

職員リレー紹介



こんにちは。作業療法士の藤井紀子です。
今年で木島病院に勤務して4年目になります。出身は羽咋市で、千里浜や気多大社が有名な所です。のと里山海道で40分程なので、是非羽咋に遊びに来てください。
写真は9月に立山に登った時のものです。昨年、患者さんや先輩の影響で山に登りたい!!!と思い、同期4人で登ってきました!登りはじめは少し歩くだけで、息切れや脈拍が上がりがびっくりしました。途中、手を引かれながらも、みんなとワイワイ楽しく登ることが出来ました。とても疲れましたが、山のきれいな景色に癒され、山頂で食べたカップヌードルが最高においしく、登ってよかったー!!!と本当に思いました。来年は白山目指して、体力作りから少しずつ準備していきたいと思います。

接骨院紹介

なかがわ接骨院

〒920-2104 石川県白山市月橋町316番地1
TEL.076-272-0003

こんにちは。なかがわ接骨院の中川 渉です。

平成11年から木島病院で勤務させていただいた5年間は、医学の知識や実技の研修はもちろんのこと、野球・サッカー・ゴルフ・マラソン等のスポーツをたくさん経験できたことが、現在の接骨院業務で貴重な財産となっております。

接骨院の他に中学生の硬式野球チームのトレーナー活動と趣味でゴルフを行っています。おかげで野球やゴルフ特有の怪我に対する施術や、多くの患者さんと野球・ゴルフ話で盛り上がり、院内の雰囲気づくりとして大変役立っています。

今後も仕事・趣味ともに向上心を持って努力していきたいと思っております。



| 時間 | 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------|----|---|---|---|---|---|---------------|
| 午前 8:30~12:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 8:30 15:00 |
| 午後 14:30~19:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |

※休診日/日曜・祝日

編集後記

新年あけましておめでとうございます。

今年の干支は午(うま)。午(うま)は、「幸運が駆け込んでくる」と縁起のいい動物とされています。

2014年、皆様に幸運が駆け込めますように…☆

今年もよろしくお願ひ致します。

新聞委員一同

木島病院

TEL (076) 237-9200
FAX (076) 237-9202

きじま在宅介護センター

TEL (076) 237-7111
FAX (076) 237-1199

健康増進施設

スポーツリハビリ きじま

TEL (076) 237-9200
FAX (076) 237-9202

〒920-0011 石川県金沢市松寺町子41番地1

病院ホームページアドレス <http://www.kijima-hp.or.jp/>

ちよっこしい話

木島病院報

Vol. 75

平成26年1月4日発行
発行: 木島病院新聞委員会

平成26年の年頭にあたって、 新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。昨年は自然災害の非常に多い年でしたが、9月には2020年オリンピック・パラリンピックが東京で開催されることが決定され、7年後に向けて明るい話題もありました。今年は自然に恵まれ、明るい話題の多い年になるように祈念しています。

昨年は当院の念願であったリハビリ施設の拡充のためのアスレチックリハ棟が完成し、5月より多くの方に利用していただきました。よりスポーツの実践に役立つリハビリとケガの予防のための動作の習得に役立つことを期待しています。ただ単に外傷・障害を治療してスポーツの現場に戻るだけでなく、さらにパフォーマンスの向上につながるような成果が上がり、その中から2020年オリンピック・パラリンピック選手が出てきたらと楽しみにしています。また役立つようなことがないに越したことはないのですが、非常時・災害時の避難所としての機能も整えました。

今年は4月に診療報酬の改定と消費税増税が待っています。諸外国に比べ格安で効率的な医療が行われているにもかかわらず医療費の抑制が求められているようです。また医療費は医療機関の窓口では消費税なしとするということで発生している損税の問題も8%になることで更に大きくなります。消費税5%だった昨年の当院の場合だと4000万円位の損税でした。いずれにせよ経済的には厳しい環境が待っているようです。しかし私たち医療人はお金で動いているのではありません。私たちはプロとして自分に恥ずかしくない行動規範(ヒポクラテスであったり、ナイチンゲールであったり)を持っています。逆境の時こそ、知恵を出し合い、協力してより良い医療を提供できるように努めてまいります。

今年6月で松寺に移転してから丸20年になります。快晴のもと谷本知事、山出市長をお迎えして竣工式を執り行ったのが、つい最近の様に懐かしく思い出されます。御蔭様で多くの方に支持されてここまで来ることができました。これからも「元気になるための病院」として理念に従って行動し、より良い医療を提供できるように心がけていきます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。



肺炎予防のために 知っておきたいこと



Q.なぜ高齢者は特に肺炎予防が必要なのでしょう？

肺炎は、日本人の死因第3位です。しかも肺炎により亡くなる方の多くが65歳以上です。(肺炎の死亡者のうち65歳以上の割合→96.5%)

Q.どうして肺炎になるのでしょうか？

日常でかかる肺炎は主に細菌などの病原体が肺に入り込んで起こる肺の炎症です。原因となる最近などの病原体は人の体や日常生活の中に存在しています。高齢だったり病気があったりして、抵抗力(免疫力)が弱まっていると感染しやすく、重症化すれば死に至ることもあります。

Q.肺炎はどのように予防すればよいのでしょうか？

肺炎は細菌やウイルスなどが、からだに入り込んで起こる肺の炎症です。症状としては、発熱、咳や痰、息苦しさや胸の痛みなどがあげられます。肺炎の原因となる細菌やウイルスは人のからだや日常生活の場に存在しています。からだの抵抗力(免疫力)が弱まったときなどに感染を起こしやすく、普段、元気に暮らしている方でも、肺炎が重症化すれば、死に至ることもあります。

