

Public relations magazine SAISEI Oh! MIYA

わたしたち常陸大宮済生会病院と
皆さんをつなぐ広報誌

さいせい
済生

あおみや



特集 新年のごあいさつ

- 新年を迎えるにあたって
- 院内デイケア笑花咲の1年間を振り返って
- 各部署からの年賀状 ● むくみ解消でスッキリ!
- こんにちは! 常陸大宮済生会病院です「管理課」
- Oh!miya topics ほか

2019

第13号

新年号



社会福祉法人 済生会支部 茨城県済生会

常陸大宮済生会病院

新年を迎えるにあたって



病院長 小島正幸

新年、明けましておめでとうございます。

今年はイノシシ年です。十二支の中では最後の年です。最後とは終わりという意味もありますが、成長に一区切りをつけ、新たな始まりに向けての準備を行う期間という意味もあるようです。昨年までを振り返り、新しい時代への準備を進めていきたいと思えます。

昨年を振り返ってみると、スポーツ分野では、平昌での冬季オリンピックがあった年で、日本は冬季最多の13メダルを獲得しました。また野球では大谷翔平選手がメジャーリーグに二刀流で挑戦し、新人王に選出されました。医学の分野では、ノーベル生理学・医学賞には、京都大学の本庶佑特別教授が選ばれるなど嬉しいニュースがありました。一方で西日本を中心とする豪雨被害、近畿地方に災害をもたらした台風被害、北海道胆振地方での地震など様々な災害もありました。

今年は、茨城県では45年ぶりとなる第74回国民体育大会と第19回全国障害者スポーツ大会が9月末から10月中旬にかけて開催されます。常陸大宮市でなぎなたが、近隣市町では那珂市で馬術、城里町でボクシング、常陸太田市でソフトボール、大子町でカヌースラローム・ワイルドウォーターが開催されます。全国障害者スポーツ大会では、常陸太田市でソフトボール、グランドソフトボール、フットベースボールが開催される予定です。外傷や急病には当院でも対応する予定ですが、怪我などなく、大会が開催されることを祈願しております。

国体、来年のオリンピックの陰にかくれている印象ですが、今年はラグビーワールドカップが9月から11月にかけて日本で開催されます。北海道から九州まで各地で行われますが、茨城で行われないのが残念です。

病院に関することとしては、水戸医師会の協力を

得て2018年7月から常陸大宮市でも胃がんの内視鏡検診が始まりました。当院も検診機関として協力しております。ぜひご利用ください。

当院開設の大きな理由の一つである救急医療の充実ですが、常陸大宮市内の平均救急搬送時間が40分を超えて茨城県内で最長になっていることから筑波大学附属病院救急・集中治療部の井上教授、美和診療所の小田先生の協力を得て2018年6月から週2回ですが、夜間のドクターカーの試行運転を行っております。患者さんへの早期接触で適切な医療機関選定を行い、救急搬送時間の短縮に努めています。

当院に常陸大宮消防本部から受け入れ要請があった場合の受入率は約80%で、一昨年は1352台、昨年は1385台の救急車を当院で受け入れました。

今年はさらに救急の受入数を増やし、住民が安心して暮らせるようにしていきたいと思えます。しかしこれを維持していくために、医師は朝から勤務し、当直を行い翌日の夕方まで勤務という、32時間以上の連続勤務を行っております。働き方改革関連法案が2019年4月から順次施行され、長時間労働の是正、年次有給休暇の取得の義務化、前日の終業時刻と翌日の始業時刻に一定時間の休息を確保するインターバル制の努力義務化などがあります。医師への時間外労働上限規制の適用は2024年4月からになるようですが、当院でも救急を維持しながら医師の時間外労働時間をどうするか考えていかなければなりません。

最後になりますが、今年は、4月に天皇陛下がご退位され、5月に皇太子殿下がご即位される新しい年号と新たな時代の幕開けになります。

当院も新たな時代に遅れないように準備を怠りなく進めたいと思えます。

本年も、ご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

えがお 笑花咲の一年を振り返って



平成29年10月24日から行っている院内デイケア「笑花咲」。この院内デイケアは、地域のボランティアの方々にご協力をいただきながら運営しています。
今回は4名の方からボランティアにお申込みいただいたきつかけや、活動を通して嬉しかったことなどのご意見、感想を伺いました。
(インタビュー 平成30年12月25日実施)

