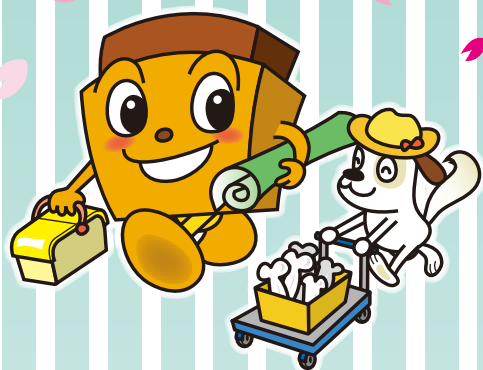


社会医療法人母恋の使命「医療人として組織として社会に貢献する」



目次

- 特集：入退院支援室 2～3
 - 切れ目のないケアは入院が決まった時から
- ヨムクスリ 4
 - 薬の保管、侮るべからず！
- 栄養通信 5
 - 今が旬！春キャベツのいいところ
- 母恋インフォメーション 6～7
 - 食事体験講座「食べて学ぼう!!」
 - 平成27年度 復職支援研修参加者募集
 - 平成27年度 高齢者肺炎球菌予防接種のご案内
 - 患者図書室ぼこい～新着図書のご案内 / ぼらんていあ広場
- 日鋼記念病院 各種教室のご案内 8

今日の スナッフ



サクラ、さいたよ。

うっすらピンクの桜がやっと日鋼記念病院にも！
撮影中、皆様に「きれいねー」と声をかけていただきました。
桜を見ているとなぜか顔がほころんでしまいますね。

特集 『入退院支援室』

切れ目のないケアは入院が決まった時から

医師・看護師・医療ソーシャルワーカー・事務スタッフ…
関わる全ての職種が療養生活を支えます。

入退院支援室が日鋼記念病院に誕生して1年。何を支援してくれるんだろう、これまでのサポートと何が違うんだろう？とお思いの方もいるかもしれません。今回は、「入退院支援室」がどのようなときに、どのようなサポートをしているのか過去の事例をもとに再構成して紹介します。

骨折！突然入院。どうしよう…。



転倒して足の付け根を骨折（大腿部頸部骨折）した、という石田あゆみさん（84歳・仮名）が救急車で運ばれてきました。医師はすぐに手術が必要と診断。救急外来では石田さんに手術の必要性や入院の準備など説明をしていると…。「うちには認知症のおじいちゃん（夫）がいるのよ。お薬だって飲ませなきゃいけないし。今日はたまたま妹がいたからお願いできたけど、入院中ずっとなんてムリだね！どうすればいいの。」



課題を整理～話をじっくり

入退院支援室の目的の一つは、安心して治療に専念できる環境をつくること。患者さんやご家族の思いや考えをじっくりと伺って、お一人お一人の背景や個別の問題を把握し、課題を整理していきます。

石田さんは自分が入院している間、夫の身の回りのお世話や通院させる事ができないのが心配でした。



石田さんの心配 その1

入院中、夫の介護者がいない

ソーシャルワーカーがケアマネジャーや遠方に住むご家族と連携して夫が安全に生活できるように対応。

石田さんの心配 その2

入院治療費が払えるか心配

医事課に療養費を算出。医療保険などの活用をソーシャルワーカーと相談。



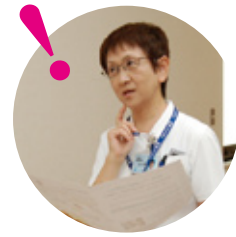
治療に専念できる環境づくり

それぞれのプロフェッショナルが、別の課題に先回りして準備

「早く退院して、おじいちゃんと一緒にまた暮らしたい。」

入院治療を承諾した石田さん。話を聞いていた看護師は別のことが気になりました。

退院後、石田さんご自身もしばらくリハビリが必要で無理な動作はできません。石田さんは、自宅で夫とこれまで通りの生活を望んでいるけれど、自宅はエレベーターの無いアパートの3階。急性期病院の「退院」は全身管理を必要とする急性期治療の終了時点なので、石田さんの希望にむけて医療を切れ目なく行うためには次の準備が必要です。そのため、各専門職が情報を共有し、石田さんが希望に沿って療養ができるようにそれぞれが早速、動き始めました。



リハビリテーションセンター

(医師・理学療法士・作業療法士)



自宅で夫と一緒に住める状態に回復できるよう、リハビリプログラムを検討します。

自宅生活に向けて
がんばりましょう



コーディネータは
任せて！

医療福祉相談室 (医療ソーシャルワーカー)

介護ができる状態になるまで、夫や本人の療養先の検討や情報提供を必要に応じて行います。



在宅ケアセンター

(看護師)

