



医師会病院だより



理念

安心して暮らせる地域造りを目的とし、益田地域のニーズにあった保健・医療・福祉の提供を行います。

基本方針

1. 公正で安全な医療を提供し人材育成と研修の場を提供します。
2. 患者さま・ご家族さまの人権と意志を尊重した、納得と同意に基づいた医療を提供します。
3. かかりつけ医の支援病院としてきめこまやかな病診連携を行います。
4. 在宅を目指した保健予防・リハビリテーション・緩和ケアの充実を図ります。
5. 公益社団法人として益田地域全体にわたる保健・医療・福祉のセーフティネットを構築し、公益の増進に寄与します。

第148号

- ◆第8回 接遇美人コンテスト 結果発表!!
- ◆「介護の日」啓発活動を行いました!
- ◆風邪予防・風邪対策



第8回 接遇美人コンテスト

結果発表!!

接遇改善推進委員会では全職員に接遇意識を高めてもらうため、今年度も『接遇全般において素晴らしいと日々感じている職員』を接遇美人として投票していただきました。その結果、次の皆さんが選出しましたのでご報告します。

第1位 25票

大賀 さつき さん (くにさき苑 事務課)



第2位 18票

桑原 由美 さん (4階病棟)

第3位 13票

福原 寿美香 さん (くにさき苑2階)



♪受賞者のみなさんのコメントです♪

くにさき苑 事務課 大賀 さつきさん

まさかこんな素敵な賞をいただけると思っていなかったのが驚き、とてもうれしく思っています。これからも、周りの方達のように相手を思いやり、心のかもった対応ができるように努力していきたいと思えます。ありがとうございました。

4階病棟 桑原 由美さん

この度はありがとうございます。病棟で仕事をするようになって1年半が経ちました。常に笑顔・丁寧を心掛けていますが、業務に追われ、余裕がなくなってしまう事もあります。忙しい時こそ、一呼吸おいて患者様・ご家族様への対応をしていきたいと思えます。

くにさき苑 2階 福原 寿美香さん

この度はありがとうございます。正直、敬語の使い方や伝達が苦手な私が頂いて良いかと恐縮しています。これも周りの方が、私の不足の言葉でも意味を汲み取り繋げて下さっているお陰と感謝しております。これからもご迷惑をお掛けすると思えますが、頑張りたいと思えますので、宜しくお願いします。

「介護の日」啓発活動を行いました！

毎年11月11日は「介護の日」です。介護を必要とする人や、介護の仕事をしている人だけでなく、会社全体で介護について理解を深め、交流を促進する日となっています。

「いい日、いい日、毎日あったか介護ありがとう」を念頭に、覚えやすく親しみやすい語呂合わせで11月11日(いい日いい日)が介護の日に制定され、今年で11年目を迎えました。医師会病院・くにさき苑でも11年目の啓発活動として、介護職が共同で作成したオリジナルポスターを院内・苑内へ掲示すると共に、市内の中学・高校へ配布・掲示依頼を行い、将来を担う学生さんにも介護についての理解を深めて頂く活動を行いました。

また、患者様・利用者様にも「かいご」になぞらえた、「貝ご飯(かいごはん→介護飯)」を行事食として味わって頂き介護の日のご案内を行いました。

身近に介護を必要とする高齢者や身障者がいる方も、そうでない方も、介護について考える良いきっかけとなるよう、これからも毎年「介護の日」啓発活動に取り組んでいきます。



栄養素をかしくとろう！

風邪予防・風邪対策

風邪が流行する季節となりました。風邪が引き金となり、肺炎など重大な病気を招くこともありますので、十分に注意が必要です。風邪予防と治療には、十分な休養をとる、衣服の調節をこまめにする、室内の湿度・温度を適度に保つ、栄養バランスの良い食事を心がけるなど『休養』『睡眠』『保湿』『栄養』が重要となります。

風邪予防には日頃からのビタミン補給

ビタミンA

のどや鼻の粘膜を丈夫にする働きがあるため、感染症を予防し、免疫力を高める。



ビタミンC

風邪のウイルスや細菌と闘う白血球を強化して免疫力を高める。



風邪対策には十分な栄養を

かぜをひいたら、体力が消耗するため、体を温め、エネルギー源となる炭水化物(ご飯、パン、麺類、ジュースなど)や体内の代謝を活発にするたんぱく質(肉類、魚類、卵、豆腐、乳製品など)、代謝の働きを助けるビタミン類(野菜、果物など)を補いましょう。

～医師会病院ホームページ「健康食の鉄人」よりおすすめの1品～

つくねきのこのくず汁(4人分)

A	鶏ミンチ	160g
	白ねぎ	20g
	しょうが	10g
	卵	1/2個
	塩	小さじ1/6
	しめじ	80g
	えのき	120g
	生しいたけ	40g
	青ねぎ	10g
	だし汁	500ml
	酒	小さじ1強
B	濃口しょうゆ	小さじ1強
	塩	小さじ1/3
	片栗粉	大さじ1/2
	ゆず皮	適宜