——先ほどまで「笑花咲」を行っていたとき、お疲れのところお時間をありがとうございました。早速ですが、応募されたきつかけなどのお話しをしていただけますか？

A 昨年の12月から活動をしていました。最初に来た時にトナカイの衣装を着けた記憶があります。1年間活動をさせていただきました。ボランティアは市の広報紙で見たのがきっかけです。

B 私はちよつと遅れて今年の1月からです。Aさんと同じように市の広報紙で知りました。今までいろんなことがあり、たくさんの人にお世話になりました。ようやく自分の時間を持てるようになり、数時間だったら何かお手伝いができるかなという思いと恩返しをしたいという気持ちでボランティアに応募しました。

C 仕事を辞めて空いている時間に、市の広報紙でボランティア募集を知り、応募しました。

D 私の場合、母が99歳、姑が90歳代だったので、介護とか年寄りの気持ちとか、車椅子の使い方とか、病院の雰囲気を知っておいて、自分の親にこの経験を活かせたらなという思いから応募しました。また、仕事を辞めてから、自分のためにというよりは、誰かの役に立ちたいという気持ちで始めました。

——みなさん、市の広報紙でボランティア募集を知ったことや、嬉しかったことなどお聞かせいただけますか？

B ボランティアのみなさんの接し方を見ていて、今まで自分が身内に冷たかったな、もっと優しく接してあげたらと感じています。ここに来るとボランティアに集中でき、優しくなれます。患者さんから「今日は楽しかった」と言われるが一番うれしいし、良かったなと思います。

——家族も患者さんの作品を見て、「デイに参加して楽しかったようです。ありがとうございます。」とお言葉をいただいています。ボランティアのみなさんのご協力で「笑花咲」が運営できていることに、感謝の気持ちでいっぱいです。

A 私の場合、常陸大宮済生会でボランティアができることは、自分にとって有意義ではないかと、時間を

割いてでもやる価値があると思って参加しています。最初は硬い表情で入ってこられた患者さんが、部屋に戻るときには笑顔になり、やりがいを感じています。

C みなさん、最初は緊張されますが、最後は楽しそうに帰られるので、すごく嬉しいし、役に立っているのかなと感じています。病院ですから、気持ちが沈んでいるでしょうし、この場だけでも楽しんでいただければと思っています。

——最後の質問になりますが、今後の「笑花咲」で取り組んでみたいことはありますか？

D 塗り絵をやってみたのですが、男性はどうですかね。また、外に出かけるといいですね。

C ボール投げは、とても張り切る方がいらっしやいます。

A みんなで歌を歌うのもいいと思います。老人ホームに行ったときに、入所されていた方がとても楽しそうにしていたので、いいかもしれせんね。

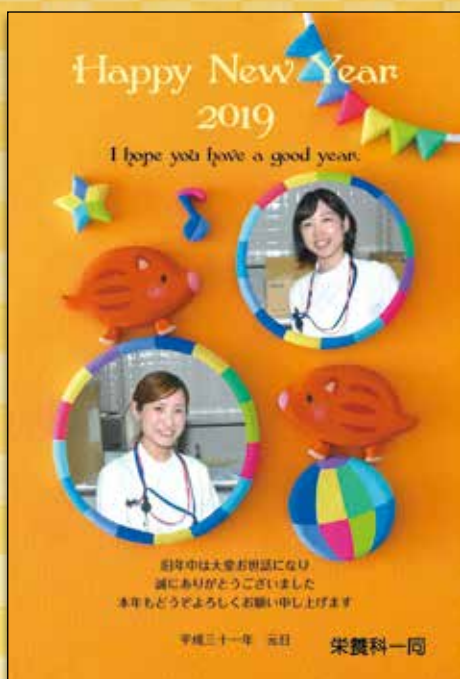
——「笑花咲」はボランティアのみなさんがいなければ実現することはできませんでした。ほんとに感謝しています。時間も経ちましたし、今日はこれで終わりにしたいと思えます。本日は年末のお忙しいところ、お時間をいただきありがとうございます。



HAPPY NEW YEAR

各部署から年賀状をお届けします

本年も地域のみなさんにより良い医療が提供できるよう、スタッフ一同努力してまいります。本年もどうぞよろしくお願い致します。



栄養科



リハビリテーション科



看護部 2階病棟



放射線技術科



薬剤科



事務部

【干支にちなんで】

今年の干支はみなさんご存知のように「イノシシ」です。外来からの年賀状に「猪突猛進」という四字熟語がありますが、猪突猛進とは「周りの迷惑を顧みず、ただひたすら自分の道を猛烈に突き進む」という意味があります。

