

ゆるめま

vol. 13 2008 秋号

- ▶ 理事長のあいさつ
- ▶ バイキング食事会～運動会～
- ▶ 健康ひろば
- ▶ 第3回院内学会
- ▶ 次世代育成支援認定事業主「くるみん」マーク取得
- ▶ 第1回『仕事と家庭を考える月間』パネル展
- ▶ 編集後記

病院理念

- 信頼される医療・保健・福祉を提供し、地域の健康増進に貢献する

基本方針

- 良質な医療を提供するため、心と技術を磨く努力を惜しみません
- 患者の権利、尊厳、安全を重視した医療を提供いたします
- 医療、福祉と連携を持ち、急性期医療から在宅医療まで、全員参加で取り組みます

● 理事長のあいさつ

猛暑が終わり、秋晴れの続くよい季節となりました。中国製冷凍ぎょうざに続いて、つぎつぎと中国製冷凍食品において農薬ジクロロポスの混入がみつき、食品に対する不安が広がるとともに、食料（特に穀物）不足の問題はグローバル化しており、身近な食料品の値段も1～2割上がっています。また、サブプライムローンの破綻に端を発する米国の金融危機は、世界中に影響するなど、不安なニュースが多いこの頃です。そうした中で、日本人の南部・小林・益川氏3人がノーベル物理学賞を受賞、続いて下村氏がノーベル化学賞を受賞されたことは、日本人としての快挙であり、ひさびさに明るいニュースでした。いずれも、30年以上前に取り組んだ研究実績が評価されたもので、その成果が各方面で生かされており、各研究者とも60歳代、80歳代となった今も研究を続けておられるという素晴らしい人生を送られています。素粒子理論は難しく理解できませんが、4人の研究者のことはとても感動し、日本中が元気づけられたように思います。

国内では、行過ぎた構造改革を行った小泉政権に対し反省の空気が生まれていますが、医療行政においてもぜひ見直して欲しいと思います。高齢化社会がますます進むことは確実なのに、社会保障費毎年2200億円削減というのは不可能です。また、38万床ある療養病床を15万床に削減するというのも、医療・介護難民をだすことになり、混乱をきたすと思われます。単に目標数値合わせの政策ではなく、医療・介護の現場の実態を検討した上でのビジョンある政策をお願いしたいと考えます。

理事長 森 伊津子



● バイキング食事会 ～運動会～

■ バイキング食事会を通じてのふれあい

介護療養型病棟では、毎月1回、入院患者様、ご家族をお招きしてバイキング食事会を開いています。内容は、四季折々の雰囲気を感じて頂ける様、旬の食材を使用した「行事食」を提供しています。

また、嚥下障害の方を対象に、食べやすく安全なソフト食を紹介し、ご家族の方にも試食して頂いています。

毎月、バイキング食を食べるだけでなく、さらに楽しんで頂くよう考え、毎月の行事に合わせて催し物を企画しています。今月は、秋の味覚を十分に満喫して頂いた後、患者様やご家族、病棟スタッフ全員参加で運動会を行いました。赤組・白組に



分かれ、玉入れ・パン食い競争・玉回し競争などミニ運動会でしたが、患者様はいつもと違う雰囲気に最初は戸惑いながらも、体を動かしたり、大きな声で応援したり、泣いて喜ばれる方などの姿も見られました。ご家族の方からは、「このバイキングに参加した事で親孝行ができた。」「こんなに笑っている姿を久々に見られてうれしい。」「孫と一緒に楽しめて喜んでいると思う。」などのご意見が多数聞かれました。

このように、ご家族の方にもご案内をし、多数の参加を頂くことで、より楽しいひとときを過ごすことができています。

今後も今まで以上に、皆様に楽しんで頂けますよう、スタッフ一同バリエーションに富んだメニュー作りや色々な企画に取り組んでいきたいと考えております。



健康ひろば

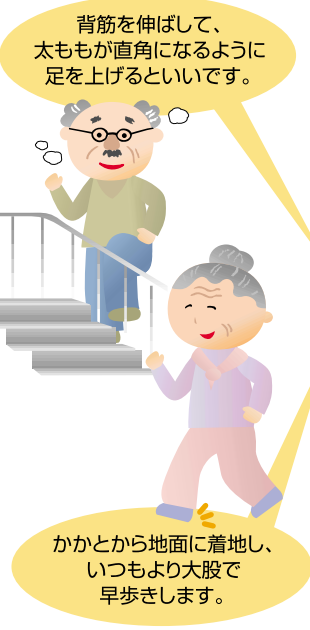
第2回
テーマ

「メタボリックシンドロームの運動療法について」

メタボリックシンドロームの運動療法について

腹囲の減少には**身体活動による消費量を増やすこと**と、**食事の摂取量を減らすこと**の両方が不可欠です。
1cmの腹囲の減少には、**1kgの内蔵脂肪を減量**するこ

と、すなわち**7000kcalの消費**が必要となります。1ヶ月で7000kcalを消費すると考えると**1日あたり240kcal**の消費になります。



身体活動で消費する量 (体重80kgの人として計算しています)

