

雪がた

—— 豊科病院だより ——



豊科病院広報誌 第3号
平成18年 2月 1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://shironishi.or.jp/to/01/htm>

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。

秋祭りを開催しました

紅葉の季節。当院から見える山の木々も赤や黄色に色付き始め、いよいよ秋本番を迎えた10月15日、当院職員主催の秋祭りが開催されました。

しかし、当日は残念なことに生憎の雨。会場の一部を屋外から急遽屋内に変更し、屋外に設けられた屋台会場も雨対策を施すなど、大幅な変更がなされました。担当のスタッフは朝から準備に大忙しでしたが、その甲斐あって秋祭りは無事、開催の運びとなりました。

今年の秋祭りでは、2つの大きなイベントが目玉となっています。一つは「安曇野演芸会」さんによる歌と踊り。もう一つは女性スタッフによる手作りの「豚汁大鍋」です。

今回、演芸会の会場が雨で屋内に変更になったために、観客席が多少狭くなってしまうりましたが、演芸会に所属するボランティアの方々の方々に熱心な歌と踊りに、観客の皆様は大いに楽しんでいただようです。

一方、屋台会場では一抱えもあるような大鍋が登場し、この鍋で担当スタッフが豚汁を作りました。出来上がった豚汁は180人分にもなり、患者様や来場の方々に振舞われました。大鍋のテントはかなりの熱気で、雨にも負けない盛況ぶりでした。

この豚汁の他にも、から揚げ、肉まん、たい焼き、ゼリー、ポップコーンの各屋台が設けられ、



素晴らしい踊りを披露して下さいました

どれも品切れ続出でした。

このようにイベントはおおむね好評で、多くの皆様に楽しんでいただけ秋祭りですが、急遽用意した屋内の会場が狭く、観客の皆様に窮屈な思いをさせてしまったり、また、屋外の屋台も食事をとるための十分なスペースが確保出来ず、周囲が混雑してしまったりと、雨の影響で様々な不便さも生じてしまいました。

今後は、悪天候など様々な事態に対処出来るよう準備を整え、さらに多くの皆様に楽しんでいただけるような秋祭りになるよう、職員一同努力していきます。

「炊き出し訓練」を実施しました

もしも、地震等の大規模な災害が起こりライフラインが途絶してしまったり、その時、当院は入院中の患者様や、隣接する安曇野メディアに入所なさっている方々の食事に対応出来るのでしょうか？また、地域の方々には何らかの支援は出来るのでしょうか？

そんな思いから、また、災害時に職員が迅速な行動を取れるようにと、大釜を使用した炊き出しの訓練が行われました。

今回はなるべく災害時に近い形で行うため、空き地に穴を掘り、実際にかまどを作って大釜を設置しました。そして今回訓練の為に用意した薪を使って火を起こし、ご飯とカレーを調理してみました。

訓練当日は大釜設置と火起こしの係、

材料を切って調理する係に分担して作業は進みました。大釜はカレー用とご飯用の2つが用意されましたが、直径が1m近くある巨大な釜で、しかも薪でご飯を炊くというのは、調理を担当した栄養部、料理のプロの方々でも初めての経験であり、上手く炊き上がるか、かなり不安だったそうです。

しかしながら炊き上がりは上々、初めてとは思えない出来の良さに、スタッフは大喜びでした。ちなみに水は米の重量の1.5倍、体積の1.2倍を目安とし、火加減は沸騰後強火(5分)↓中火(5分)↓弱火(5分)↓蒸らし(15分)と使い分けて仕上げました。

カレーも同様、中々の出来に仕上がりに、大鍋を使って一気にカレーライス50人分が完成しました。

今回作ったカレーライスは職員に昼食として配られました。ご飯がふっくらと仕上がっており、大鍋で煮込んだカレーも絶品！予想以上の美味しさにビックリしました。

実際に炊き出しをやってみると、手順や注意すべき事項など様々な事が分かり、とても参考になりました。

今後も災害時に対応出来る病院となるよう、次回は別の職員の方も訓練に参加して、災害時の備えとしていきたいと思えます。



大鍋でカレーを煮込んでいます

院内感染対策委員会より

インフルエンザの予防に、耳寄りな情報をお知らせします。

ビフィズス菌を多めに摂ると免疫機能が高まり、インフルエンザに感染しにくいという研究成果を、森永乳業栄養科学研究所が発表しました。

茨城県の介護老人保健施設に入所中の高齢者の方27人に、ビフィズス菌の一種「BB536」を1000億個含む粉末(2グラム)を毎日、インフルエンザ流行の1ヶ月前から感染のピークが過ぎるまで5ヶ月間飲み続けてもらったところ、この中でインフルエンザ発症者は一人も出なかったとのこと。

このことから、ビフィズス菌を飲み続けることにより白血球の殺菌機能が高まり、免疫力が上がる効果が期待出来ます。ただし即効性がないことから、流行の1ヶ月前以上前から飲み続けていることが望ましいそうです。

関連施設だより

～アルプスドミトリー伊豆一泊旅行～

生活訓練施設援護寮アルプスドミトリーでは一年に一回、一泊旅行を行っています。昨年は、「日本海を見たい」という入所者の皆様のご希望により、上越への旅行と

なりましたが、今年は「太平洋を見たい」というご希望により、10月27日(木)〜28日(金)の2日間、大型バスを貸し切り伊豆半島へと出掛けて来ました。

1日目は、美味しい鰻屋さんで「駿河舟」を食べ、紅葉が始まりかけた修善寺を散策。宿は「太宰治ゆかりの宿」と有名な趣のある安田屋旅館で一泊しました。夜には宴会場で美味しいお魚をお腹いっぱい食べた後、希望者の方々に宿の前の海岸で花火を行いました。

