



Sato Hospital Group

日本医療機能評価機構認定病院

医療法人 明芳会
佐藤病院

そよかせ



フラワーアレンジメント教室
を開催いたしました！

今回はハーバリウムを作りました♪



理 念

- ★温かみのあるよりよい医療と福祉を提供します
- ★職員は互いの向上を図ります

基本方針

- ★安全で質の高い医療と介護を提供します
- ★快適な療養環境と職場環境をつくります
- ★人間尊重の経営で効率性と透明性を高めます
- ★地域と連携して医療の継続性、疾病予防と健康増進に努めます

患者さまの権利

- 当院では、個人情報の尊厳を守り、次に掲げる「患者さまの権利」を尊重します
1. 良質で安全な医療を公平に受けることができます
 2. 十分な説明と情報提供を受けることができます
 3. 自らの意志で治療法を選択することができます
 4. 診療内容について、疑問や意見を申し立てたり他の医療者(自院・他院)の意見(セカンドオピニオン)を求めることができます
 5. 個人情報やプライバシーは常に保護・尊重されます
 6. 自分の診療情報の開示を求めることができます

CONTENTS ~もくじ~

- ページ 1 「TOPICS」
- ページ 2 「地域の皆さまとの繋がり」
- ページ 3 「部署紹介」
- ページ 4 「もぎたて情報局」
- ページ 5 「からだ便り」
- ページ 6 「お知らせ」
- ページ 7 「外来診察予定表」

病院の日・看護の日 イベントレポート

近代看護の母 F-ナイチンゲールの誕生日を記念し、1990年に制定された「病院の日・看護の日」。当院でも、毎年「看護」や「健康」を見直す様々なイベントを開催しています。今年度は、5月11日、「生と食の質」をテーマに、午前無料検診・午後無料講演会を企画・開催致しました。今年は晴天に恵まれ、午前・午後で昨年よりも多い90名余りの地域の皆様にご来場いただきました。初めてご参加頂いた方も多く、中には岡山市外から足をお運び頂いた方もおられました。「今まで知りませんでした。素晴らしい試みですね。」「初めての参加ですが、来てよかったです。」とうれしいお言葉を頂戴いたしました。

検診では例年の「身長・体重・腹囲・血圧・酸素飽和度測定」の他、日ごろの食習慣と栄養バランスを見直す「食育SATシステム」を持ち込み、生活習慣を見直す機会を提案させて頂きました。意外な結果について苦笑いを浮かべる方も多かったようです。



また、佐藤病院グループ各部署の紹介をまとめたファイルの設置の他、「相談ブース」での健康相談も開催致しました。看護師や管理栄養士・ケアマネジャー・理学療法士に日頃の健康管理等についての説明を受け、和やかな雰囲気での無料検診となりました。何より「有料検診」の申込みが好評で、皆様の健康に対する前向きなお気持ちを知ることが出来た1日になりました。



午後は今年4月より当院院長に就任した小倉俊郎医師による講演会を開催いたしました。午前中の検診も踏まえ、『生き生きとした老後のために～私たちの生活をみなおしましょう～』と題し、生活習慣病の予防やコレステロールの多い食材の知識・食べ方の工夫などを、クイズや川柳などを交えて解説いたしました。

笑いのあふれる講演に、皆様からは「あっという間だった」「楽しかった」との感想を多数頂きました。

例年実施しているアンケートでも、当院に寄せる期待も含めたさまざまなご意見を頂きました。それらも踏まえ、誰もが笑顔になれる、地域に根ざした「佐藤病院グループ」を目指して、これからも取り組んで参ります。

佐藤病院 出張健康講座

『元気に働きつづけるために私たちがサポートします』

当院での地域貢献活動として、5月24日に近隣企業様へ出張講座を行ってきました。①地域で自分らしく生き生きと働く為に、②腰痛予防とその対策、③肺年齢を知ろう、の3つのテーマでお話や実技をさせていただきました。座学だけでなく、実技や体験を交えた内容に好評をいただきました。短い時間ではありましたが、私たちが貴重な体験をさせていただくことができました。今後も機会があればぜひ参加させていただきたいと思っております。



