



そよかぜ



今年も佐藤病院周辺のアジサイが見ごろを迎えます

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

社会人1年生	p.1
①シリーズ 佐藤病院グループ 施設紹介	p.2
トピックス 防災について	p.3~4
あんしんカプセルについて	p.5
お知らせ	p.6

佐藤病院グループは医療法人明芳会の他に、社会福祉法人一耀会・(株)SHメディカルの3法人で構成されています。各法人のグループ施設についてシリーズでご紹介します。

① 介護老人福祉施設 うららか

老人福祉施設うららかは平成12年4月に開所し、今年で24年目を迎えます。「地域に根差し、施設にかかわるすべての方々に、笑いと感動を提供する」という基本理念通り、地域活動を大事にしています。

昨年の夏には、福富東町内会のご好意で夏祭りに参加させていただきました。町内の皆様と共に盆踊りで汗を流しながら踊り明かし、施設で生活される方々(ケアハウス入居者等)にとってもうららか職員にとっても、笑いあふれる交流の場となりました。

また、福浜公民館まつりでは、福浜地区のクラブ活動をしている皆様と一緒に実行委員会役員として参加させていただきました。運営委員会にも準備段階から携わることが出来、福浜地区の皆様との新たな「つながり」が生まれています。

その他、うららか5階(ケアハウス)で年2回開催している「うららか倶楽部」も地域交流の機会になっています。福富東・福富中・福富西町内会にご協力いただいて開催のチラシを回覧し、地域からの参加者を募っています。第1回目(令和5年10月18日)はリハビリスタッフによる健康体操・茶話会を、第2回目(令和6年3月29日)にはプロのトランペット演奏者をお招きしてのミニコンサート・茶話会を開催し、いずれも多数の参加をいただきました。毎回地域住民・うららか(入居者・職員)・地域包括支援センターの職員などがお茶を飲みながら情報交換をするなど、楽しい時間になっています。今後もこの会が、生きがいきり・仲間づくりの輪を広げる機会となればと考えています。

私たちは、これからも「地域と共に」を目指していきます。



R5.10.18 うららか倶楽部(第1回)
うららか健康体操の様子



R6.3.29 うららか倶楽部(第2回)
トランペット演奏者



R5.8.5 福富東夏祭り



R6.2.17・2.18 福浜公民館まつり
展示品

新しい仲間が増えました♪

&上司からの激励メッセージ



診療放射線技師 しらいし 白石 かんじ 寛治

初めての1人暮らし・初めての社会人など、初めてのことが多く不安もありますが、早く診療放射線技師として先輩方や患者さんのお役に立てるように、日々精進していきたいと思ひます。これからよろしくお願いします。

辞令交付



上司からの激励メッセージ

入職おめでとうございます。夢と希望を胸に抱き、同等の不安も感じながら日々の業務に追われていることと思ひます。これから辛い時もあるとは思ひますが、自分の知識と技術に自信が持てるように、共に学び、一緒に乗り越えていきましょう。

放射線科 マネジャー 山根 健嗣

防災について



活動報告 合同防災訓練



令和5年12月、並木町一丁目・立川町・かえでの3町内会から「南海トラフ大地震が起きた時などを想定し、町内の方の安否確認の他、救出・救助や避難行動が素早く出来るようにするため」の指導をしてほしい」と依頼があり、令和6年2月4日、警察や消防署の職員と共に合同防災訓練に参加させていただきました。

当日は、並木町公民館から避難場所になっている福島小学校の体育館まで避難経路を歩いて移動し、実際に使用している簡易ベッドやトイレの組み立て体験・消防署訓練となりました。

職員による心臓マッサージや止血方法の指導・地震体験車による地震の体感体験などを行いました。



当院から参加したスタッフは、手押し車や椅子で避難する人を安全に誘導する訓練のサポートに加え、ベッドやトイレへの移乗・移動の方法や、エコノミー症候群にならないための体操、新聞紙で出来るスリッパの作り方の指導などを担当しました。

ここ数年、全国で地震による大きな被害が出ており、現在も能登半島地震の大変痛ましい被害の状況が連日報道されています。決して他人事ではなく、自分達の身について起きることも限らない事として、災害発生時の避難経路の確認や防災グッズの確保など、日ごろからの防災意識を持つておくことを強くお勧めします。

防災グッズ 災害への備え

大災害が発生したときには、電気やガス、

災害時に備えた備蓄品の例

一人最低3日分の食料を備蓄しておきましょう

- ・飲料水：一人1日3リットル
- ・食品：ご飯（アルファ米など一人5食分を用意）、ビスケット、板チョコ、乾パンなど、
- ・下着、衣類、トイレトペーパー、ティッシュペーパーなど
- ・マッチ、ロウソク、カセットコンロ

