

地域をつなぐかけはしに

CONTENTS

HOT NEWS	2
高校生ふれあい看護体験	3
CS セットのご案内	3
職場紹介	3
リハビリテーション部より	4
栄養管理室より	4
手洗い、咳エチケット	4
附属施設のご案内	5
インフルエンザワクチン 予防接種について	6
看護フェアのご案内	6
お知らせ	6
地域連携室より	6

にじ
虹

VOL.3
2015.10.23

WAKASA TAKAHAMA HOSPITAL



8月3日病院屋上にて。ダイヤモンド青葉山 見たことありますか？



独立行政法人地域医療機能推進機構
Japan Community Health care Organization : JCHO

若狭高浜病院

Wakasa Takahama Hospital

〒919-2293 福井県大飯郡高浜町宮崎87号14番地2
TEL **0770-72-0880** FAX 0770-72-1240
E-mail main@takahama.jcho.go.jp
<http://takahama.jcho.go.jp>



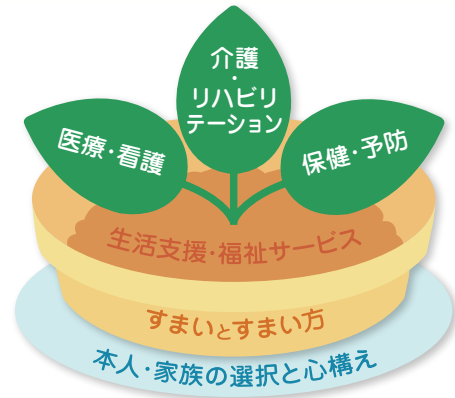
HOT NEWS ほっとニュース



地域包括ケアシステムの推進について

国では、団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に「地域包括ケアシステム」の構築を目指しています。介護が必要となっても、住み慣れた地域で、自宅で、高齢者が安心して生活できるような仕組みづくりです。そのためには、行政や、専門職や住民がネットワークを作り連携し、協力していくことが重要です。

広報誌「虹」の発行もその取り組みの一つですが、地域包括ケアの推進のため若狭高浜病院では、他にも次のような取り組みを現在、実施又は計画しています。



ニーズの把握・準備

- ①高浜町各地で開催されているサロンに職員が出向き
住民の皆さんの意見を伺う
- ②患者満足度アンケートの実施
- ③職員を対象に地域包括ケアの研修・勉強会を開催する



行 動

- ④住民の方を対象に、無料の健康講座などを実施する。
- ⑤研修会等を積極的に他の施設の方にも開放し、
共に地域医療・地域包括ケアの要となる人材育成に努める。
- ⑥看護・介護フェアーなどの実施
- ⑦高額な医療機械などの共同利用の推進

今後、地域にあった取り組みを、皆さんと協力・連携しながら考え実施し、この地域の「地域力を高める」お手伝いが出来ればと考えていますので、よろしくお願いいたします。



高校生ふれあい看護体験を開催して

8月5日水曜日の午後、看護に関心のある嶺南地区の高校生を対象に、若狭高浜病院で初めて「高校生ふれあい看護体験」を開催しました。この日の気温は最高36.8℃に達し、8月の中でも最も高く猛暑の中、真っ黒に日焼けした元気いっぱいの高校生17名の参加がありました。

高校生の皆さんは、看護師のユニフォームに着替えて、病院内の見学の後、2つの病棟と介護老人保健施設に分かれて、現場の看護師と一緒に看護体験をしました。はじめは緊張の面持ちでしたが、患者さんと触れ合う時の笑顔を見て、私たちも初心に返り、元気をもらいました。

今後も毎年開催し、看護の道を志すきっかけと、近い将来、若狭高浜病院に入職して頂けるように、職員一同より一層精進して参りたいと思います。



最後に
みんなで
集合写真！
ニコリ！



See You
Again

INFORMATION お知らせ

10月1日よりスタート CSセット[入院生活セット]のご案内

当院では、患者様・ご家族様への更なるサービスの向上・院内外の感染予防対策を目的として、入院生活セット（CSセット）導入を開始しました。お申込みいただくことで、寝巻やタオル、消耗品のお持ち込みが不要になります。

患者様には1日定額料金で、常に清潔で安心な衣類・タオル類を必要なときに必要な分だけお使いいただけます。

併せて、オムツが必要な患者様向けに、肌に優しいオムツセットもご用意いたしております。詳しくは、当院ホームページをご覧ください。



職場 紹介

内科

お気軽に
ご相談ください！

内科外来は月曜日～金曜日まで加藤医師はじめ8名の医師と内科スタッフが日替わりで対応しています。

受診される患者様も多く、病院で過ごされる時間が長くなることもありますが、患者様に負担にならないような対応を心掛けています。ご不明な点やご相談がございましたら気軽にお声掛けをしてください。よろしくお願いいたします。



今回は「3階病棟」です。



リハビリテーション部より

若狭高浜病院附属

介護老人保健施設 通所リハビリ

安定した在宅生活が送れるよう、利用者の状態に合わせた個別でのリハビリを提供しています。

また、病院での外来リハビリが終了した方でも、介護保険で継続的にリハビリを受けることができます。在宅生活で悩みのある方は相談ください。



栄養管理室より 知られているようで知らない“低栄養”のはなし

私たちは毎日“食べて”生きています。当たり前のようですが、生活習慣病などの病気や加齢に伴う変化では食べること自体が出来ず、食欲が落ちて食事量が減り、痩せてしまいます。栄養摂取不足になり、全身に栄養を運ぶ血液中のたんぱく質の一種アルブミンが足りない低栄養状態となり、体力や病気に対する抵抗力も低下し、感染症にかかりやすくなります。

活力ある毎日を送るには、たんぱく質食品と野菜類などのビタミン類をきちんととること、痩せてきていないか、食事量が減っていないかをみんなで確認しましょう。“食べること” “食事”を大切に、良い習慣を努力して身に付けてください。

主食

炭水化物

ご飯・パン・めん類



- 1食に重ね食べはしない!
(例: ご飯とラーメン、パンとご飯、そばとおにぎり など)
- 味付きご飯は週1回程度に!