フラワーアレンジメント教室

1年に2度、開催しているフラワーアレンジメント教室。今回もフラワーショップ『花の館』より、沼本先生をお招きして6月9日に開催しました。今回はハーバリウムを作りました。たくさんの花の中からそれぞれ好きなものを選び、個性のある素敵な作品が出来上がりました。



次回は12月を予定しています。開催日が決まりましたら、ポスターなどでご案内させていただきます。次回もどうぞお楽しみに。

今回の教室へご参加くださった皆さま、ありがとうございました。

～ 部署紹介 ～



訪問看護ステーションちやいむ

笑顔と優しさでぬくもりのある看護をお届けします

私達、訪問看護師は住み慣れた我が家で自分らしく生きる事を支援しています。
在宅では、あなたとあなたの大事な人達が主役です♪
24時間365日いつでも応援しています!!

365日24時間対応

病状変化や不安など、いつでも相談、緊急訪問します。

リハビリテーション

運動機能の回復・維持・低下予防について、助言や指導を行います。

健康状態の管理と看護

体温・血圧・脈拍・呼吸状態のチェックなど、健康状態の観察をして状態に応じた助言をします。必要に応じて主治医に連絡を取ります。

訪問診療

当院主治医の場合、主治医による訪問診療が月1回受けられます。

終末期ケア

最期までその人らしい尊厳のある療養生活を送ることができるよう、本人やご家族の想いに添って助言します。

床ずれの予防と処置

床ずれの適切な処置や予防方法を助言・指導します。

日常生活の援助

体拭き・洗髪・入浴・食事・排泄の介助をします。

家族の相談と支援

家族の介護負担を軽減し、よりよい家族関係が保てるように支援します。

医療処置・治療上の看護

主治医の指示による人工呼吸器の管理・点滴・チューブ類の交換・検査等を行います。



営業日

平日 午前9時～午後5時
土曜 午前9時～12時
緊急時は24時間いつでも連絡下さい

医療法人 明芳会
訪問看護ステーション
ちやいむ
岡山市南区築港栄町2-25
TEL: (086) 263-6626
FAX: (086) 263-2131

平成30年5月より佐藤病院西隣にお引っ越しました♪



脱水について



身体に含まれている水を体液と呼び、体液は身体の60%を占める水分とミネラル（電解質）、タンパク質、リンなどで構成されています。脱水症は体内の水分とミネラルの一つであるナトリウム（塩）が不足している状態のことを言います。起こりやすいのは次のような状況の時です。

①スポーツ時：運動強度が上がるほど、発汗量が増え、水分だけでなくミネラルも失っています。気温がそれほど高くない状況や屋内での運動でも水分摂取が必要です。



運動前には十分な水分摂取を行い1時間以上の運動時はミネラルを含むスポーツドリンクなどを補給しましょう。

喉が渴いてから飲むのではなく、こまめに補給するよう心掛けましょう。

②日常生活：就寝前・入浴前後・飲酒の後は水分が少なくなります。濃い尿が出たり尿量が減ってきたときは要注意です。



③夏：高温多湿の気候に対応しにくくなり、熱中症を起こしやすくなります。

温度調整や服装にも気を配り、余分な発汗を防ぎ体温調節を心掛けましょう。

④冬：ウイルスによる感染症で下痢や嘔吐を起こしやすく脱水リスクが高いです。

インフルエンザなどの病原体と共に体液を大量に失うので、脱水対策しましょう。

水分不足度チェック！

～ぜひ挑戦してみてください～

- 食事中、味噌汁・スープは飲まない
- 食後にお茶・コーヒー・紅茶は飲まない
- 果物・野菜はあまり食べない
- 喉の渴きをあまり感じない
- 朝起きたら口がネバネバする
- 運動しても水分はとらない
- 肌がカサカサする
- 冷暖房が効いた部屋で半日以上過ごす
- 便秘気味である
- 体がほてる

