

広報 桜竹梅

～夏号～

ごあいさつ

名誉院長
三宅 晋



令和2年から3年、4年とコロナ・コロナで過ぎてきましたが、いまだコロナの終息宣言はなされていません。当病院でも上気道症状や、有熱症状の患者様が来院されるたびに、感染防止のため、一般患者様とは別ルートで病院敷地内に設置した簡易診察場にて診療を続けてまいりました。医師や看護師や検査技師が患者様の診察や検査、採血の都度、簡易診察場まで出向いています。このような異常な外来診療がいつまで続くのでしょうか。今年4月にはいりましても、県内・県外からの移動は自粛傾向がみられ、集会や研究会、勉強会も自主的に閉会となっています。先の見えないコロナ禍の恐怖を抱いて、人々は毎日不安な生活を余儀なくされています。まだ当分感染情報に注意して、予防対策を継続していく必要がありそうです。

さて、時のたつのは早いもので、わたくしが岡山から高知に参りましたのが1979年2月、島津病院へ赴任しましたのが2000年4月で、高知在住期間は半世紀近くになろうとしています。故郷、倉敷への望郷の念はコロナで移動が制限されればされるほどさらに強まるばかりですが、どうすることもできません。



〔発行所〕医療法人 仁栄会
〔発行者〕島津 栄一
〒780-0066
高知市比島町4丁目6番 22 号
TEL 088-823-2285
FAX 088-824-2363



ホームページ

ご自由にお持ち帰りください。

私事、今年4月から島津病院院長を辞し、新しい院長に快聖クリニック名誉院長の西村誠明先生が赴任されました。今まで大変お世話になりました。心より感謝申し上げますとともに西村新院長に、今までと変わらないご支援とご協力を賜りますことをお願い申し上げます。昭和48年に島津栄一会長が開設された島津病院はわたくしが赴任した年には、新しい入院病棟、検査室、透析室が新築され、診療には電子カルテの導入がなされました。島津病院での在職、ほぼ四半世紀、恵まれた環境の中で、大きな事故もなく、気持ちよく診療ができ、医師として充実した時を刻むことができました。当院へ赴任してまず、当院の基本理念「病む人への思いやりの心をもって」を作成し、各部署に掲げていただきました。ひとえに医療スタッフの皆様、職員の皆様のご理解とご協力をいただき、感謝申し上げます。これからもこの心を忘れず、医療に従事していただきたいと思います。

最後となりましたが、島津栄一会長をはじめ、医局の先生方、医療スタッフの職員の皆様方、まことに有難うございました。これからの仁栄会島津病院のますますのご発展を心から祈念いたします。



書

森 惟明 編著

籍

『サクセスフルエイジングへと 導く50の答え』

紹

介

発行：幻冬舎メディアコンサルティング



Facebook
https://www.facebook.com/morikoreaki?ref=tn_tnmn

ISBN978-4-344-91485-8

C2040 ¥1200E

定価(本体1200円+税)

発行：幻冬舎メディアコンサルティング

発売：幻冬舎



9784344914858



1922040012005

森 惟明 編著
梶川 博
梶川 咸子 著
サクセスフルエイジングへと導く50の答え

森 惟明 編著
梶川 博
梶川 咸子 著

サクセスフル エイジングへと 導く50の答え

幻冬舎
MC

■「サクセスフルエイジングへと導く50の答え」表紙+背+裏表紙

「物忘れするのは認知症？」

「めまいがするのは悪い病気？」

「周りに迷惑をかけて生きるのが心苦しい」

「高齢者が異性を意識するのはおかしい？」

「孫に『おじいちゃんは臭い』と言われる」

こんな悩みもスッキリ解決！

からだ
社会生活
生活の健康

幻冬舎
MC

幻冬舎
MC



からだ こころ 社会生活
の健康が快適な老後のカギ
医師であり高齢者でもある
著者らによるQ&A集

定価(本体1200円+税)

■「サクセスフルエイジングへと導く50の答え」帯(オビ)

