Number 76　第76号　　2024年7月9日発行

高木病院だより　TAKAGI HOSPITAL NEWS



夏をクールに過ごそう

http://takagihp.jp/

TAKAGI HOSPITAL

ー　ご挨拶　ー

今年は、5月初旬より夏日が、6月には既に真夏日が見られ、例年以上の猛暑が予想されます。本当に厳しい天候が続きますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

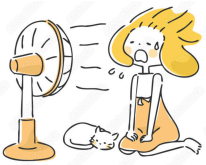
『地球沸騰化』とも言われており、『地球温暖化』が進行し続けているということなのでしょう。これによって、異常気象や自然災害が多発するなど、悪影響が更に深刻化する恐れがあります。

そして、人間にとっていちばん身近に起こる影響、それは毎年、この時期に問題となる熱中症です。

熱中症を引き起こす3つの要因として、環境（高い気温、高い湿度、風が弱い、日射しが強い、エアコンが無いなど）、からだ（高齢者、乳幼児、肥満、基礎疾患、低栄養、体調不良など）、行動（激しい筋肉運動、長時間の屋外作業、水分補給の出来ない状況など）があります。

熱中症の予防には、涼しい服装で、日陰や日傘、帽子などを利用して、水分補給を十分にすることが重要です。

皆さま、無理せずこの夏を乗り切りましょう。



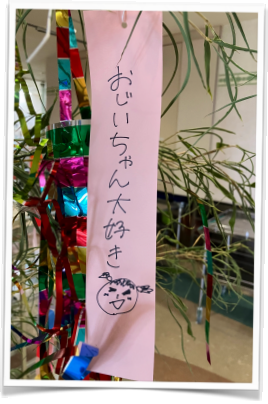
♠ 七夕への願いが叶う ♠

ー 看護部長　大西直子 ー

コロナ禍により、これまで当院では、入院患者さまの面会を長期に渡りオンラインで行ってまいりました。そして、ようやくこの6月より対面面会を再開いたしました。

患者さまとご家族の病室での喜びあふれる笑顔、触れ合う手、弾む会話に、本当に再開して良かったと思いました。

感染対策を行う中での対面面会も、皆さまのご理解とご協力のおかげで1か月が無事に過ぎました。職員一同、心より感謝申し上げます。







さて、今年も願い事がたくさん短冊に書かれ、鮮やかな七夕飾りになりました。ありがとうございます。

写真は、来月8月に満100歳になられる林吉子さんと介護職員です。

ランチルームでの昼食後、みんなでお決まりのポーズで「バンザイ」、素敵な笑顔に出会えました。

温かな気持ちになれたことに感謝し、これからも精進してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。



※写真掲載にあたりましては、ご本人さま、ご家族さまのご承諾を得ております

◆ ごあいさつ ◆

― 看護師長　本田有見（ほんだゆみ） ―

5月1日付けで看護師長に就任いたしました本田有見です。

2024年度の当院看護部の目標は『連携する』です。

医師、看護師、その他の職種がチームにとして認知症ケアをはじめ、医療安全や感染対策に取り組んでいます。

ひとりでは難しい問題も、チームで関わる事が大きな力となっていくことを実感しています。各部署の連携がスムーズに行えるよう『調整役』として努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

5月12日はナイチンゲールの誕生日にちなんだ『看護の日』です。当院では看護の日のイベントとして外来患者さまへクリアファイルと歯ブラシをお渡しました。

看護学生時代にナイチンゲール誓詞を暗唱し、ろうそくの灯りを手に、ナースキャップを初めてつけた日は生涯忘れられない思い出になっています。厳かな雰囲気の中で、『我が任務を忠実に尽す』と誓いました。初心を忘れず、『患者さまにとっての最善とは何か？』を考えながら、より良い看護を提供していきたいと思います。



❖ アドバンス・ケア・プランニング（ACP）について取り組みを始めました ❖

― シリーズ第１回 ―

― 退院調整看護師　橋本紀子（はしもとのりこ） ―

Advance Care Planning（ACP）とは「自分自身がもしものときにどのように過ごしたいのか前もって家族や近しい人と話し合い、共有すること」です。ここでは患者さまを主体にしてその家族や近しい人、医療ケアチームが繰り返し話し合いを行い、患者さまの意思決定を支援することについて考えていきます。