考えても、考えてもどうしていいのかわからないとき、時には結果を恐れずに行動優先で、「猪突猛進」で突き進むことも必要だと思いませんか？



看護部 外来



看護部 3階病棟



看護部 4階病棟



臨床検査科

《表紙の言葉》

第20回笠間焼彩初釜市の縁独楽コンテストの作品（出展：向山窯）です。干支にちなんだ縁独楽がたくさん展示されていました。

*「笠間の縁独楽」は人間関係・家の中・世の中・そしてお金など、何でもよく回るようにと願いを込めて作った笠間焼のコマです。

むくみ解消でスッキリ

最終回 「足のリンパマッサージ」

リハビリテーション科 作業療法士(リンパ浮腫セラピスト) 武田 浩嗣

前回は、「腕・手」のリンパマッサージについてお話ししました。最終回は、「足」のリンパマッサージについて説明します。

足のリンパとは？

長時間座っていると足がパンパンになって、だるくなることはありませんか？これは足のリンパの流れが悪くなるのが原因と言われています。足にはたくさんのリンパ節が存在し（図-1）、体の老廃物を回収して排出する働きがあります。リンパ節の位置を理解してマッサージを行うことで、足のたるみ・だるさの解消の効果があると言われています。

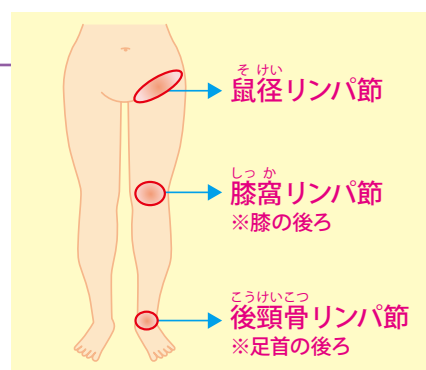
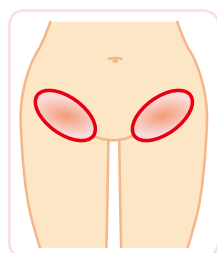


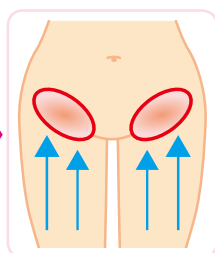
図-1 足のリンパ節

足のリンパを流すには？

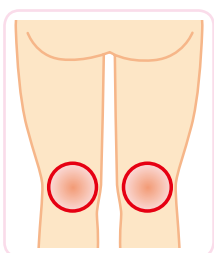
足のリンパは、足指から膝・付け根を通り流れていきます。リンパマッサージを行う前に、両足を上げる運動を10回位行います。その後、以下の順番でマッサージを行います。



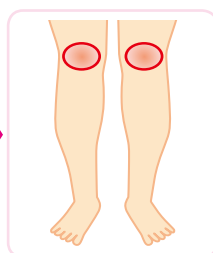
足の付け根を10回～15回軽く押す。



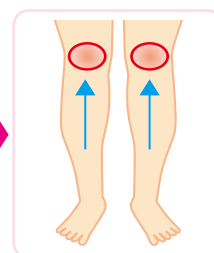
太ももを両手で挟み、付け根に向かって滑らせる。



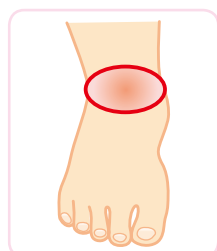
膝の後ろを10回～15回、軽く押す。



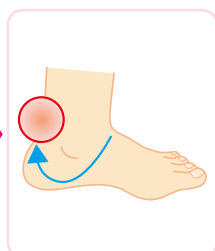
膝の関節を両手で挟み、10回～15回軽く押す。



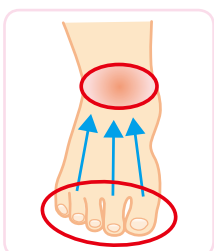
ふくらはぎを両手で挟み、膝に向かって滑らせる。



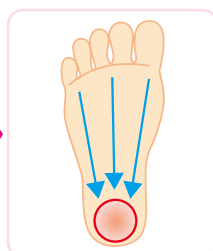
足首を10回～15回、軽く押す。



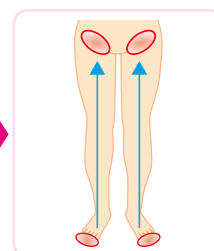
足首のくるぶしの縁に沿ってアキレス腱に向かって滑らせる。



爪先、足指の間を軽く圧迫し、足の甲から足首に向かって滑らせる。



足の裏を軽く押しながらかかとに向かって滑らせる。



足の爪先から付け根に向かって足全体を滑らせる。

！ 注意点

リンパマッサージは力を入れる必要はありません。強くマッサージをすると組織を傷つけてしまうこともあるので、手の平全体で肌を優しくなでるくらいの力で行いましょう。今回は最後の連載になります。日常の中にマッサージを取り入れ、「むくみ解消でスッキリ」生活を送って下さい。ありがとうございました。

こんにちは!

