

# News Letter

## 新年に寄せて

院長 橋 壽人



新年明けましておめでとうございます。  
います。

幡多けんみん病院も、平成11年  
4月開院以来18年目に差し掛かり  
ました。

この間、諸機関との連携の  
と、地域の中核病院として救急医  
療をはじめとする急性期医療や高  
度専門医療を中心に、ほぼ地域で  
完結する医療の提供を目指し努め  
てまいりました。医療環境は厳し  
さを増す中、それらを維持するこ  
とは容易なものではありません  
が、各関係機関および住民の方々  
のご協力のもと、一定の役割は遂  
行できているものと自負しており  
ます。感謝致しますとともに、今  
後も医療の質と安全の向上に努  
め、役割を遂行してまいります。  
少子高齢化、人口減少による諸

問題が話題となっている中、今年  
は「地域医療構想」策定について  
の取り組みがさらに活発になるで  
しょう。各病院は、高度急性期、  
急性期、回復期、慢性期のどの機  
能・役割を担うかを決定し、その  
機能を確保するために自主的な取  
り組みが求められます。当院は急  
性期の機能を担いますが、得意な  
機能を持った各病院、そして、か  
かりつけ医から在宅医療・介護を  
担う多職種の方々との連携をさら  
に強化し、地域住民の方ができる  
だけ住み慣れた土地で、安心して  
切れ目のない医療・介護を受けら  
れる「地域包括ケアシステム」の  
構築を皆で目指すのです。



病院内ではいろいろな職種の者  
が患者さんに関わりチーム医療を  
提供していますが、今後は幡多地  
域いや高知県全体で、さまざま  
な関係機関・職種の方々によるチ  
ーム医療を今まで以上に推進して  
いかなければならないのでし  
ょう。  
皆様のさらなるご理解ご協力を  
頂きたく存じます。  
本年もどうぞよろしくお願  
い申し上げます。

## インフルエンザの 予防をしましょう

感染管理室

インフルエンザと感染性胃腸炎  
が流行る季節がやって来ました。  
帰宅時には手洗いとうがいの実行  
と、咳やくしゃみが出る時の外  
出はマスクをして『咳エチケット』  
を心がけましょう。



(正しいマスクの付け方)  
鼻の位置をしっかりと合わせてフリース  
を伸ばし顎の位置まで覆いましょう。





# お知らせ

## 患者の皆様へ

当院を受診される前に・・・

### 近くの「かかりつけ医」を受診しましょう。

風邪をひいた時など、日常的な診療や健康管理、医療に関わることを相談できるような、身近なお医者さんの事を「かかりつけ医」と呼んでいます。かかりつけ医は当院の専門医でなくてもかまいません。患者の皆さまのご自身の事をよく知っていてくれていて、必要な時には、紹介してくれる先生がいいのです。

かかりつけ医を受診すると次のようなメリットがあります。



○入院や検査などが必要な場合、適切な病院・診療所を紹介してもらえます。

○家族の症状や健康状態も把握しているので、もしもの時に素早い対応をしてくれる。

○食事面など、日常の健康管理のアドバイスをしてもらえる。

風邪などの日常的な病気の時には、まずは近所のかかりつけ医で受診しましょう。高度な治療や精密検査が必要な場合には、適切な病院を紹介してもらってください。当院においても、かかりつけ医の診療情報（紹介状）をご持参頂いた方が、スムーズに診療を行う事が出来ます。



## クリスマスコンサート

### CC委員会

昨年の12月18日に中村交響楽団によるクリスマスコンサートを開催しました。このコンサートは、当院が開院した平成11年に「入院患者さんにクリスマスの一の時を」と中村交響楽団の団員だった職員が楽団に呼びかけて快く承諾してくださったことから、お休みをした年もありますが毎年恒例となっております。コンサートの運営や企画も職員が行い、楽団の皆様のご厚意によりボランティアで演奏をして下さっています。



今年もボランティアで参加してくれた院内職員と幡多看護専門学校の学生さんの皆さまの協力のもと、お客様が座る椅子を運んだり飾り付けなど会場の準備もあつという間に終わりました。放射線科受付前のロビーが、

キラキラ光るクリスマスツリーや電飾によりいつもと違うクリスマス一色の世界になりました。演奏が始まると会場みんなで演奏に合わせて日本の童謡やきよしこの夜を歌ったり、楽団員さんからマラカスや鈴をお借りして演奏に飛び入り参加する患者さまもいました。

