



# 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185号

- ◆患者満足度調査結果～入院編～
- ◆令和3年度看護部  
研究発表大会が開催されました!
- ◆おいしいねっ  
～食物繊維のおはなし～

## 患者満足度調査結果

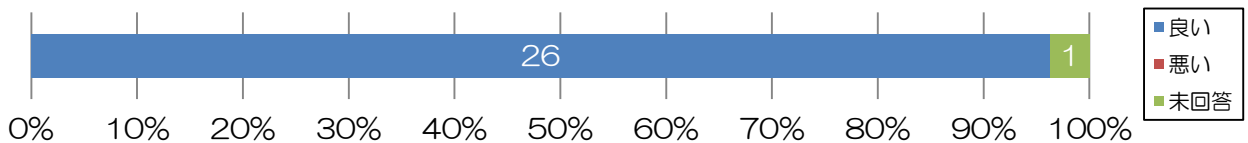
入院編

当院では、患者様・利用者様、そしてご家族の皆様にご満足いただける医療・療養環境が提供できるよう1年に1度アンケート調査を行い、サービスの向上を目指しております。  
先月号に引き続き、今月号では入院中の患者様への調査結果(抜粋)の報告を致します。

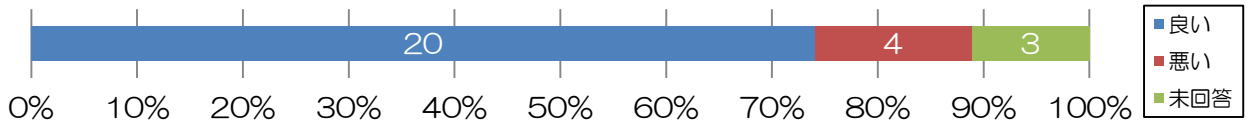
調査期間 R4.1.11～R4.1.17

### 【病院設備に関して】

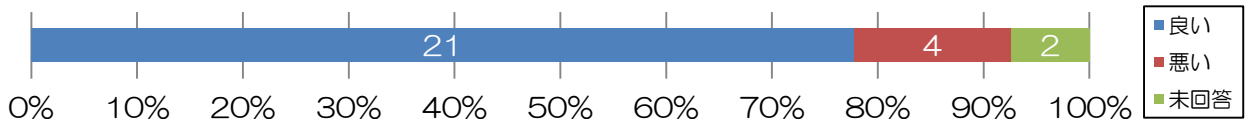
●院内の清掃は行き届いていますか



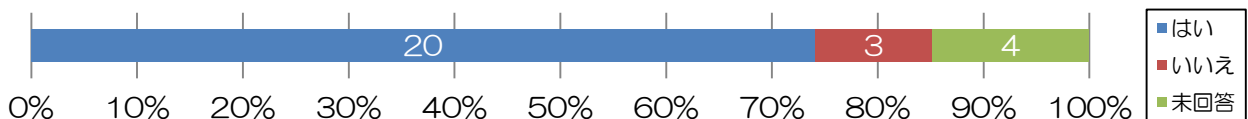
●プライバシーへの配慮が感じられますか



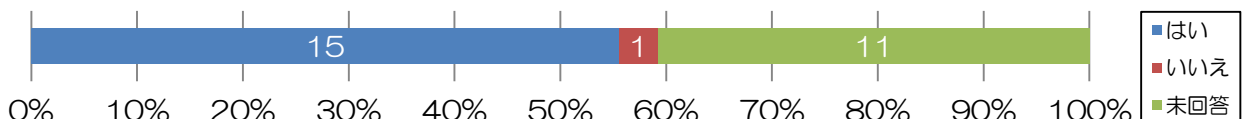
●トイレや浴室、洗面所を使用するのに困りのことがありますか



●院内の案内板や表示などはわかりやすいですか

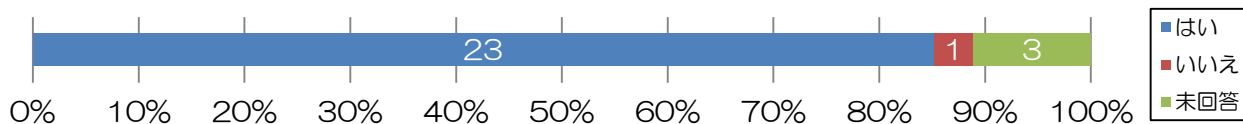


●売店は利用しやすいですか

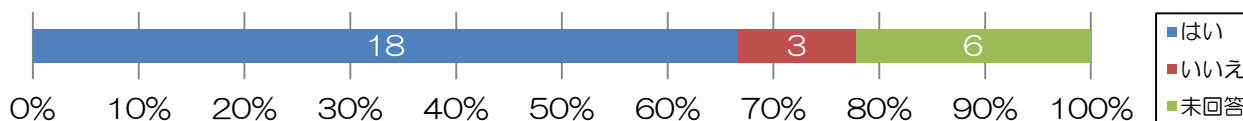


## 【職員の対応等に関して】

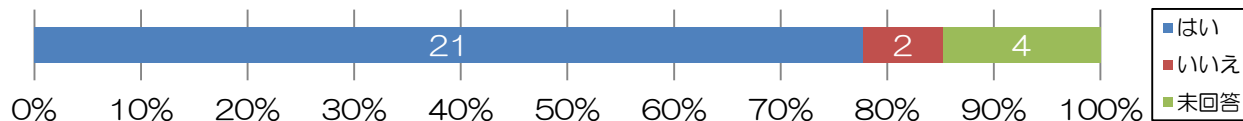
●職員は気持ちの良い対応をしていますか



●受持看護師・介護職から患者様の看護ケアについて説明を受けられましたか



●お聞きになりたいことやお困りのことなど何でも職員にお聞きになれましたか



一部しか掲載出来ておりませんが、この他にもたくさんのご意見  
やご指摘、お褒めの言葉等を頂きました。  
ご指摘頂いた内容につきましては、逐次改善し今後のサービス向  
上に活かしていきたいと思えます。  
ご協力頂いた皆様ありがとうございました。

## 令和3年度 看介護部研究発表大会が開催されました！

当院の看介護部研究発表大会が2022年3月12日（土）に開催されました。今大会では4階病棟、訪問看護ステーション、くにさき苑3階、保健予防センター、療養2階病棟の5部署が下記のテーマについて研究・発表を行いました。

4階病棟

『後期高齢者への舌苔除去を目的とした冷凍パイナップル活用の効果』

訪問看護  
ステーション

『独居療養者の思いとそれを支える訪問看護師の支援の在り方』

くにさき苑  
3階

『新型コロナウイルス感染症に伴う面会制限による利用者家族の思い』

療養2階病棟

