



Sato Hospital Group

新緑号
Vol.83



令和3年度 新人職員集合写真

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

新しい仲間が増えました♪ &部署長からの激励メッセージ

p. 1 ~ 2

(シリーズ)私のお仕事 ————— p. 3 ~ 4

からだ便り ————— p. 5

お知らせ掲示板 ————— p. 6

新しい仲間が 増えました♪

&部署長からの激励メッセージ



岡田看護部長

新人看護師の皆さんへ
皆さまとのご縁にまず
感謝いたします。

現状の感染対策が重視される社会で看護の役割は大きく、地域の皆さんにとって頼りになる病院となれることを目指しています。学習してきたことを、実際の現場で十分に活かして頑張ってください。私どもも皆さんから学び、共に成長できるよう支援させていただきます。



看護師

たかた みゆ
高田 海悠

日々学習し、技術・スキル向上につとめ責任ある行動をとり、先輩方の様な看護師になれるよう、一生懸命頑張りたいと思います。



かたやま えりか
片山 恵里花

わからない事は素直に聞いて、先輩方のように立派な看護師になりたいです。一生懸命頑張りたいと思います。



いけだ あおい
池田 葵

新人看護師として先輩方から知識・技術・看護師としての姿勢を学び、笑顔で一生懸命頑張りたいと思います。



藤原副院長

コロナ禍に、医療介護の仕事を希望された皆さんに敬意を表します。一刻も早くチームの一員となって、心のこもった仕事ができるように大いに期待しています。

老健やすらぎ 田原副施設長

入社おめでとうございます。
やすらぎの仲間としてたくさんの
「笑顔」「喜び」「感動」を共に感じ
一緒に成長していきましょう。



老健
介護士

かなわ せいや
金輪 誠弥

頼られる介護士になれるよう
頑張っていきたいです。
宜しくお願ひ致します。



理学
療法士
うすい ゆみ
臼井 優美

4月1日より入職致しました。
病院に来られる皆さまが、笑顔
で帰って頂けるよう頑張りたい
と思います。
宜しくお願ひ致します。



理学
療法士
まえかわ りゅうき
前川 龍騎

新しい環境になり、不安も
沢山ありますが、早く職場
の雰囲気に慣れ、成長して
いけるよう日々精進してい
きたいと思います。
宜しくお願ひ致します。



リハビリテーション科 野口マネジャ

就職おめでとうございます。
これから患者様やご家族様を支える同志、仲間として
一緒に頑張っていきましょう。
わからないことがあれば何でも相談して下さいね。





てらやま ゆうた
支援相談員の寺山 雄太です。

人保健施設やすらぎのことはよく分かつていませんでしたが、色々な職種の方が働かれているところに魅力を感じたからです。

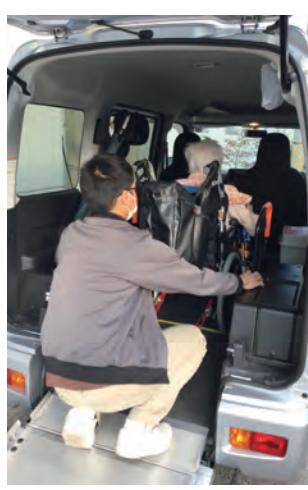
働き始めてから感じていること・現在の仕事について

6ヶ月間の実務者研修で初めて介護の世界を知り、やすらぎへ入職してから実際の介護について学びました。1年ほど介護士として働いた後、支援相談員となり3年目になりました。

支援相談員の主な仕事は利用者さんやご家族の日常的な相談、施設への入退所に関する業務、関係機関との連絡・調整、多職種との連携など様々です。どれも未経験の仕事ばかりで、最初は戸惑いの連続でした。

上手く仕事をこなすことができず、副施設長をはじめ、先輩方にご指導していただいています。また仕事を進める中で、やすらぎ・佐藤病院・グループの職員や多くの方に助けていただいています。未熟な部分が多くあります。日々の出来事を出来る限り大切にし、支援相談員として一つ一つの仕事を学んでいくことが目標です。