また、日常でかかる肺炎の原因菌で最も多いのは、「肺炎球菌」です。肺炎球菌など、肺炎の原因となる原因菌は、季節を問わず存在しています。基本的に肺炎は時期に関係なくかかる可能性がある病気です。肺炎を予防するには細菌などの病原体が体に入り込まないようにすること、体の抵抗力を強めること、予防接種を受けることが大切です。

細菌、病原体が入り込まないように・・・マスク、手洗い、うがいをする。口の中を清潔にする。

抵抗力をつよめるために・・・規則正しい生活をする。禁煙。

予防接種・・・肺炎球菌ワクチン

Q.なぜ予防接種が必要なのでしょう？

日常でかかる肺炎で一番多い原因菌は、肺炎球菌です。

肺炎球菌ワクチンは肺炎球菌の80%以上をカバーします。

1回接種により抗体価(肺炎球菌を無力にする血液中の物質)が上昇し5年間持続します。

インフルエンザワクチンと同じ日に接種することができます。

(別の日に接種する場合は7日間間隔を空ける必要があります)

ただし肺炎球菌以外が原因の肺炎は予防できません。

主な副反応は注射部位の疼痛、発赤でごく稀にアナフィラキシー反応(アレルギー反応)があり得ます。費用は8,000円程度ですが金沢市では高齢者に1,000円割引券を配布しており7,000円で受けることができます。

予防できる病気は予防するにこしたことはありません。肺炎にかかるリスクの高い方は是非ワクチン接種をうけましょう。

節電

東日本大震災からもうすぐ3年。まだまだたくさんの方が解決されていません。しかし時間が経つにつれて皆さんの記憶から薄れてきていませんか。あの日を忘れない。自分にできることを今一度考えて、学び、伝えていくことが大事なのではないでしょうか。「継続は力なり」わかっているだけでも、難しいものです。木島病院はこれからも節電、復興をがんばります。

木島病院 エコ委員会

平成25年11月分の電気使用料

病院のみ 昨年と比較して…… 9.4%の削減



部署リレー 4階看護師

当院4Fは一般病棟で、整形外科・内科・肛門科の混合病棟であり主に手術や急性期の患者様が入院されています。

入院されている患者様の年齢層は広く、県外から手術目的で入院される患者様もいらっしゃいます。

『元気になるための病院』が当院の理念です。

私たち4Fスタッフは患者様が安心して手術に臨めるようにサポートし、術後は早期離床を目指してリハビリスタッフと連携をとりながら、より良い看護を提供できるように努めていきたいと思っています。



センターだより

通所リハビリセンターでは、リハビリを兼ねて、日頃の歩行練習を生かす目的と利用者の方に気分転換してもらう為の外出レクリエーションを企画しています。

今回は県庁にある展望台に行ってきました。展望台からの眺めに利用者の皆さんも「金沢駅はどこかね?」「私の家も見えるかね?」と興奮しながら金沢の景色を堪能し、ロビーの中を歩いていらっしゃいました。展望台の中を歩いた後は喫茶店でソフトクリームを食べました。眺めの良い景色と共におしゃべりしながら食べるデザートは、最高です。自然と利用者さんの表情も笑顔がこぼれます。

帰りの道中も気の早い利用者さんは「また、みんなで行きたいね」「ソフトクリーム食べようね」と口々におっしゃっていました。

今後もまた、利用者の方々に喜んで頂ける企画をセンター職員一同で考え、リハビリへの意欲向上と日常生活の刺激に繋げていけるような外出レクリエーションを続けて行きたいと思っています。



介護センター 通所リハビリ

地域交流会だより

11月30日(土)第25回地域交流会を約60名の参加者にて開催しました。

内容は、当院歯科医師齊木先生の講演「誤嚥性肺炎(ごえんせいはいえん)について」と歯科衛生士の皆さんによる健口(けんこう)体操でした。それにより、高齢者の死因上位である肺炎の怖さと、予防法を含めた口腔管理の重要性などの知識を学ぶことが出来ました。

余興では、大浦保育園年長児の皆さんによる大浦太鼓の演奏を見聞きすることが出来、寒い折気持ちを十分に温かくする一時でした。次回をお楽しみに。



地域交流委員

院内勉強会

先月の11月9日に院内研究発表会がありました。今年で5回目を数え、各部署 計11人の発表者が仕事での課題や日頃の取り組みについて研究発表を行いました。他部署の取り組みや新しい考え・知識を得ることができ、有意義な時間であったと思います。

私も柔道整復師の代表として発表させて頂きましたが、初めての発表だったので緊張し、原稿を見るあまり周りの聴者の表情を見ることができず早口で話してしまいました。相手の表情を見て会話する事は患者様と会話する時も大変重要だと思えます。他部署の発表だけでなく自分が発表することで、『身振り手振りを加え分かりやすく的確な情報を伝え、理解してもらうことが大切である』ということを確認することが出来ました。この発表会で得たものをもとに、より良い医療を提供できるよう今後も努力していきたいと思いました。



イルミネーション

冬の時期になると、さまざまな場所でイルミネーションを見る事ができます。

この、イルミネーションを見る為にわざわざ遠出する方もおいでるのでは??

毎年、当院駐車場の2本の樹木をイルミネーションで飾りつけしています。今年も3色のライトで飾りつけされています。ぜひ、身近な当院のイルミネーションも1度ご覧になってみて下さい。