『MDRPUに対するA病棟看護師・介護福祉士の観察点の実態調査』

優秀賞

保健予防  
センター

『A病院職員の乳がん検診受診状況と受診行動に影響する要因』

### 看護研究の意義

- 1.未知な看護現象の明確化
- 2.看護学の体系的確立
- 3.専門職業人としての責任
- 4.内外からのより質の高い看護の要請



今後も、看介護の質の維持・向上のため、看介護研究に取り組んでいきます。

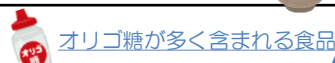
### ～食物繊維のおはなし～

食物繊維は6番目の栄養素ともいわれ、水溶性と不溶性の2種類があります。食物繊維の摂取目安量は18～64歳で男性21g以上、女性18g以上（厚生省「日本人の食事摂取基準<2020年版>」）とされていますが、実際には多くの日本人がその目標値に達していないようです。ここでは、働きや特徴、豊富に含まれている食品についてご紹介します。

水溶性食物繊維		不溶性食物繊維
<p>糖の吸収を穏やかにし、余分な糖質や脂質の吸収を抑えて、排出させる。</p> <p>粘着性があるため胃腸をゆっくりと移動するため、お腹が空きにくい。</p> <p>胆汁酸やコレステロールを吸着し、体外へ排出する。</p> <p>大腸内で発酵・分解されるとビフィズス菌などが増え腸内環境を整える。</p>	働き ・ 特徴	<p>保水性が高く、胃腸で水分を吸収し大きく膨らみ便のかさを増やし、腸の動きを活発にする。</p> <p>よく噛んで食べるので食べすぎを防ぎ、あごの発育にも良い。</p> <p>腸内の有害な物質を巻き込んで一緒に排出するため、腸内環境を整える。</p> <p>発酵性は水溶性よりは低い。</p>
<p>昆布、わかめ、果物、里芋、大麦、こんにゃくなど</p>	豊富に含まれる食品	<p>野菜、きのこ、穀類、豆類、果物、海藻、甲殻類(エビやかニ)の殻</p>

### 最近注目されている腸内環境！！

疾病予防や健康維持において注目を集めていますが、理想的な腸内環境にするには食物繊維やオリゴ糖を十分にとることが大事です。これらは、腸内の善玉菌のエサとなり腸の栄養源である短鎖脂肪酸を作り、大腸の粘膜や小腸の柔毛を増殖させ、免疫力を高めると言われています。



### ～健康食レシピ～

## ごぼうときのこのピラフ

炊き込みご飯に欠かせないごぼうですが、ベーコン・エリンギ・コーンと一緒に炊き込み、洋風の炊き込みご飯はいかがでしょう。ピラフとは米や具を炒めて炊いたものですが、具だけ少し炒めて炊くので簡単で、ごぼうの風味を楽しむことができます。

食物繊維たっぷりです生活習慣病の心配な大人にも、野菜の摂りにくい子供にも大人気のメニューですよ。

#### 【下処理】

- ① ごぼうは太さを半分に切り、5mm厚の斜め輪切りにします。
- ② ベーコンは5mm幅に切ります。
- ③ エリンギは長さ3cm程度の短冊切りにします。
- ④ パセリはみじん切りにします。
- ⑤ お米を洗い、ざるに上げ30分程度おいて水を切ります。