※非常に広い地域に被害が及ぶ可能性のある南海トラフ巨大地震では、「1週間分以上」の備蓄が望ましいとの指摘もあります。

※飲料水とは別に、物を洗ったり、トイレを流したりするための水も必要です。日頃から水道水を入れたポリタンクを用意する。お風呂の水はいつも張っておくなどの備えをしておきましょう。

非常持ち出し品の例

- ・飲料水
- ・食料品（カップ麺、缶詰、ビスケット、チョコレートなど）
- ・貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）
- ・救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ・ヘルメット、防災頭巾、マスク、軍手、懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池
- ・衣類、下着、毛布、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、洗面用具、タオル
- ・乳児のいる家庭はミルクや紙おむつ、ほ乳びんなども用意しておきましょう。

感染症対策に使用する衛生用品の例

- ・マスク、手指消毒用アルコール、石鹸、ハンドソープ、ウェットティッシュ、体温計

出典：政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201108/6.html>

防災レシピ ポリ袋で作る！焼きそば



〈材料〉（1人分）

- ・焼きそば麺：1袋（付属の粉末ソースも使用）
- ・カット野菜：1/3袋
- ・ちくわ：1本
- ・ウインナー：2本

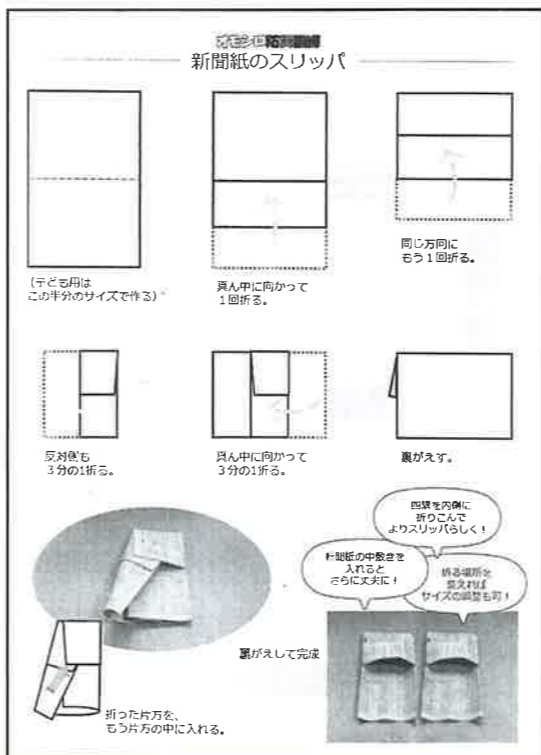
- 〈作り方〉
- （1）深鍋にお皿を敷き、水を6分目ほどまで入れて、お湯（分量外）を沸かしておく。

水道、通信などのライフラインが止まってしまう可能性があります。ライフラインが止まっても自力で生活できるように、普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことが大事です。

また、災害発生時は、危険な場所にいる人は避難することが原則です。自宅が危険な場合は、避難場所だけでなく、安全な親戚や知人宅などに避難することも考えてみましょう。場合によっては、そこで避難生活を送ることになります。避難所生活に必要なもの（非常用持ち出し品）をリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように備えておきましょう。

なお、市町村が指定する避難場所、避難所が変更・増設されている場合があります。最新の避難場所、避難所情報を市町村ホームページ等で確認しましょう。

新聞紙活用術！新聞紙でスリッパ作り



（2）カット野菜、焼きそば麺をポリ袋（湯せん調理対応・食品用のもの）に入れる。

【ポイント】麺がちぎれてこまかくなってしまうので、この時点では麺をほぐさない。

（3）（2）のポリ袋の上で、キッチンばさみを使ってちくわとウインナーを一口大に切り、（2）のポリ袋に入れる。

（4）（3）に、付属の粉末ソースを入れる。

（5）（4）のポリ袋の空気を抜き、袋の上の方でしばる。

（6）（1）の沸騰したお湯に（5）のポリ袋を入れて、ふたをして5分加熱する。

【ポイント】ポリ袋の端が、鍋からはみ出さないように水の中に入れる。

（7）火を止めて、ふたをしたままさらに5分蒸らしたらトングを使って取り出す。

（8）ポリ袋を布巾でくるみ水気を取りながら上から全体を揉んで混ぜる。ポリ袋の結び目の下の部分をキッチンばさみで切り、出来上がり。

【ポイント】熱いので布巾を使って、ポリ袋の上から全体をもんで混ぜる。

◆調理する際のポリ袋は、パッケージに「湯せん調理対応・食品用」と表示されているものを使用してください。

参考：NHKホームページ <http://www.nhk.or.jp> ひるまえほっと



からだ便り

食中毒を防止しよう!

