



に시다 便り

- いつまでも患者様のすぐそばにある病院でありたい -



毎年恒例 救急の日イベントを開催しました。

2013.9.7
土曜日
10:00 ~ 15:00
トキハインダストリーひまわりホール

救急の日
にちなんで企画しました!
健康チェック&相談コーナー
参加無料!

- ・各種測定します!
血圧 / 体脂肪率 / BMI / 血糖 / 肺年齢 / 骨年齢 / 血管年齢
- ・各種相談受けます!
健康相談 / お薬・食事相談 / 介護相談 / 育児相談

9月7日(土)トキハインダストリー佐伯店ひまわりホールにて、『救急の日 特別企画(健康チェック&健康相談)』を行いました。毎年恒例となったこの企画は、開店と同時に多くの方が来場され、一時は入場を制限させて頂くほどの盛況ぶりとなりました。

今年は超音波診断装置(エコー)による血管診断を加え、肺機能検査、骨密度検査、血糖検査など健康チェックコーナーと、医師・薬剤師・助産師・管理栄養士による相談コーナーを設置

し、延べ350人とたくさんの方にお越し頂きました。

これからも皆様のご期待に添えるよう、様々な地域活動を積極的に行って参ります。



衛藤医師による
エコー検査(血管)です



助産師による
母子相談も行われました



ご来場頂きました皆様
誠にありがとうございました



地域活動を通じて少しでも
お役に立てればと思います



小児救急電話相談『#8000』 をご存知ですか？

小児科 久我 修二

★小さなお子さんをお持ちの保護者の方が、休日・夜間の急な子どもの病気にどう対処したらよいのか、病院の診療を受けたほうがいいのかなど判断に迷った時に、小児科看護師への電話による相談ができるものです。

★この事業は全国同一の短縮番号 **#8000** をプッシュすることにより、お住まいの都道府県の相談窓口に自動転送され、小児科看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

★西田病院ではすべての時間外の患者さまを受入れる余力がありません。でもこの **#8000** で「すぐに受診が必要」と判断された方は、できるだけ当院で受入れる事ができるように努めております。この **#8000** をぜひ有効にご利用下さい!!
*対応時間帯にご注意下さい。1回線のためつながりにくい場合があります。

平日(月曜日～土曜日)
午後7時～翌朝8時

日曜日・祝日
午前9時～午後5時 午後7時～翌朝8時

患者様からのご感想

私の体験記より

初産です。

(中略) もうすぐ赤ちゃんにあえることを信じ、もうすぐ、もうすぐ、と思いながら最後の大事な。夫、助産師さん、看護師さんが一緒にりきんでくれ、ついに赤ちゃんの泣き声が聞こえてきました。涙は止まらず、もう感動の一言!!

やっと会えた喜び、感動、嬉しさ、色々なものがこみあげてきて、陣痛の痛さなんかなかったかのようにただ嬉しいばかりでした。あの感動は一生ものです。

この感動を味わう為に、今までたえて頑張ったんだと本当に思い、感動を味あわせてもらった陣痛にも少しだけ感謝です。

たくさんの助産師さん、看護師さんに一日がかりのお産に側をはなれることなく付いていてくれた事、とても安心し心強かったです。

(中略) 出産の喜びは嬉しいですが、健診に来て、皆さんに会う事があまりなくなるかと思うと、とても淋しいです。健診楽しみだったので。10ヶ月間支えていただき本当にありがとうございました。あっという間の10ヶ月でした。

また、産後もとても良くして頂き、いつも部屋に声をかけに来てくれ、入院中不安な事もなく、楽しい入院生活をおくる事ができました。赤ちゃんもとってもかわいがって頂いて。また抱っこしてください。



看護部より

卒後半年とこれからの抱負

助産師として働きはじめて6ヶ月が過ぎました。少しずつ自分でできることも増え、産科スタッフの一員として充実した日々を過ごしています。妊娠初期から関わらせていただいた方が無事に出産し退院していく姿を見るととても嬉しく思います。母子にとって安全・安心なケアが行えるようこれからも一生懸命頑張りたいと思います。（助産師）



卒後6ヶ月、患者さんや先輩方のご指導で少しずつ成長できたと思います。これからは夜勤業務にも入ります。安心・安全・安楽を基本に患者さん方から信頼されるナースになれるよう頑張ります。（看護師）



