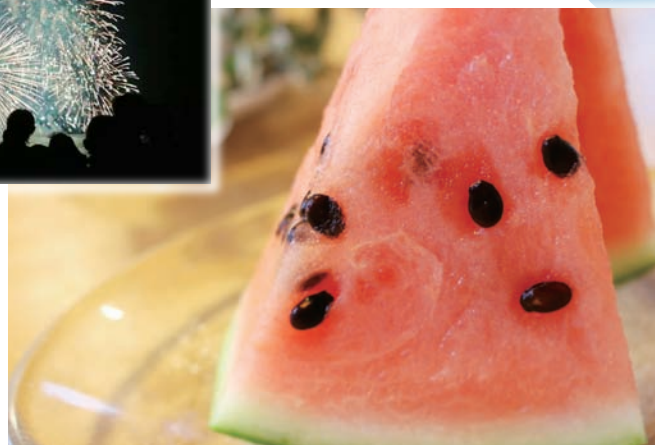
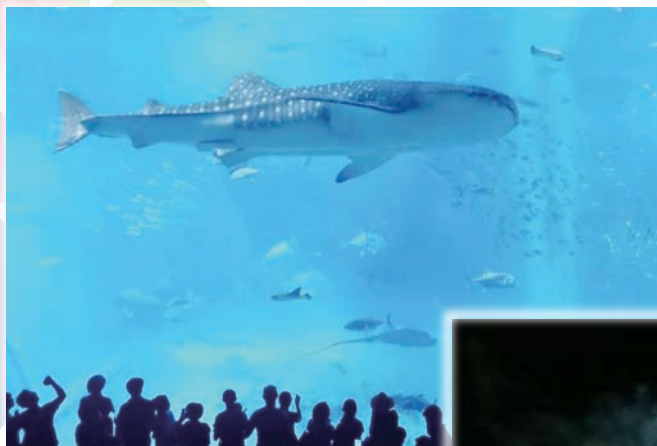




そよかぜ



夏の気分をシェアしよう！

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

トピックス

〔シリーズ〕 **私のお仕事** — p.1～2

当院の新型コロナウイルス対策 — p.3

岡山市健康診査・がん検診 — p.4

からだ便り — p.5

お知らせ掲示板 — p.6

シリーズ 私のお仕事 ～新人理学療法士編～



おき ゆき え
理学療法士の「沖 幸恵」です。
友人からは「おきちゃん」と呼ばれています。

子どもの頃の夢

スポーツ選手になりたいと思っていました。

理学療法士になろうと思ったきっかけ

高校生の頃に運動部のマネージャーをしており、体について興味を持ちました。その頃より入退院を繰り返していた祖父が



リハビリしている姿を見て、将来自分も人の役に立つ仕事がしたいなど感じ、理学療法士を目指しました。

佐藤病院に就職を決めた理由

学生時代に実習でお世話になった際、先生方が熱心に指導してくださり、学びの多い有意義な時間が過ごせました。

佐藤病院では、入院・外来リハビリだけでなく、訪問や通所リハビリといった幅広い分野に力を入れており、就職後も多くの事が学べる環境であると思いい、自分自身が成長できる最適な場であると考え、就職しようと思いました。

働き始めてから感じたこと

覚えることが多く、大変な面もありますが、先輩方が親切・丁寧な指導してくださるため、充実して仕事に取り組んでいます。

これからの目標

未熟な面も多いため、より多



先輩からのコメント

くのことを吸収し、少しでも早く皆さまのお力になれるよう成長していきたいと思っています。患者さんとのコミュニケーションを大切にし、患者さんのためになるよう責任感をしっかりと持って頑張りますので、宜しくお願いします。

プリセプター 塩飽さんより

しっかり者で、いつも笑顔で業務に取り組んでくれてます。これからも笑顔で業務に励んでください！

ある1日のスケジュール

- | | |
|------------------------------------|--|
| 8:30 始業、朝礼・申し送り、1日のスケジュール調整、患者情報収集 | 13:30 多職種カンファレンス
(ご本人・ご家族・ソーシャルワーカー・看護師・リハビリスタッフ等が集まり、情報共有・目標に向けての話し合い) |
| 9:00 リハビリ開始 | 14:30 リハビリ再開 |
| 11:30 治療技術に関して、指導を受けての練習 | 16:30 カルテ記入・書類作成 |
| 12:00 消毒・清掃、カルテ記入 | 17:15 情報伝達・共有、消毒・清掃 |
| 12:30 休憩、治療技術の練習 | 17:30 終業 |

