赤十字精神を基本に生きていることの価値と喜びを追求する病院づくりをします。
- (2) 私たちは、思いやりの心を忘れず、皆様の健康へのみちを全力で支援します。
- (3) 私たちは、地域に貢献し、安心と信頼が得られる社会をめざします。

基本方針

- (1) 患者さまならびに職員の生きがいを尊重し、権利を擁護する。
- (2) 患者さまのプライバシー保護に努める。
- (3) 療養病棟では、高齢・認知症・難病等の患者さまに配慮する。
- (4) 医療社会事業を通じて、地域住民の皆さまの健康づくりを支援する。
- (5) 「健診・救急・高齢者医療」を三本柱とし、地域の保健・医療・福祉機関との連携を推進する。
- (6) 医療の質の向上と安全管理に努め、全人的医療をめざす。
- (7) 医療記録を適正に管理し、規定にしたがって開示する。

<http://www.onoda-redcross-hosp.jp>

すずらんの花が届きました

6月1日（木）ANAグループより、患者さんの一日も早い回復を願って、『幸福の訪れ』『しあわせの再来』などの花言葉をもつ「すずらんの花」と「手作りのしおり」が届けられました。

「しおり」は、北海道千歳市近郊に咲いた「すずらんの花」に加え、より多くの患者様の手元に元気をお届けするため、手書きのメッセージが添えられ、爽やかなすずらんの香りがします。



今年は、宇部市出身の客室乗務員の山本晴香さんと全日空山口支店の山本俊樹支店長が北海道産の鉢植え 8 鉢と切り花 50 本、しおり 500 枚を持って来られました。

山本さんは1, 2, 3病棟を回り、「回復後は空の旅でお会いしましょう」「お大事になさってください」と話しかけられ、すずらんの花を手渡しされました。



老健あんじゅでは贈呈式が行われ、みんなで「上を向いて歩こう」をお礼に歌いました。皆さんとても喜んでいました。



入院患者さんは「ありがとう。」と笑顔で花を受け取られていました。



身体のおはなし

「夜間熱中症」

夜間に熱中症となってしまう原因には、寝ている環境も要因としてはもちろんですが、「かくれ脱水」というのが多いようです。人は寝ている間に汗をかいていますので、その汗によって水分が失われて脱水症状のようになり、その結果熱中症を引き起こしてしまいます。

夜にトイレに行きたくないからなどの理由から水分を摂らないようにしている人もいますので特に注意してください。



夜間熱中症を防ぐポイント

「寝る前の水分補給」

コップ1杯以上の少し多めの水分を摂取



夜中にトイレに行くために起きた場合は、トイレにいった後、きちんとお茶などを飲み再び寝るようにしてください。

「寝る前に身体を冷やす事」

お風呂上りでそのまま寝るのをやめる

体温が上がっている状態で寝てしまうと、それだけ汗をかいてしまいます。そして普通に過ごしても夜でも暑い事がありますから、寝る前に首の後ろや脇の下に保冷材などを当てて身体を冷やしてから(より正確に言えば血管を冷やす)寝るようにすれば、体温が低い状態で睡眠に入れるので、汗をかきにくくなります。

「寝室の環境」

寝室が30度以上になるのは絶対に避ける

いわゆる熱帯夜になるのであれば、エアコンを28度に設定して寝る事をおすすめします。電気代が気になるとは思いますが、命には代えられません。

エアコンの空気を扇風機で上手に回していけば、寝室全体が冷えるので、エアコンも忙しくならないので節電になります。

そして何かと温度だけに注意が行きがちですが、**湿度も気を付けないと体温が下がりませんので**、温度が25度でも湿度は80%以上になる時は気を付けてください。



熱中症にならないようしっかり予防しましょう！

日本列島クリーン作戦

山陽小野田市のきららビーチで6月11日（日）日本列島クリーン作戦が行われ、当院の職員も参加しました。

この運動は、昭和58年度に「小さな親切」運動20周年記念事業としてスタートしました。「美しい日本、美しい心」をスローガンに、ごみを拾うことでごみを捨てない心を育てようと全国で清掃活動を行っています。



昨年は雨で中止だったので、今年の天気はどうだろうと心配していましたが、今年は清掃活動を行えました。1時間程度活動を行い、参加者同士のコミュニケーションが深まりました。