コロナウイルスの感染状況が落ち着いたら、車を買って一人で県外までキャンプに行きたいです。



これから の目標・夢

ハローワークで実務者研修の資格取得のコースがあり、それを受講したのがきっかけです。

現在の職業を選んだ理由・きっかけなど

飲食店でアルバイトをしていたことがあるので、飲食業で働いていたかもしれません。

老健やすらぎに就職を決めた理由

未経験での募集が少なかつたなか、実務者研修中にもかかわらず面接に応じていただきました。老

ある1日のスケジュール

8：30	始業 相談部ミーティング	13：30	新規利用者面談
8：45	やすらぎ全体朝礼	15：30	通所送迎手伝い
9：30	ショートステイ送迎	17：00	入所希望者の入所調整
10：30	新規入所者・ご家族へ施設内案内	17：30	終業
12：30	休憩		

シリーズ 私のお仕事～診療放射線技師編～



くりはら まなぶ
診療放射線技師の栗原 学です。

工学系にも興味があつたので、

現在の職業を選んだ理由 いなかつたら？

TVや実生活の中で医療職は人の命を救う仕事であると思うようになりました、「かっこいいな！働くなら医療に携わってみたいな」と憧れていきました。そして大学進学の際、自身の学力と照らし合わせて、これから興味を持つて学んでいくれる学部・職業を改めて考えたところ、診療放射線技師が当てはまり、今日に至ります。

業務など、責任の

何かしらのモノづくりの職を選んでいたと思います。

佐藤病院に就職を決めた理由

佐藤病院に面接・見学に行つた際、職員の皆さんのがいきいきと働いている様子がうかがえたので、働きやすそうな雰囲気だと思いました。採用の連絡を頂けたらここで働きようと決めました。

働き始めてから感じていること・現在の仕事について

常に新しい知識を得ていかないと、置いて行かれる世界だと感じています。自己研鑽のためにも医局の症例検討や他院の勉強会や学会にどんどん参加していきたいです。



ある1日のスケジュール

- 8:30 始業・始業点検
- 9:00 日常業務(一般撮影検査、CT撮影検査、胃バリウム検査、病室での一般撮影検査、骨密度測定)
- 12:00 休憩
- 13:00 部署内物品補充、午前中実施検査の画像確認

- 13:30 委員会活動、医局症例検討会への参加
- 15:00 日常業務(一般撮影検査、CT撮影検査、病室での一般撮影検査、骨密度測定)
- 16:00 遠隔診断画像の処理
- 17:00 日報・申し送り
- 17:30 終業

ある仕事を任せて頂けることにやりがいを感じています。自分のしたい仕事を提案し、行うこともできる環境がとてもありがたく、充実感を持って業務に励んでいます。

これからの中標

患者さんに安心して病院を利用して頂けるよう日々研鑽していくます。今後は、CT撮影の方法や機器の設定、画像診断を深堀りしていくたいと考えています。

からだ便り

睡眠について



高齢者の睡眠

高齢者は加齢とともに睡眠が浅くなる傾向があり、高齢者に多い疾患の影響も伴い不眠や睡眠障害がみられやすくなります。

高齢者の睡眠の特徴

加齢とともに睡眠にも変化が現れます。加齢による体内時計の変化によって、睡眠に係る体温やホルモン分泌などの生体機能リズムが早い時間にずれ、高齢者は若年者に比べて早寝早起になる傾向があります。また、高齢者は深い眠りのノンレム睡眠の時間が減り、浅い眠りのレム睡眠の時間が増えます。睡眠中の途中覚醒も多くなり、全体的に浅い眠りとなります。