シリーズ 私のお仕事 ～新人病棟看護師編～



かわもと りん
病棟看護師の「河本 鈴」です。
友人からは「りんちゃん」と呼ばれています。



住んでおり、一緒に話をしたり

看護師になろうと
思ったきっかけ

もともと高齢者が多い地区に

子どもの頃の夢

お花屋さんになりたいと思っ
ていました。

手をつないで歩いたりするのが
当たり前の環境で暮らしてきま
した。中学2年生の職場体験で
介護施設に行った時、働いてい
る職員さん達の姿を見て私も高
齢者の役に立てるような仕事を
したいと感じ、看護師を目指し
ました。

佐藤病院に就職を
決めた理由

学生実習を通じ、病棟看護師
の働き方・患者さんとの関わり
方を見て「私がやってみたいと
思っている看護がここにある」
と感じ、ぜひ働きたいと思っ
たので就職を決めました。

働き始めてから感じたこと

学生の頃の实習・勉強は「し
ないといけないこと」が多くて
とてもつらかったのですが、働
き始めてからは先輩に教わりな
がら胃瘻や注射などいろいろな
事が少しずつできるようにな
り、毎日が充実していてとても
楽しいです。あらためて勉強を

することが楽しいと感じられる
ようになりました。

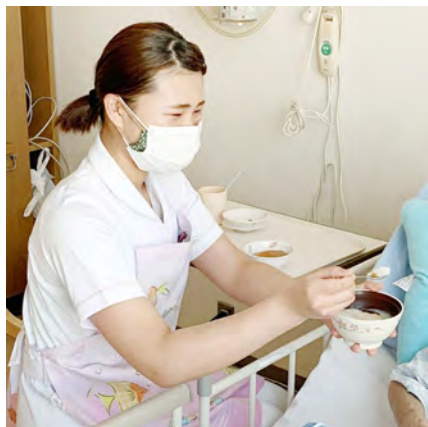
これからの目標

出来ない事はまだまだ多いで
すが、いろいろな事を吸収して
早く一人前になりたいです。そ
して、患者さんに寄り添う看護
を続け、患者さんを選ばれる看
護師になりたいです。

先輩からのコメント

とても頑張り屋で、笑顔が素
敵だと思えます。一緒に働いて
いて楽しいです。これからも一
緒に頑張りましょう！

プリセプター 木戸さんより



ある1日のスケジュール

- | | |
|----------------------------------|--|
| 8:00 始業、採血・朝食配膳・食事介助 | 13:30 持続点滴更新 |
| 9:30 申し送り、排泄介助・保清(清拭・ベッドバス等)、処置等 | 14:00 口腔ケア |
| 11:30 経管栄養開始 | 15:00 排泄介助、カルテ記入、ナースステーションの消毒・清掃、申し送り、同僚・先輩への質問等 |
| 12:00 昼食配膳・食事介助、休憩 | 16:30 終業 |

当院の新型コロナウイルス対策を紹介します

- 正面玄関にポスターを掲示しています。
右記の症状がある方は**受診前にご連絡**
下さい。



外来を受診される皆様へ

※マスク着用をお願いします

・発熱 ・せき ・鼻水
・息苦しさ ・のどの痛み

などの症状がある方は、

TEL:263-6622へ

受診前にお電話下さい。



- 手の消毒・体温測定を行います。
ご協力下さい。



- 感染防止のため本や雑誌類は一旦撤去
しています。



- 飛沫感染の予防のため受付にアクリル
板を設置しています。



これらは、6月時点での当院の対策の一部です。

その他にも、患者さんが安心してご受診いただけるよう対策に取り組んでいます。

また、新型コロナウイルスによる第2波、第3波が予想される場合など、日々、新たに対策を講じてまいります。感染防止のため、ご協力をお願い致します。

岡山市健康診査・がん検診

について

令和2年度岡山市健康診査・がん検診の期間は12月末までとなっております。

新型コロナウイルス感染症の全国的な発生により、当院でも感染予防を徹底した上で実施致しますが、一部検査の制限や中止の措置を取っております。ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解とご協力をお願い致します。

岡山市健康診査

◆ 岡山市国民健康保険特定健診

対象者	自己負担額	持参するもの
35～39歳未満の方	2,050円	受診券・保険証
40～75歳未満の方	500円	受診券・保険証

◆ 後期高齢者健診

対象者	自己負担額	持参するもの
後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方	500円	保険証

● 健康手帳をお持ちの方は、ご持参下さい。



がん検診

年度年齢です!!

種類	対象者	内容	自己負担額	
			70歳未満	70歳以上
胃がん検診	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。	胃部エックス線検査(要予約) *当院では胃内視鏡検査での実施を中止しております	3,370円	1,130円
肺がん検診	40歳以上の方	胸部エックス線検査	500円	310円
大腸がん検診	40歳以上の方	便潜血検査	1,170円	410円
肝炎ウイルス検査(B型・C型)	40歳以上で今まで肝炎ウイルス検査をしたことがない方	血液検査	920円～2,550円	310円～820円

● その他、当院独自で前立腺がん検診等もしております。



検診についてご不明な場合は、病院受付にてご相談ください。
受診の際は、マスク着用をお願い致します。



からだ便り

いよいよ夏本番!!

