

はまかぜ

(市立御前崎総合病院)

No.62

平成25年7月26日
発行：市立御前崎総合病院
広報委員会

ホームページ：<http://omaezaki-hospital.jp/> TEL<0537>86-8511(代)

(題字 小野 錦泉)



ふれあい 看護体験



参加者のみなさん

5月26日、看護に対する理解を深めていただくため「ふれあい看護体験」を行いました。

31名の参加者のみなさんには、手術室等の院内施設見学や看護師の指導のもと、簡単な看護体験をしていただきました。

「はまかぜ」の点訳がご入用の方は総合受付までお申し出下さい。

暑い夏を乗り切るには

暑い日が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？体がだるかったり、食欲が落ちたりして夏バテ気味の方もいらっしゃるのでは。

暑い夏に負けないように、栄養バランスの取れた食事や水分補給をしっかりと行いましょう。

夏の体調管理は上手な水分補給から

1日に必要な水分は、成人で約2～2.5リットルといわれますが健康な人は、3度の食事や間食などで水分を摂取していれば、1日に必要な水分量は摂取できています。ただし、スポーツで汗をたくさんかいたときは、カリウムやナトリウムなどの電解質物質が補給できるスポーツドリンクをお勧めします。血糖値が高い人は、スポーツドリンクやジュースを薄めたものやノンシュガーのものをお勧めします。

熱中症は、気温と湿度が高いほど発症しやすくなります。熱中症の発症は、気温と相対湿度から計算される熱指数

(Heat Index)によって表されます。風があれば効率よく気化熱を奪えますが、風のない体育館などでは熱中症を発症しやすくなります。熱指数が105を越えると、熱疲労が起こりやすくなります。

風で上手に体温調節

暑いときに湿ったタオルをからだにかける。さらに、湿ったタオルに扇風機で風を当てるとより冷たく感じます。夏のエアコンのない体育館などは、湿度が高くなりやすく、汗をかいても体温が上がってしまいます。風通しをよくしたり、扇風機などで空気の流れをよくし、汗による体温調節がしやすい環境をつくる必要があります。

■ 熱指数と熱中症のかりやすさ

		相対湿度 (%)							
		30	40	50	60	70	80	90	100
温度 (°C)	38	104	110	120	132	144	157	170	-
	35	96	101	107	114	124	136	150	166
	32	90	93	96	100	106	113	122	133
	29	84	86	88	90	93	97	102	108
	27	78	79	81	82	85	86	88	91
	24	73	74	75	76	77	78	79	80
	21	67	68	69	70	70	71	71	72

引用：The USA TODAY Weather Book by Jack Williams

- 熱射病が発生しやすい
- 熱疲労が発生しやすい。熱射病が発生する可能性あり
- 熱疲労や熱射病の可能性あり

■ 熱中症の種類と対応

熱中症の種類	症状	対応
熱けいれん	一般的に意識障害を伴わないものをいう。意識障害を伴う場合は熱射病。大量の汗をかき、電解質バランスが崩れ、手足や腹部の筋肉がけいれんを起こし、腹痛や嘔吐がみられる。体温の異常上昇はみられない。	① 運動を中止して横に寝かせる。 ② 衣服をゆるめる。 ③ 風を送って気化熱で体温を下げる。 ④ 手足を冷やし、こもった熱を放散させる。 ⑤ スポーツドリンク等で電解質を補う。
熱失神	運動による発汗で、脱水と末梢血管の拡張が起こり血液量が減少する。この状態で運動を止めると、血液が下肢にうっ滞するため、一時的に脳血流が減少し、めまいや失神を起こす。体温の異常上昇はみられない。	熱けいれんと同じ。
熱疲労	脱水状態から末梢循環不全になる。発汗が見られ、ひどい場合は意識障害を伴う。	応急処置は熱けいれんと同じ。輸液によって早期に回復する。
熱射病	熱疲労のうちに処置を行わないと、皮膚血管の収縮に伴って放熱効率も低下し、体温上昇が急速に進行する。この段階ではすでに発汗は見られず、体温上昇が続き、40℃以上になる。意識が消失し、全身けいれん発作を起こす。	一刻も早く救急センターに搬送する。