#### 【調理】

- ⑥ ⑤を炊飯器に入れ、普通の水の分量にして浸しておきます。
- ⑦ フライパンに油を入れ、ベーコン・ごぼう・エリンギを入れて軽く炒めます。
- ⑧ ⑥に⑦の具とコーンを入れ、調味料を入れて炊きます。

#### 【仕上げ】

- ⑨ 炊き上がったピラフにパセリのみじん切りを混ぜて出来上がり！！

#### 【材料 4人分】

米	2合
ごぼう	60g
ベーコン	8g
エリンギ	40g
油	5g
コーン(ホール)	40g
コンソメ	1個
塩	0.2g
黒コショウ	少々
酒	15g
濃口しょうゆ	18g
パセリ	4g

#### 【栄養成分 1人分】

エネルギー	315kcal
たんぱく質	6.2g
脂肪	3.0g
糖質	63.7g
塩分	1.6g
食物繊維	2.1g



# 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

令和4年3月1日 現在

科別	診療	月	火	水	木	金	
内科	午前	狩野 稔久	休診	狩野 稔久	狩野 稔久	狩野 稔久	
循環器内科			岡崎 浩一 (9:00~15:00)				毎週火曜日
腎臓内科	午前	伊藤 孝史 <small>(麻大腎臓内科診療教授)</small>					毎週月曜日(第4月曜日のみ午後診療)
呼吸器内科				堀田 尚誠			毎週水曜日
外科	午前	休診	五十嵐 雅彦	五十嵐 雅彦	五十嵐 雅彦	五十嵐 雅彦	乳腺外科・肛門外科含む
	午後					田島 義証 <small>(麻大消化器総合外科教授)</small>	第1金曜日 セカンドオピニオン
整形外科	午前	笈川 哲也	休診 <small>(手術日のため)</small>	萩 健太郎	笈川 哲也	萩 健太郎	
麻酔科	午前	齋藤 洋司 <small>(麻大麻酔科診療教授)</small>					第1・第3・第5月曜日
リハビリテーション科	午前	新垣 美佐	新垣 美佐	新垣 美佐	中島 咲美	新垣 美佐	
リウマチ科		角田 佳子 (9:00~15:00)	近藤 正宏 (9:00~15:00)				膠原病専門外来 近藤(火)・角田(月) 週1回の交互診療
循環器外科	午前					末廣 章一	第1金曜日(心臓・血管外科)
呼吸器外科						山根 正修 <small>(麻大呼吸器外科教授)</small>	第1・第3金曜日(11:00~14:00)
婦人科		木島 聡 <small>(午後)</small>	休診	木島 聡 <small>(午前・午後)</small>	木島 聡 <small>(午前)</small>	木島 聡 <small>(午前)</small>	午前 8:30~11:00 / 午後 13:30~16:00
特殊外来	脳神経領域	午前		山崎 達輔			
	放射線治療	午前			玉置 幸久		第1・第3・第5木曜日
	緩和ケア外来	午前			五十嵐 雅彦		
	無呼吸外来	午後	齋藤 誠一郎	齋藤 誠一郎	齋藤 誠一郎	齋藤 誠一郎	齋藤 誠一郎

## ○原則全科完全予約制となっております。

- ・ご予約がない場合、来院日に診療が受けられない場合もございますのでご了承ください。
- ・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。  
※外来診療が変更・休診になる場合がございます。詳しくは病院HP・外来診療変更のお知らせをご覧ください。

## ～新型コロナウイルス感染症対策情報～

正面玄関にて来院された全ての方に検温と問診を行っております。  
ご協力の程、何卒よろしくお願いたします。

※新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、洗濯物の受け渡しを1階図書コーナー付近にて行っておりますので、ご協力をお願いいたします。(受付時間15:30~18:00)

## ※ 面会禁止 ※

新型コロナウイルスによる感染防止のため  
全館の面会を禁止しております

## リモート面会サービス

申し込み方法等、  
詳細は右記QRより  
病院HPを参照下さい



## ～QRコード～



益田医師会病院



病院だより



Facebook



ブログ

発行：益田地域医療センター 広報委員会  
〒699-3676 島根県益田市遠田町1917-2  
TEL: 0856-22-3611(代表) FAX: 0856-22-0407  
E-mail: [info@masumi.shimane.med.or.jp](mailto:info@masumi.shimane.med.or.jp)

- ★益田医師会病院: <https://www.masuda-med.or.jp/ishikai/>
- ☞病院だより: <https://www.masuda-med.or.jp/ishikai/info/234/>
- ★益田市医師会Facebook: <https://www.facebook.com/masudaishikai/>
- ★看護ブログ: <http://masudaishikaikango.blog130.fc2.com/>