0 個

水分とれています！
このままの生活を維持しましょう。

1 ～ 4 個

水分量は少ないです。
こまめな水分補給を心掛けましょう。

5 個以上

水分は不足しています。体調がすぐれないことはありませんか？水分は多めにとりましょう。

平成30年度 岡山市特定健診・がん検診のお知らせ



健康で楽しい生活を送るために、ご自身の身体の状態を把握しておく事はとても重要です。ご友人、ご家族、周りの大切な方も誘って健診を受診しましょう！！

当院実施期間：6月1日(金)～12月29日(土)

※社保被扶養者特定健診は通年実施

特定健診対象者：岡山市在住で受診券をお持ちの方

がん検診対象者：

種類	対象者(平成31年4月1日時点)
胃がん	50歳以上の偶数年齢の方 ※前年度受けていない方は奇数年齢でも受診可
乳がん	40歳以上の偶数年齢の女性 ※前年度受けていない方は奇数年齢でも受診可
子宮頸がん	20歳以上の偶数年齢の女性 ※前年度受けていない方は奇数年齢でも受診可 ※30～65歳は毎年受診可
肺がん	40歳以上の方
	50歳以上で喫煙指数が600以上の希望者 ※喫煙指数＝喫煙年数×1日の平均喫煙本数
大腸がん	40歳以上の方
肝炎ウイルス	40歳、41歳以上で今まで肝炎ウイルス検査をしたことがない方等

※子宮頸がん検診は当院では実施していません。

※マンモグラフィ検査は他院にて実施していただきます。

◆今年度からの変更点◆

①前立腺がん検診は廃止されます。

希望者は、当院独自に実施している血液検査を受けることができます。

(料金：1620円)

②乳がん検診(マンモグラフィ検査+視触診)のうち視触診のみを希望される方
希望者は当院独自に実施している視触診を受けることができます。

(料金：500円)

③社保被扶養者も特定保健指導を受けることができます。

特定健診の結果で指導対象となった方で、受診券と一緒に「セット券」をお持ちの方は、管理栄養士から特定保健指導を受けることができます。

(料金：無料)

◆お得情報◆

特定健診だけでは物足りないという方に、追加で当院オリジナルの「あてがる健診」を受けることもできます！

内容や料金など、詳細は受付にてご案内致します。

佐藤病院 秋祭り 9月29日(土) 17:00~19:00

当院西側駐車場にて、恒例の秋祭りを開催いたします。
「広げよう地域の輪、届けよう笑顔の輪」をキャッチフレーズに、スタッフ一同地域の皆様のお越しをお待ちしております。ぜひお誘い合わせの上、ご参加ください。

< 出店 >

- | | |
|--------------|----------|
| 焼きそば | 枝豆 |
| コロッケ | しゅうまい |
| 焼き鳥 | ジュース&ビール |
| ゲーム | 炊き込みごはん |
| フリーマーケット等... | |



☆わくわく検査体験☆

時間：16:30~18:30

体験内容(肺活量測定)
自分の肺活量を測定してみよう!

模擬検体で検査を体験してみよう!
血液型検査・超音波検査・顕微鏡など

全てのブースを回ってスタンプラリーを完成させた方にお土産をご用意しています!!

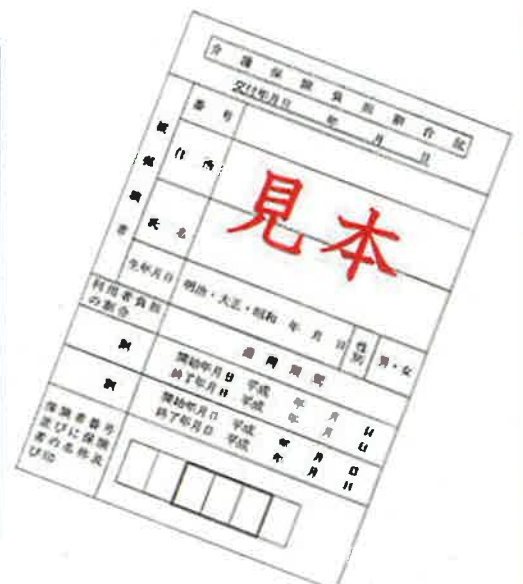
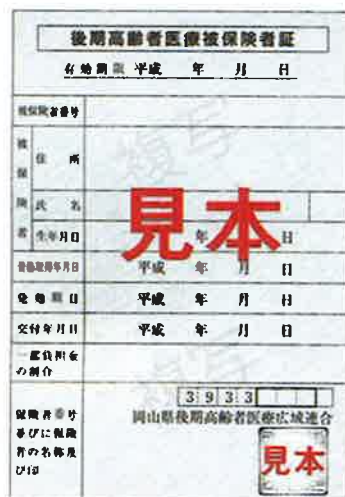
※出店内容は、予告無く変更する場合があります。ご了承ください。