自宅でも困らないように、手すりなどの住宅改修や、ベッドなどの福祉用品の相談を伺います。

環境整備は
任せて！



「落ち着いて話が聞けて安心した」と患者さんから評価

導入から1年。入院時の説明や面談を入退院支援室が行うことで、患者さんからは「落ち着いて理解できた」「質問しやすかった」「安心した」と好評をいただくようになりました。

日常生活から突然切り離されてしまう入院は、金銭、退院後の自分、家族など不安や課題は千差万別です。私たちの役割は、それら一つ一つと向き合い、一緒に整理をして一日も早くご自身が望む生活を過ごせるお手伝いをすることです。

入退院支援室は入院が決まったときから、病院にあるすべての人的・物的資源と地域の医療資源を駆使して、とことんサポートしています。



ヨムクスリ 薬の保管、^{あなど}侮るべからず!

病気の治療に欠かせないお薬。お薬にかかわるいろんな疑問にお薬の専門家、薬剤師がお答えします。

薬剤部 調剤科 かまだ けいこ
鎌田 恵子

みなさんは病院や薬局でもらった薬をどこに保管していますか？

食品品と同じように、薬の保管にも注意が必要です。保管方法が悪いと本来の効果が得られなくなってしまうことがあります。安全に使用していただくための保管のポイントをご紹介します。

1 湿気× 直射日光× 高温×

薬は、光や温度、湿度などによって効果が落ちる場合が多くあります。保管方法が指示されていない場合は、湿気、直射日光、高温を避けて、室温で保管します。その際、乾燥剤と一緒に入れると良いです。

2 『冷所保存』のときは冷蔵庫へ

主にシロップや目薬、坐薬などです。このとき凍らせないように注意しましょう。

パーシャル・チルドは避けましょう。



3 薬以外のものとハッキリ区別

食品、殺虫剤、防虫剤などと一緒にしまっておくと、間違えて飲んでしまう危険があります。それを避けるために、救急箱や薬ケースなど、薬だけを保管する場所を決めておきましょう。



4 子供の手の届かない所に保管

2013年の調査で子供の誤飲事故原因のうち「薬」が18%と「タバコ」を抜いて第1位という報道がありました。テーブルやバッグなどから、大人の目の離れたすきに飲んでしまうこともあり、注意が必要です。



5 薬袋や説明書と一緒に保管

飲み方や保管方法、調剤した日付、病院・薬局名・電話番号など問い合わせ先の記載がある場合もあります。分からないことを確認したり、誰かに伝えるときにも便利です。

薬は保管方法を守って安全に使用しましょう!



FMびゅー (84.2MHz)
ラジオ健康プラザ放送中

放送日：毎週金曜日 9:30から40分
第3金曜日 『健康クスリ箱 教えて! 薬剤師さん』
今回の内容は5月15日(金)に放送予定です。



栄養通信

今が旬！春キャベツのいいところ

栄養課
管理栄養士

ふじと
藤戸 あや



だんだんと暖かくなり、過ごしやすい季節になってきましたね。
今回はサラダや炒め物、煮物、漬物などに万能なキャベツについて紹介します。

キャベツの旬は今！4～6月

年中買うことができるキャベツですが、今一番美味しいのは春キャベツ。
冬キャベツに比べ、鮮やかな緑の葉と巻きがすこしゆるめなのが特徴です。
この時期のキャベツは葉が柔らかいので生食に向いています。

おいしいキャベツの見分け方

緑色が濃く、周りの葉が新鮮なものほど鮮度が高いです。
巻きがしっかりしていて切り口が新しく、ずっしりと重いものを選ぶと良いです。



体にやさしいキャベツの成分

ビタミンCが豊富：免疫力を高め、老化防止や皮膚の組織であるコラーゲンの生成に役立つと言われています。
ビタミンU：過剰な胃酸の分泌を抑制し、胃潰瘍を予防する効果があります。



強いストレスを感じる時、ビタミンCの消耗が著しいと言われています。
また、ストレスを感じると胃のトラブルもおこしやすくなります。新生活が始まって1ヶ月、環境の変化やストレスを感じやすいこの時期にキャベツはぴったりの食材ですね。