●生活活動		
普通歩行	10分	25kcal
階段昇降	5分	35kcal
速歩	10分	40kcal
炊事・洗濯	20分	40kcal
自転車(軽い)	60分	160kcal

●運動		
自転車	20分	80kcal
水泳	10分	100kcal
ランニング	15分	140kcal
テニス(シングルス)	20分	160kcal
軽いジョギング	30分	200kcal
ゴルフ	60分	200kcal

【運動の注意点】

今まで運動不足だった体に、急に激しい運動をさせると、脳卒中や心筋梗塞を起こしてしまう場合もあります。また、体を動かすと自分で思った以上に水分を失います。水分をこまめに補給することで血液の流れをよくしながら運

動を続けないと効果も半減しますし、血圧が上がって危険な状態になることも考えられます。
現在、病院にかかっている方は、まず主治医に運動の強度を相談してから始めましょう。

●第3回 院内学会

第3回 院内学会が、9月に行われ、66演題の発表がありました。この中より最優秀賞1演題、優秀演題2演題が選ばれ、朝礼にて表彰されました。

最優秀賞

演題
「くも膜下出血、関節リウマチを呈する症例を担当して」
—1年間の関わりで得られたもの—
リハビリテーション科 上原篤史、内藤莉沙、合田由美

優秀賞

演題
「退院前訪問時の居宅移行においての問題点について」
リハビリテーション科 松浦美里、加納靖子、清水光芳

優秀賞

演題
「効果的な運転方法の意識づけ」
—エコ運転を考える—
通所介護 いこいの家 平尾ひとみ、小橋奈緒美、富岡哲男





次世代育成支援認定事業主として、 「くるみん」マークを取得しました。



今回、当院では次世代育成支援対策推進法に基づく認定企業として、香川県内第5号で、2008年認定事業主認定マーク『くるみん』を取得しました。

当院では1994年に院内託児所を設置し、ワークライフバランスを考慮した職場環境の整備を行ってきました。2006年10月より一般行動計画を作成し、年次有給休暇の取得促進、職場復帰講習を目標に掲げ取り組んだ結果、当初の目標を達成するとともに、法を上回る育児休業関連制度の導入、及び全職員に対する啓発活動により、男性の育児休業取得や女性の出産者全員の育児休業取得等が評価され、認定マーク『くるみん』の取得に至りました。

第1回『仕事と家庭を考える月間』 パネル展に出展

香川県商工労働部制政策課主催の第1回『仕事と家庭を考える月間』パネル展が、県庁ギャラリーで開催され、当法人のパネルも展示していただきました。

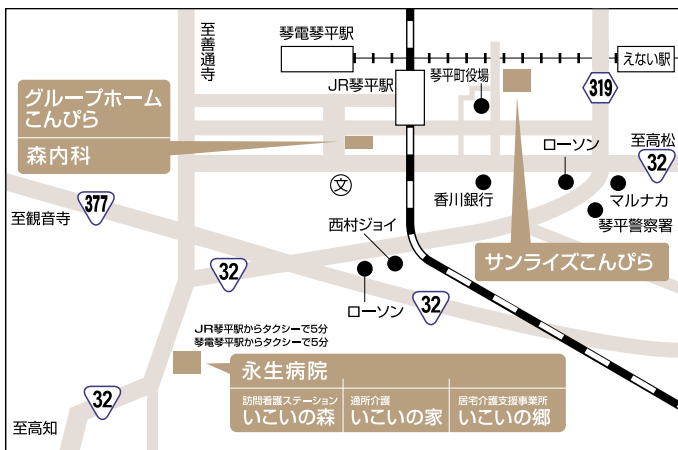


【編集後記】

第3回、院内学会も無事終わりました。「患者さまのため」にそれぞれが向上心を持ち、考え、取り組んだ演題の発表でした。達成感と満足感で終わらせることなく、まだまだ成長した姿をみていただけるものと確信を持っています。

尚、医療サービス改善委員会では、毎年「患者さま満足度アンケート」を実施しています。患者さまの評価を真摯に受け止め、改善の指標といたしますので些細なことでもご意見をいただけますよう、ご協力の程よろしくお願い致します。

医療サービス改善委員会



医療法人 圭良会

- 永生病院
香川県仲多度郡まんのう町買田221-3
Tel 0877-73-3300
- いこいの森 (訪問看護ステーション)
Tel 0877-73-3700
- いこいの家 (通所介護)
Tel 0877-73-3718
- いこいの郷 (居宅介護支援事業所)
Tel 0877-73-3655
- 森内科
香川県仲多度郡琴平町167
Tel 0877-73-4188
- グループホームこんびら (認知症高齢者グループホーム)
Tel 0877-73-0811
- サンライズこんびら (小規模多機能型居宅介護)
香川県仲多度郡琴平町榎井字池田451番地1
Tel 0877-58-8600

永生病院 130床(一般病棟 40床・療養型病棟 90床)

永生病院広報誌「ゆるぬき」第13号
発行元：医療法人 圭良会 永生病院
編集者：医療サービス改善委員会
住所：〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田221-3
TEL:0877-73-3300
FAX:0877-73-3202
永生病院のホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/>
eメールでのお問い合わせは keiryokai@eisei-hp.or.jp
発行年月日:平成20年11月1日