

永 生 病 院 だ よ り

# ゆるめき

● 音楽祭開催 令和5年8月26日(土)

令和5年8月26日(土)入院・入所している方を対象に音楽祭を開催しました。例年開催している夏祭りの代替のイベントとして今年初めての試みとなりました。忠八太鼓やカラオケ、職員による演奏など感染対策を行ないながら短時間での開催となりましたが、皆さん笑顔で楽しいひと時を過ごして頂けたようです。  
ハッピー会・企画委員会



部署紹介 ② 【医事課】

医事課は来院された方と最初に対応する部署で、来院者のご案内や診察患者様の受付・会計を主に行っています。電子カルテと医事レセコンシステムを導入し、迅速かつ正確な業務を行い会計の誤りが無いよう心掛けています。

患者様の不安を少しでも和らげ、より良い信頼関係を築けるよう笑顔で親切丁寧な接遇を心掛けています。患者様やご家族の方にこの病院に来て良かったと思って頂けるようこれからも努めてまいりますので、ご不明な点など何かありましたらお気軽にお声掛けください。



【編集後記】

秋だと言うのにいつまでも暑さが去りやらぬ毎日ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか?今年も24時間テレビの募金活動に参加させて頂き、テレビ放送同日には、当院で夏祭りに代わる音楽祭を行いました。新型コロナウイルスの感染が流行し、ここ数年開催を見合わせていましたが、今年は音楽祭という新しい形で開催することができ、普段見られないような笑顔もたくさん見ることができました。少しずつですが、日常が戻りつつあることを実感するとともに、今後も感染対策を行いながらより良いサービスが提供できるよう努めて参ります。



永生病院 130床(一般病棟 40床・介護医療院 90床)

| 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<br>Tel 0877-73-3300   |
| ● いこいの郷 (居宅介護支援事業所)           | Tel 0877-73-3655                          |
| ● いこいの家 (通所介護)                | Tel 0877-73-3718                          |
| ● げんきの郷 (通所介護)                | 香川県仲多度郡まんのう町買田102-1<br>Tel 0877-58-8811   |
| ● 森内科                         | 香川県仲多度郡琴平町1167<br>Tel 0877-73-4188        |
| ● グループホーム こんびら (認知症対応型共同生活介護) | 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権井字池田451番地1<br>Tel 0877-58-8600 |

永生病院広報誌「ゆるめき」第73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](mailto:keiryokai@eisei-hp.or.jp)  
発行年月日:令和5年10月15日

- 【理事長のあいさつ】  
秋まつり
- 【うまげな話】  
「食物繊維について」
- 【健康ひろば】  
「インフルエンザの特長について」
- 【行事報告&お知らせ】  
ドクター紹介  
短大生の給食管理実習  
音楽祭開催
- 【部署紹介②】  
医事課
- 【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

■ 患者の権利章典

|             |                 |           |
|-------------|-----------------|-----------|
| 1. 医療を受ける権利 | 3. 知る権利         | 5. 学習する権利 |
| 2. 自己決定権    | 4. プライバシーに関する権利 | 6. 参加と協同  |



KEIRYOKAI

秋 祭 り

10月は全国各地で久しぶりの秋祭りが開催されました。暑さ寒さも彼岸までのことばどおり、秋らしい風が吹きはじめました。新型コロナウイルス第9波のリスクを気にしながらではありますが、笛や太鼓の音色に気分は高揚し、大人から子供までみんな楽しい気分を味わうことができました。病院玄関前で、地域の獅子舞、子供さんの太鼓が披露され、入院・通所の患者さまも一緒に楽しいひと時を過ごしました。

