八潮中央総合病院 院外広報誌

ふれあい

2019 1月

発行:医療法人 社団協友会 八潮中央総合病院　編集:広報委員会　〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地　TEL.048-996-1131／FAX.048-997-2135

謹賀新年

明けましておめでとうございます。

明けましておめでとうございます
新病院に移転して、3年目の新年を迎えました。

本年も引き続き「地域から信頼される病院」を理念として、職員一丸となって地域医療に貢献してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

病院長　**真田 毅**
副院長　**関根 智之**
副院長　**藤城 儀幸**
副院長　**後藤 伸之**
事務長　**大山 輝夫**
看護部長　**工藤 潤**
職員一同

病院理念

「地域から信頼される病院」

基本方針

私たちは、以下の基本方針を遵守し、信頼される病院を目指します。

① 安心・安全な医療の提供
② 紹介患者・救急患者の積極的な受入れ
③ 総合病院としての機能と充実
④ 教育研修の向上と研鑽
⑤ 患者さまの人格を尊重した医療

患者さまの権利

私たちは、以下の権利を尊重します。

① 適切な医療を受ける権利
② 人権とプライバシーが保護される権利
③ 医療情報の説明を受ける権利
④ 医療行為を選択する権利
⑤ 診療録の開示を求める権利
⑥ 他の医師に意見を求める権利（セカンドオピニオン）

診療チームのご案内

「認知症ケアチーム」

認知症ケアチームとは

認知症ケアチームは「認知症による行動・心理症状や意思疎通の困難さが見られ、身体疾患の治療への影響が見込まれる患者に対し、多職種が対応することで、認知症の悪化を予防し、身体疾患の治療を円滑に受けられること」を目的として活動しています。

認知症ケアチームのメンバーは、医師、看護師など複数の職種から構成され、認知症患者さんの入院による混乱を予防・緩和するための支援を行っております。

活動内容

- 認知症患者に関わる全病棟チームラウンドと病棟カンファレンスへの参加
- 認知症の診断や薬剤調整のアドバイス
- 認知症の行動心理症状（予防）に対する環境調整、ケアの提案
- 今後の生活についての支援
- 入院前に入所していた施設への問い合わせ
- 認知機能検査の実施・評価（MMSEなど）
- 気分転換、余暇活動
- 家族サポート

チームメンバー

医師、看護師、薬剤師、理学療法士、社会福祉士

管理栄養士のメディカルレシピ

鶏肉の梅しそ巻き

いつもの肉料理にひと工夫！梅しそと大葉を巻くことで、見た目にも手が込んでいるように見えます。また、お弁当のおかずにももってこいです。肉をむね肉やささみに変えればよりヘルシーですし、豚肉の薄切り肉を使用していただくと巻きやすいので簡単に調理できます。

159kcal・塩分1.1g

■材料（2人分）

若鶏もも肉 …… 120g	みりん…… 小さじ1/2
塩・こしょう …… 少々	大葉…… 4枚
しそねり梅 ……大さじ1/2	サラダ油……小さじ1
濃口醤油……小さじ1/2	

■付け合せ

いんげん…… 30g
にんじん …… 10g
塩 …… 少々
サラダ油…… 小さじ1

■作り方

①鶏もも肉の厚みに切り込みを入れてから広げて、厚みを均一にする。
②①に塩こしょうを振り、大葉、しそねり梅を塗る。手前からくるくる巻いていく。
③フライパンにサラダ油をひき、②を焼く。フライパンにフタをして、中まで火を通す。
④濃口醤油とみりんを加え、鶏もも肉に味を絡める。
⑤付け合せのいんげんとにんじんを塩で調味して炒める。

管理栄養士のひとくちメモ

梅には疲労回復、食欲増進、整腸作用効果があります。大葉は抗酸化効果と高い栄養価が特徴です。
梅と大葉の力で、年末で疲れた胃腸の疲労回復をはかり、元気な食生活を送りましょう！

