

あなたに寄り添い、あなたとともに

Vol.2 冬
2013 WINTER

南鹿児島さくら病院広報誌

さくらと友に

活発に躍動するヒガラののように

「さくらと友に」第2号発行

お陰様で南鹿児島さくら病院広報誌も第2号を刊行することができました。今回は、当院での取り組みや、作品・レシピ紹介、ドクターコラムなど皆様のお役に立てる情報満載でお送り致します。表紙にありますのは『ヒガラ』という全長11cm、シジュウカラの仲間としては日本で最小の鳥です。日本では山地の針葉樹林で繁殖し、秋冬には平野までやってくるそうです。

小さいながらも活発に動き回るヒガラののように、当院も地域住民の皆様・連携機関のネットワークをますます広めながら、活気ある職場作りに取り組んでまいります。

広報委員会スタッフより



第2回 南鹿児島さくら病院

TQM発表会

平成25年8月12日、南鹿児島さくら病院TQM発表会を開催しました。

患者様を第一に考え、質と安全を継続的に向上させる事が出来るよう……！
平成25年4月～8月の期間に、リハビリテーション課のスタッフ全員で日々の業務改善活動に取り組みました。3つのサークルに分かれ、テーマに沿ってリーダーを中心に話し合い・準備を重ねて発表本番に臨みました。スムーズに活動が進んだサークル、思う



チーム 白戸家

ように活動が進まなかったサークルもありましたが、活動を通して様々な学び、気づきの機会を得ました。
優秀賞は、『連絡用ホワイトボードの活用』について発表を行った『チーム白戸家』。
業務の効率化と他部門との連携を向上させました。
今回の経験を、今後の日常的な業務改善に活かしていきたいと思えます。

平成25年度 飯塚病院TQM活動発表大会へ参加しました！



平成25年9月20日～21日にかけて、福岡県の4ヶ所の病院訪問と飯塚病院で行われたTQM活動発表大会へ参加しました。
どの病院も医療の質や利益を高める努力をされており、グループ病院として外の病院に目を向けていく大切さを感じました。
TQM発表会については、急性期病院の現状を垣間見ることができました。業務について問題となっていることや、無駄な内容に対し、効率よく対応・対処していく姿勢を学びました。

TQMとは 全員・全体(Total)で、医療・サービスの質(Quality)を、継続的に向上させる(Management)こと。

TQM発表会の意義 TQMは、「TQMをやる」ことが目的ではなく、「TQMによって、質を向上させる」ことが目的で、患者様サービスへ向けての土台作りとなります。

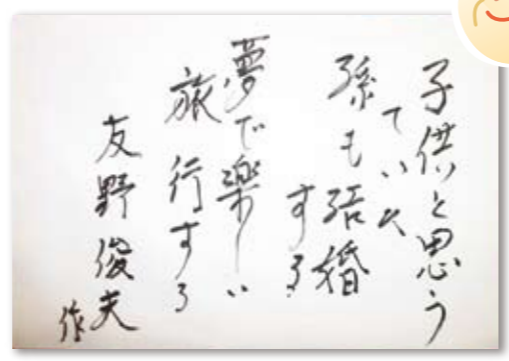
患者様の作品コーナー

自宅介護をしている娘様より寄せられた俳句

身に付いた 体脂肪こそ 憎いけど
母の介護で 全燃焼

年重ね 小さな文字は 見えずとも
真の優しさ 見抜ける私

堂下みどり様 作品



友野俊夫様 作品



寺原利行様 作品

＊ デイケアさくら ＊

ご家庭や地域で健康的な明るい生活を送っていただきたい。
日々の喜びを感じていただきたい。

手作りもみの木の下に
プレゼント待ってまーす☆

元気な子どもたちが
とっても上手なダンスを
披露してくれました♪

楽しく歩けば
足も軽いですね！

リハビリスタッフ
指導のもと、
集団リハビリを
行っています。

第5回ミニミニ運動会は
今年も大盛況でした！

猛暑も乗り越え、桜島のドカ灰にも負けず、今又寒い冬に打ち勝とうと頑張っている皆様。
私達、スタッフの元気の元は皆様の笑い声と『こけ来がなつて、まこちよかったあ』というお言葉