もともときれいな所にはゴミを捨てにくいと聞きますので、この「日本列島クリーン作戦」によりきれいにしようという意識が高まることを願っています。

防火訓練



6月21日に職員が患者役になり避難訓練を行いました。

その後、新入社員を中心に水消火器を使って消火の訓練も行いました。初めて使う消火器にドキドキしながら懸命に練習していました。

万が一のときにしっかり対応できるように、訓練でやったことや心構えはしっかり覚えておきたいと思います。





外来診療担当医表

(都合で交代・休診することがあります。ご了承ください。)

曜日 診療科(受付時間)		月	火	水	木	金
内科 8:30~11:30	1診	担当医	島袋 9:00~11:30	担当医	野垣	第1,3,5(金) 松原 第2,4(金) 矢賀 9:00~11:30
	2診	南野 9:00~11:30	和田	和田	徳永 9:00~11:30	為佐 9:00~11:30
	3診				周布 9:00~11:30	
午後 ※予約制				第4(水) 日高 13:00~15:00	徳永 13:30~16:30	
外科 8:30~11:30		清水	佐藤	中尾 水田(予約のみ)	為佐	清水
肛門科	月曜~金曜 清水(要電話予約)					
神経科			第1,3,5(火) 樋口 10:00~13:00	第2,4(水) 渡邊 9:00~16:30		
眼科 8:30~11:30			萩田			萩田
整形外科 14:00~16:00	7月13日(木)、27日(木)					
神経内科		川井 第1~第3(月) 14:00~16:30 第4(月) 9:00~11:30				野垣 13:00~16:00
皮膚科 13:00~16:30						沖田

7月 行事予定

5日 七夕飾り(老健)



7日 誕生会(老健)

10日 赤報会

12日 大河流寛百合会、

ショップすいせん(老健)

19日 ひだまり・花(老健)

21日 お話しボランティア
(老健)

26日 ハーモニー倶楽部
釜山学生訪問、桜幸二ふれあ
いコンサート(老健)



先月のボランティア(5月21日~ 6月20日)

5月24日 菊汐友会	5名	6月12日 藤田流華扇会	4名
5月26日 お話しボランティア(金子紀恵様)		赤報会	10名
6月1日 森田バンド	5名	6月14日 池坊芳心会	2名
6月12日 民児協(赤崎)	4名	宇部奇術クラブ銀友会	2名

ボランティアの皆様、ありがとうございました。

*** 編集後記 ***

- ・夏太りの季節がやってきました。代謝が落ちるにもかかわらず、ついつい食べてしまうんです。ビールも値上げしたけれど、買い控えには程遠い。 益成
- ・雨が降ると、体だけでなく心も重くなってしまいます。 坂本
- ・山口県も梅雨入りしましたね。梅雨の時期は休日晴天だといつもより嬉しくなります。 木村
- ・だんだんと暑くなり熱中症の多い季節です。こまめな水分補給にこころがけたいですね。 国本
- ・もう7月ですね。今年の七夕は晴れるでしょうか。 宮崎

今月の料理

野菜たっぷりスープ



◆材料◆

素 材	分 量
玉ねぎ	1/2個
にんじん	1/2本
じゃが芋	中1個
キャベツ	2枚
5色ビーンズ(水煮)	100g
ウインナー	4本
固形コンソメ	2個
塩・こしょう	少々

作り方

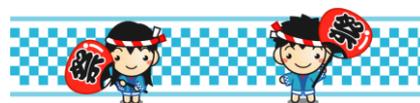
1. 玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、キャベツをそれぞれさいの目切りに、ウインナーは厚めの小口切りにする。
2. 鍋に水を入れコンソメを加え、硬い食材から順に煮る。野菜に火が通ったら、塩・こしょうで味を調える。

～ 一口メモ ～

製品によって違いはありますが、ミックスビーンズの中身は赤インゲン豆、青えんどう豆、ひよこ豆が入っていることが多いようです。

ミックスビーンズには鉄やビタミンB群、カリウムなどが含まれています。鉄はハムやウインナーなど肉類と一緒に食べることで吸収が良くなります。また、ビタミンB群やカリウムは水に溶けやすい性質があるので、溶けてしまった成分をしっかり摂取できるようなスープや煮込み料理がおすすめです。

納涼祭



8月4日(金)18:15~19:15



病院正面玄関前で毎年恒例の納涼祭を開催します。
子どもたちにプレゼントやビンゴ、パットゴルフ、
お菓子の釣堀など様々なアトラクションを準備しています。
ぜひご来場ください。お待ちしております。

平成29年 7月 1日 発行
 発行所 山陽小野田市大字小野田3700
 小野田赤十字病院
 (TEL 0836-88-0221)
 発行人 清水良一