簡単レシピ

キャベツたっぷりアクアパッツァ

1人分の成分値 エネルギー:164kcal たんぱく質:1.9g 塩分:0.7g

材料

《4人分》

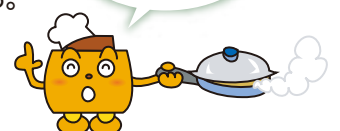
- | | |
|------------------|----------------|
| ・キャベツ …… 1/4 玉 | ・オリーブ油 …… 大きじ2 |
| ・タラ切り身 …… 4切れ | ・ニンニク …… 1片 |
| (タイやサワラなどでもよいです) | ・水 …… 大きじ3 |
| ・あさり …… 10個 | ・白ワイン …… 大きじ3 |
| ・ミニトマト …… 10個程度 | ・塩 …… 2つまみ |

作り方

- ① ニンニクはみじん切りにしておく。(おろしニンニクでもよい)
- ② キャベツは一口大に切り、ミニトマトは半分に切る。
- ③ フライパンにオリーブオイルを熱し、ニンニクを入れ、香りが出るまで炒める。
- ④ タラを両面こんがり焼き、皿に出しておく。(中に火は通ってなくてよい)
- ⑤ キャベツを敷き、タラの切り身、砂出したアサリ、ミニトマトをのせ、水、白ワイン、塩を加え、蓋をして中火で6～10分程度蒸して出来上がり！



イカやホタテを入れてもおいしいよ



● 食事体験講座「食べて学ぼう!!」

美味しく食べて、楽しく学ぶ。健康習慣に役立つ情報をテーマにあわせて紹介しています。

- 日時** 5月29日(金) 18:00~19:00
- テーマ** 『大改造! お口の習慣』
わかっているのに改善しづらいお口の習慣「間食」と「口腔ケア」に注目して、管理栄養士と歯科衛生士がポイントを紹介します。
- メニュー** からだ喜ぶ♪ アレンジサンドプレート
ランチに、間食に、行楽のお弁当に活躍するサンドイッチを中心にした、ヘルシーワンプレートメニューです。
- 参加費** 500円
- 定員** 30名 ※定員になり次第、締め切ります。
- 申込み** 広報広告室 萩生田(はぎうた) TEL 0143-24-1331

● 平成27年度 復職支援研修参加者募集 無料

「看護師として働きたい!」 再び看護の現場で働きたいと思っても「以前身に着けた知識や技術は活かせるのか」など、様々な不安を感じる方も多いと思います。研修では演習や講義を通じて看護師として復職に向けた初めの一歩を応援します。

- 日時** 6月22日(月)~24日(水) 1日3時間
- 場所** 日鋼記念病院
- 対象** 復職を考えている潜在看護師
※当院への入職が前提ではありません。
- 定員** 5名程度
- 内容** 《講義》医療安全対策 / 感染対策 ほか
《実習》注射、静脈採血、演習病棟業務 ほか
※ 院内保育所で未就学のお子様をお預かりします。
1,000円/1日(要予約)
- 締切り** 6月8日(月)
- 申込み** 人事課 TEL 0143-24-1331



演習や実習を通じて「復職に前向きになれた」などの感想をいただいています。

ホームページでも詳細をご案内しています。
URL <http://www.nikko-kinen.or.jp/nurse/index4.html>

● 平成27年度 高齢者肺炎球菌予防接種のご案内

- 日時** 平成27年4月1日~平成28年3月31日(1年間)
- 対象** 室蘭市登別市に住民票のある方で以下のいずれかの条件に該当する方
① 平成27年度 65、70、75、80、85、90、95、100歳の方
② 60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫機能不全など、身体障害者1級に相当する方
- 接種料金** 対象者：2,400円 / 生活保護・市民税非課世帯の方は無料(※提出書類が必要です)
- 受付方法** 予防接種券を持参し、当院通院中の方は受付にてお申し出下さい。
※ 無料の方は介護保険料納入通知書のコピーまたは生活保護受給証明書・市民税非課税証明書のコピーいずれか提出。
現在、当院に通院していない方は事前にご予約ください (TEL 0143-24-1331)

患者図書室ぼこい～新着図書のご案内

患者図書室ぼこいは病気や健康にまつわる本を専門に取り扱う図書室です。1,200冊の蔵書やパンフレット、パソコンを設置しておりますので、医療や健康情報の知識を深めていただけます。お子様と一緒に読める絵本もあります！