TOPICS

潮止小学校で手洗い教室開催

11月29日(木)午前、八潮市立潮止小学校において1学年の児童を対象に、当院職員による「手洗い教室」を開催しました。

内容は、手洗いの必要性の説明、手洗い方法についてのDVD視聴、次に薬用ローションを塗って、洗い残しを確認できる器具を使用して残った部分が光ることを理解してもらい、その後、手洗い場で実際に手洗いをしました。そして再び、洗い残しを確認できる器具を使用して、手を映して十分に洗えていなかった箇所を認識してもらい、用意した手形に記入してもらいました。

児童たちは楽しみながら手洗いに取り組んでいました。

JAふれあい感謝祭

12月8日(土)午前9時から、八潮市農産物直売所において「JAふれあい感謝祭」が開催され、当院のブースを開設し、血圧測定と健康相談を行いました。

この催しは、毎年12月第2週の土曜日に開催されるもので、新鮮野菜の販売やおにぎりやおしるこなどの無料サービス、焼きそばなどの店頭販売が行われています。

当院から看護部主任の飯田看護師が参加し、ブースを訪ねる多くの皆さんの血圧測定や健康相談を行いました。

送迎バス時刻表

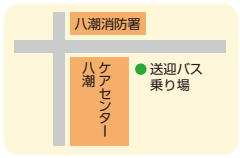
※日曜・祝日は運休いたします。

1号車 草加駅東口行き

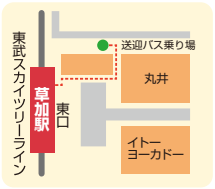
八潮中央総合病院

正面玄関よりワゴン車・マイクロバスが運行。

ケアセンター八潮 正面玄関前



草加駅 東口



草加駅東口ロータリーから丸井様と上島珈琲店様の間の通路を抜けたあたり。

送迎バスの発車時刻

八潮中央総合病院		草加駅		ケアセンター八潮(病院行き)	
		7:30	発	7:40	発
		7:45	発	7:55	発
		8:00	発	8:20	発
9:00	発	9:30	発	9:40	発
10:00	発	10:30	発	10:40	発
11:00	発	11:30	発	11:40	発
12:00	発	12:30	発	12:40	発
13:00	発	13:30	発	13:40	発
13:30	発	14:00	発	14:10	発
15:00	発	15:30	発	15:40	発
16:00	発	16:30	発	16:40	発
16:30	発	17:00	発	17:10	発
17:45	発	18:15	発	18:25	発
18:30	発	19:00	発	19:10	発
19:15	発	—		—	

※病院発草加駅行きのバスは、ケアセンター八潮経由となります。

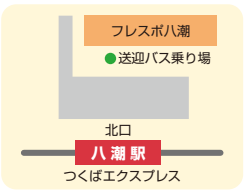
※時刻表内の 青文字の発車時刻 の便は、
土曜日は運休いたします。

2号車 八潮駅北口行き

八潮中央総合病院

正面玄関よりワゴン車・マイクロバスが運行。

八潮駅 北口



フレスポ八潮サンマルクカフェ様前あたりに停車。

送迎バスの発車時刻

八潮中央総合病院			八潮駅	
8:05	発	⟷	8:10	発
8:30	発	⟷	8:35	発
8:40	発	⟷	8:45	発
9:15	発	⟷	9:20	発
10:15	発	⟷	10:20	発
11:15	発	⟷	11:20	発
12:45	発	⟷	12:50	発
13:15	発	⟷	13:20	発
14:15	発	⟷	14:20	発
14:30	発	⟷	14:35	発
14:45	発	⟷	14:50	発
15:45	発	⟷	15:50	発
16:15	発	⟷	16:20	発
17:15	発	⟷	17:20	発
17:45	発	⟷	17:50	発
18:15	発	⟷	18:20	発
18:50	発	⟷	18:55	発
19:40	発	→	—	

