



そよかぜ



お正月をテーマに入院患者さんとリハビリ職員が一緒に作った壁画です。

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

CONTENTS

年頭のご挨拶	p.1
地域の皆さまとの繋がり	p.2
からだ便り	p.3~4
部署紹介	p.5
活動紹介	p.6



年頭のご挨拶

院長 小倉俊郎



新年 明けましておめでとございませう。

平成の元号が消え、5月より新元号での再出発となります。なじみ深い平成の名が変わる寂しさもありますが、新たな気持ちでより充実した一年にしたいものだと感じています。

病院では診療・介護報酬の同時改定が行われ、佐藤病院も新たな制度下で病院、施設が運営されています。ただ、国の制度がどのように変わろうと、佐藤病院には60年余の長い歴史の中で育んできた堅固な基盤があります。それを土台として新しいものに挑戦していく姿勢が大切だろうと思います。医療のみに専念していれば事足りていた時代とは異なり、病院は医療と経営をバランスよく実践していくことが要求されています。この医療・経営は車の両輪のようなものであり、一方が先行しすぎたり、一方が動かなければ車はあらぬ方向へと進み、基本的な医療を行うことすらままならない状況に陥ります。病院運営は難しい時代になりつつありますが、職員全員の英知を集め、患者さんへの良質な医療提供のためによりよい方向へ進むことができるよう、努力していこうと考えています。

私は昨年4月に病院長を拝命しました。その中で2つの目標「地域に根ざした病院を目指し

て」「病院のさらなる充実のために」をあげました。「地域に根ざした病院」とは、創業者の佐藤亀弘先生以来の一貫した目標であり、今年度は特に在宅医療の充実に重点をおいています。現在、国の進める「地域包括ケア構想」とは、高齢になられた方が、住み慣れた地域の中で安心した医療を受けられ、生き生きと生活できることを支援することが目標です。病院のみならず、施設や在宅サービスを駆使し、佐藤病院グループ全体として在宅支援を充実させていくことが肝要と考えます。一方の「病院のさらなる充実」とは、患者さんの安全・安心な医療を担保することが最重要であるのは当然ですが、そのためには病院職員が気持ちよく、笑顔で働ける環境づくりも大切です。そのために環境整備を行い、職員の働きやすい職場を目指して、一歩ずつ努力していこうと考えています。

個々の職員が、医療に携わることの意義、責任、喜びを感じられる職場、佐藤病院グループ全体が協力しあいながら地域住民の皆様信頼される医療・介護を提供できる職場、そのような佐藤病院を目指していければと切に感じています。

新元号になっても、今まで同様、佐藤病院をどうかよろしくお願い申し上げます。

地域の皆さまとの繋がり

やすらぎ喫茶

11月は岡山市ふれあい介護予防センターから講師として歯科衛生士の橋本さんにお越しいただき、介護予防についてのお話と「あっ晴れ！もも太郎体操」を紹介していただきました。「あっ晴れ！もも太郎体操」とは、岡山市が取り組んでいる“ずっと元気でいきいき”と暮らしていくために必要な、「歩く力」や「食べる力」などの生活機能向上を目的に考案された体操です。誰でも取り組むことができる3つの体操（ストレッチ体操・お口の体操・筋力トレーニング）の説明を聞きながら、参加者みんなで体を動かし、楽しい時間となりました。

来月以降もさまざまな企画を考えておりますので、是非、やすらぎ喫茶に足を運んでみて下さい！お待ちしております。



あけぼの幼稚園 園児からカレンダーの贈呈

昨年もあけぼの幼稚園の子供たちが手作りのカレンダーを届けに来てくれました。

今年の干支「亥」と病院、先生の絵が描かれています。
毎年ありがとうございます。



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、12月15日に開催しました。今回のテーマは「クリスマス～お正月」飾りを少し替えることで、クリスマスからお正月用に、雰囲気もぐっと変わります。参加者みんなで楽しく温かい時間を過ごしました。