9月敬老の日に総務省が発表した高齢者の統計では、80歳以上の人口が初めて1割を超え、65歳以上の人口は29.1%と過去最高となりました。高齢者人口の中では、75歳以上が72万人増加し2005万人となり、はじめて2000万人を超えました。団塊の世代が75歳を迎えていることによる増加です。また、高齢者の就業者数は912万人と過去最多となっており、就業率は25.2%です。他国でも高齢者就業率は上昇傾向で、アメリカ18.6%、カナダ13.9%、英国10.9%であり、韓国は日本を上回り36.2%です。高齢就業者のうち、「医療・福祉」の業界で働く人は104万人で10年前の39万人から大きく増加しています。高齢者の身体的機能も数年前より高くなっていることによるものと思われます。少子化対策も必要ですが、様々な分野における高齢者の活躍も期待したいです。

今年のノーベル生理学・医学賞に、米ペンシルバニア大のカタリン・カリコ非常勤教授と同大のドリュー・ワイスマン教授が決まり、mRNAの医薬品応用への道のりを切り開き、新型コロナウイルスワクチンの早

期実現につながった功績が評価されました。もしこの開発がなかったら、新型コロナのパンデミックな流行は長引いて世界中が深刻な状況に陥っていたかもしれません。新たなワクチンの開発にはふつう10～20年かかるとされていましたが、カリコ氏らは蛋白質を作り出す遺伝情報からなるmRNAを病気の治療や予防のために体内に投与する手法を1980年代にすでに考案していました。しかし成功までの道のりには大変な苦労があり、研究生活の職を求めて夫と幼い娘と一緒にハンガリーから米国へ移住を決断し、当時禁じられていた100ドル以上の外貨を娘のぬいぐるみの中に入れて持ち込んだとのこと。mRNAへの熱意がみのりはじめたのは1990年ドリュー・ワイスマンとの出会い以降で、共同研究が徐々に結実し、研究の成果が独ビオンテック社の目にとまり、コロナ感染が拡大した2020年初頭に米ファイザー、モデルナがmRNAワクチンの開発に乗り出し、同年12月実用化となりました。受賞の取材の際「本当のヒーローはワクチンが完成する前に自らの命をかけて患者に対応した医療関係者です」と話されたとのこと、謙虚な姿勢をもったすばらしい科学者と心から尊敬の念をいただきました。



理事長 森 伊津子



【第41回】～食物繊維について～

栄養素は、炭水化物・脂質・たんぱく質を合わせて3大栄養素、さらに微量栄養素と言われるビタミン・ミネラルを加えた物を合わせて5大栄養素と言います。また、5大栄養素以外にも、第6の栄養素として、食物繊維が挙げられます。そこで今回は、第6の栄養素の「食物繊維」についてご紹介したいと思います！

食物繊維について…

食物繊維は水に溶ける水溶性の食物繊維と溶けない不溶性の食物繊維に分類され、働きが多少異なるため、両方をバランスよく摂るのが理想的です。

| 種類      | 多く含む食品                                | 働き                                  |
|---------|---------------------------------------|-------------------------------------|
| 水溶性食物繊維 | 果物(りんご・バナナ・いちご) こんにゃく・わかめ・こんにゃく<br>   | コレステロールの上昇抑制<br>血糖値の急上昇の防止<br>血圧の低下 |
| 不溶性食物繊維 | きのこ類(しいたけ・しめじ・まいたけ・えのき) ココア・さつまいも<br> | がん・動脈硬化予防<br>便秘解消・改善<br>腸内環境の整備     |

うまげな料理カード 食物繊維たっぷり便秘解消!秋ならではの絶品メニュー! さつま芋ときのこの炒め物 4人分

- 材 料
- さつま芋 …………… 2本
  - まいたけ …………… 1パック
  - えのきだけ …………… 1袋
  - 長ネギ …………… 1/2本
  - サラダ油 …………… 小さじ2杯
  - だし汁 …………… 1/4カップ
  - (A) 薄口しょうゆ …………… 大さじ2杯
  - みりん …………… 小さじ1杯
  - 調理酒 …………… 1/4カップ