高齢者の睡眠は次のような特徴がみられます。

- 起床・就寝時間とも早い傾向がある
- 就床の時間が長い
- 眠りが浅く、熟睡感が少ない
- トイレなど、夜中に覚醒する回数が多い
- 布団に入ってもなかなか眠れない
- 朝早くに目が覚めてしまう
- 足腰の痛みで眠れない

高齢者は途中覚醒が多く眠りが浅いため、実際に睡眠をとっている時間は若年者に比べて短いですが、睡眠のために布団に入っている時間は若年層より長くなっています。必要な睡眠時間以上は眠れないので布団に入っている時間が長くなっても、眠りの浅い時間が長くなるだけで、結果的に睡眠の満足度も低下すると言われています。

また睡眠を妨げるこころやからだの病気にかかると、不眠症や睡眠時無呼吸症候群などのさまざまな睡眠障害が出現します。原因に合わせた対処や治療が必要です。

質の高い睡眠のために～昼・夜のメリハリをつけよう～



昼間、日光を浴び、日中の活動量を増やす

日中は外に出て太陽の光を浴び、日中の活動量を増やすことで昼と夜のメリハリができます。体を動かしたり人と会って話をしたりするほうが心地よい疲れが得られ、自然と眠れるようになります。また、昼寝は15時までに20～30分が適切です。あまり長い時間の昼寝は、夜の睡眠に影響を及ぼします。

眠気がないのに早い時刻から布団に入るのはやめる

夕食後はすぐに布団に入らず、ご家族との団らんの時間や趣味の時間を過ごすなどして遅めに就寝しましょう。早く寝るとそれだけ早く目が覚めてしまいます。もし、布団の中にいて眠れないようなら、一度布団から出ましょう。

参考文献：厚生労働省 eヘルスネット
公益財団法人長寿科学振興財団



お知らせ掲示板

温かい気持ちを頂きました

コロナ禍で医療従事者だけでなく、地域の皆さん、企業の皆さまは大変な苦労をされていることと思います。

そんな中、たくさんの温かい気持ちが寄せられました。一部ではありますが、紹介させて頂き、お礼とさせて頂きます。

ありがとうございました。



JA 岡山中央会様より

岡山米「きぬむすめ(里海米)」
60kg を頂きました。



ナイカイ塩業様より

感染対策として
ガウンの寄贈を
頂きました。

福島小学校の
生徒さん達より

感謝や応援メッセージ
を頂きました。



季節の食材を使ったレシピコーナー

アスパラガスの白和え



4人分

<材料>

アスパラガス	4本
人参	1/4本
もめん豆腐	1/3丁
白炒りごま	小さじ1
砂糖	小さじ1
薄口醤油	小さじ1
味噌	小さじ1/2
塩	少々

<作り方>

- ① もめん豆腐は下にクッキングペーパーを敷いて水切りしておく。
- ② アスパラガスは根元4~5センチの皮をむく。
- ③ 人参は皮をむき、和えやすい長さの棒状に切る。
- ④ 人参、アスパラガスを茹でる。アスパラガスは茹でた後、斜め切りにする。
- ⑤ ごまをすり鉢で擂る。
- ⑥ もめん豆腐はすりこぎでつぶす又は、フードプロセッサーにかける。
- ⑦ ⑥に⑤、調味料を加えて混ぜ、茹でた人参とアスパラガスを加えて和える。

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

■発熱・かぜ症状がある方は、受診前に必ずお電話ください。

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／樺村	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		樺 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

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

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



編 集 後 記

新年度を迎え、暖かな春の訪れを感じる頃となりました。当院では、コロナ禍にも係らず医療従事者への道を希望してくれた新人が入職しました。

新型コロナウイルス感染症は、未だ終息の兆しが見えておりませんが、皆さま方も引き続きマスクの着用や手洗いなど感染対策を講じ、体調管理には十分にお気をつけ下さい。

今後と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紙「そよかぜ」を発行して参りますので、どうぞ宜しくお願ひ致します。

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。