最後は、アンコールのジングルベルで締めくくりとても楽しい夜となりました。

最後に聴きにくくれた患者さまとご家族のみなさま、演奏してくださった中村交響楽団さま、お手伝いをしてくださった職員と看護学生のみなさま、ありがとうございました。





# やさしい食生活

## 栄養科

### 福はうち 鬼はそと

暖冬と言われているようですが、冷たい風の日も多くなりました。節分の豆まきは自分の中の悪い鬼や病気ものとは「そと」へ追い払うと言われています。

家族みんなが健やかに過ごせますようにと願いを込めて御家庭で行う方も多いのではないのでしょうか。豆まきとともに節分には太巻きを食べる習わしが広がっています。願い事を思い浮かべながら丸かぶりするとよいとされていますが・・・のり巻きは消化のよくない食材も多いので、皆さん是非よく噛んで召し上がって下さいね。



### 【野菜と牛肉の海苔巻き】

4本分

- ほうれんそう・・・1/2把
- 卵・・・1個
- にんじん・・・1/2本
- 塩・サラダ油・・・少々
- 牛薄切り肉・・・100g

#### A

- ・みりん・・・大さじ1/2
- ・しょうゆ・・・大さじ1

#### B

- ・おろしにんにく・・・小さじ1/2
- ・ごま油・・・大さじ1
- ・塩・・・小さじ1
- ・ごま油・・・大さじ1
- ・すりごま・・・大さじ1

- ・ご飯・・・2合分
- ・焼き海苔・・・4枚

①ホウレン草は茹でて水に取ってからよく絞る。

②卵を割りほぐしサラダ油をひいたフライパンで細長い卵焼きを作り、縦に4等分に切る。

③にんじんは千切りにし、フライパンにサラダ油を熱して、人

参がしんなりするまで炒める。好みで塩で味を調える。

④牛薄切り肉は1cmの厚さに切ってからポウルに入れ、Aの調味料を加えてもみ込み5分ほど置く。フライパンを熱して牛肉を炒める

⑤ご飯にBを加えて切るように混ぜて冷ます。

⑥巻きすの上に焼きのりを置き、海苔の上部から2cm、下から1cmを空けて⑤をうすく敷く。卵焼き、ホウレン草、にんじん、牛肉をのせる。巻きすの手前端を持ち上げて、具を指で押さえながら巻く。巻き終わりを下にして、巻きすの上からさらに両手で丸く形を整える。食べやすい大きさに切ってお皿に盛り付ける。

※ゴマ油を使うので和風の巻き寿司と違った味を楽しめます。



### がんサロンふたば

がんサロンとは、がん患者さんやそのご家族が集まって、悩みや体験などを語り合う場です。

日時 平成28年2月25日(木)

15時～17時

平成28年3月24日(木)

15時～17時

場所：幡多けんみん病院

3階 小会議室

参加費：無料

事前申込：不要



日頃思っている事や不安、悩みをお話してみませんか。幡多地域に居住されている方に限らず、また治療を受けている医療機関を問わず、どなたでも右記の時間内に自由に参加できますので是非気軽にご参加ください。

問い合わせ先

(0880)66・2222

がん相談支援センター



## 病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉・介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をとおして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営をおこないます。

医療機関を受診される際は、**お薬の内容が分かるもの**  
(**薬剤情報提供書・お薬手帳など**)を持って行くようにしましょう！

## 私たちの目指す医療（基本方針）

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療

## 第30回 幡多ふれあい 医療公開講座

日時：平成28年2月14日（日）

13時開場、13時半開演

場所：土佐清水市立中央公民館  
(土佐清水市幸町)

講演内容：

### ① うつ病について

渡川病院 精神科医

吉本 啓一郎



### ② 正しく知ろう 血圧の話

森下病院 内科長

森 純人



参加費：無料  
どなたでも参加できます。

主催：幡多けんみん病院

後援：

四万十市、宿毛市、大月町、  
土佐清水市、黒潮町、  
三原村、幡多福祉保健所、  
幡多医師会

みなさま、お誘いあわせのうえ  
奮ってご参加ください。

### 【問い合わせ先】

幡多けんみん病院  
(経営事業課)  
(0880) 66・2222  
\*各市町村担当部署



## 幡多けんみん病院における患者さんの権利

1. 良質な医療を平等に受ける権利
2. 医療を受けるにあたり、十分な説明を受ける権利
3. プライバシーが守られることを期待する権利
4. 自分の希望を伝え、医療に参加する権利
5. 人間としての尊厳が守られることを期待する権利

統計	12月
外来患者数	10,588人
新外来患者数	1,508人
新入院患者数	480人
退院患者数	588人
平均在院日数	11.73日
救急車・時間外患者数	1050人
手術件数	175件