総合病院
市立御前崎

基本理念

基本方針

私たちは、地域住民に対し思いやりのある暖かな医療と、信頼される質の高い医療を提供し、保健と福祉の増進に尽くします。

1. 患者の権利を尊重し、インフォームドコンセント（説明と同意）に基づいた、安心と満足される医療を提供します。
2. 高度で良質な医療を提供するため、自己研鑽に努めます。
3. 病院内の各部門が相互に協力し、安全な医療を提供します。
4. 高齢者医療、救急医療の充実に努めます。
5. 地域の医療・保健機関との連携を図り、住民の健康増進に努めます。

夏の体調維持はミネラル・ビタミン強化の食事から

ビタミンやミネラル、たんぱく質などの不足も夏バテの原因となるため、食事は、豚肉や大豆、魚、野菜などに、できれば果物や乳製品などを一品加え、バランスよく栄養を取ることが大切です。また、夏バテ予防には、疲労回復効果のあるビタミンB₁を多く含む食品を取るとよいでしょう。ビタミンB₁は、豚肉やうなぎ、玄米、枝豆などに多く含まれています。ニンニクやニラ、ネギ、玉ねぎなどの「アリシン」と呼ばれる成分が含まれている食品と一緒に取るとビタミンB₁の吸収がアップします。また、アリシンそのものにも胃腸の働きを促進する作用があることから、食欲不振を解消する効果があります。

朝食 には、
1杯の味噌汁と果物を添えて



昼食 には、
肉・魚・豆類の1品とスープを添えて



夕食 には、
煮込み料理を1品とミルクを添えて



夏バテの原因と症状

人間の体は、高温・多湿な状態では体温を一定に保とうとし、必要以上にエネルギーを消費します。汗をかくことで水分と一緒にミネラルや塩分が失われてしまいます。また、冷房の効いた場所と暑い外気との温度・湿度差により自律神経のバランスが崩れて下記の様な症状が現れます。

■食欲不振 ■便秘・下痢 ■疲労感 ■無気力感 ■体がだるい ■目眩

※症状が続く場合は、早めに受診してください。

新任医師を 紹介します



内科 さめしま よういち
鮫島 庸一

平成26年度採用『薬剤師』募集!!

募集人数：2名

受験資格：平成26年3月卒業見込みの方及び有資格経験者
(昭和53年4月2日以降生まれ)

試験日：平成25年9月17日(火)

※時間等詳細は、応募受付終了後に通知

受付期間：平成25年6月17日(月)～9月6日(金)

応募書類：履歴書・卒業(見込)証明書・学業成績証明書・
健康診断書・採用選考申込書・資格証書の写し

書類提出先：〒437-1696 静岡県御前崎市池新田2060番地
市立御前崎総合病院 管理課 総務係

問い合わせ先：TEL 0537-86-8511 FAX 0537-86-8518

E-mail byokanri@city.omaezaki.shizuoka.jp

患者様満足度アンケート調査

市立御前崎総合病院では、入院されている方及び外来へ受診された方を対象に満足度調査を実施しました。回答結果がまとまりましたのでご報告します。アンケートへのご協力ありがとうございました。

満足度アンケートについて

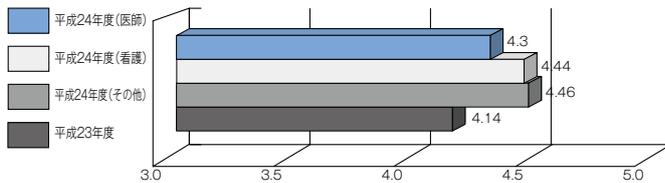
(入院) 実施期間：平成24年9月24日(月)～10月12日(金)3週間 回答者：63人
 (外来) 実施期間：平成24年9月10日(月)～14日(金)5日間 回答者：410人