職場体験学習

9月19日(木)～20日(金) 城南中学校3年生 9名を対象に職場体験実習を行いました。各セクションを回り説明を受けると、胃カメラを熱心に見学し、生まれたばかりの赤ちゃんに「カワイイ!」と思わず歓声もあがっていました。終了後の感想では「これからの考えるのに、良い経験になりました!」という声も聞かれ、とても充実した2日間を過ごせたようです。



くすりのはなし - お酒とくすり -

日に日に寒くなっているこの時期、暖かいお酒でからだを温めたくなる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？今回はお酒とくすりについてお話します。

お酒がくすりに対して与える影響にはどのようなものがあるのでしょうか？まず一つ目として、お酒の主成分であるアルコールによる影響があげられます。アルコールには、血管を広げ血圧を下げる作用や脳の働きを抑える作用がありますので、高血圧のくすりや精神安定剤、睡眠薬などの効果を強めることがあります。また、頭が痛いからといって鎮痛剤を服用すると、アルコールにより荒れた胃腸をさらに悪化させる場合もありますので注意が必要です。二つ目としては、肝臓の

分解酵素が関係する場合があります。例えば、セフェム系と呼ばれる抗生物質の一部は、アセトアルデヒドの分解酵素を阻害してひどい二日酔い症状を引き起こします。また、くすりを分解するチトクロームP450と呼ばれる酵素は、同時にアルコールも分解しますので、くすりとアルコールが同時にあるとくすりを充分分解しきれずに、結果としてくすりが体の中に長くとどまり効果が強くなることがあります。くすりの服用後2時間はお酒を控え、お酒の量も少なめにすると良いかと思えます。

(文責 薬剤部 菅田哲治)

8月23日 第7回 西田病院健康教室

産婦人科非常勤医師 産婦人科専門医
元サッカー女子日本代表帯同ドクター 松田貴雄 先生

『なぜ日本の女子サッカーが世界一になれたのか?』-若い女子スポーツ選手への健康アドバイス-

夜19時からの講演でしたが、小中高生からそのご家族まで120名の方にお集まり頂きました。遠征先・合宿等でのエピソードを交えながら、なでしこジャパンメンバーの意外な一面に触れ、



女子スポーツについて
ユーモアを交えながら
講演される松田先生

チームドクターならではの視点で女子スポーツ選手特有の服薬や、体のケア、トレーニング方法についてお話が聞かれました。

講演後は、お子さんがスポーツをされている保護者の方々から積極的な質問もあり、約1時間の講演は盛会のうちに終える事が出来ました。メディアでも多方面でご活躍されている松田先生ですが、毎週土曜日当院にて外来診療を致しております。女性に関わる様々な相談にもお応え頂ける事の事ですので、是非気軽にお越し下さい。



(お問い合わせ) 22-0180 西田病院 産婦人科外来

11月30日 第8回 西田病院健康教室 テーマ『子どもの時間外救急～受診までの流れと対応～』小児科 久我 修二

西田病院 院内講演会

6月7日 九州保健福祉大学

副学長 山本隆一 先生



6月7日(金)、九州保健福祉大学(延岡市)の山本隆一副学長に「6年制薬剤師教育に何が求められているのか」の演題でご講演いただきました。2006年より開始された薬学部6年制教育の中で、社会からのニーズに応えられる薬剤師をいかに育成しているか、現在薬剤師はどこに向かおうとしているかなどをお話いただきました。院内スタッフだけでなく、佐伯市内の薬剤師の方も多数お越しいただきました。ありがとうございました。

7月13日 大分大学医学部地域医療・小児科分野教授 是松聖悟 先生



平成25年7月13日 職員対象の特別講演を開催しました。講師は、大分大学医学部地域医療・小児科分野教授 是松聖悟先生をお招きし、『佐伯の子供が本当に「いつもまんなか」となるために(感染予防編)』を演題としてこども達の未来をつくる予防接種の必要性についてお話いただきました。

7月30日 大分大学医学部消化器内科学講座教授

村上和成 先生



平成25年7月30日特別講演を開催し約100名の職員が受講しました。講師に大分大学医学部消化器内科学講座教授 村上和成先生をお招きし、『ピロリ菌 胃炎について』と題してピロリ菌のメカニズム、除菌の有効性などについてお話いただきました。医師による質問が相次ぐ大変活気のある講演会となりました。

生活習慣病を予防しましょう

栄養管理部 山本悦子

自分で出来る健康チェック！

まずは、自分を知ることから…かんたんです！

①身長を測る ②体重を量る

③身長と体重のバランスを次の式で算出

体重kg÷身長m÷身長m=体格指数(BMI)