サクセスフル エイジングへと 導く50の答え

Q 食欲がわきませんが、高齢者はどの程度の量の食事をとる必要があるのでしょうか？高齢者が最低限食べなければならない食事量の目安があれば教えてください。

A 70歳以上では、1日に男性1,850kcal、女性1,500kcalが目安です。食欲が出るようなメニューの工夫をしてみましょう。

「あなたの健康は、あなたが食べているものによって決まります」と言われます。食の重要性を示すのに「医食同源」という言葉がありますが、食べ物が健康に深く影響することは古くからよく知られています。わが国でも昔から「生涯の吉凶ことごとく食より起こる」と言われていますが、食生活に不備があると天寿を全うできません。

加齢とともに歯の本数が減り、噛む力や胃腸の働きが低下し、味覚が変わり、唾液分泌が減るなどの理由で高齢者は食欲が低下します。

まず、ご自身の食欲低下の原因を探ってみてはいかがでしょうか。

飲み込みやすい食材や料理法を選ぶ、彩りのよい盛り付けにするなど工夫をして対処することで、食欲がわくこともあります。

食事をおいしくする最高の味付けは空腹感です。適度な運動をして、食事と食事の間の時間を空けて、お腹がすくリズムをつくることも効果的かもしれません。誰かと一緒に楽しく会話をしながら食事をする機会を持つことも、食欲につながることがあります。

食物摂取量が減ると低栄養になりやすく、食べ物が潤沢に出回る現代でも高齢者が「栄養失調」になることがあります。低栄養の高齢者の死亡率は有意に高いのです。

高齢者の1日に必要なエネルギー量の目安は、男女を問わずに言うと1,600～2,000kcalで、70歳以上では男性1,850kcal、女性1,500kcalが目安です。この量は1日3食をきちんととらなければ満たすことができません。

健康を維持するためには、食物の中に含まれている五大栄養素（炭水化物・タンパク質・脂質・ビタミン・ミネラル）が必要です。これらを毎食、主食・主菜・副菜・デザートとして取り入れ、バランスのよい食事を心がけましょう。



炭水化物（糖質＋食物繊維）の糖質は、消化吸収されてブドウ糖となり、燃料としてエネルギーを生み出します。脳がエネルギー源にできるのはブドウ糖ですので、糖質を制限すると、脳や体がエネルギー不足になります。タンパク質はアミノ酸からなり、血や肉となります。細胞や酵素、ホルモンの成分をなすことから、体の代謝活動を維持し、感染に対する抵抗力となります。

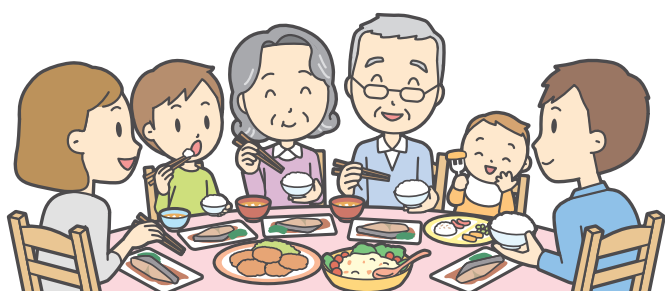
脂質は、糖質やタンパク質の2倍以上のエネルギーを持っていますので、効率よくエネルギーを提供します。

ビタミンとミネラルは、微量でも生理機能が円滑に行われるように作用します。不足するとビタミンとミネラルの種類ごとに特有の欠乏症が出現します。

栄養素をバランスよく摂ることが難しい場合は、パン食のときに牛乳や果物をプラスしたり、和食のときに具だくさんの味噌汁をプラスしたりするだけでも栄養バランスがよくなります。

具体的な献立の事例については、バランスのとれた食事のサンプルを示すホームページ、料理番組、または定食食堂のメニューを覗いてみると参考になると思います。

そして、最後に一言。「栄養素のことを言われてもよくわからないし、食べる分量の目安もわからない。だから肥満、痩せすぎになるんです」という方は、昔からの名言「腹八分」を思い出しましょう。