をもらえることです。
専門的なリハビリはもちろんのこと、運動会や作品作りを通して楽しみながらの機能訓練を提供することができました！
皆様に楽しく過ごしていただくための企画満載！ぜひ一度、足を運んでみてください。

当院では16列マルチスライスCTを導入しております。



CT装置とは

CT装置とは、Computed Tomography (コンピューター断層装置)の略です。当院では東芝の16列マルチスライスCT装置を導入しております。薄い輪切りの断面画像を多数、作成できます。その断面画像を利用して多方向からの断面像や立体的な3D画像を作成できるようになり、頭部、胸部、腹部や骨の疾患の検査に有用です。

その他に、喫煙などによる肺気腫の検査も、医師の指示によって行っております。



特徴

- 従来のCTに比べ撮影時間を大幅に短縮、患者様の負担が低減されます。
- 従来のCTでは難しかった微小な病変を診断でき、肺癌等の早期発見が可能です。

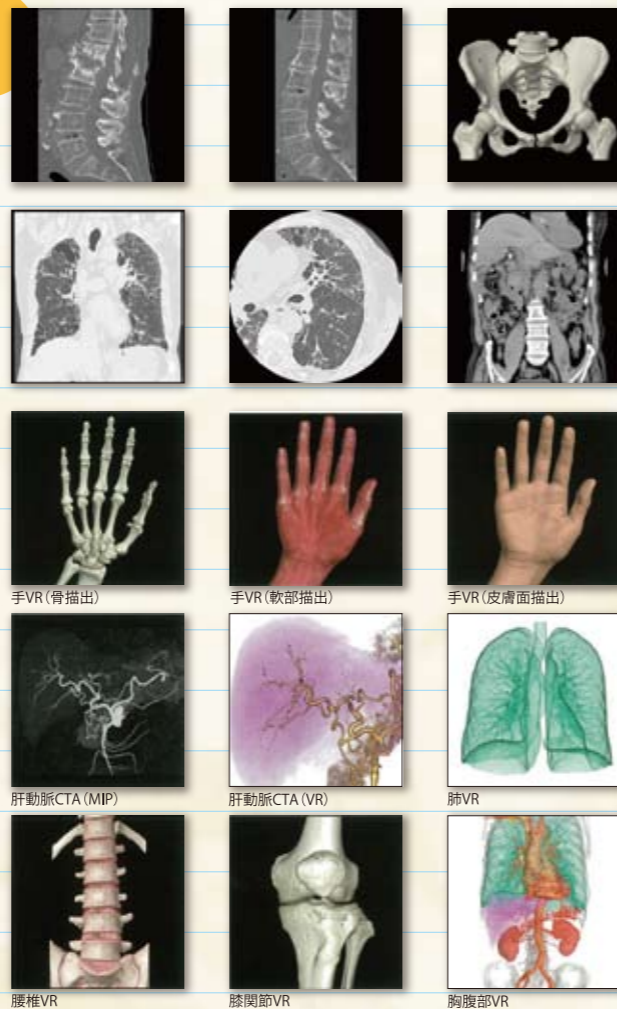
この検査は次のような診断に有効です

- 頭部 (脳腫瘍、脳出血、脳梗塞等)
 - 胸部 (肺癌、肺炎等)
 - 腹部 (肝臓、胆嚢、膵臓、腎臓の腫瘍等)
 - 骨盤 (膀胱、前立腺の腫瘍及び炎症性疾患等)
 - 脊椎・骨格 (骨疾患、骨関節病変等)
- 全身の病変を精密に画像化できます。
- 肺気腫 の検査が可能です。

こんなことが可能です

- レントゲンでは見えない**重なった骨の部分**の撮影。
 - 撮影時間が短いので**息止めが少なく**てすみます。
- 【例：胸部撮影の場合】
従来のCTでは25秒程 → マルチスライスCTでは15秒
- 3Dや**様々な角度からみた画像**をみることができます。
 - **広範囲の撮影**が可能。
 - 検査にかかる時間が短いので、**待ち時間短縮**につながります。

画像例



手VR(骨描出) 手VR(軟部描出) 手VR(皮膚面描出)
肝動脈CTA (MIP) 肝動脈CTA (VR) 肺VR
腰椎VR 膝関節VR 胸腹部VR

当院に新しい治療器具が導入されました!!