熱中症・脱水に気をつけましょう!



☀️ 熱中症の症状

高温多湿な環境に長くいることで徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもってしまう状態です。

代表的な症状として、「めまい・立ちくらみ・手足のしびれ・頭痛・こむら返り・吐き気・虚脱感・倦怠感」などがありますが、重症化すると「返事がおかしい・意識消失・痙攣・体が熱い」といった特徴があらわれます。

☀️ 特に注意が必要な方

- 乳児、高齢者、肥満の方
- 低栄養状態の方
- 糖尿病や精神疾患など持病のある方
- 睡眠不足や二日酔いなどの体調不良の方
- 下痢などで脱水状態の方

☀️ 熱中症予防のためのアドバイス

- 日傘や帽子を活用しましょう
- 涼しい衣類を着るようにしましょう
- 日陰を利用して、暑さから体を守りましょう
- 水分・ミネラル補給を心がけましょう

💧 脱水症にならないために……「かくれ脱水」に注意!

かくれ脱水とは脱水症の一手手前の状態。自覚症状のない初期段階の状態をいい、はっきりとした症状がなく、気づきにくいいため見落とされやすいと言われています。かくれ脱水から脱水症へ症状が進んでしまうと、体温を調節する機能が低下し熱中症にかかりやすくなるため、注意が必要です。

💧 かくれ脱水を見分ける方法

- 皮膚がかさつき、乾燥している
- 靴下のゴムの跡が10分以上残る
- 手の甲をつまむと3秒以上跡が残る
- 口の中が粘つく、唾液が少ない
- 爪を押した後、色が白からピンクに戻るまで3秒以上かかる



少しでもおかしいと思ったら「かくれ脱水」を疑いましょう。「かくれ脱水」を予防するために、こまめな水分補給を習慣にすることが大切です。

参考文献：
厚生労働省、熱中症予防のために” <http://www.mhlw.go.jp/>



ビタミンBを豊富に含む豚肉を使用した夏向けの1品

Recipe: 豚しゃぶ 香味ソース

材料(2人分)

・豚肉しゃぶしゃぶ用	160g	
・キャベツ	100g	
・パプリカ	30g	
●水	50cc	} A
●ねぎ	50g	
●しょうが	10g	
●ごま油	小さじ1/2	
●中華調味料	小さじ1/2	
●塩	小さじ1/4	
●こしょう	適量	



●夏バテ予防について

夏は暑さによる食欲不振で、素麺やうどんなど食べやすいものになりがちです。麺類を食べることが多くなると、炭水化物が多くなり栄養のバランスが崩れます。

●夏バテ予防に必要な 栄養素ビタミンB

ビタミンBは、炭水化物・蛋白質・脂質の分解を助け、エネルギーを作る働きがあります。

手順

- ① キャベツは短冊切り、パプリカは千切りにする。ねぎ、しょうがはみじん切りにする。
- ② キャベツを茹でてザルに上げ、そのお湯で豚肉を茹で、冷ましておく。
- ③ **A**を混ぜてタレを作る。
- ④ 茹でたキャベツにパプリカ、豚肉をのせて、③のタレを添える。

秋祭り中止のお知らせ

今年の秋祭りは新型コロナウイルス感染防止のため中止とさせていただきます。昨年、一昨年も台風により秋祭りを中止しており、3年連続の中止は非常に残念ですが、皆さんの健康を第一に考え苦渋の決断をさせていただきました。毎年、ご協力をいただいている地域の皆さま、楽しみにいただいている皆さまにお詫び申し上げます。



来年こそは皆さまに安心して楽しんで参加していただけるよう準備して参りますので、何卒ご理解とご協力をお願い致します。

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

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 (禁煙外来)	岡大 (第二外科)	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 9:00~10:00	岸 9:00~10:00	妹尾 (泌尿器科)	池田 第2・4
	整形外科	定金	定金	定金	定金/櫻村	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)	
	整形外科	定金	定金	定金	櫻村	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: <https://www.sato-hp.com> E-mail: info@sato-hp.com



医療法人 明芳会

佐藤病院グループ

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 ちやいむ
 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
 リハビリセンター

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

残暑が厳しい中、新型コロナウイルス感染症予防の為にマスク着用など、身にこたえる毎日ですが、お疲れは出ていませんか。こまめな水分補給、日傘・帽子の活用でどうぞ、お体に十分気を付けてお過ごし下さい。

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」を発行して参りますので、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。