2日目は宿から徒歩3分の、三津シーパラダイスでイルカショーやオットセイのショーを楽しみ、その後、海産物センターでそれぞれお土産を購入しました。大きく調子を崩される方もなく、夕方には全員無事に当寮へ帰ってくる事が出来ました。メンバーの方も職員も一緒に楽しむことが出来た良い旅行でした。



〜愛犬と暮らすこと〜

放射線部 木田二朗

我が家には、愛犬がいます。7歳になる中型犬のオスで、ワイペットというちょっと珍しい犬種です。「P. J」という名前で、人からは「変わった名前だねえ」なんていつも言われます。



ところが性格はもっと変わっており、まるでのん気を絵に描いたよう。のほほんど日々を暮らすのが趣味で、普段の生活は一日中寝てばかりです。起きていても、飼い主に気を使っているのか妙に物静かで、一日一緒にいて一度も吠えない日があるほど。良く言えば思慮深げ、悪く言えばズボラかな？日向の縁側でポロっとしているのが似合いそうな犬なのです。

しかしそんな彼には、意外な「もう一つの姿」があるのです。ドッグランや運動場など、自由に走れる場所に連れて行くとP. Jの様子は今までと一変、体はグッと引き締まり、目は期待で爛々と輝きます。そしてボールを思いっきり投げてやると、目にも留まらぬ速さで追撃し、確実に捕らえるのです。

実は、ワイペットは「サイトハウンド」と呼ばれる猟犬で、目が良く体は鞭のようにしなやか。ドッグレースにも使われていて走る速度は時速60kmに達するといわれます。

とにかく走る事が大好きで、走らせていないとストレスが溜まってしまふほど。まさに「走るために生まれてきた犬」なのです。と言っても、普段のズボラな様子からは想像も付かないけれど・・・しかし飼い主としては、そのギャップもまた魅力の一つなのです。

このように、愛犬との生活は刺激的で魅力に溢れ、私は大きな喜びを得ることが出来ました。またそれだけでなく、私が辛かったり、落ち込んだ気分の時には、今まで何度もP. Jに助けられたのです。もちろん、彼が適切な助言をしてくれる訳ではありません。彼はただやって来て、傍らにそっと座っているだけです。しかし、何故か飼い主の心を敏感に察し、彼なりに精一杯の気遣いをしているように感じるのであります。そのおかげで、落ち込んでいた気持ちも少しずつ解れていきます・・・

犬は時に、その存在自体が癒しになると思っています。犬が傍に居るだけで心が和み、自然と笑顔も出てきます。犬に何か特殊な能力があるとは思いませんが、古来から人間と生活を共にしてきた揺るぎない信頼感があるのでしょう。犬が見つめるその真直ぐな眼差しには、裏表のない純粋な愛情が感じられます。時折その視線が痛い時もありますが、しかし人を、こんなにも暖かい気持ちにさせてくれるのです。

我が家の愛犬P. Jは、今日もリビングのソファを陣取り熟睡中・・・しかし彼は、自分の役割りをちゃんと分かっているのです。そして私はこの先も、彼の良き理解者でいようと思っています。

愛犬と暮らすことが、私の心の癒しなのです。



内科外来 医師担当表

曜日	月	火	水	木	金	土
午前	信州大学 第一内科	休 診	信州大学 第一内科	信州大学 第一内科	休 診	休 診
午後	信州大学 第一内科	休 診	信州大学 第一内科	休 診	休 診	休 診

◎受付時間 月・水曜日 午前8時～午後2時30分(正午以降の受付は午後の診療となります)
木曜日 午前8時～午前11時30分

◎診療時間 月・水曜日 午前9時～正午、午後1時30分～午後3時
木曜日 午前9時～正午

※ 日祝祭日は休診となります
※ 火・金・土曜日は 当分の間休診とさせていただきます

精神科外来 医師担当表

曜日	月	火	水	木	金	土
午前	中澤 知遠 医師	西里 吉昭 医師	五味 洸 満徳 医師	第1・第3・第5週 五味 洸 満徳 医師 第2・第4週 中澤 知遠 医師	中澤 知遠 医師	五味 洸 満徳 医師

◎受付時間 午前8時～午前12時
◎診療時間 午前9時～終了まで

※ 日祝祭日は休診となります
※ 3月以降、外来医師担当日が変更になります

平成18年 2月現在



～・編集後記・～

豊科病院広報誌「雪がた」第3号をお届けしました。お読みになっていかがでしたでしょうか？
今号も病院の行事の記事が中心ですが、今年は戌年ということで、ワンちゃんの記事も載せてみました。
今後は皆様のお役に立てるような、専門的な記事も載せていく予定です。

今年の冬は各地で記録的な大雪となっていますね。雪下ろし等をされる方のご苦労は計り知れない
と思います。どうか怪我のないように、お気をつけ下さいませ。
安曇野は例年に増して寒さも厳しく、体調を崩される方が多いようです。インフルエンザの発生数も
増加傾向にありますので、外出後の手洗い、うがいはこまめに行い、予防に心がけましょう。

※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。