- 作り方
- ① さつま芋は、食べやすい大きさに切り、竹串がすっと通るくらいまで電子レンジで温める。
  - ② まいたけは食べやすく裂き、えのきだけは根本を切ってほぐす。長ネギは斜め切りにする。
  - ③ フライパンに油を入れ、①と②の材料を入れ、中火で1～2分炒める。
  - ④ ③にだし汁を入れ(A)の調味料を加え、汁気がほとんどなくなるまで炒め煮にする。  
※上からお好きな薬味(ねぎ・絹さや)をのせると、彩りもよく、さらに食欲が増します。

今が旬のさつま芋やきのこ類など食物繊維が豊富な食材を使用する事で免疫力もアップ! 抗がん食品としても注目を集めています! 食欲の秋ですが、食べ過ぎには十分気をつけて健康重視しましょう。

栄養科

ドクター紹介

はじめまして。内科・循環器内科の大島弘世(おおしまこうせい)です。心筋梗塞・心不全の研究のため3年間アメリカのボストンに留学し、その後香川労災病院で5年間内科の研鑽をしてきました。

これからは、地域のみなさんを笑顔にできる医療をめざしてがんばります。どうぞよろしくお願いいたします。



医師 大島 弘世・大島 あい子

体の安心情報板 健康ひろば 第52回 「インフルエンザの特長について」

新型コロナウイルスがまだ落ち着かない中、香川県内でも例年より早く、9月1日にはインフルエンザ流行入りが発表されました。新型インフルエンザが流行した2009年に次ぐ過去2番目の早さだそうです。新型コロナウイルス感染症と症状からは区別が困難となっており、特に重症化リスクの高い人では、どちらの感染症なのかを区別して治療するために検査が必要となります。

新型コロナ、インフルエンザどちらも状況に応じたマスク着用や手洗い・手指消毒、部屋の換気など基本的な感染対策は同じです。またインフルエンザワクチンの接種も有効です。特に65歳以上の方、妊婦、肺・心臓・腎臓に基礎疾患を持つ方、薬剤などにより免疫不全状態の方は、重症化や肺炎など合併症のリスクが高いことがわかっていますので、早めに接種することがすすめられます。

普段からの感染対策に加え、万が一に備えてワクチン接種とともに体調をととのえておくなどの準備をしておきましょう。

<インフルエンザの特徴について>

|          |  |
|----------|--|
| 感染経路     | くしゃみや咳による飛沫感染・接触感染                               |
| 潜伏期間     | 平均2日(1～4日)                                       |
| 症状       | 咳、ノドの痛み、鼻水などの気道症状<br>発熱、頭痛、筋肉痛・関節痛、だるさなどの全身症状    |
| 感染性のある期間 | 発症前日から発症後3～7日間                                   |
| 検査       | 抗原検査(発症から72時間以内に)                                |
| 治療       | 抗ウイルス薬、解熱剤などの対症療法                                |
| 予防       | 感染対策(マスク、手洗い、換気など)<br>ワクチン接種(予防効果が期待できるのは約5～6ヶ月) |

○当院でも10月からインフルエンザワクチンの接種を開始しております。

内科 大島 弘世

● 短大生の給食管理実習

令和5年6月26日～30日の5日間、栄養士を目指している香川短期大学の食物栄養学科専攻の学生2名が当院の栄養科で給食管理の実習を行いました。実習では、入院患者様に合った食事形態の学習や食事の摂取状況の確認や嚥下造影検査の見学など多くの経験をしてもらいました。そして、その実習報告会を令和5年8月7日に学校で行うとの事で招かれました。約60名の学生の実習報告を聞かせてもらい、その後、実習に関する講評と応援のメッセージを送らせて頂きました。皆さん、様々な実習先で多くの事を学ばれ貴重な体験ができたとの事なので、ぜひ栄養士を目指して頑張ってください。

栄養科



学生の給食管理実習報告会



実習指導管理栄養士の講評・応援メッセージ