主菜

たんぱく質の料理

魚・肉・卵・豆腐や大豆製品



- 毎食どれか1品か2品をとる
(例: あじの塩焼き1尾と煮物の肉類少々)
- 1食で宴会料理のように重ねてとらない

副菜

ビタミン・ミネラルの料理

野菜・芋・海藻・きのこ類



- 生野菜や加熱野菜の両方を
- 毎食1品か2品は野菜料理を!
- 食物繊維も豊富!

毎食“**主食**+**たんぱく質源の主菜(1品+少量)**+**ビタミン・ミネラルの副菜(1品以上)**”の組み合わせで食べましょう!

感染しない!

感染させない!

手洗い、咳エチケット

インフルエンザは、患者が咳やくしゃみをした時のしぶきに含まれる病原体(ウイルス)を周囲の人が吸い込むなどにより、体内に取り込むことで感染が広がっていきます。

感染の広がりを予防する一つの方法として、この感染が広がっていく経路を遮断することが必要です。そのために、「手洗い、咳エチケット」を行いましょう!

手洗い

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが附着している可能性があります。

外出先から帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。



咳エチケット

咳やくしゃみが直接人にかからないようにカバーしましょう。

〈咳やくしゃみをするときは〉

- ティッシュなどで鼻と口を覆いましょう。
- マスクを着用しましょう。
- とっさの時は袖や上着の内側で覆いましょう。
- 周囲の人からなるべく離れましょう。
- こまめに手洗いをしましょう。





介護老人保健施設

納涼祭が行われました!!

平成27年8月5日(水)に、納涼祭が行われ、にぎやかで楽しい時間を過ごすことができました。

昼からは、各階に分かれ出店ふうの『射的』や『スイカ割り』などを楽しみました。夕食後は駐車場に移動し、高浜町婦人会さんや名田庄太鼓さんの盆踊りや太鼓の披露を観ることができました。盆踊りには一緒に輪に入り、踊られる利用者さんも多くいらっしゃいました。



お知らせ

高浜老健フェア(介護フェア)
～リハビリ・介護を知る・見る・触れる～

日時: 平成27年**11月14日(土)**
10:30～15:30

場所: 若狭高浜病院附属
介護老人保健施設内

対象者: 地域住民の皆様

- 内容
- ①リハビリ・介護体験
 - ②介護食の試食
 - ③福祉用具の展示
 - ④スタッフ・利用者の作品展示

皆さま、
どうぞお気軽に
お越しください!

若狭高浜病院附属
介護老人保健施設
文化祭 作品展示

日時: 平成27年
11月11日(水)～25日(水)

場所: 若狭高浜病院附属
介護老人保健施設内

是非、ご覧ください!



訪問看護ステーション

今回は「栄養のアドバイス」について

利用者様それぞれの生活スタイルや食事の摂取状況に合わせ、楽しく家庭で食事がとれるようにアドバイスをさせて頂いております。時には管理栄養士に助言をもらいながら、誤嚥予防や補助食品などの紹介もおこなっております。

お申し込みは、かかりつけ医師やケアマネージャーにご相談ください。



インフルエンザワクチン 予防接種について

予約制

- 接種期間 / 平成27年10月15日(木)～12月28日(月)
- 受付時間 / 毎週月曜日…17:00～18:00
(主に高校生以下対象)
月～金曜日…11:00～11:30
- 接種場所 / 健康管理センター
- 料 金 / 1回目:3,700円 2回目:3,000円



「高浜町及びおおい町在住の65歳以上の方」は町からの補助があります。
必要書類を持ってお越しください。詳しくは、各町保健センターにご相談下さい。

- お申込み / 健康管理センター(Tel 72-1703)までお申し込みください。【予約制】

詳しくは、若狭高浜病院 健康管理センター窓口 又は Tel 72-1703に、お問い合わせください。

看護フェア

高浜町産業まつりで、
「看護フェア」を開催します。

日 時 / 平成27年11月3日(祝)
10:00～15:00頃
場 所 / エルドらんど

- 病院・在宅看護の案内
- 健康チェック
- 脳内年齢チェック など



INFORMATION お知らせ

「耳鼻いんこう科」 休診のお知らせ

12月25日より医師が産休のため、
しばらくの間休診させていただきます。
ご迷惑をお掛けしますが宜しくお願いいたします。

編集後記

秋といえば「食欲の秋」「行楽の秋」「スポーツの秋」など色々頭に浮かびますが、皆さんはいかがでしょうか？
私は「食欲の秋」でした(笑)

地域連携室より

入院や退院に関するご相談や、介護保険制度等についてご説明いたします。

退院後の在宅サービスや、施設のご紹介等もさせていただきます。お気軽にお申し出下さい。

場所 2階療養病棟入り口

診療受付時間のご案内

午前	8:00～11:30 受診開始は 9:00 からです ◆産婦人科(火曜のみ) ◆耳鼻いんこう科(木曜のみ) ◆内科(循環器内科) (毎月第1・3・5木曜のみ)
午後	1:30～4:00 受診開始は 2:00 からです ◆耳鼻いんこう科(月曜のみ) ◆内科・外科(火・木曜のみ) ◆整形外科(金曜のみ)
休診日	土曜日、日曜日、祝祭日 および年末年始

