

私たちは、良質で安全な医療と療養環境を提供致します。

オアシス OASIS

2015年 春号

股友会 上尾厚生病院 季刊誌 ○URL <http://www.agekokousei.jp/> ○TEL: 048-781-1101

安全第一をモットーに

皆さまこんにちは。放射線科科長を務めさせていただきます。診療放射線技師の塩田卓司と申します。私は、撮影室や病室でのエックス線写真撮影やCT検査、健診での胃透視検査など当院の放射線業務全てを担当しています。

私が当院に赴任してから早や5年が過ぎようとしていますが、当時の病院は急性期型から療養型へと変更するための改修工事の真っただ中でした。かなりの騒音の中での勤務で、撮影検査以外に物の移動や整理、掃除といった雑務に明け暮れる毎日でした。

工事が終わりやっと静かになったと思った翌年、あの東日本大震災が襲ってきました。3月11日のあの時刻、東京信濃町の研修会場で震災に遭った私は、そのまま帰宅難民となってしまいました。暗く寒い中をトボトボと8時間以上も歩き続け、痛めた足を引き摺りながら越谷の自宅に何とか辿り着き、崩れ落ちたあの時の記憶は今も鮮明に残っています。

続いて福島第一原発の爆発事故時に飛散した物質によって、地表での放射線レベルが異常に上がり大騒ぎになりました。多くの方が強制避難させられ状況によっては、私達も避難せざるを得なくなるのではと大変心配をし、その後も職業柄、放射線を気にしています。

放射線科科長 塩田 卓司



当時、一般公衆の被ばく線量限度は「年間1ミリシーベルト以下」となっていました。非常時なので変えようという話もありましたが、規定は変えられずに今もそのままです。ただ、年間線量では難しく、測定器で測った値から考える方が分かり易いことから、一般的な生活パターンを加味した換算値として算出されたのが、「0.23マイクロシーベルト毎時以下」という1時間当たりの線量限度で、ホームページなどの解説に詳しく載っています。上尾市内でも事故直後の値が一時的に0.1以上になった所もあったようですが、規定値から見ると全然問題ないレベルでした。その後も増加することはなく、4年経過した今では、まるで何事も無かったかのような雰囲気になりつつありますが、一歩間違えばと思い返してみると、やはり暗く重い気持ちになります。

その後、当院に避難民の方が入院された時は、大変なご苦労をされていることに対して深く考えさせられたことを改めて思い出します。当院は療養型のため、お年を召された患者さんが多いのですが、どなたもこうした震災や事故に限らず数多くのご苦労を耐え抜かれていらしたことは想像に難くありません。そうしたご苦労を想い、少しでも安心してご入院いただけるようにと願いつつ、今後も安全第一で放射線業務に精進してまいります。今後とも宜しくお願いいたします。

12月25日
クリスマス会
December

皆さんが楽しみにしていたクリスマス会！クリスマス色の談話室に誘導された患者さんは、始めからソワソワ、ワクワクと楽しそうな様子でした。たんぼぼ保育室の子どもたちからの演奏と可愛い歌声のサプライズに皆さん大拍手、そして満面の笑みのなかで、大きな緑色のモミの木に折り紙飾りを貼りつけ、手作りのクリスマスツリーを皆で完成させました。続いて各病室の患者さんの元にサンタが登場すると、思いがけない訪問にびっくりされた方や嬉しそうにされた方、思わず涙が溢れてしまった方もいらして…それぞれに想いがあったようで、普段は見られない様々な表情を見せて頂きました。サンタさんありがとうございました！来年も素敵な一年となりますように…！

ボランティア・レクリエーション委員一同：記

節分
1月27日
January

「鬼は～外、福は～内！」の掛け声と共に新聞紙を丸めて作った拳法の豆を、鬼をあしらったダンボール箱に投げ入れ競い合いました。うまく箱に入らず悔しそうにされる方や嬉しそうに笑われる方、終わっても豆を放さずまだまだやる気満々の方など、様々な表情をうかがうことができました。全員で「北国の春」を歌いだすと涙ぐむ場面も見られましたが、歌と共に会場が一体となって笑顔で終わることが出来ました。

お楽しみ会

February
ひな祭り
2月27日

ひな人形を飾ようになった由来を紙芝居でお勉強したのち、銘々におひな様作りに取り組み頂きました。紙コップの胴体にお内裏様とおひな様のお顔をつけて色紙の着物を着せました。完成した可愛いひな人形を金屏風とともに飾って眺めながら「ひな祭り♪」や「春よこい♪」の歌を皆で合唱しました。皆さんもおひな様のように和やかな笑顔で、ひと足早い「ひな祭り」を楽しく過ごして頂いたようです。

5月から上尾市の特定健診・後期高齢者健診・人間ドックおよび個別検診を予約制にて開始いたします。

※お手元を受診券が届きましたら、早日のご予約をお勧めいたします。

【上尾市健康診査・検診のご案内】

- 上尾市特定健診・後期高齢者健診
平成27年5月1日～10月31日
- 国保人間ドック・後期高齢者人間ドック
平成27年5月1日～平成28年2月28日
- 大腸がん・前立腺がん・肺がん・結核検診・肝炎ウイルス検診
骨粗しょう症検診、20～30歳代ヘルスチェック、一般健康診査
平成27年5月1日～10月31日
- 介護予防事業参加適正判定検査
平成27年5月1日～10月31日

