

# 雪がた

— 豊科病院だより —

豊科病院広報誌

平成30年 4月 21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。



## 着任のご挨拶

事務局長 西村 亮



4月1日より豊科病院に着任しました西村です。この度の人事異動により、法人本部より16年ぶりに豊科病院に戻ってきました。平成5年3月、豊科病院に新卒の事務職員として就職し、平成14年3月には法人本部へ異動し、勤続25年の歳月が過ぎましたが、この間、多くの職員の皆様方からの温かいご指導と多大なるサポートを頂いたことに際して、改めて感謝の気持ちを申し上げます。

現在、当法人の経営状況が厳しい中、豊科病院の事務局長を拝命した責任の重さを感じている日々ですが、病院運営に関する様々な検討事項については、柔軟性とスピード感を持った的確な判断を心がけていきたいと考えております。

信頼される医療サービスの提供をする上で、根幹であります。法人理念「いつも優しく」を大切にしながら、職員の皆様方と「For the team」の精神で気持ちを一つにして前向きに着実に歩んでいきたいです。

豊科病院の歴史は古く、安曇野地域における精神科医療の中心として、地域との連携も深い病院です。豊科病院の「信頼そして安心」を第一とし、「Fohasse obige」の精神で良質な医療サービスの提供を目指すために、事務局長としての職責を自覚し、努力してまいりますので、今後とも皆様方の御指導、御鞭撻、宜しくお願いいたします。

# 平成30年度 新年度式

4月3日、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。

関総長理事

長は、『この4月に、医療も介護も報酬改定があつたが、両業界にとって厳しい状況は続いている。城西病院は、精神科急性期病棟など、7月から新体制になる。職員同士、各部署が力を

合わせて、利用者の方々のサービス向上に頑張つて欲しい。』と訓示しました。

続いて、五味淵院長からは、私は軍国主義者ではないが、病院長室に額縁に入った山本五十六の書がある。そこにはやってみせ 言つて聞かせてさせてみせ 誉めてやらねば人は動かじ』と書かれている。新年度を迎え、新



訓示する関総長・理事長



しい職員の教育が必要となるが、各部署の上司や先輩は、口だけの指導ではなく、『この言葉のような姿勢で後輩を育成して欲しい。』と、訓示しました。

新年度式では、3名の職員に辞令が交付されました。

## 褥瘡対策研修会

2月21日と28日に、院内の褥瘡対策委員会による職員研修会が開催されました。

この研修会では、当院の作業療法士が講師となり、①褥瘡について ②褥瘡予防のポジショニングについて ③正しい移乗方法 ④車椅子の操作方法 について職員の学びを深めました。

①の褥瘡については、褥瘡がなぜ起きるのか？ 前ぶれや見分け方はどうか？ どのような人がなり易いのか？ など。②のポジショニングは、褥瘡予防の上で重要となる体位交換時の良いポジショニングや、不適切なポジショニングを学習しました。

また、③の移乗については、まず、移乗のメリットを学習しました。ベッドから離床して移乗し、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



介助者が、斜め下に手を引くと、立ち上がりやすい。

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ります。しかし、移乗行為は、介助者側にも負担がかかるため、患者さんにも介助者にも、お互いの負担が少なく、且つ安全な移乗方法の説明を受けました。

当院は褥瘡対策委員会が、褥瘡ゼロを目標に取り組んで来ており、近年は褥瘡の患者さんは0名で推移しています。今後も、職員全員が褥瘡の知識を持ち、褥瘡にならないためのポジ



足を掛けながらハンド「グリップ」を手前に引くと、前輪が上がりやすい。

シヨングの実施に心掛けていきたいと思えます。また、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えます。

## 各病棟 4ヶ所へお花見外出

4月10日～20日にかけて、各病棟の患者さんが、豊科近代美術館 豊科公園(タコ公園) 龍門瀧公園 池田町のクラフトパーク、の4ヶ所へ桜の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の一環です。

クラフトパークは、初めて訪れた患者さんも多く、そこから見える安曇野

一帯の景色は見応えがあり、皆さん感動されていました。天気も開花状況も良く、園内のアップダウンのある遊歩道をゆつり散歩され、院内では普段なかなか歩かない距離を歩かれました。

一方、遠方への外出が難しい患者さんを中心に、当院近隣の豊科近代美術館や豊科公園(タコ公園)へお花見にでかけました。当院は幸いにも桜が綺麗な広場が近隣にあり、外出し易い環境にあります。院内とは異なり、開放的な空間で桜のお花見を楽しめました。

心地よい春を迎え、患者さんはきれいな桜を見て癒された「良い運動になった」「いい気分転換になった」と、堪能されていました。



## 新コーナー



### 調理師の

### ちよちよいのちよい♪①

これまで、管理栄養士の簡単レシピの「コーナー」を掲載してまいりましたが、今回は、当院の調理師がおすすめするレシピを紹介する調理師のちよちよいのちよい♪という新コーナーを掲載します。

第1回は、**鮭のハニーマスタード焼き**です。このメニューは昨年度、病棟で行われたバイキングの際に、調理師が提案し、提供したレシピです。

鮭は私たちにとってポピュラーな魚です。鮭にはDHAやEPAなどの不飽和脂肪酸やビタミンB群やビタミンEなど多くのビタミンを含んでいます。しかし鮭の凄さはサーモンピンクの色にあります。鮭は白身の魚に分類されますが、独特のピンク色をしています。

## 鮭のハニーマスタード焼き



その色素はアスタキサンチンというカロチンやリコピンと同じカロテノイドという色素物質ですが、その中でもアスタキサンチンは特に強い抗酸化作用をもっています。最近はやや高価になりつつある鮭ですが、老化防止のために美味しく食べることをお勧めします。レシピは次ページ！

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。

## 外来よりお知らせ

### 鮭のハニーマスタード焼き

#### ●材料(一人分)

- ・ 銀鮭 …………… 1切
- ・ 塩 …………… 少々
- ・ コショウ …………… 少々
- ・ A { 粒入りマスタード…適量
- しょうゆ ……………4ml(小さじ1)
- はちみつ ……………4g(小さじ1/2)
- 水 ……………5g(小さじ1)

#### ●作り方

- ① 銀鮭は塩、コショウをしておきます
- ② Aの材料を合わせておきます
- ③ フライパンに軽く油を敷き鮭を焼きます  
両面が焼けたら(焼きすぎないように注意) Aのタレを塗りながら再度、軽く焼きます

## 外来 医師担当表

平成30年 4月15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
内科	いわさ たけひこ 岩浅 武彦 医師	休 診	休 診	まちだ りょうすけ 町田 良亮 医師	休 診	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53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？

新緑の候、暖房も冷房もいらず、とても過ごしやすい季節となった今日この頃。田んぼにも徐々に水が入り始め、これから本格的な田植えの時期に入ります。ここ安曇野でも、既に4/19には地元の若手稲作グループが酒米「ひとごごち」の田植えを行ったようです。今年は気温も高く、例年より5日も早かったそうです。残雪の北アルプスをバックに、水田で機械を操作しながら苗を植えていく光景は、今や春の安曇野の風景。最盛期にはあぜ道一面にピンクや紫のシバザクラも満開となり、とてもきれいですね。

安曇野に越してきて15年…やはり安曇野と言えば常念岳でしょうか。常念坊やその後見られる万能鎌の雪形を探しながら、時にはゆっくりと、そんな風景を楽しみたいと思います。

#### ※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できます。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。