院内取り組み優秀者の表彰風景

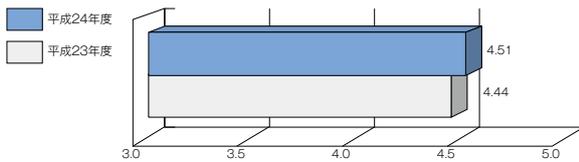
■平成24年度 患者満足度アンケート結果 ～病棟部門～

【設問1】 診療に関する説明はわかりやすかったですか？

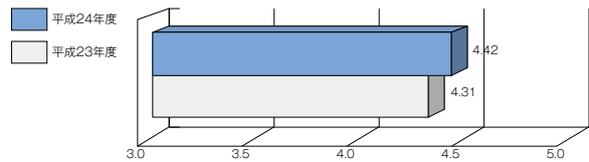


医師・看護師・その他すべてが昨年度の点数より上がっている。

【設問2】 職員はあいさつができていましたか？

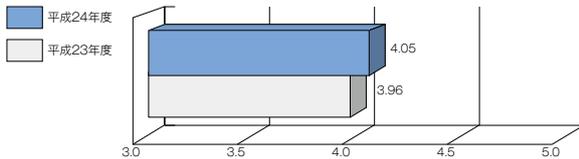


【設問3】 職員の対応(言葉づかい、態度)はいかがでしたか？

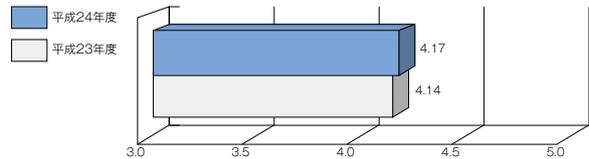


設問2・設問3でわずかではあるが対応・あいさつも昨年度より点数はあがっている。

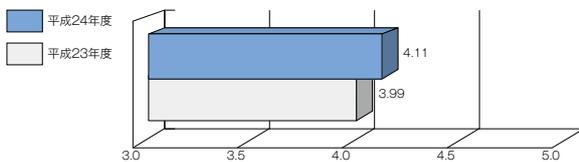
【設問4】 病棟や病室の温度設定は最適でしたか？



【設問5】 トイレや洗面台は清潔で使いやすかったですか？

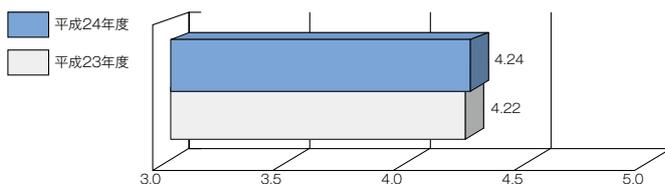


【設問6】 病室の環境はいかがでしたか？ (音、匂い、照明等)



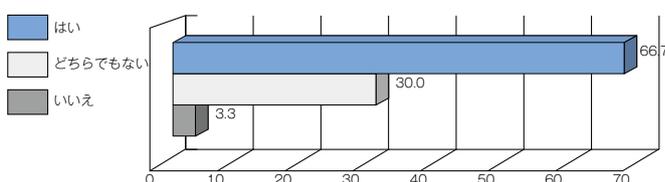
今年度環境について音・匂い・照明について質問した。昨年度より全て点数は上がっているが、温度設定に関する点数は9月であったが全ての質問中最も点数が低かった。