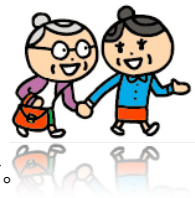
入院時や状態に変化があったときに「もしものときはどうしたいですか？どうしますか？」と医師や医療従事者が患者さまご本人やご家族に尋ねる場面があると思います。

入院時や状態に変化があったときにそのようなことを急に聞かれても「どうしたらいいのかわからない」と思われる人がほとんどだと思います。私自身も家族のことを考えるとはっきりと答えることはできません。

看護師として今までもそのようなやりとりをたくさんしてきましたが、改めて患者さまや患者さまを取り巻く人たちが急な場面ではなく、「前もって話し合って共有しておくことが大切なのではないのか」と思うようになりました。

患者さまを中心に「これからどのように入院療養生活を過ごされるといいのか」を一緒に考えて意思決定の支援をしていきたいと思っています。

患者さまやご家族が「どのようにしたいのか」はその時々で変化していくことは当たり前のことです。

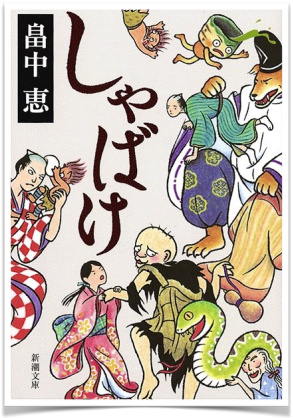


対面での面会が再会したことで、患者さまに直接会われる機会が多くなり、ご家族で話しあうきっかけになればと思っています。

☆ chotto hitoyasumi shitemimasenka☆

『しゃばけ』

畠中　恵著



たまには、ちょっと時間を作って本でも読んでみませんか。

本作品は、20年程前のファンタジー時代小説、当時日本ファンタジーノベル大賞を受賞しました。

話は…江戸有数の薬種問屋の一粒種・若だんなの一太郎は、たいそう体が弱く外出もままならない。ところがある日、親の目を盗んで出かけた夜に人殺しを目撃してしまう。

以来、猟奇的殺人事件が続き、一太郎は家族同様の妖怪（あやかし）と解決に乗り出すことに…。

若だんなの周囲は、なぜかいつも妖怪（あやかし）だらけ。その矢先、犯人の刃が一太郎を襲う。登場人物（人間も妖怪も）のキャラクターがみんな、魅力的。

一気に読み切ってしまう、痛快大江戸人情絵巻でした。

◆ 消防訓練を行いました ◆

― 医事課長　田中利彦 ―

6月12日に消防訓練を実施しました。火災発生時に迅速そして安全に患者さまを守ることを目的とし、毎年行っております。

今回も、火災警報器を作動させ、2階より火災が発生したとの想定で訓練を行いました。火災が発生したときは、患者さま、職員の命を守るため一刻も早く消防署への通報・火災消火をしなくてはなりません。



通報訓練については、火災通報装置にて実際に消防署へ通報しました。消防署へは、落ち着いてパニックにならないよう、院内で発生している火災状況・患者さまや職員の避難状況等をいかに正確に伝えるかが重要です。

避難訓練については、職員が外傷キットやいろいろな症状を想定したゼッケンを付けて入院患者役となり、安全な場所への避難、状態に応じた想定治療を行いました。

消火訓練については、水消火器を実際に使用し、的を目掛けて、少しでも火災を広めないように素早い対応を心掛けて行いました。



また今回は、災害が発生した際に、職員への安否確認を含め、出勤が可能かどうかの災害メールを全職員に送信しました。

大規模災害時には多くの患者さまが来院される可能性があります。



すでに出勤している職員だけではマンパワーが不足し、患者さまへの対応が困難な状況が想定されるため、職員の状況を把握することが必要となります。

当院では、今後も防災意識を持って、皆さまが安心して当院へご来院できるよう努めていきたいと思います。

◆ 災害研修会 ◆

― 医事課長　田中利彦 ―

今年初めに能登半島で発生した大規模地震から早くも半年が経とうとしています。

4月に計4回、災害時の初動として、院内でのライフラインや消防設備の取り扱いについて全職員が把握、対応できるよう研修会を行いました。

当院では、停電になると自家発電機が作動しますが、『発電機は何時間利用可能なのか』、『燃料はどこに保管してあるか』、『どのように補充するのか』、『発電機が使えない場合はどう対処したらよいか』など、一つの設備だけでも多くのことを理解しなくてはなりません。