患者さんのための 大腸癌治療ガイドライン 2014年版

編集：大腸癌研究会
金原出版

手術治療、内視鏡治療、化学療法、検査方法など最近の動向を取り入れて改訂された1冊です。



音楽療法ハンドブック

監修：日野原重明
ストーク

長く当院の緩和ケア病棟で音楽療法を担当された中山ヒサ子先生が寄稿されています。

患者さんのための 乳がん診療ガイドライン 2014年版

編集：日本乳癌学会
金原出版

いま知りたいことについて、正しい情報をわかりやすく得られることを目的に作られました。



めまい専門医が教える めまいをスッキリ消す本

著者：二木 隆
PHP 研究所

ぐるぐる、ふらつくなど、つらいめまいの発作。原因から日常生活の送り方など紹介しています。



ぼらんていあ 広場

患者図書室の日々の運営はボランティアさんが担当し、訪れた方を優しく迎えてくれます。昨年から今年にかけて仲間入りした3名をご紹介します。

ほっと、リラックスしに訪れて。

「こんな病気の情報が詰まった図書室が病院内にあるのかと思いました。」と、昨年4月からボランティアに加わった川口義夫さん。患者さんやそのご家族の役に立てたら、と活動を続けるうちに奥様の次子さんも今年から仲間入りしました。本の場所を早く覚えて、情報を探しに来た患者さんに、さっと場所を教えられるようになりたいと意欲を見せます。

当メディカル情報誌を見て応募したという平岡一恵さんは、まだ緊張するとのことですが、「ゆっくり落ち着けました、ありがとう。」と患者さんの言葉が嬉しかったそうです。

訪れる方が少しでもリラックスできるように、お手伝いをしたい。と口をそろえるボランティアの皆さん。外来の待ち時間やお見舞いなど、来院の際に訪れてみてはいかがでしょうか。



左から川口次子さん、川口義夫さん、平岡一恵さん。
次子さん手作りのかわいらしいお人形が彩りを添えています。



ご利用案内

開室日：平日 10時～15時
休館日：土・日・祝祭日、年末年始

日鋼記念病院 各種教室のご案内

病気の予防や健康維持を目的に日鋼記念病院では各種講座、ラジオ番組を放送しています。普段、なかなか質問することができないことなど、気軽にご相談いただく機会としてもご利用ください。皆様のご参加お待ちしております。

糖尿病教室

合併症予防は適切な血糖コントロールから。気になる症状、生活上の注意など専門職がお話をします。

- 5月19日 歯科衛生士 糖尿病と歯周病
- 5月26日 医師 糖尿病の病気について
- 6月 2日 認定看護師 糖尿病連携手帳の活用
- 6月 9日 管理栄養士 うっかり塩分にご注意を!
- 6月16日 理学療法士 糖尿病の運動療法

開催時間 15:00～ ※医師の回は14:00～

申込・問合せ 糖尿病センター TEL 0143-24-1331

講演のタイトル、講師のスケジュールは変更になる場合があります。

健康プラザ

学んでイキイキ、動いてイキイキ。病気予防や健康維持を目指して、みんなで学びを深めましょう。

開催日時 6月18日(木)13:30～
※身体測定は13:00より

場所 地域医療研修センター

テーマ 知っておきたい、薬の知識

講師：佐藤英二・藤野陵二薬剤師

持ち物 体力手帳

申込・問合せ 地域医療連携センター
TEL 0143-25-2555



母親学級・両親学級

《母親学級》 13:30～15:00

- 5月26日 分娩の経過 ほか
- 6月 9日 マタニティ・ヨーガ

ヨーガ参加費 500円

《両親学級》 10:00～12:00

6月14日(日)

※両親学級は偶数月の第2日曜日に開催です。

申込・問合せ 産婦人科外来 TEL 0143-24-1331



FM76.8 ラジオ健康プラザ

医師・看護師・栄養士など様々な職種が、週替りで医療や病気にかかわる話題を取り上げます。

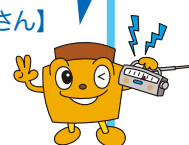
- 5月15日 健康クスリ箱【教えて薬剤師さん】
- 5月22日 いきいき健康レシピ
- 6月 5日 医療トピックス
- 6月12日 医療トピックス

番組内容は予告なく変更になる場合があります。

放送時間 毎週金曜日 9:30～9:40

当院のホームページで、バックナンバーを公開しています！ラジオ健康プラザライブラリーをご確認ください。

84.2 MHz



編集後記

「5月6日、桜の開花。釧路で観測史上最速ゴール」ともいわれ、列島を桜前線が大急ぎで駆け抜けていきましたね。

日鋼記念病院でもいつもより早めの桜に喜んでいたら、連休明けて来てみたらもう終了。

咲き終わりまで、早くなくてもいいのに....

皆さんはお花見、楽しめましたか？

(ハギ)

発行 社会医療法人 母恋



日鋼記念病院

〒051-8501 室蘭市新富町1丁目5番13号

TEL 0143-24-1331 (代)

FAX 0143-22-5296

e-mail koho@nikko-kinen.or.jp

ホームページ <http://www.nikko-kinen.or.jp>

編集 広報誌編集委員会 委員長 山田康弘