糖尿病週間

国際連合は11月14日を「世界糖尿病デー」に指定し、世界各地で糖尿病の予防、治療、療養を喚起する啓発活動の推進を呼びかけました。国内でも「世界糖尿病デー実行委員会」により各地の建物が糖尿病撲滅のシンボルカラーである「ブルー」にライトアップされ、講演会や医療相談等の活動を通じて糖尿病予防を呼びかけています。また、県内でも岡山城・岡山ターミナルスクエアビル・備中国分寺などでライトアップが行われました。当院では、糖尿病習慣に合わせて、1階にて糖尿病についての掲示を行いました。



血糖の状態をチェックしてみましょう

- 20歳のときの体重から10kg以上増えた
- いつもおなかいっぱいになるまで食事をする
- うどん+おにぎりなど炭水化物の重ね食が多い
- 朝食をほとんど食べない
- 運動不足である
- 間食が多い、またはお酒をよく飲む
- たばこを吸っている
- 職場や家庭などでストレスの多い環境にいる

チェックの数が
多い人は要注意です。
生活改善6つのポイントを
参考にライフスタイルを
見直しましょう！



生活改善6つのポイント

1.炭水化物(糖質)の 摂りすぎに注意する

- 腹八分目を心掛ける
- 栄養成分表示でエネルギー量を確認する
- 食器は小さいものにかえる
- 間食、飲酒は控えめに

2.食事と時間のバランスよく

- 朝食抜き、「まとめ食い」や「どか食い」は避ける
- 野菜は1日小鉢5皿が目安
- 一汁三菜を意識する
- 食事はよく噛んでゆっくり食べる

3.今より1日10分 多く体を動かす

- 1日1回は階段を使う
- 家事を積極的に行う
- 少し遠回りして目的地へ行く

4.十分な睡眠と 上手なストレス解消

- 少しぬるめのお風呂に浸かる
- 趣味をつくる

5.朝と晩の1日2回 体重をはかる

- 目につく所に体重計をおく
- 記録をつける

6.煙草を吸う方は禁煙を

- 喫煙に関するものは全て捨てる
- 吸いたくなったらガムを噛んだり、お茶を飲むなど代替品を活用する
- 禁煙外来やニコチンパッチなどを利用する

参考資料：世界糖尿病デー (<http://wddj.jp/>)
コツコツ続ける！血糖コントロール ポケットブック



からだ便り

栄養指導について

毎日の食事で身体にいい食べ物を食べているのか気になりませんか？

生活習慣病は、不規則な食生活や食べ過ぎ、運動不足、塩分や脂肪の多い食事、カロリーの高い食事、偏食などが原因で起こります。さらに合併症を併発する場合があります。

佐藤病院では、生活習慣病とその合併症予防に向けた食事のアドバイスを管理栄養士が行っています。どのようなことをしているのか紹介します！



〈記入例〉

○ 月 △ 日 (□) 曜日					
時間	献立・食品名	どれくらい(量)	キロカロリー (分かれば)	メモ 体調や様子	
朝食 (7:00)	食パン	1枚		1015	体調や気になる事を記入して下さい。 最近、朝が起きられない。
	バター				
	ジャム				
	ハムエッグ				
	卵	1個			
	ハム	2枚			
	牛乳	コップ1杯			
	りんご	1切れ			
間食 (10:00)	コーヒー	1杯			
	ミルクと砂糖あり				
昼食 (12:00)	ご飯	茶わん大盛1杯		1015 (メニュー表示)	出先で外食。 カロリーの表示があるものは記入してみましょう。
	とんかつ	大1枚			
	キャベツ	大盛			
	味噌汁	1杯			
	たくわん	1枚			
	お茶	1杯			
間食 (16:00)	あんぱん	1個	322		夕食まで時間が長いので、間食する。
	カフェオレ	1杯	80		
夕食 (20:00)	ご飯	茶わん大盛1杯			残業あり、遅くなる。
	鮭の塩焼き	1切れ			
	ほうれん草ごま和え	1皿			
	冷奴	1/2丁			
	いかの塩辛	1皿			
アルコール (20:00)	ビール	350ml/缶	140		
栄養士コメント					