新春特別企画 寄稿

わたしの健康法

新年にあたり、八潮市内の団体の代表の皆様にそれぞれ実践している健康法をご紹介いただきました。読者の皆様が心身ともに健康な生活を送っていただき、充実した一年となりますことをお祈りいたします。

「毎朝のラジオ体操」

八潮市体育協会
会長 小澤 政人

八潮市体育協会は、今年4月に結成50周年を迎える歴史ある組織で、現在19団体で5,000名を超える会員がいろいろなスポーツを楽しんでいます。どんなスポーツでも無理せず継続して取り組むことは健康の秘訣ですね。

また私は、やしお健康ラジオ体操連盟の会長もつとめており、毎朝のラジオ体操を続けています。ラジオ体操は、血行増進や筋力維持、生活習慣病の改善等の効果があるといわれていますので、これからも心がけていきたいと思います。

「規則正しい食事と歩くこと」

八潮市民生委員・児童委員協議会
会長 篠木 猛

こんにちは。八潮市民生委員・児童委員協議会の篠木です。

民生委員は厚生労働大臣から委嘱され、行政とのパイプ役として困っている方の立場に立って相談に応じ、必要な援助を行うボランティアです。児童委員も兼ね、現在八潮市内では約120名が活動しています。

私の健康法は規則正しい食事と歩くこと。朝起きて10分間のストレッチ体操と朝夕40分間の散歩を欠かさないようにしています。因みに過去6年間の一日平均歩数は約8,000歩になります。これからも私の健康法として続けて行きたいと思います。

「感動したことの実行かな」

八潮市文化協会
会長 小倉 孝義

八潮市文化協会は41団体より組織され、秋には市民文化祭、他に書道展、美術展、音楽祭、歌謡、詩吟、民謡、華道等々多くの事業を実施。それぞれの分野で上達と生きがいを求め、楽しんでいる様子。健康につながっていると思います。

私個人的には、運動の為にダンス、発声に謡曲、頭の体操に俳句、なごみに菊作りなど、日程を振り分け実行。感動したことをやり続け、頭を目覚めさすことが、私の健康法です。

「野菜を摂ることと健康診断」

草加八潮保護司会
副会長 市川 俊之

保護司は法務大臣から委嘱を受け、犯罪や非行に陥った人の更生のために活動しているボランティアです。

私の健康法は、野菜農家として野菜を作っているので、3食必ず野菜を摂るようにしており、野菜の生育とともに自分の健康も考えています。それから暴飲暴食しないことですね。また、健康診断は欠かさず受けています。自分の身体の状態を把握し、病気になってからではなく常に予防に心がけていくことが大切だと思います。

「ローンボウルで楽しく健康に」

八潮市レクリエーション協会
会長 宇田川 武雄

八潮市レクリエーション協会は、健康づくりや生きがいづくり、仲間づくりなどで明るく豊かな生活を送るため、軽スポーツやレクリエーションを普及することを目的とした組織で、現在9団体約700人の会員が活躍しています。

私は、ローンボウル愛好会に所属していまが、ローンボウルはふれあいのスポーツといわれ誰でも参加でき、定期的に大会を開き多くの会員の皆さんと楽しんでいます。これからも健康のため楽しく続けていきたいと思います。

「身体を動かすこと、休日のリフレッシュ」

八潮中央総合病院
副院長 関根 智之

スポーツをする習慣がなくなった現在、月並みですが面倒くさがらず身体を動かすよう心掛けています。

病院ではエレベーターを使わないとか、晴れの日は自転車通勤するとか。帰宅すると何もしないものですから。

休日の温泉巡りや低山登山(秩父や西上州)、地酒を楽しむことなども、気分のリフレッシュには役立っているようです。

上尾中央医科グループ　医療法人 社団協友会
八潮中央総合病院
〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地
TEL 048-996-1131 FAX 048-997-2135
http://www.yashio-cgh.jp

日本医療機能評価機構認定