※個人健診・企業健診・生活習慣病健診・特定保健指導も予約制で行っております。

受付時間	月	火	水	木	金
ドック 8:40 9:00	○	△	○	○	○
健診 9:00～11:30 13:00～16:30	○	△	○	○	○



*午後の医師診察は、13:30からとなります。



お問い合わせ・ご予約
048-781-1902・048-781-1101
祝日を除く 月～土曜日 9時～17時

私たちの仕事は介護を必要とされる方々の “ささえ”となることです。

皆様こんにちは。上尾甞生病院指定居宅介護支援事業所“ささえ”です。2000年4月に介護保険制度が始まるに当たって開設された事業所で、当院に隣接の包括棟2階に事務所があり、スタートして早や15年になります。現在ケアマネージャー3名で運営しておりますので、介護に関することはどうぞ私たちにお任せください。

ケアマネージャーは日本語で「介護支援専門員」といい、介護に関する専門職となります。福祉や保健医療の分野を把握し理解したうえで、介護を必要とする方々、一人ひとりに合った介護サービスをコーディネート・マネジメントするのが主な仕事です。

健康で不自由なく過ごされていたご家族のどなたかが、ある日突然、介護を必要とされる身体になってしまったとしたら、「手続きはどうしたらいいのか」「どのようなサービスが受けられるのか」と皆さん悩まれることと思います。そのような時には是非、「ささえ」にご相談ください。住み慣れたご自宅で安心して生活が送れますよう、お手伝いをさせていただきます。私たちはそうした方々の“ささえ”になりたいのです。

なお、包括棟には“ささえ”の他に、大谷地域包括支援センターと訪問リハビリテーションが同居しており、日頃から連携を密にして地域の皆様のお役に立つことだけを願って、日々奮闘しています。どうぞよろしくお願いいたします。



ささえ係長 主任介護支援専門員 鈴木 ひとみ

患者さまの声 Q&A

- Q** ここで気が付いた点や不満を話しても改善出来るとは思えないし、家族でも中々出来ない下の世話までして頂いているので言いづらいです。
A 職員は患者さんや家族の方にはしっかりと耳を傾けて、寄り添える看護・介護を行っていきたいとの思いで取り組んでいます。皆様が職員に対し話し易い環境づくりに気を配ってまいりますので、遠慮なく何なりとお話くださる様お願い致します。
- Q** リハビリがとてども丁寧で有り難いが、中々先へ進まないのはどうしてか？計画が良く分からない。説明が欲しい。
A 説明不足で申し訳ありません。リハビリは一人ひとりの患者さんに合わせた計画で進めますが、病状によっては計画通りにいかずに途中で見直すこともございます。計画につきましては、毎月作成する実施計画書を通しての説明を継続してまいりますので、その間のご不明な点は遠慮なくスタッフにお声掛けくださいますようお願い致します。
- Q** 患者によって看護の態度に差別化があるのは如何か。(4階)
A 差別と受け取られてしまったことは申し訳なく思います。回復期リハビリテーション病棟は、患者さんにとって毎日の入院生活そのものがリハビリであり、職員は個々の患者さんの病態とリハビリ目的に応じた看護対応をとらせて頂いております。どうかご理解頂きます様よろしくお願い致します。

*他 職員の励みとなるお言葉を多数頂戴致し、有り難うございました。今後とも宜しくお願い致します。

無念の 繰り上げスタート!

上尾市民駅伝競走大会

わが甞生アスリートクラブチームは、2月8日の上尾運動公園陸上競技場を基点とする市民駅伝競走大会に今年も参加してまいりました。

今回は生憎の悪天候のせいもあってか徐々に遅れが重なり、制限時間内に間に合わずにアンカーが無念の繰り上げスタートとなったチームが続出してしまいました。私達もほんの1分余りの差で、その中の1チームとなりとても悔しい思いをしましたが、更にチーム一丸となって来年はリベンジをはかることを誓い合い、結束力を高めることが出来て充実した一日となりました。次回も皆様の応援よろしく願いいたします。

栄養科
立花 直子



去る2月6日・9日の両日、二班に分けてBasic Life Support(一次救命処置)の研修を開催しました。内容はDVDでの講義とインストラクターの指導の下に訓練用人形とAED(自動体外式除細動機)を使い、胸骨圧迫の心マッサージ30回と人工呼吸2回の流れをつかむ演習で、皆さん真剣な表情で取り組んでいました。終了後のスキルチェックシートでの採点により、受講者全員が合格となりました。今後も研修を続け、何時でも何処でも人の命の緊急事態に上尾甞生病院の全職員が対応できるようにしていければと思います。

インストラクター 医事課 飯塚 博子

編集後記

いつまでも寒い日が続いていると思っているうちに花の蕾も膨らみ、確実に春の準備が進んでいたようです。季節の変わり目で朝夕の大きな気温差に、皆様体調など崩されておられません。院内では新年度の始まりと共に新しいスタッフを迎え、新鮮な刺激を貰いつつ一緒に成長して行こうと気持ちを新たにしているところです。皆様の健康をお祈りいたしますと共に、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

広報委員 本田 博美



看護の日イベント 健康測定を実施します!

日時:平成27年5月26日(火)
11時~16時
場所:上尾甞生病院
受付前ホール及び外来フロア
内容:①身体計測
身長・体重・体脂肪率測定
視力・色覚・血圧測定
②血糖測定
③骨密度測定
④健康相談

参加費は無料です!!

皆様のお越しを
お待ちしております。

