



そよかぜ

2019.11
Vol.77



入院患者さんと作業療法士で作った作品です。葉のスタンプを患者さんに押ししてもらいました。

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

CONTENTS

トピックス

医療連携の 協定調印式が行われました

p.1

地域の皆さまとの繋がり・活動紹介 — p.2～3

からだ便り — p.4

もぎたて情報局 — p.5

お知らせ掲示板 — p.6

医療連携の 協定調印式が行われました



調印式の様子

当院は岡山ろうさい病院、慈圭病院と定期的に意見交換会を行っています。このたび、7月31日（水）に三病院医療連携の協定調印式を行いました。三病院が更に連携し、地域の安定的な医療提供体制を深めるための協定です。

- ① 医療及び看護の質の向上
- ② 地域への安定的な医療体制の確保
- ③ 医師及び看護師等の研修
- ④ その他連携・協力が必要な事項

私たちは、お互いに連携・協力し合い、地域の皆さまに健康な生活を維持していただくため、努力を惜しみません。

この協定を結ぶことができたことに感謝し、これからも地域の皆さまに必要とされる病院であり続けたいと思います。



佐藤病院
小倉 俊郎院長

慈圭病院
武田 俊彦院長

岡山ろうさい病院
三好 新一郎院長

地域の皆さまとの繋がり

3B体操 (さんびーたいそう) を知っていますか？

3B体操は、生涯を通じて心身ともに健康な日常生活が送れるように、年齢・性別に関係なく、用具を使って誰にでも楽しんでいただけるよう考案された健康体操です。



■ 使用する用具とは？

柔らかく持ちやすいボール

軽くてクッション性のあるベル

伸び縮みするベルト

この3つの頭文字をとって「**3B体操**」といいます。

赤ちゃんとお母さん、親子、キッズ、成人、高齢の方、障がいのある方と幅広い年齢層に親しんでいただけます。

■ 3B体操の3つのキーワード

- 「遊びの要素」を取り入れて、用具を使って様々な音楽に合わせて楽しく続けることができます。
- 運動が苦手な方や久しぶりの方でも安心して、誰でも「気軽に」楽しめます。
- 用具を使用しながら行う体操のため身体能力に関係なく「体に無理なく」安全に行えます。

■ 3B体操で期待できる健康効果

- 1 生活習慣病にならない為の有酸素運動
- 2 ロコモ予防のためのバランス機能改善運動と筋力づくり運動
- 3 けがの予防やすべての運動に柔軟性を高めるためのストレッチング
- 4 心身のリラックスと認知機能改善のためのあそびの運動



佐藤病院では職員および地域の方を対象に教室を行っており、毎年病院の秋祭りのステージで発表させていただいています。また地域の公民館などでも健康づくりのお手伝いをしています。人生100年といわれる中、毎日の生活がよりよいものとなるよう「健康体操」を始めてみてはいかがでしょうか。興味・関心のある方はお問合せください。

リハビリテーション科 藤原

築港栄町納涼盆踊り大会に参加させていただきました

8月1日（木）に築港栄町公園で納涼盆踊り大会が開催されました。

例年通り、老人保健施設やすらぎからはカキ氷を、病院からは初めて射的を出店させていただきました。

子供だけではなく、大人の方にも童心に返って射的を楽しんでいただくことができ、笑顔溢れる楽しい時間を過ごすことができました。ありがとうございました。

今後も佐藤病院グループは、地域の皆さまとの交流を図りながら地域に根ざした活動を目指して参ります。



第54回病院職員卓球大会 第33回病院職員バレーボール大会 に参加しました!

活動紹介

6月23日（日）川崎学園総合体育館にて病院職員卓球大会が開催され、佐藤病院より8名の職員が参加しました。

また、9月7日（日）には川崎学園総合体育館・川崎医療福祉大学体育館にて病院職員バレーボール大会が開催され、佐藤病院より12名の職員が参加しました。

抜群のチームワークで、試合中は笑顔があったり真剣な表情があったりと、普段とは違った職員の姿を見ることができました。惜しくも決勝トーナメントに進出することはできませんでしたが、来年も是非出場したいと思います！



第54回病院職員卓球大会



第33回病院職員バレーボール大会

からだ便り

インフルエンザについて

インフルエンザウイルスに感染すると、1～5日間の潜伏期間を経て突然発症し、38度以上の高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・全身のだるさ・喉の痛み・咳・鼻水などの症状が出現することが特徴です。

感染経路

飛沫感染

① 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出

② 別の人が、そのウイルスを口や鼻から吸い込み感染

*主な感染場所

学校や職場、満員電車など人が多く集まる場所

接触感染

① 感染者がくしゃみや咳を手で押さえる

② その手で周りの物に触れ、ウイルスが付く

③ 別の人が、その物に触って、ウイルスが手に付着

④ その手で口や鼻を触って粘膜から感染

*主な感染場所

電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチなど

感染を防ぐポイント

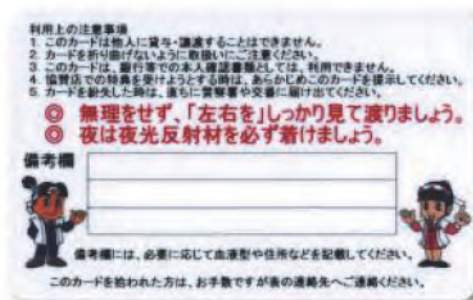
- (1) 手洗い：帰宅時や調理の前後、食事前などに石けんで手を洗う。
- (2) 健康管理：十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておく。
- (3) 予防接種：発病の可能性を減らすことができ、また重症化の予防が期待できる。
- (4) 適度な湿度：加湿器などで適切な湿度（50%～60%）を保つ。