これから暖かく湿った季節になり、その後は暑い夏がやってきます。こんな時期に気をつけたいのが食中毒です。食中毒予防に向けた対策と、なってしまった時の対処法をご紹介します。



STOP 食中毒

食中毒予防の3原則

～食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」～

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒を防ぐためには、

- 細菌やウイルスを食べ物に「付けない」
- 食べ物に付着した細菌やウイルスを「増やさない」
- 食べ物や調理器具に付着した細菌やウイルスを「やっつける」

という3つのことが原則となります。

食中毒の症状

<一般的な症状>

下痢・腹痛・嘔気・嘔吐・発熱などが一般的におきます。

<重症化すると・・・>

(意識の)朦朧状態・息苦しさ・吐血などがおきることがあります。



食中毒の症状が出た時の対処法

- 症状で下痢や嘔吐があります。脱水傾向になりやすいためしっかり水分を補給しましょう。
- 自分の判断で薬を飲むことはやめ、まずは病院を受診してください。
- 食べたもの、食品の包装、店のレシートその他、吐いた物が残っていたら破れにくいビニール袋などに入れて保管しておきましょう。場合によっては保健所などで食中毒の原因を調べる時に使うことがあります。

重症化した時、緊急時には
迅速に救急外来を受診してください。



<参考> 厚生労働省 食中毒

「あんしんカプセルおかやま」をご存知ですか?



「あんしんカプセル」は、一人暮らしの高齢者などの安全・安心確保するため、かかりつけ医や既往症などの医療情報をカプセルに入れ、自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、万が一の時に救急隊等に情報提供するために準備しておくものです。

対象者

カプセルの配布は無料です

- 1人暮らし高齢者(65歳以上)や高齢者のみの世帯の方
- 地域のボランティアが定期的に見守りに来ること(訪問)に同意できる方
※同居家族がいても、希望する高齢者の方は、設置していただいて構いません。

カプセルの内容

- 「あんしんカード」
住所氏名・緊急連絡先・現在の病気・かかりつけ病院・服用している薬など記入
- その他入れておく安心なもの
診察券(写し)・普段服用している薬の説明書・健康保険証・後期高齢者医療受給者証(写し)

救急隊員等があんしんカプセルおかやまのシールが玄関に貼ってあることを確認

救急隊員等が冷蔵庫を開けてカプセルを取り出す

カプセルの中身を確認
* 病院
* 既往歴



ステッカー

一枚は冷蔵庫の扉に貼ります。もう一枚は玄関の内側に貼ります。

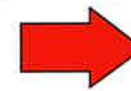
要介護者発見

大変じゃあ! お隣のつるさんが倒れとる!!

まずは、119番通報じゃ!

かかりつけの病院へ

病院



お問い合わせ先

岡山市安全・安心ネットワーク推進室
岡山市社会福祉協議会南区南事務所

TEL : 086-803-1031
TEL : 086-263-0012

外来診察予定表 (2024年4月・5月)

- 診察時間 午前 9:00~12:30 / 午後 15:00~18:00
- 循環器内科は予約診療
- 土曜日の整形外科 茂山医師の初診受付は12:00までです
- 火曜日の糖尿病内科 野島医師の診療は10:00から12:30までです
- 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	藤原	岡大 (第二外科)	梅森	梅森	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)	野島 (糖尿病内科)	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/政田 10:00~	定金	定金	定金	定金 茂山 第1・3
15:00 ~ 18:00	外科	岡大 (第二外科)	梅森	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		政田		定金	定金	

※2024年6月以降は変更になる可能性があります。また、診察医は都合により変更することがあります。詳しくは病院窓口へお声かけください。



Sato Hospital Group

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

医療法人 明芳会 佐藤病院・やすらぎ

〒702-8053 岡山市南区築港栄町2-13
TEL:【佐藤病院】086-263-6622 【やすらぎ】086-263-6623
FAX: 086-264-6769
URL: <https://www.sato-hp.com> E-mail: info@sato-hp.com



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

頬をなでる風も一段と心地よく感じられる季節となりました。今年度も入職を希望してくれた仲間が加わり、さわやかな新しい風が吹いています。季節の変わり目で体調を崩されませんように、お気をつけください。

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。