

雪がた

— 豊科病院だより —



豊科病院広報誌
平成31年 4月 27日 発行
発行者 豊科病院広報文化委員会
〒399-8205
長野県安曇野市豊科5777-1
URL <http://www.shironishi.or.jp/>

豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心を礎に、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

4月1日に、豊科病院と安曇野メ
ディア合同の新年度式が開催され
ました。
初めに副総長 理事長は 平成も
4月末日で終え、5月1日には新天
皇即位となる。新元号は「令和」。
今までは中国の古典からだったが、
今回は日本からの言葉、まさに
「和」である。日本の年号のいいと
ころは、それぞれの時代に色があ
る。新たな気持ちで臨めるのは素
晴らしいこと。まさに日本の文化
を象徴する出来事である。今年度
は新入職員6名を迎え、いつもよ
り華やかな感じになるのはとても
嬉しいこと。」と、訓示しました。
続いて五味瀧院長は、我々の仕
事は、マニュアル通り、教科書通り
にはいかない。人に興味を持ち、人
を好きになることが大切。フィー
ドバック出来ない自分の経験に
はならない。良い先輩だと思えば

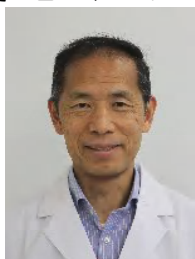
「平成」から「令和」へ
心新たに新年度スタート

見習えばよい。困った時点で教科書
や文献を読んでみると自分の力に
なっていく。3日、一週間、1ヶ月、3ヶ
月、半年で疲れが出るので、適度にリ
ラックスしながら勤務をしてほし
い。」と、訓示しました。
今年度は、異動も含めて7名の職員
に辞令が交付されました。



医師着任のご挨拶

医局 岩本 芳樹



4月1日付で着任しました岩本芳樹と申します。城西医療財団へは平成22年に入職し、ミサトピア小倉病院で1年間、城西病院で5年半、再度ミサトピア小倉病院で3年間勤務した後、豊科病院に異動となりました。

出身は和歌山県で、海辺の町で育ちました。長野県は10年前に引越して来るまで、ほとんど訪れたことのない場所でした。郷里には無い切り立った山々に囲まれ、清澄な空気を吸いながらのんびり過ごしてきましたが、ふと気付くと、和歌山の次に長く暮らした地、第一の故郷となっていました。

診療では精神科全般に携わってきましたが、特に児童思春期から青年期にかけての若い患者さんの自立、社会参加に興味があり、学校、小児科医、地域の事業所などと連携しながら取り組んできました。豊科病院におきましても、地域のニーズを見据えつつ、このような分野の診療にも参入していければと思っております。いずれにせよ患者さん本位の医療を目指し、やるべきこと

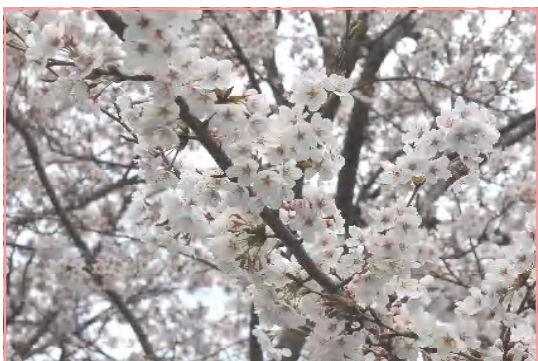
とできることを日々積み重ねていく所存です。

新しい環境で慣れないことが多く、ご迷惑をお掛けすることも多々あるかと存じますが、何卒宜しくお願い申し上げます。

お花見を満喫

～安曇野の春 百花繚乱～

4月15日～19日にかけて、各病棟の患者さんが、お花見に出掛けられました。これは作業療法部が中心となり企画したりハビリりの一環です。



当院の近隣には、豊科近代美術館や豊科公園(タコ公園)といった花の名所があるため、患者さんが比較的容易にお花見に出掛けることができます。

また今年、穂高の早春賦碑周辺へバスで出掛けられ

た患者さんのグループもあり、残雪の北アルプスをバックに、桜並木・わさび田や川面を觀賞されました。正に「THE安曇野」という風景です。これらの風景をタイムリーに觀賞できることは、安曇野の地元の病院ならではのことだと思います。