常陸大宮済生会病院です

わたしたち!

第10回

管理課です!

こんにちは!



「緑の下の力持ち」として、4名で病院施設管理業務を行っています。

当院の管理課の業務は大きく分けて3つあります。

- 購買および物流管理業務
- 設備管理および機器の保守管理業務
- 委託管理業務



《購買および物流管理業務》

手術や検査で使用する高額な医療材料から、ボールペン等の事務用品や洗剤等の日用品など様々な物品の購入を行っています。

診療に使われる医療材料に欠品が生じないよう物流管理業務を業者委託し、在庫管理を行っています。

少額の事務用品購入から、MRI（磁気共鳴画像診断装置）や超音波画像診断装置などの高額医療機器等の購入に至るまで、すべての物品購入の際には、価格の比較や交渉を行いながら導入するのも大切な業務です。



診療材料検品



機器更新 (MRI)



機器更新に伴う研修会 (アンギオ)

《設備管理および機器の保守管理業務》

ライフライン設備の保守管理を行い、安全かつ快適にお過ごしいただけるように努めています。また、東日本大震災による建物への被害や老朽化に伴う修繕計画を策定し建物の長寿命化に努めています。

保守管理業務を行い、医療機器などが故障した際には迅速に対応できるように努めています。



設備の核となるエネルギー棟

《委託管理業務》

施設・設備の管理、清掃、廃棄物処理、診療材料滅菌業務等の委託契約の窓口となり、定期的に打ち合わせを行うなど、病院が円滑な運営を行えるよう取り組んでいます。

全職員が生き生きと働けば職場は活気に満ち、医療を行いやすい環境を作ることが患者・利用者にも最高の医療サービスが提供できると信じ、日々業務に励んでいます。

第11回市民健康教室



内科医長渡邊医師による第11回市民健康教室が「動脈硬化のお話～あなたの血管 お元気ですか?～」というタイトルで行われました。渡邊医師は会場内を歩きながらお話し、講話の合間にクイズを入れるなど、講師と参加者が一体となった市民健康教室でした。



クリスマスコンサート



あゆみ保育園の園児による合唱や合奏のほか、^{ゆうか}袖花会による日本舞踊の披露がありました。また、園児からは入院患者さんなどにプレゼントが送られ、みんなが笑顔のクリスマスコンサートになりました。

2018常陸大宮済生会病院忘年会



今年1年間の慰労と、職員の親睦を深めるため、ロックヒルゴルフクラブにおいて恒例の忘年会を行いました。職員のみなさん、1年間お疲れ様でした！そして、今年も頑張りましょう！

面会時間制限のお知らせ

インフルエンザ流行中のため、ご面会は家族のみとさせていただきます。

面会時には

- 面会時にはマスクの着用してください。
- 入室時には手の消毒をしてください。



社会福祉法人 常陸大宮済生会支部 茨城県済生会

常陸大宮済生会病院

〒319-2256 茨城県 常陸大宮市 田子内町3033番3

☎ 0295-52-5151 FAX 0295-52-5725

診療科目

内科 / 循環器内科 / 呼吸器内科 / 消化器内科
 内分泌・代謝内科 (糖尿病・脂質異常症) / 小児科 / 外科
 消化器外科 / 整形外科 / 脳神経外科 / 泌尿器科 / 肛門外科
 形成外科 / 皮膚科 / 放射線科 / リハビリテーション科

外来受付時間

午前 8:30 ~ 11:00 (祝日を除く) 月~金土

* 診療科により受付時間・曜日が異なる場合がありますのでお問い合わせください。

休診日

土曜日(第2・4を除く)、日曜日、祝日

予約の変更は

午後 1:00 ~ 5:00 月~金

☎ 0295-52-5151 予約担当



<http://ho-saisei.jp>

お知らせ・休診情報
最新情報はこちらで

