

● 永生病院 文化祭

平成29年10月27日(金)～11月9日(木)

今年も外来待合室にて文化祭を開催し、患者様・利用者様や、職員がそれぞれの部署で考えて作った作品を展示しました。作品の中には来年の干支である犬の親子や、大切な人生をまとめた自分史などがあり、どれもアイデアが詰まった力作ばかりでした。毎年作品の数も増えてきており、今年は誰がどのような作品を出展するのだろうと、皆が心待ちにしているイベントとなっています。文化祭は毎年行っていますので、趣味で作成しているものがありましたら是非ご参加ください。



企画委員会

● 通所介護 げんきの郷 “落花生収穫”と“うどんレク”

平成29年10月4日(水)・11月27日(月)

10月4日にげんきの郷で栽培した落花生の収穫を永生病院のひまわり託児所の子供達と一緒にに行いました。一生懸命つるを引っ張る子供達を利用者様も笑顔で応援し、見事収穫できた時は拍手喝采でした。自分達の栽培した落花生を楽しそうに収穫する姿に、利用者様も「かわいいなあ。よかったわー!」と目を細めて喜ばれていました。



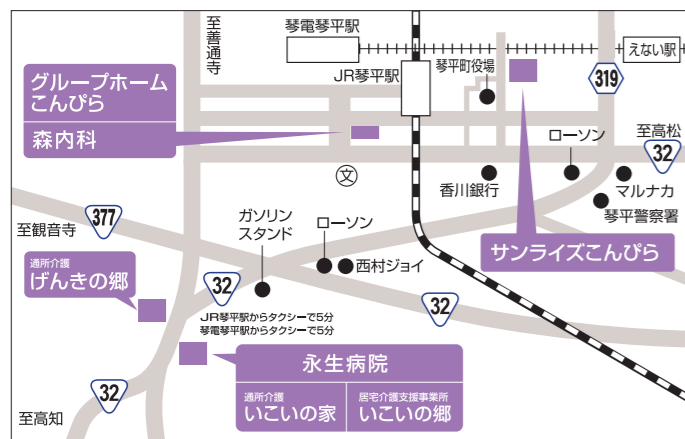
11月27日にげんきの郷でうどんレクを行いました。こだわり麺やのスタッフさんの説明を聞きながら、うどん玉の『元気玉』を皆で踏み、麺棒で伸ばし、製麺機で切って湯がき、打ちたてをいただきました。「昔を思い出したわ。」「自分で作ったからおいしい。」と大評判でした。



【編集後記】

明けましておめでとうございます。新年を迎え、皆様はどのような願い事をされたのでしょうか? 今年は戌年! 犬を飼っている人も多く、十二支の中で最も身近で親しみやすい干支です。戌年は、前向きに新しい目標に向かって努力すれば運気がグッと上がる年だそうです。目標を立て、こつこつと前向きに頑張っていきましょう。

また、今年度は、医療保険・介護保険の同時改定の年となりますので、色々な情報を皆様に発信していきたいと思っております。今年も皆様にとって実りある年になりますよう心からお祈り申し上げます。



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「ゆるめき」第50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30年1月5日

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) 仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811
- 森内科 香川県仲多度郡琴平町1167 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横井字池田451番地1 Tel 0877-58-8600

永 生 病 院 だ よ り

季刊 2018 冬号 vol. 50

ゆるめき

【理事長のあいさつ】
新年(戌年)を迎えて

【うまげな話】
「ミネラルについて～リンの効能」

【健康ひろば】
「心筋梗塞」

【行事報告&お知らせ】
平成29年度 第12回院内学会
第25回日本慢性期医療学会に参加
永生病院 文化祭

通所介護げんきの郷
“落花生収穫”と“うどんレク”

【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
2. 自己決定権
3. 知る権利
4. プライバシーに関する権利
5. 学習する権利
6. 参加と協同



KEIRYOKAI

● 理事長のあいさつ

新年(戌年)を迎えて

「一年経つのが早い」と誰もが口にするようになりまし。グローバル化が進み、国内外のあらゆる情報が耳に入り、めまぐるしくなっているからでしょうか。何が大切なことなのかを取捨選択するのが困難になってきているようにも思えます。最近の統計で、二十歳台前半若者の政党支持率の過半数が自民党であると発表されていましたが、就職の時期に安定した政治情勢をもとめるため、比較検討の結果、自民党を選択したとの理由でした。北朝鮮の核の脅威をはじめ、国連での核兵器禁止条約決議への日本の反対姿勢、米はじめ諸外国の平和をめざしているとは思えない発言等々まさに世界情勢は不安定となっています。そうした中でただ安定性を優先的にのぞむ心情は無理のないことかもしれません。

今年の干支は、「戌(つちのえいぬ)」になります。干支は、元々動物とは無関係の漢字が使われていたので、その後、分かりやすさのために動物を当てはめた結果、現在まで伝わる干支になったとのことですが、「戌」に関しては音が近いなどの理由で、犬がモチーフとなったようです。「戌」は実は、「滅(めつ・ほろぶ)」につながる漢字で、そこから、草木などが枯れ果てる意味を持つ漢字とのこと、やや不安になりますが、翌年の「亥」には、「草木の生命力が、種などの中に閉じ込められている」という意味があり、さらにその次の「子」に

なると、「この草木から芽がでる」という意味につながっていくと説明されています。「犬」に関しては、一度にたくさんの子を産む動物であることより、生命力豊かな意味合いがこめられており、安産の象徴ともなっています。