消防訓練

事務部 中平 萌

令和4年4月14日（木）に行なった消防訓練について御報告させていただきます。
今年の消防訓練は、コロナ禍でしばらくの間中止となっていた避難誘導訓練や救助袋を使用した避難訓練を再開させました。

消火訓練

火災を想定した初期消火を行いました。
2 名の新入職員が火災場所を確認し、消火器のある場所や持ち方等の指導を受けながら訓練を受けました。4 階と 5 階で成功想定と失敗想定 of 2 パターン行い、失敗した後に患者様の避難誘導訓練を行いました。火災が発生した場合はエレベーターが止まる可能性があるため、階段から避難してください。



火災報知機の操作説明

4 階のナースステーションには火災報知機があり、火災発生場所を確認することができます。三誠産業さんより操作説明を行っていただきました。

他にこの火災報知機があるのは 1 階の事務室で、合わせて 2 箇所のみになります。この 2 部署に所属している職員はいざというときのため、今一度操作確認をしておいてもいいかもしれません。

救助袋を使用した避難訓練

5 階から救助袋を垂らし降下する訓練を行いました。この救助袋は、下に誰かがいる場合のみ可能な避難方法です。更に逃げ道が炎で断たれた場合の最終手段となります。

中は渦状になっているので落下する心配はありません。

全員参加の訓練でしたがやはり毎回怖くて降りられない職員が中にはいるため、来年からはもう少し低い 3 階からにしようと思っています。





グループホーム やすらぎ

節分で 厄払い



節分ということで、皆様に豆まきをしました。職員が鬼に扮装し新聞紙を丸めた玉を撒きましたがとってもやさしい鬼でした。又、紙芝居やスカットボール大会も盛り上がりました。参加していただいた皆様から「楽しかったよ」と声をいただき素敵な笑顔が見られました。昼食には手作りの恵方巻きを沢山召し上がっていただきました。

これで今年も無事に健康な新しい季節を迎えられそうです。



ひな祭り



少しずつ日中は暖くなり花も咲き始めた3月初旬、お雛様とお内裏様のお人形を飾り、桃の節句・ひな祭りを開催しました。まず初めに「ひな祭りのお話」と「花咲か爺さん」の紙芝居を見ていただき、「懐かしいねえ」と喜んでいただきました。次に「春が来た」「ひな祭り」「朧月夜」「春の小川」「花」等、季節の曲をみんなで口ずさんで楽しい時間を過ごされました。おやつには可愛い苺のショートケーキをご用意し皆様ペロリと召し上がられていました。



春の お食事会



風も気持ち良い晴天の中、やすらぎのベランダにタープ（日除け）を設営し卓上花を飾って「春の食事会」を行いました。今回のメニューはリクエストのあったハンバーガー！ サイドメニューにフライドポテト・温野菜・ゆで卵を手作りしました。出来上がったバーガープレートをハイキング気分で頂きました。外での楽しい食事に「気持ちいい、おいしいねえ」と気分上々なご様子でした。食後はベランダでゲームをして愉快地過ごしました。



外 来 診 察 表

(令和4年7月1日現在)

午前 (9:00~12:00)						
診 療 科	月	火	水	木	金	土
内 科	三宅 大崎(多)	西村・大崎(史) 大崎(多)	三宅 大崎(史)	西村 伊東	西村 大崎(多)	大崎(史)
消化器内科			内田 (高知大学)	【第1・第3・第5】 岩崎 信二 常風(高知大学)		
外 科	島津	西家	武田	西家 11:00まで	島津 花崎(高知大学)	武田
整 形 外 科	島津(裕)	島津(裕)	兼松	兼松	兼松	兼松
皮 膚 科		永野	永野	永野		
泌 尿 器 科 血 尿 外 来					安宅 (高知大学)	井上 (高知大学)
循 環 器 内 科					古島 (高知大学)	

午後 (14:00~18:00)						
診 療 科	月	火	水	木	金	土
内 科	三宅・伊東 岩崎泰正17:00まで	大崎(史) 伊東	三宅 大崎(史)	西村 大崎(史)	西村 17:00まで	
外 科	上村 (高知大学)	西家 16:00まで	北川 (高知大学)	武田	島津	
整 形 外 科	島津(裕) (島津)	兼松	兼松	兼松	兼松	
皮 膚 科	永野 17:00まで	永野 17:00まで	永野 17:00まで	永野 17:00まで		
泌 尿 器 科 血 尿 外 来					安宅(高知大学) 17:00まで	