(作り方)

- ① 白ねぎはみじん切り、しょうがはすりおろす。
- ② しめじは小房に分け、えのきは長さを1/3に切り、生しいたけは薄切り、青ねぎは小口切り。
- ③ だし汁をとっておく。
- ④ ボウルにAの材料を合わせ、なめらかになるまでよくこね、丸く成形し、つくねを作る。(スプーンですくって落としても良い)
- ⑤ 鍋にだし汁と酒を入れ熱し、②のきのこを加えて煮立たせる。
- ⑥ ⑤のつくねを加えて蓋をし、火を通す。
- ⑦ Bで味を調え、青ねぎと好みでゆず皮の干切りを加える。
- ⑧ 片栗粉を同量の水で溶いて加え、全体にとろみがついたら火を止めてできあがり。

とろみのついたくず汁は冷めにくく、より体の芯から温まりやすいのでおすすめ。血行を良くするしょうがを入れた鶏つくねで、たんぱく質も摂れて栄養価が高く、ボリュームもあり満足感のある1品です。



(栄養管理室掲載記事)

益田地域医療センター医師会病院 外来診療担当医一覧表

平成30年12月1日 現在

診療科	診療	月	火	水	木	金	備考
内科	午前	かりの としひさ 狩野 稔久	かりの としひさ 狩野 稔久	かりの としひさ 狩野 稔久	うえ がいと たからみ 上垣内 隆文	かりの としひさ 狩野 稔久	内科一般 ※今後、狩野・上垣内・松原で外来診療日調整
循環器内科					おかさき こういち 岡崎 浩一 (9:00~15:00)		循環器内科
外科	午前	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	休診	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	外科一般(乳腺外科・肛門外科含む)
	午後					たじま よしつぐ 田島 義証 <small>(鳥大消化器総合外科学教授)</small>	第1金曜日(電話等による完全予約制) セカンドオピニオン含む
整形外科	午前	おいかわ てつや 笈川 哲也	休診 (手術日のため)	よしむら けん 吉村 健	おいかわ てつや 笈川 哲也	よしむら けん 吉村 健	整形外科一般
麻酔科	午前		さいとう ようじ 齊藤 洋司 <small>(鳥大麻酔科学教授)</small>				第1・第3火曜日 (電話等による完全予約制)
リハビリテーション科	午前	にいがき みさ 新垣 美佐	かきき のぶのぶ 柿木 伸之	にいがき みさ 新垣 美佐	なかしま ありみ 中島 暁美 (9:30~12:00)	かきき のぶのぶ 柿木 伸之	リハビリテーション科全般
リウマチ科		すみた よしこ 角田 佳子 (9:00~15:00)	こんどう まさひろ 近藤 正宏 (9:00~15:00)				膠原病専門外来(電話等による完全予約制) 近藤[火]・角田[月] 週1回の交互診療
呼吸器外科	午前		きしもと こうじ 岸本 晃司 (9:00~12:00)				第2・第4火曜日 (呼吸器疾患全般・二次検診後のフォロー)
循環器外科	午前					すえひろ しょういち 末廣 章一	第1金曜日(心臓・血管外科)
婦人科		きしま さとし 木島 聡 (午後)	休診	きしま さとし 木島 聡 (午前・午後)	きしま さとし 木島 聡 (午前)	きしま さとし 木島 聡 (午前)	電話による予約制(水曜日午後は検診のみ) 午前 8:30~11:00 / 午後 13:30~16:30
特殊外来	脳神経領域	午前		やまさき たつづけ 山崎 達輔			
	放射線治療	午前			たまき ゆきひさ 玉置 幸久		第1・第3・第5木曜日
	緩和ケア外来	午前			いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦		

外来診療受付時間 初診 午前8:30~11:00 再診 午前8:30~11:30
※但し、急患の場合はこの限りではありません。

病院ボランティア募集

当院では、外来患者様のサポートをしていただける病院ボランティアを募集しています。

ボランティアの皆様の温かい気持ちと、貴重なお時間を提供して頂き、地域に開かれた病院として、より行き届いた患者様サービスを提供することを目指しています。あなたの優しさと思いやりを、病院で活かしてみませんか？

1. 活動内容

- ☆外来患者様の受診のお手伝い、お話相手
- ☆入院患者様のお話し相手
- ☆環境整備
- ☆院内のご案内
- ☆その他

2. 活動時間

午前中の都合の良い日時に調整致します。

3. 連絡先

益田地域医療センター医師会病院
総務課 電話:(0856)22-3611
興味をお持ちの方はお気軽にお尋ねください。

発行:益田地域医療センター 広報委員会

〒699-3676 鳥根県益田市遠田町1917-2 TEL:0856-22-3611(代表) FAX:0856-22-0407

E-mail:info@masumi.shimane.med.or.jp 医師会病院URL:http://hp.masuda-med.or.jp/

益田市医師会Face book:https://www.facebook.com/masudaishikai