NEWS!

その名も

ASPIA — アスピア —

- 従来のSSP療法
低周波ツボ刺激療法
- 中周波療法
1000Hz~10000Hzの電力を用いて筋ポンプ作用による血行改善・発痛物質の除去を行う治療法
- 高電圧モード



10月から入職しました、リハビリ助手の楠元正子です。未経験者なのですが、笑顔で頑張りたいと思いますのでよろしくお願いします。

ASPIA(アスピア)は、「従来のSSP療法」「中周波療法」「高電圧モード」といった各種電気療法を用いて、肩や腰の痛みの軽減を図ります。(但し、状態によりましては使用できない場合がありますのでご了承ください。)

この器具以外にも、干渉波やマイクログ波なども使用可能です。治療希望の方はぜひリハビリスタッフに声をお掛け下さい。



ベテラン看護師が多数を占めている 明るく活気のある病棟です。

毎日カンファレンスを行い患者様の状態把握に努めています。



医療型療養病棟です。ベテラン看護師が多数を占めている明るく活気のある病棟です。

私たちは患者様の日常生活の維持、改善を目的として入浴や食事、リハビリなど毎日の生活のお世話をしております。

高齢者の方が多く、入院期間が長期となる事が多いので、単調となりがちな毎日の生活の中にレクリエーションや季節の行事をとり入れ、気分転換をしていただけるように努めています。



ハロウィンの日に仮装をしました! 皆さん似合っていますね。

10月31日は、最近日本でも定番しつつあるイベント、ハロウィンでした。

なかなか普段ではできない仮装を、患者様とスタッフ一緒に楽しみました。

これからも皆様に信頼されるあたたかい看護を提供してまいります。

看護部 病棟紹介 2階病棟 — 医療型療養病棟 —

骨粗鬆症に伴う骨折を予防しましょう!

- 骨粗鬆症とは骨強度が低下して骨折しやすくなる病態です。
- 骨折により要介護状態に陥ると生活の質も著しく低下します。
- 骨強度は主に骨密度が関与しています。
- 骨密度の低下を防ぐことが骨折の予防にも繋がります。
- 骨粗鬆症の程度に応じて様々なお薬や注射を使用できます。
- まずは骨密度を測定してみませんか!?



日常生活には至る所に転倒の危険が潜んでいます。転倒に充分気を付けましょう。

骨粗鬆症の方が
転倒した際に
骨折しやすい部位



さくら広場 sakura hiroba

骨粗鬆症の方は、転倒した際に骨折しやすい部位があります。腰、肩、大腿骨、橈骨(手首周辺の骨)が骨折しやすい部位です。

●「適量とは」
適量には個人差があり、同じ人であってもその日の状態によって酔い具合が異なるため、一概にいうことはできません。社団法人アルコール健康医学協会では、一般的に純アルコール量にして約20〜40gを限度とするようにすすめています。このくらいの量であれば、程よくお酒を楽しめるといわれています。

健康かわら版

お酒の上手な飲み方・付き合い方

● 飲酒



適正飲酒の10か条

- 談笑し楽しく飲むのが基本です
- 食べながら適量範囲でゆっくりと
- 強い酒薄めて飲むのがおススメです
- つらくつよ週に二日は休肝日
- やめようよきりなく長い飲み続け
- 許さない他人への無理強い・イッキ飲み
- アルコール薬と一緒に危険です
- 飲まないで妊娠中と授乳期は
- 飲酒後の運動・入浴 要注意
- 肝臓など 定期検査を忘れずに

酒種類	量	アルコール度数
ビール	中瓶1本 (500ml)	5%
日本酒	1合 (180ml)	15%
ワイン	1/4杯 (約180ml)	14%
ウイスキー等	ダブル (60ml)	43%
焼酎	0.6合 (約110ml)	25%
缶酎ハイ	1.5缶 (約520ml)	5%