※雨天中止、その他予告なく中止する場合があります。

新しい国民健康保険証など確認のお願い

国民健康保険証は毎年9月末に更新をされています。9月下旬には市区町村よりお手元に届きますので、10月以降来院の際には新しい保険証の提示をお願いいたします。

また、後期高齢者医療の方の保険証と、介護認定を受けられている方については介護保険負担割合証も毎年7月末に更新されていますので、新しい資格者証の提示をお願いいたします。



外来診察予定表

* 診察時間 午前 9:00~12:30 午後 15:00~18:00
 * 禁煙外来・循環器内科は予約診療

		月	火	水	木	金	土
午前 9:00 } 12:30	外科	小松原	藤原	小松原	梅森/岡大 <第二外科> 9:00~10:00/10:00~	梅森 (禁煙外来)	藤原
	内科	片岡	小倉	片山	片山	片岡	小倉 (池田先生診察日以外)
	専門外来	森田 (循環器内科)	梅森 (禁煙外来)	岸/大塚 9:00~10:00/ 10:00~	岸 9:00~10:00	妹尾 (泌尿器科)	池田 (肝臓) 第2・4
	整形外科	定金	定金	定金	定金/望月	定金	定金 茂山 第1・3
午後 15:00 } 18:00	外科	梅森 (禁煙外来)	梅森 (禁煙外来)	藤原	岡大 <第二外科>	藤原	
	専門外来	妹尾 (泌尿器科)	三村 (甲状腺)			三木 (循環器内科) 14:00~18:00	
	内科	小倉	三村	片岡	小倉	片山	
	整形外科	定金	定金	定金	望月	定金	

※平成30年4月以降の診療医を一部変更しております。
 詳しくは病院窓口へお声掛けください。

日本医療機能評価機構認定病院

医療法人
明芳会

佐藤病院



住所：〒702-8053 岡山市南区築港栄町2-13
 TEL：086-263-6622
 FAX：086-264-6769
 URL：http://www.sato-hp.com
 Email：info@sato-hp.com

佐藤病院
グループ

医療法人 明芳会

社会福祉法人 一耀会

株式会社 SHメディカル

佐藤病院
 老人保健施設 やすらぎ
 訪問看護ステーション ちゃいむ
 通所リハビリテーション
 居宅介護支援事業所
 老人福祉施設 うららか
 特別養護老人ホーム
 ケアハウス ショートステイ
 デイサービスセンター
 ヘルパーステーション
 在宅介護支援センター
 地域密着型老人福祉施設 けやき
 特別養護老人ホーム
 小規模多機能型居宅介護
 ショートステイ
 グループホーム かえで
 介護付有料老人ホーム あいらの杜 福吉
 介護付有料老人ホーム あいらの杜 新保



編集後記

今年の夏も、暑い日が続いています。こまめな水分補給、炎天下の日中の外出を避けたり帽子を被るなど、熱中症にならないように、お体に気をつけ、暑い夏をお過ごしください。

今後も地域の皆さまとの繋がりを大切に、益々楽しく親しまれる広報誌「そよかぜ」を発行してまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。今回掲載させていただきました方々には、氏名・写真等の個人情報に関してご了承いただいております。ご協力ありがとうございました。

佐藤病院 広報委員会一同