【設問7】 当院を総合的に評価すると満足いただけましたか？



昨年度と同様点数の変化はみられない。

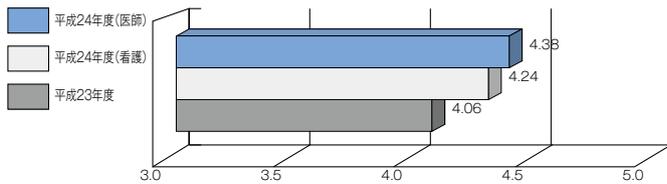
【設問8】 当院を知人に紹介したいですか？



今年初めて質問事項に追加した。はいと回答した患者が66.7%占めたが、いいえと回答した患者が1名いた。

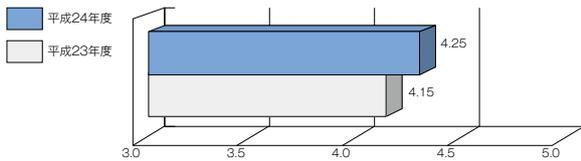
■平成24年度 患者満足度アンケート結果 ～外来部門～

『設問1』 診療に関する説明はわかりやすかったですか？

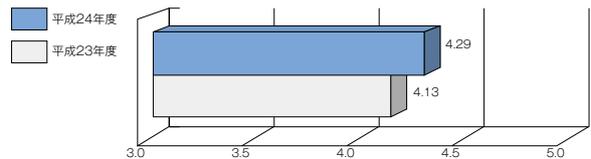


医師・看護師からの説明に分けアンケートを取った。全ての患者が看護師からの説明があるわけではないため、看護師への満足度は低い。

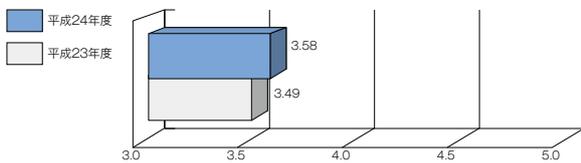
『設問2』 職員はあいさつができていましたか？



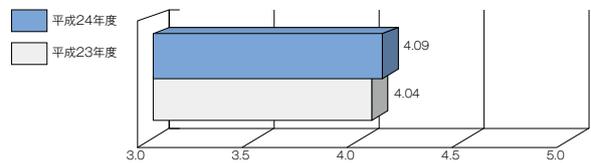
『設問3』 職員の対応（言葉づかい、態度）はいかがでしたか？



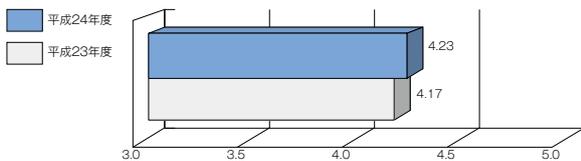
『設問4』 駐車場は、いかがでしたか？



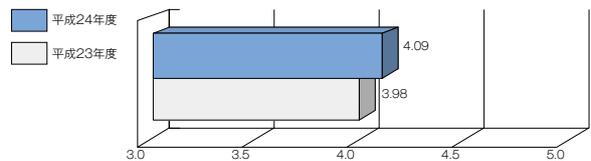
『設問5』 トイレは清潔で使いやすかったですか？



『設問6』 院内の清掃はいきとどいていましたか？

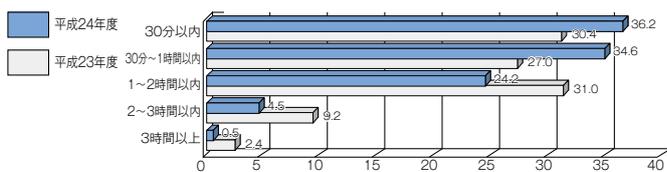


『設問7』 院内の案内表示はわかりやすかったですか？



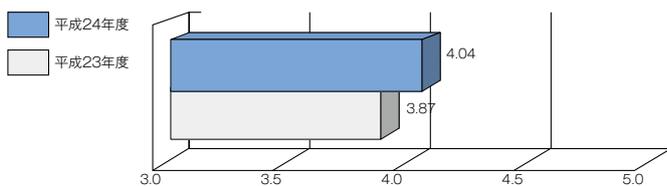
設問4～設問7では全て23年度より点数は高くなっているが、駐車場に関する点数は昨年度同様全質問中最も低い。

『設問8』 待ち時間はどうでしたか？



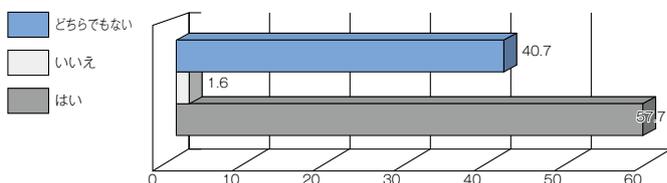
「1～2時間以内」「2～3時間以内」の割合が減り、「30分以内」「30分～1時間以内」が増えている。待ち時間は23年度より短縮されている。

『設問9』 当院を総合的に評価すると満足いただけましたか？



総合評価は23年度に対して、向上している。接遇面についての満足度も少しですが高くなっている。しかし駐車場に関しては23年度改善していても最も満足度が低いため、今後も課題として検討が必要である。

『設問10』 当院を知人に紹介したいですか？



今年度初めて新設した質問であったが、紹介するのは接遇面だけでなく、科が揃っていること・よい医師がいることなどが関係することがコメントからわかった。

御前崎市民公開講座開催のお知らせ

日時 平成25年9月21日(土) 14時30分開演

場所 御前崎市民会館

第13回を迎えます今回のテーマは「腰痛のはなし」です。

演者は、当院、脊髄脊椎外科科長 北浜義博先生と帝京大学医学部附属溝口病院 副院長補佐 整形外科教授 出沢明先生です。出沢先生は腰痛治療の第一人者でテレビ等にもご出演されています。詳しくは、ポスターや新聞折込みをご覧ください。