*感染した場合や症状があるとき

人の多い場所への外出を控え、無理をして学校や職場等に行かないようにしましょう。また、同居の乳幼児や高齢者の方とは接触しないように注意しましょう。

参考引用サイト・文献：政府広報オンライン
インフルエンザの感染を防ぐポイント

「おかやま愛カード」って知っていますか？



交通事故は、いつ誰の身に起こるものかわかりません。全国的にも高齢ドライバーによる交通事故に注目が集まっています。岡山県内においても、昨年、自動車・二輪車などの運転中に交通事故で亡くなられた方のうち高齢者は38.9%です。個人差はありますが、一般的に年を重ねると、様々な身体機能の低下（視力・動体視力・聴力の低下、記憶力・判断力の低下、反射神経の低下など）が現れ、運転中に重大な交通事故を引き起こす恐れがあります。

不安を抱えたまま運転をされている高齢ドライバーご自身、もしくはご家族がおられましたら、自らの身の危険はもろろんの事、加害者となつて相手を傷つけないためにも、一度「免許を返納した後の生活」について話し合ってみてはいかがでしょうか。

岡山県では、運転免許証を自主返納された65歳以上の高齢者の方に「おかやま愛カード」を交付し、生活支援を行う高齢者運転免許自主返納制度があります。「おかやま愛カード」を提示すると、協賛店での商品の割引や公共交通機関の協賛店での運賃割引（主要路線バス・鉄道会社（JRを除く）が半額、タクシー運賃（一部タクシー会社を除く）が一割引）などのサービスを受けることが出来ます。

★申請できる人

岡山県内にお住まいの65歳以上の方のうち運転免許証を

- 自主返納される方、もしくは返納済の方
- 失効されている方
- 病気により取消しとなった方で、それらの事実が確認できる方です。

★受付場所

● 岡山県内の警察署

（矢掛幹部派出所を含む）

平日の8時30分～12時、13時～16時30分

● 運転免許センター

（倉敷更新センターを除く）

平日8時30分～11時30分、13時～15時30分

日曜14時30分～15時30分

★所要時間

申請から約30分

参考資料…岡山県警察HP

フラワーアレンジメント教室
開催のお知らせ

当院では年2回、6月と12月にフラワーアレンジメント教室を開催しています。今回も講師にフラワーショップ『花の館』より、沼本先生をお迎えして、楽しい教室となるよう企画いたしました。

- 日 時.. 12月14日(土) 14時~15時30分
- 場 所.. 佐藤病院4階 健診ルーム
- 参加費.. 1,500円 ※要予約

今回のテーマは『お正月』
温かい気持ちを素敵なフラワーアレンジメントに込めてみませんか？

定員10名で締め切らせていただきますので、ご希望の方はお早めにお申し込み下さい。詳しくは病院1階受付までお問い合わせください。

※作品が完成した際には記念撮影をさせていただきます。次号の「そよかぜ78号」へ掲載させていただきます。



教室風景

成人男性の風しん抗体検査・
予防接種について



▼対象者

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

※この年代の男性は過去に公的に予防接種が行われていないため、自分が風しんにかかり、家族や周囲の人たちに広げてしまう恐れがあります。

▼実施期間

2019年4月1日から2022年3月31日まで

▼費用

原則無料ですが、市が発行するクーポン券が必要

▼流れ

- ① クーポン券を医療機関へ持参し、血液検査を実施
- ② 結果を聞く
- ③ 抗体がない、もしくは抗体が不十分な場合は予防接種を受ける

※当院でも抗体検査は実施可能ですが、他院を希望の方は実施可能な医療機関を厚生労働省のホームページでご覧下さい。

※過去に風しんにかかったことがある方、風しんの予防接種を受けた方、風しんの抗体検査を受けた方はクーポン券を使った抗体検査を受ける必要がない場合もあります。

詳しくは当院へお問い合わせ下さい。

お詫び

9月21日に予定しておりました佐藤病院秋祭りは天候不良が予想された為、中止となりました。楽しみにして下さっていた皆さま、申し訳ございませんでした。来年の秋祭りにご期待ください。



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/樫村 | 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) 14:00~18:00 | |
| | 整形外科 | 定金 | 定金 | 定金 | 樫村 | 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: <http://www.sato-hp.com> E-mail: info@sato-hp.com



佐藤病院
グループ

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
居宅介護支援事業所

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
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

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

暑い夏が過ぎ、秋の虫の音も、病院前の並木通りを吹き抜ける風も、すっかり秋深くなってきました。朝晩が随分と冷え込み、体調にも変化が出やすい季節です。手洗い、うがい、乾燥を防ぐなど、来たるインフルエンザシーズンに向け、万全な対策をしてお過ごしください。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。