団塊の世代(1947年から1949年生まれ)がすべて75歳を迎える2025年には、75歳以上の後期高齢者が2000万人以上となることが予測されています。さらに単身や夫婦のみの高齢者世帯や認知症高齢者も増加が予想されています。

できる限り住み慣れた地域で、人生の最期まで尊厳をもって自分らしい生活を送ることができる社会の実現に向けて、介護・医療・住まい・生活支援・介護予防が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」の構築を国・地方公共団体においてすすめられています。また、その中で医療提供サービスが急性期から回復期、慢性期とより効率的に行われるよう体制の整備も検討されつつあります。諸外国に先んじて少子高齢化社会を迎える国として、ぜひ国民のニーズに沿った形で進められることを期待したいと思います。



理事長 森 伊津子



【第22回】～ミネラルについて～リンの効能

ビタミンと同じ働き微量栄養素の「ミネラル」は、16種類もあります。その中でも今回は「リン」についてご紹介したいと思います!

ミネラルとは...

骨や歯など体の構成成分になる、体液のバランスを調整する、酵素の成分になる、神経や筋肉の動きを調整するなどの働きがあります。

リンの主な効果効能

体を構成する重要な成分でエネルギー代謝に関与骨格や歯の形成・細胞膜や核酸の成分

1日あたりの摂取目安量	男性	女性
成人	1,000mg	800mg
60歳以上	1,000mg	800mg

リンを含む代表的な食品とは...

リンを多く含む食品	含有量(mg)/100g中	リンを多く含む食品	含有量(mg)/100g中
煮干し	1,500	しらす干し	860
煮干し桜えび	1,200	パルメザンチーズ	850
スルメ	1,100	かつお節	790
高野豆腐	880	焼きのり	700

腎臓病の方は、取りすぎると骨を弱くしたり腎機能が低下するので医師や栄養士にご相談下さい。

うまげな料理カード

リン=カルシウムたっぷりメニューで、丈夫な骨作り!!

高野豆腐と桜えびの卵とじ 2人分

材料 高野豆腐/2枚 素干し桜えび/15g 法蓮草/1/4束 卵/2個 だし汁/1カップ 酒・砂糖・しょうゆ/各大さじ1

作り方 ①高野豆腐はぬるま湯につけてもどし、水の中で押し洗いをする。縦半分に切って薄切にする。
②法蓮草は茹でて、ザク切りにする。
③卵はボウルに割り入れ溶きほぐしておく。
④鍋にだし汁を煮立てて、酒・砂糖・しょうゆで調味し、①の高野豆腐を加える。
⑤高野豆腐に味がしみたら桜えびと②の法蓮草も入れてひと煮する。
⑥最後に、③の溶き卵を⑤の鍋に回し入れ、卵が半熟になったらできあがり!

健康にいい食材をバランスよく食べましょう!



栄養科

体の安心情報板 健康ひろば 第34回 テーマ 「心筋梗塞」

心筋梗塞は、心臓の筋肉に血液を送っている冠動脈が詰まり、心臓が正常に機能しなくなる病気です。一旦発症すると約40%が死に至る大変怖い病気で、病院にたどり着く前に心停止となるケースも少なくありません。心筋梗塞による死亡を防ぐためには発症を予防することが大切です。

①発症リスクの改善

高血圧、糖尿病、喫煙、高コレステロール血症は、発症リスクを高めます。家族歴、慢性腎臓病、メタボリックシンドロームを有する人も注意が必要です。

②「前兆」を見逃さない

患者さんの約半数で、発症前に「前兆」が認められています。今までなかった下記のような症状が出現した場合には、できるだけ早く病院を受診して検査を受けてください。



<前兆の特徴>

- 胸の痛み、圧迫感、絞扼感(しめつけられる感覚)
- 胸やけ
- 腕・肩・歯・あごの痛み
- ◆ 数分～10分程度で完全に消失する
- ◆ 繰り返すことが多い
- ◆ 階段や歩行等の労作で出現・増悪することがある
- 圧迫や体位、深呼吸によって出現する場合、前兆の可能性は低い
- 一瞬～数秒で消失する場合、前兆の可能性は低い

医師 大島 あい子

● 平成29年度 第12回院内学会

平成29年8月30日(水)～10月3日(火)

今年は52演題の発表があり、その中から最優秀賞・優秀賞など6演題が選ばれました。

- 最優秀賞 「『奏』～祭りに響けげんき楽団の軌跡～」……………げんきの郷
- 優秀賞 「感染予防対策加算II施設として、合同カンファレンスに参加し得た成果」……………ICT(感染管理チーム)
- 「多職種でターミナルケアに取り組んで～私はしあわせ者や～ありがとな～」……………1病棟・リハビリテーション科
- 特別賞 「ボランティアの発掘と介護療養型病棟におけるその活用について」……………リハビリテーション科・2病棟
- 「車両の管理及び利用状況について～」……………総務課・外来
- 「は・ハ・歯のお話し～ひまわり託児所編～」……………3病棟・いこいの家 歯科衛生士



今回の学会で研究した事や他部署の取り組みを理解した上で、これからもチーム医療でより良い患者サービスを行っていききたいと思います。

● 第25回日本慢性期医療学会に参加

平成29年10月19日(木)・10月20日(金)

仙台で行われた日本慢性期医療学会にて2演題の発表を行いました。介護療養型病棟からは『当院における地域貢献活動への取り組み』を発表し、一般病棟からは『くも膜下出血治療後患者への一般～介護療養型病棟での多職種協働による在宅復帰を視野に入れた取り組み』を発表しました。これからも患者様・ご家族と早い段階から在宅復帰に向けて関わっていききたいと思います。