栄養指導を受けるためには、事前に左表へ3日分の普段の食事内容を記入していただきます。この表をもとに食事のアドバイスをを行います。

栄養指導の対象となる疾患がありますので、ご希望の方は主治医へご相談ください。

* 外来栄養指導：
780円/回 (3割負担)

* 栄養指導所要時間は
約30分/回

* 1ヶ月間で2回まで

栄養指導の様子です。
パンフレットなども使用しながら
ゆっくり分かりやすく
説明します。



最初に皆さまに接するのが 私たち医事職員です。



私たちは、「温かみのあるよりよい医療と福祉の提供」という病院の理念の基、「笑顔であいさつ」をスローガンに、来院いただいた皆さまにご満足いただけるサービスの提供を心がけています。

私たち医事課の役割を紹介いたします。

受付

まず、笑顔であいさつ！

来院された方が、ほっと安心するような温かみのある対応を心がけています。

病院の顔として、患者さん・利用者さんのお気持ちに寄り添い、しっかりと声をお聞きします。分からないこと、困ったことなど何でもお聞きください。

会計

外来診療を終えた患者さんへの請求を、間違いがないよう確実にを行います。確認の為に、少しお時間をいただく場合がございます。お待たせしないよう心がけていますが、時間がかかっている場合は受付までお声かけください。

病棟事務

2階病棟では2名、3階病棟では1名担当しています。入院患者さんへの請求に関する業務を行っています。病棟の受付として、患者さん・ご家族の方々に親切、丁寧に対応しております。お支払いのことや、お困りのことなど何でもご相談ください。



新しい仲間が増えました！



医事職員として、患者さんが安心して利用できるよう、笑顔で精一杯がんばります。

和田 侑香里

笑顔で丁寧な対応のできる医事職員を目指します。よろしくお願います。

池上 由紀

出張講座

「特別養護老人ホーム いろりの里」が地域の皆さまを対象に開催している講演会に講師として参加させていただきました。リハビリテーション科スタッフより、『健康と正しい歩き方』をテーマに、健康と運動の関連性や、日常生活における運動量を増やす工夫、歩き癖と靴の減り方、といった座学に加え、ウォーキング前の準備体操や正しい歩き方など、実演を交えて紹介させていただきました。

当院では地域貢献の一環として、さまざまな場所で行っているような出張講座を行っています。この活動を通して、地域の皆さまにより健康で生き生きとした生活を送っていただければと思っています。



業務改善委員会の取り組み

医療法人 明芳会の職員で構成されるさまざまな委員会の中に「業務改善委員会」という委員会があります。その名の通り、「患者さん・利用者さんの要望を把握し、職員の意識を高め、職員全体が一丸となり業務改善しサービスの向上を図る」ことを目的とした委員会です。意見箱の管理や外来待ち時間調査、入院満足度アンケート調査など、さまざまな活動を行っています。今回はその活動の一部をご紹介します。

クリーン作戦：「意見箱」や職員の「気づき」を基に、患者さん、利用者さんが少しでも快適な空間で過ごせるよう、病院内外の清掃や車いす清掃などを毎週金

曜日に実施しています。
落ち葉清掃：病院付近の街路樹が紅葉した後、一斉に落ち葉する11月頃から、1〜2ヶ月間の毎朝、歩道や駐車場などにたまった落ち葉を清掃しています。



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

時間	科	月	火	水	木	金	土
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 9:00~10:00/10:30~	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
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	
	内科	小倉	三村	片岡	小倉	片山	
	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	
	整形外科	定金	定金	定金	望月	定金	

※診察医は都合により変更することがありますので、詳しくは病院窓口へお声掛けください。



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

〒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> E-mail: info@sato-hp.com



医療法人 明芳会

佐藤病院
 老人保健施設 やすらぎ
 訪問看護ステーション ちやいむ
 通所リハビリテーション
 在宅介護支援事業所

社会福祉法人 一耀会

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

株式会社 SHメディカル

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

寒い日が続きますが、皆さまのようにお過ごしでしょうか。帰宅した際には、うがい手洗いなどを行い、十分な休息をとりましょう。インフルエンザが流行していますので健康管理を十分に行いましょう。

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」を発行して参りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

佐藤病院 広報委員会一同

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。