多くの参加をお待ちしています。



出沢明先生



北浜義博先生

わきが(腋臭症)が保険適用で手術ができます。

わきが治療は脇の皮膚を切開してアポクリン線を除去する手術方法があります。この手術は自由診療であれば両脇20~30万程の料金がかかりますが、保険診療(保険適応)となれば 両脇5万円程度(3割負担の場合) の出費ですみます。手術をご希望の方はぜひ当院形成外科外来を受診してください。

病院ボランティアすずらん会員募集

市立御前崎総合病院のボランティア「すずらん」は、現在会員46名で患者様へのお手伝いを中心に活動しております。

活動内容は、次の通りです。仲間になって一緒に活動していただける方のご応募をお待ちしております。

会員は、ボランティアの他に病院主催の「健康講座」や「会員研修」、「院内イベント」などにも参加しています。

☆お申し込み 病院管理課 電話0537-86-8511

- ◎「外来患者の受診のお手伝い」
毎日 2名の方 時間 8:30~11:00
- ◎「老人保健施設でのお話ボランティア」
週1~2回 2名の方 時間 9:00~10:30
- ◎「花壇の管理」
季節の花の管理(男性が活躍しています)
- ◎「行事ボランティア」
総合保健福祉センターの行事のボランティア
年間3~4回

第5回 病院祭

「ふれ愛・ささえ愛」

10月26日(土) 午前10時～午後2時

会場：市立御前崎総合病院 参加料：無料



当日は、コンサート、院内探検、ミニミニドック等たくさんのイベントを行います。又、脊髄脊椎科、北浜義博先生に指導いただき、腰痛防止体操も行います。市民の皆さま、近隣の皆さま等、多くの方のご参加をお待ちしております。

ふれあい運動会

7月1～4日、ふれあい運動会が総合保健福祉センターであり、第一小学校3年生と玉入れやお菓子取りゲームを行い楽しいひと時を過ごしました。



花壇の模様替え

6月17日、御前崎市花の会のみなさんのご協力で花壇の花の植え替えを行いました。今回植えられた苗は、花の会のみなさんが種から育てていただいたもので、マリーゴールド600本、サルビア80本を提供していただきました。



すずらん総会

6月26日、病院・総合保健福祉センターボランティアの会「すずらん」の総会が行われました。昨年設立10周年を迎えられ、設立当初より病院ボランティアにご尽力していただいた5名の会員（岡本美千代さん、榊原君代さん、秋定正江さん、竹内紀代枝さん、樽林徳さん）に大橋院長より感謝状が贈られました。