例：身長150cm、体重55kgの場合

 $55\text{kg} \div 1.5\text{m} \div 1.5\text{m} = 24.4\text{kg/m}^2$

(身長cmをmに直します)

④チェックは右表で あなたの身長に対して、あなたの体重バランスはいかがでしたか？ 体格指数が22に近くても、20才の頃の体重より15%の増加(50kgなら7.5kg、60kgなら9.0kg)は、この方にとっては肥満だそうです。が、うれしいことに3~5%の減量(1~2kg)でも、血圧、血糖、コ

レステロール値等は改善されるそうです。「ご飯をひと口減らす」、「間食を半分にする」だけでも、続けることで結果がついてきます。体重は健康のバロメータ。よいバランスは、生活リズムと食生活の整いから…。

体格指数(BMI)	判定	
18.5未満	低体重	
18.5~22未満	ふつう体重	
22	標準	
22~25未満	ふつう体重	
25以上	肥満	

(BMI算出式対象年齢は、19才以上です)

新入職員紹介

看護師



かわの みよこ

河野 美代子

5年ぶりに佐伯にもどってまいりました。よろしくお願ひ致します。

看護師



たかの ちくさ

高野 千草

患者様の笑顔のために頑張ります。

准看護師



あんどう ゆき

安藤 由希

笑顔で頑張ります。

准看護師



やない まさえ

柳井 政枝

7ヶ月ぶりに西田へまた戻ってきました。新たな気持ちで頑張ります。

准看護師



して かよこ

志手 佳代子

9月9日から外来で勤務しております。頑張りますので、よろしくお願ひ致します。

看護助手



おおた かなみ

太田 華夏海

笑顔でがんばります。

看護助手



わたなべ ゆみ

渡辺 裕美

少しでも早く仕事に慣れて頑張りたいと思います。

医事課



たかつく なおみ

高次 直美

一生懸命頑張ります。宜しくお願ひ致します。

医事課



ごとう ありさ

後藤 亜里沙

足をひっぱらない様に笑顔でがんばります。よろしくお願ひ致します。

不慣れな点もあり、皆様にご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、ご指導のほどよろしくお願ひ致します。

ご意見・ご要望

7月～9月

ご意見：幼児です。食欲が落ちているのもあるのですが、ほとんど残してしまうので、
麺類やおにぎりとかが少しあると助かります。

回 答：ご意見ありがとうございます。幼児食メニューには、主食としておにぎりやパン、麺もご用意いたしております。ご提供の頻度もございますので、どうぞ遠慮なくお近くのスタッフまでお声かけ下さい。

ご意見：ATMを設置していただきたいと思います。よろしくお願いします。

回 答：ご意見ありがとうございます。多くのご意見を頂いておりましたATMにつきましては、導入が決まり設置準備を行っております。長らくお待たせしておりますが設置までもうしばらくお待ち下さい。

当院ではサービスの向上を目的として、アンケート調査を実施しております。今後の病院運営の参考にさせていただき、患者様満足度の充実に努めてまいりたいと考えておりますので、お手数ですが、今後も調査へのご協力をお願い致します。

2013職員旅行記

福岡ヤフオクドーム野球観戦

記録的な猛暑も過ぎ去り、秋めいてきた9月15日(日)西田病院職員旅行第一陣、ホークス応援ツアーに行っていました。和やかな雰囲気の中佐伯から福岡ヤフオクドームへ バスで移動。ドーム弁当で腹ごしらえをしながらソフトバンクホークス対日本ハムファイターズを観戦。試合の方は日ハムの注目のルーキー大谷の好投があったり、ソフトバンクが9回裏に追いつき延長戦の末サヨナラ勝ちを収めたりと、球場も西田病院応援団も大盛り上がりでした。おかげさまで日頃の疲れを今日1日で洗い流すことができ、楽しい一日を過ごすことができました。

湯布院をはじめとした、その他5班の旅行行程はこの後、10月下旬まで順次行われる予定です。



* 職 員 募 集 *

西田病院では職員(看護師 薬剤師 理学療法士 作業療法士 言語聴覚士)を募集致しております。見学等随時受付けておりますので、どうぞお気軽にお問い合わせ下さい。

問い合わせ先TEL0972-22-0180(代表)

看護部 担当 二宮

薬剤部 担当 菅田

リハビリテーション部 担当 池田



〒876-0047大分県佐伯市鶴岡西町2丁目266番地

医療法人慈恵会 西田病院

TEL0972-22-0180 FAX0972-22-7281

<http://nisida-med.jp>

Email info@nisida-med.jp

発行元 西田病院 広報委員会