○三宅名誉院長（内科）は不在の場合がありますので、事前にお電話でご確認をお願いします。

○担当医が不在の場合がありますので、事前にお電話でご確認をお願いします。

○休診日は土曜の午後・日曜・祝祭日・年末年始です。

病院理念

「病む人への思いやりをもって、安全で安心のできる高度な医療を提供します。」

医療方針

一、心ある医療を、介護サービスと連携して提供し、地域社会に貢献する。

一、生きることへの共感、病む人への思いやりをもって医療に従事する。

一、当院の専門としている医療部門においては、医療レベルの向上に努力し、先進的医療を提供する。

セカンドオピニオンの指針

セカンドオピニオンの前提は、患者様の権利（自己決定と選択自由の権利）の尊重にあり、当院では以下の通りセカンドオピニオンの指針を定めます。

1. 当院にセカンドオピニオンを希望される場合

- (1) 担当医の紹介状、検査結果、レントゲン写真、病理診断結果等、診断に必要な資料を持参していただきます。
- (2) 患者様ご本人が受診することが、原則となります。
- (3) セカンドオピニオンの結果は、患者様ご本人に説明するとともに、紹介状の返書として、担当医にお知らせします。
- (4) 検査や治療を行わない、相談のみの場合は自費診療として 30 分につき 11,000 円を申し受けます。

2. 他の医療機関にセカンドオピニオンを希望される場合

- (1) 受診する医療機関名（できれば医師名）を特定して、紹介状を作成します。
- (2) 検査結果、レントゲン写真、病理組織材料など、診察に必要な資料を提供します。
- (3) 個人情報保護を考慮し、紹介状と資料は、患者様ご本人にお渡しします。
- (4) 紹介先が示したセカンドオピニオンは、当院からの紹介状への返書として受け取り、以降の当院での治療方針や検査の選択については、患者様ご本人の意思を尊重し行います。

患者様の権利

- 一、個人として常にその人格を尊重される権利があります。
- 二、安全で良質な医療を平等に受ける権利があります。
- 三、個人のプライバシーが守られる権利および私的なことに干渉されない権利があります。
- 四、自分が受ける治療や検査の効果や危険性、他の治療法の有無などについて、わかりやすい説明を理解できるまで受ける権利があります。
- 五、自分の治療計画を立てる過程に参加し、自分の意思を表明し、自ら決定する権利があります。
- 六、自分が受けている医療について、知る権利があります。
- 七、自らが選んだ医療機関で、セカンドオピニオンを受けることができます。
- 八、患者様自らが、医療従事者と共に力をあわせて、これらの権利を守り発展させる責任があります。

患者様および職員などの個人情報保護に関する規程【基本理念】**(院内規程の目的)**

当院の全職員は、この「院内規程」及び「個人情報の保護に関する法律」「同施行令」厚生労働省「医療・介護関係事業者における個人情報の適切な取扱いのためのガイドライン」(平成 29 年 4 月 14 日改定)に基づき、患者様および職員などに関する個人情報を適切に取り扱い、患者様および職員などから信頼される医療機関であるよう、たゆまぬ努力を続けていくものとする。

(他の院内規程等との関係)

当院における個人情報の取り扱いに際しては、この院内規定のほか、当院の「診療情報の提供に関する規定」も適用されるものとする。診療情報の提供について疑義がある場合には、前段に挙げた規定のほか、日本医師会「診療情報の提供に関する指針」ならびに厚生労働省「診療情報の提供等に関する指針」も参照するものとする。

(守秘義務)

すべての職員は、その職種の如何を問わず、当院の従業者として、職務上知り得た患者様および職員などの個人情報を、正当な事由なく第三者に漏らしてはならない。当院を退職した後においても同様とする。すべての職員は、この義務を遵守することを書面によって誓約しなくてはならない。