その他、『水やガスが供給されない場合』、『エレベータ内に人が閉じ込められた場合』、『外部との連絡の取り方』、『消防設備の取り扱い方』など、災害が発生すると多くの問題や障害が生じますが、限られた機能を最大限に活用し、救命活動を行えるよう取り組みました。

今回の研修会で、職員の防災に対する意識が更に高まりました。今後も定期的に研修会を実施し、地域のため災害時に強い病院づくりをしていきたいと思っております。

☆おすすめCINEMA☆

『幸せなひとりぼっち』

En man som heter Ove　2015年 スウェーデン映画



最愛の妻ソーニャを亡くしたばかりの59歳の男オーヴェは、口うるさい偏屈な老人として近所から煙たがられている存在である。

ある日、オーヴェは、長年勤め続けた鉄道会社をクビになる。生きる希望を失い、首をつって死のうとするが、向かいに越してきたイラン人女性パルヴァネとその家族の騒々しさに自殺を邪魔をされてしまう。

その後も、陽気なパルヴァネの遠慮のない言動にオーヴェは彼女の存在を疎ましく思うが、彼女とその家族と接するうちに徐々に心境に変化が生まれてくる。

その一方で、オーヴェは幼い日の亡き父との慎ましくも穏やかだった生活や若き日のソーニャとの運命的な出会い、彼女との幸せな日々、そして2人に起きた悲劇を思い出す。

人それぞれに形は違うけれど、人に手を差し伸べることの大切さを教えられた作品でした。　KT

＊ 家庭での食中毒予防 ＊

ー　管理栄養士　中原つかさ　ー



気候の良い時期になり、レジャーやイベントなど外で調理、飲食する機会が増える季節です。一方で、気温や湿度が高く、食中毒の原因となる細菌が増殖しやすい季節でもあります。

食中毒予防の三原則は、食中毒菌を『つけない』『増やさない』『やっつける』です。

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、体内に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、細菌を食べ物に『つけない（手指の洗浄・消毒：最も重要で、菌がゼロであれば増殖しないので、手に付けなければ食中毒はおきません』、食べ物に付着した細菌を『増やさない（迅速な調理・提供と低温保存』、食べ物や調理器具に付着した細菌を『やっつける（加熱処理）』という3つのことを守りましょう。

Recipe no.53
【いわしのオイルサーディンのチーズパン粉焼き】



材料（2人分）　195kcal／1人分 塩分1.1g／1人分	
調理時間 約15分	
いわしのオイルサーディン	1缶
たまねぎ	1/2個
ピザ用チーズ	適量
パン粉	適量
塩こしょう	適量
パセリ（あれば）	適量

【作り方】

1. たまねぎを薄くスライスする。
2. 耐熱皿にたまねぎを敷き詰める。
3. オイルサーディンの缶を開けたらオイルのみを1.に回しかけて軽く塩こしょうする。
4. ラップをかけて電子レンジで3分（500W）、たまねぎがしっとりするまで加熱する。
5. 4.の上にいわしのオイルサーディンを並べたら好きなだけチーズとパン粉を振りかける。
6. オーブントースターでチーズが溶けパン粉が色づくまで焼いたら出来上がり。

夏のキッチンは温度が上がりやすく、長時間料理をするのが大変ですよね。また、暑い日が続くと『食材が傷みやすい』『食欲が出ない』といった夏ならではの困りごとも増えます。

今回は、火を使わず、電子レンジとオーブントースターを使って調理を快適に済ませ、短時間で作れるメニューをご紹介しました。





「高木病院だより」第76号、いかがでしたでしょうか。

七夕飾りに込められたみんなの願い、本当に叶うと良いですね。

看護師長になられた本田さんのお話、橋本看護師によるACPのお話も、患者さまを第一に、ご家族と共に一緒になって進んでいきたいという思いが込められていました。

また、「消防訓練」や「災害研修会」等を通じて、当院のスタッフが災害時の行動や災害に対する意識向上に繋がることを期待しています。

『幸せなひとりぼっち』、お薦めの映画です。お時間のある方は是非ご鑑賞を。

※75号までのBack Numberを希望される方は受付までお申し出下さい。
当院ホームページでもBack Numberを見ることができます。