救命救急研修

6月27日、第一小学校児童の保護者を対象に救命救急研修が行われ、参加者のみなさんは、心臓マッサージやAEDの取り扱いについて学びました。



平成25年8月 外来診療担当表

平成25年7月10日現在

		月	火	水	木	金	お知らせ	
内科	午前	初診・総合外来	内山理恵(予約制)	松成政良(予約制)	勝見 章(予約制)	唐橋太郎(隔週・予約制) 金本素子(隔週・予約制)	内山理恵(予約制)	★8/30(金)内山医師休診
		循環器外来	渡辺知幸(予約制)	内山理恵(予約制)			坂本篤志(予約制)	★8/9(金)坂本医師休診
		呼吸器外来	美甘真史(予約制)			穂積宏尚(予約制)		★8/19(月)美甘医師休診
		腎臓内科外来		高橋 聡(予約制)		高橋 聡(予約制)		★8/29(木)穂積医師休診
		神経内科			池谷秀樹(予約制)			
	消化器外来			鮫島庸一(予約制)			★8/14(水)鮫島医師休診	
	午後	消化器外来					二見 肇(予約制)	
リウマチ科	午前	リウマチ・内分泌	大橋弘幸(予約制)		大橋弘幸(予約制)	大橋弘幸(予約制)	★8/9(金)、12(月) 大橋医師休診	
	午後	リウマチ・内分泌	大橋弘幸(予約制)		大橋弘幸(予約制)	大橋弘幸(予約制)		
小児科	午前	外 来	中島信一(隔週) 佐野伸一朗(隔週)	坂口公祥	坂上政則	清水大輔	三枝弘和(隔週) 坂倉雄二(隔週)	
	午後	特殊外来(予約制)	予防接種(予約制) 14:00～、16:00～ 中西俊樹 内分沁外来(予約) 緒方 勤(月1回) 神経外来(予約) 福田冬季子(月2回)	予防接種(予約制) 14:00～、16:00～ 中島信一(第2・4) 心臓外来 石川貴充(第2) (予約制)	乳児健診4,7,10ヶ月 13:30～(予約制) 予防接種(予約制) 15:00～ 坂上政則	予防接種(予約制) 14:00～、16:00～ 平出拓也	★予防接種・特殊外来は 予約制 予約電話受付時間14:00～16:00 TEL 0537-86-8514	
外科	午前	外 来	小泉貴弘	間 浩之 9:30～	小泉貴弘	武田 真 10:30～	原 竜平 9:00～	★木曜日の受付10:00～ 12:00まで ★8/9(金)原医師休診 ★血管外科外来は予約制 TEL 0537-86-8513
	午後	血管外科外来				山本尚人 第2・4(予約制) 10:00～		
整形外科	午前	内視鏡検査	PM小泉貴弘	AM小泉貴弘 PM間 浩之	AM松井智文 PM小泉貴弘	AM小泉貴弘 PM武田 真	AM小泉貴弘 PM原 竜平	★8/9(金)原医師休診
	午後	スポーツ外来					鈴木義司(第1・3)	★8/2(金)、30(金)診察日
脳神経外科	午前	外 来	花田 充(予約制) 9:30～		花田 充(予約制) 9:00～		有馬秀幸(予約制) 9:00～	★8/26(月)花田医師休診 ★8/30(金)有馬医師休診
		パーキンソン外来					横山徹夫 9:00～	★8/9(金)横山医師休診
		物忘れ外来			横山徹夫(予約制)			★8/7(水)横山医師休診
	午後	脊髄脊椎外来		北浜義博(予約制) 9:00～ 南 学 9:30～		北浜義博(予約制) 9:00～ 南 学(第2・4) 9:30～		
産婦人科	午前	外 来	南 学 9:30～	酒井直人 8:30～	横山徹夫 9:00～	杉山憲嗣(第1・3・5)9:00～ 南 学(第2・4)9:30～	★8/7(水)、9(金) 横山医師休診	
眼科	午前	外 来	野口 圭	野口 圭	野口 圭	野口 圭	★8/19(月)野口医師休診 ★初診受付～10:30まで	
耳鼻咽喉科	午前	外 来	大和谷崇	峯田周幸 (予約・紹介状)		三澤 清	★8/6(火)峯田医師休診 ★火曜日:第2・4は10:30～、 第1・3・5は9:00～	
泌尿器科	午前	外 来	吉村 麦(予約制)	吉村 麦	吉村 麦	吉村 麦	★8/28(水)～30(金)休診 ★初診受付～10:30まで	
透 析			高橋 聡		高橋 聡	高橋 聡		
皮膚科	午前	外 来	飯田晴康	飯田晴康	飯田晴康	飯田晴康	★8/19(月)飯田医師休診	
形成外科	午後			予約外来(学生)	予約外来			
形成外科	午前				深水秀一(第2)	水上高秀		
麻 酔 科	午前	外 来	松井弦一郎(予約制)					
	午後	外 来	松井弦一郎(予約制)					
リハビリテーション科	午前	外 来	向井正明(予約制)	松井智文(予約制)	向井正明(予約制)	松井智文(予約制)	田中 博(第2・4・5) (予約制)	
健 診 セ ン タ ー			大川 力	大川 力	大川 力	大川 力	大川 力	
外科系時間内救急当番			南 学	間 浩之	小泉貴弘	武田～11:00 11:00～吉村	飯田晴康	

- * 外来の受付時間は8:15～11:00です。ただし、眼科、泌尿器科は8:15～10:30、スポーツ外来は13:30～16:30、毎週木曜日の外科は10:00～12:00までの受付となります。
- * 内科・リウマチ科はすべて予約制です。予約には紹介状が必要となります。
- * 都合により、担当医師・診療時間等が変更される場合があります。詳しくは各科へご確認下さい。

編 集 後 記

6月26日、市立御前崎総合病院と総合保健福祉センターのボランティアの会『すずらん』の第11回目の総会が開催されました。昨年10周年を迎えられ、これまでにご尽力のあった5名の方に院長から感謝状が贈呈されました。毎日、玄関で外来受診患者さまの手助けをはじめ、病院やセンターのイベントにも積極的に参加していただいています。『市民の皆さんに支えられているんだな』と実感しました。これからもお体を大切によりよくお願いします。(ひ)