それぞれの場所や院庭で、桜・もくれん・雪柳・すいせん・チューリップなど、様々な花を楽しまれ、病棟とは違った春の風情を感じたひと時になったと思います。

褥瘡対策研修会

～座位の重要性と車椅子の正しい使用方法を学ぶ～

2月20日と27日に褥瘡対策委員会による職員研修会が開催されました。テーマは「座位の重要性と車椅子」で、当院の作業療法士が講師を担当しました。

座位」の学習では、座位を保つことで、①食べやすい ②褥瘡が治る ③排便しやすい ④筋力がアップする ⑤身体バランスが良くなる ⑥表

情が良くなる ⑦血圧調整が良くなる ⑧肺活量が増える ⑨手足の拘縮予防 といった様々な長所があることを学びました。

車椅子の学習では、車椅子の種類、各部品の名称、使用手順や機能、姿勢崩れの原因、

正しい座位保持のポイント、体型に合った車椅子など、現場で頻繁に使用する車椅子について改めて学びを深めました。

しかし、車椅子からベッドへの移乗行為は、患者さんにも介助者にも負担がかり、時に転倒のリスクも伴います。そこで、車椅子とベッド間をより安全に移乗できるように、当院ではトランスファーボード(写真)を導入しております。この研修会ではそのトランスファーボードの使用方の



説明も受けました。

当院は、お一人でも多く離床され座位を保ち、健康の増進に繋がるよう、正しい移乗やその介助に努めていきたいと思いま



トランスファーボード

春キャベツたっぷりヘルシーメンチカツ

●材料(2人分)

- キャベツ…150g
- 玉ねぎ…1/4個(約50g)
- 塩…1.5g
- 合挽き肉…70g
- 木綿豆腐…70g
- A {
 - カレー粉…2g
 - 塩…少々
 - 小麦粉…大さじ1
- B {
 - 小麦粉…大さじ1/2
 - 水…大さじ1
 - パン粉…1/4カップ
 - 揚げ油…適量

●作り方

- ①キャベツは千切り、玉ねぎはみじん切りにする。豆腐の水を切る。
- ②キャベツと玉ねぎは耐熱容器に入れて塩をふり混ぜ、ラップをかけて電子レンジ(600W)で5分加熱する。
- ③あら熱がとれたら水気をしっかり絞る。
- ④ボウルに 合挽き肉・キャベツ・玉ねぎ・Aの調味料を入れ、よく練り混ぜる。
- ⑤二等分して長円形にまとめ、小麦粉 ⇒ 混ぜ合わせたB ⇒ パン粉 の順に衣をつける。
- ⑥フライパンに揚げ油を1cm高さまで注いで170℃程度に熱し、3~4分かけて両面をこんがり揚げ焼きにする。
- ⑦器に盛って、できあがり♪



調理師の

ちよちよいのちよい♪②

久々に調理師のちよちよいのちよい♪のコーナーです。
第2回は、春キャベツたっぷり*ヘルシーメンチカツです。

エネルギー 210kcal
たんぱく質 11.5g
脂質 11.5g
塩分 1g

ポイントは、野菜の量が挽き肉の約2倍であることと、木綿豆腐が入っていること。そして、衣には卵の代わりに水で溶いた小麦粉を使うこと。普段の揚げ物に少し工夫をする^と、ポリウムはそのままでカロリーオフできます。小さく成形すれば、お子様のおかずやお弁当にも大活躍！春キャベツの甘みが優しく活きる、メンチカツです。ぜひ、試してみてください。



外来よりお知らせ

内科外来は、下表のとおり担当医が変更になりました。

内科、精神科とも午後は休診です。
よろしくお願いたします。

外来 医師担当表

平成31年 4月1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
内科	いわさ たけひこ 岩浅 武彦 医師	休 診	休 診	しみず ともこ 清水 智子 医師	休 診	休 診
精神科 ①	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしざと よしあき 西里 吉昭 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師	おかざき たかし 岡崎 隆司 医師	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師
精神科 ②	いわもと よしき 岩本 芳樹 医師	いわもと よしき 岩本 芳樹 医師				

◎ 受付時間 午前 7:00～正午

◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで ※木曜日の精神科は、午前9:30～診療開始

※ 午後は全科休診となります。

※ 日曜・祝日は全科休診となります。

※ご不明な点等は、受付へご確認下さい。
お問い合わせ先 電話 0263-72-8400



～ 編集後記 ～

第59号雪形をお読みになっていたいかがでしたか？

平成の「雪がた」もこれで最後となります。元号には日本の歴史や文化を継承していく力があると思いますが、皆さんにとっての「平成」はどんな時代だったでしょうか。

いよいよ5月からは「令和」を迎えます。「令和」と初めて聞いて「響きも良くなじみやすいかな…」と思いました。生活そのものは何か変わるわけでもありませんが、何となく気分も新たに何かを始めてみるきっかけにはしやすいですね。

令和元年からも「雪がた」の発行頑張ります。

※表題「雪がた」について

春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことが出来ます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。また、表題の写真は当院屋上から撮影しました。