

雪がた

— 豊科病院だより —

豊科病院広報誌

平成24年 8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/>

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。

平成24年「ばらの日」

永年勤続者表彰

6月19日に「ばらの日」が開催されました。「ばらの日」とは、城西医療財団の職員の永年勤続者を表彰する催しであり、毎年6月に各事業所で開かれます。永年勤続者は、5年間勤続した6年目の職員に「5年表彰」、10年間勤続した11年目の職員に「10年表彰」というように5年毎に区切られて表彰されます。

式辞では関理事長 総長から「長年勤続することは、経験を積み重ねて的確に迅速に業務ができる偉大なこと。今後も職場を盛り上げて行って欲しい。また、豊科病院は大正8年からこの地で医療を行っているが、いつも何気なく見ている院旗の意味を知っているだろうか。これは城西病院と同じデザインであるが、脳を中心とした診療科をベル型の聴診器とともに診療することの意味するデザインになっている。豊科病院は昭和31

年から精神科医療を専門に標榜し、統合失調症等の精神科疾患の治療を行ってきた。近年は時代の流れとともに、精神科疾患だけでなく認知症の治療も担わざるを得なくなっている。」と、訓示とともに当院の歴史について説明がありました。



院旗の説明をする関 理事長・総長



当日、会場には職員が育てた薔薇も沢山展示され、薔薇の香りがいつばいの中、永年勤続者に記念品が贈呈されました。

今年度は、22名の職員が表彰されました。

- ◇ 5 年表彰……8名
- ◇ 10 年表彰……4名
- ◇ 15 年表彰……7名
- ◇ 20 年表彰……1名
- ◇ 25 年表彰……1名
- ◇ 30 年表彰……1名



第33回あづみ野祭り

フレッツ賞受賞

7月28日に第33回あづみ野祭り主催あづみ野祭り実行委員会」が開催されました。この祭りは安



曇野市豊科地域で行われ、メインイベントではあづみ野ばやし踊り」という踊りが、JR豊科駅前の国道147号線を中心に練り広げられます。踊りに参加する連は、地元自治会、小学校のクラス企業等で構成され、今年は46連の約3,200人が参加しました。



当院は、あづみ野ばやし踊りに40名が参加。踊り連コンテストでは、「フレッツ賞」をいただきました。

避難訓練とエアーストレッチャー研修会

7月4日、入院患者さんや通院患者さんも含めた全体避難訓練が行われ、続いて当院の保守保安委員会主催のエアーストレッチャーの研修会が開かれました。

この研修会はキャプティンターナショナル様様に講師をご担当いただき、職員は交替で階段搬送を体験し、そこで感じた疑問点などを講師に活発に質問いたしました。

今回の避難訓練では患者の皆さんは非常にスムーズに避難されましたが、実際の災害でも動揺せずに避難されるよう今後も訓練を行い、また、職員は安全な搬送方法習得に向けて定期的にこの研修会を行って行きたいと思えます。



安曇野市一斉清掃

安曇野市の春の一斉清掃に当院も毎年参加させていただいております。当院は業務の都合上、5月30日に参加致しました。

清掃の範囲は、当院南側の田沢街道と豊科病院周辺道路であり、草取り空き缶などのゴミ拾いやU字溝の清掃を行い、回収したゴミや草は軽トラ1台になりました。



安曇野市一斉清掃へ参加の様子

心の癒し (19)

音楽と空

栄養士 吉田 文恵

私の心の癒しは、音楽と空です。音楽は、聴くのも弾くのも好きです。聴く部門では、JAZZが最も癒しです。弾く部門ではコントラバスが最も癒しです。

小学校の頃からピアノを習って

いました。中学校 高校は吹奏楽部でした。大学では軽音部でした。年齢を重ねても環境が変わっても、音楽と離れることはありませんでした。何か嫌なことがあったり、宛てのないイライラが募ったりするときは、家に帰ったらピアノを弾いています。音楽に集中している間は他のことを考える余裕が自然と無くなるので心の中のものもやがて浄化されていくのです。それから、最近は全く弾いていないですが、コントラバスの音にも癒されま

す。私は、吹奏楽部なのに楽器を吹いたことが一度も無い吹奏楽部員でした。中学でも高校でもコントラバス担当だったからです。毎朝始発電車で登校し、コンクール目指して練習していた日々は、今も日常の糧になっています。

大学を卒業したらさすがに音楽は離れてしまおうかと思いましたが、社会人になってもまだ、バンド活動をしています。大学の時に組んだバンドでエレキベースを弾いています。メンバーは本当に縁の深い仲間たちなので、バンドをしているから心が癒されてい

るのか、メンバーに会っているから癒されているのかわからないくらいです。好きなバンドの曲をコピーしてライブをすることや、好きなバンドのライブに行くことは私にとって大きな癒しです。いつかコントラバスを購入して室内楽をやったりバンドで弾いたりできたら幸せです。

また、私はよく空を見上げます。小さいころから、教室の窓から空を見て雲の形が変わっていくのを見るのが好きでした。格別にきれいだと感じた空は、写真に収めます。私の住んでいる松川村は扇状地なので夜空も広くきれいに見えるので、たくさん癒されています。

献立を立てる毎日の中で、病棟に行くと患者さんのリクエストや感想を伺うことがちょっとした癒しになってきました。これからも食事から皆さんを癒せるように頑張ります。よろしくお祈りします。



管理栄養士の簡単レシピ

No.10

夏野菜を使った簡単料理

連日猛暑が続いている今日この頃ですが、いかがお過ごしでしょうか？ 食事はしっかり食べて、夏ばてなどしないように注意しましょう。夏の野菜のトマト、きゅうり、なすなどには体を涼しくする作用があります。

そこで今回はミニトマトを使った料理を紹介します。



作り方は、裏面に!!

冷凍ミニトマトの甘酢漬け レシピ (1人分 540kcal 塩分2g)

材料 (2人分)

- ・ミニトマト・・・100g
- ・水・・・・・・・・・・1/4カップ
- ・酢・・・・・・・・・・1/5～1/4カップ
- ・砂糖・・・・・・・・・・大さじ2
- ・塩・・・・・・・・・・少量
- ・レモン果汁・・・大さじ1/2

【作り方】

- ① トマトはへたを除き、尻に1本切れ目を入れ、ポリ袋に入れて口を縛り、冷凍庫に入れる。
- ② 凍ったらとり出し、流水をかけて皮をむく。水けをふき取る。
- ③ ボールに甘酢の材料を合わせて砂糖と塩をとかす
- ④ ③に②を入れ、トマトがうかないように表面をラップでぴったりとおおい、トマトが半解凍の状態になるまで常温で5分ほど漬けたら出来上がり。

(上條 史子)

外来 医師担当表

平成24年 8月1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
精神科	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしぎとよしあき 西里 吉昭 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師 又は なかざわ ちとお 中澤 知遠 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
内科	こばやし たかし 小林 孝至 医師	休 診	ささき みほ 佐々木 美保 医師	休 診	こばやし ひでき 小林 秀樹 医師	休 診

◎ 受付時間 午前 8:00～午前 12:00

◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで

※ 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 ・～

豊科病院広報誌「雪がた」第24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？

ここ信州も8月に入り、いよいよ夏本番といった日々が連日続いています。残暑も厳しい予報です。暑さで体力が奪われがちなのこの時期ですので、皆さま体調管理にはお気をつけください。うなぎでも食べて体力を養うことが良いかもしれませんが、うなぎの価格高騰が心配です。

※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。