● 酒類別の適量目安

さくら病院特製! お正月のおせち料理

栄養科スタッフより

毎年のお正月には、栄養科スタッフがアイデアを出し合い、栄養満点のおせち料理を作ります。ご入院中の患者様に、お正月の気分を感じていただけるよう、彩り豊かなおせち料理に仕上げております。

- おしながき
- 菜飯
- お吸い物
- 野菜の煮付
- 松かさいかの惣焼き
- えびのムニエル
- 菊花かぶ
- 数の子
- 正月かまぼこ
- 梅花れんこん
- 干支ぬき芋
- 伊達巻き
- 黒豆煮豆
- きんかん漬け
- 和菓子
- いちご

～ぜひ、ご家庭でおいしい煮豆を作ってみてください～

栄養科スタッフからの☆マメ知識☆

おせち料理に煮豆は欠かせませんね。煮豆は…一年中「まめ=まじめ」に働き、「まめに健康的」に暮らせるようにとの願いが込められています。

煮豆の失敗の原因

- 1. 軟らかく煮えないのは?**
 - 長時間豆を水に漬けすぎた時
 - 豆が完全に煮えないうちに砂糖を入れ、強火で煮た時
 - 砂糖を一度に多量に入れ、強火にかけた時
- 2. 豆の皮がやぶけてしまうのは?**
 - お湯の量が多く強火で沸騰させた時
 - 煮あがった後、すぐに蓋を取り、豆が急に空気に触れた時

煮豆の作り方

これなら大成功!

- もどす** 3〜4倍の水に6〜8時間(一晚)漬ける。
- ゆでる** 漬け汁ごと火にかけ、5〜10分ほど煮て煮汁を捨てる。新たに豆がかぶる位のお湯を入れ、紙蓋をして弱火で煮る。お湯が沸騰してきたらコップ1〜2杯の水(びっくり水)を入れる。煮あがったら蓋を取らず、そのまま冷ましておく。
- 味付け** 豆が十分に軟らかくなったら、砂糖を2〜3回に分けて加える。砂糖を入れたら5〜10分で火を止め、そのまま蓋を取らず味を含ませる。

地域・医療連携室のご案内

当院の地域医療連携室では、他医療機関様からの患者様のご紹介やお問い合わせの窓口としての業務を行っています。また、入院患者様の退院や転院に関するお手伝いもさせていただきます。その他、医療費や介護保険制度のことなど気になること等ありましたら、お気軽にご相談ください。

窓口担当：柳田・毛下・國久

外来診療表

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	○	○ ^{※1}	○	○ ^{※2}	○	○ ^{※3}
	午後	○	○ ^{※1}	○	○ ^{※2}	○	休診
整形外科	午前	○	○	○	○	○	休診
	午後	○	休診	○	休診	○	休診

※1 非常勤医担当（鹿児島大学病院 循環器・血液・膠原病内科医師）※2 非常勤医担当（鹿児島大学病院 呼吸器内科医師）※3 一般内科、呼吸器内科医師担当

診療内容

内科
 整形外科
 消化器外科
 呼吸器内科
 リハビリテーション科
 通所リハビリテーション
 訪問リハビリテーション

診療時間

平日 9:00～13:00 [診療受付 8:30～12:30]
 14:30～18:00 [診療受付 14:00～17:30]
土曜日 9:00～13:00 [診療受付 8:30～12:30]
休診日 日曜日／祝祭日

病床数

医療療養：50床（個室：4床）
 回復期リハビリテーション：30床（個室：4床）



〒890-0069 鹿児島県鹿児島市南郡元町24番15号
 TEL：099-253-7272 FAX：099-253-7236
<http://www.nissyokai.or.jp/>

病院理念 ～あなたに寄り添い、あなたとともに～

わたしたちは

1. 安心・便利・快適な医療を提供します。
2. 身近な家庭医療から緩和医療まで幅広いケアを目指します。
3. 常に全人的なケアが出来るように努めます。
4. 常に最新の知識、技術の習得に努めます。
5. 患者様のライフスタイルに応じたニーズにお応えします。
6. 公共の福祉に資するために公平公正な医療と介護の提供に心がけます。

