



広報 第百伍号

さくら前線

医師 あいさつ

外科医師 今野 直樹

火曜日の診療を担当させていただきます。不安なこと、質問したいことはどうぞ遠慮なくおっしゃってください。不慣れな点もございますが宜しくお願い致します。

新入職員 あいさつ

看護師 山岸 理恵

8月より、3階病棟に入職となりました山岸と申します。まだまだわからない事ばかりで、ご迷惑をお掛けしますが、早く仕事を覚え、皆様の力になれるよう頑張りたいと思います。よろしくお願致します。

看護師 山田 早苗

8月より、介護医療院に配属となりました山田と申します。まだまだ慣れませんが、一日でも早く慣れ、自分がしてほしい事をまず人にする職員理念に基づき、患者さまやご家族の方々が安心して入院生活を送れるよう努めていきたいと思っております。よろしくお願致します。

2階病棟師長 あいさつ

看護師長 生須 典子



令和元年9月1日に医療療養型病棟が51床から60床へ増床致しました。それにあたり2階病棟が新設されました。2階病棟13床、3階病棟47床の医療療養型病棟になりました。その2階病棟の師長にこの度任命されました生須典子です。

看護師となって30年ほどが経ちました。この間には未熟児・新生児病棟、整形外科病棟、ICU、訪問看護、看護学生の実習指導、分娩介助など経験してきました。師長という役割は初めての経験です。この年齢になっても初めての事にチャレンジできる機会をいただき、微力ながら頑張っていきたいと考えています。患者様、職員の皆様にはご迷惑をおかけする事も多々あると思っております。今後ともご指導のほどよろしくお願い致します。



2階病棟リフォーム完了!!

当院では、昨年度に介護医療院を新設後、医療療養病棟のリフォーム、1階看護部長室や内視鏡室から手術室、ロッカールーム等を順次、リフォームして参りました。そしてリフォームの集大成ともいえる2階部分のリフォームがこの夏に終わることとなりました。

2階部分は厨房や食堂談話室にトイレ、極めつけは増床した新病棟です。

新病棟は13床稼動することとなり、透析室と隣接していることから、透析患者様も今までに増して安心して入院する体制が可能となりました。

これにより、2・3階は医療療養病棟、4階が介護医療院として、9月1日より生まれ変わりました!!

病院見学は可能ですので、ご希望がございましたら地域連携室までご一報頂ければと思います。



食堂も一新されました!!



栄養委員会

「骨活」をしませんか？

管理栄養士 針塚 美恵

骨量は加齢とともに減少します。ポインントをおさえて、骨を守りましょう。

骨粗鬆症の「粗」はあらいつの意味で、「鬆」はスが入るとい意味があります。

骨粗鬆症は骨密度が減って、スが入ったようにスカスカになり、骨折を起こしやすくなっている状態のことをいいます。

原因は様々ありますが、加齢によるものや、閉経後のエストロゲン減少、糖尿病、卵巣摘出、慢性肝障害、胃切除などの疾患や、ステロイド剤の投与が原因となる骨粗鬆症もあります。

① 食事でカルシウム、ビタミンD、ビタミンKを積極的にとりましょう。

カルシウムの1日の推奨量は50歳以上男性700mg 18歳以上女性650mgとなっております。

骨の材料となるカルシウムを含む食品

牛乳・ヨーグルト・チーズ・小魚・緑黄色野菜・大豆製品など

カルシウムの吸収を助けるビタミンDを含む食品

含む食品

サケ、うなぎ、さんま、きくらげ、干しいたけなど

骨の形成を促すビタミンKを含む食品

納豆・モロヘイヤ・ほうれん草・海藻など

カルシウムの吸収率は食品ごとに異なり、牛乳・乳製品は50%小魚で30%野菜で20%といわれています。乳製品と大豆製品をそれぞれ1日1回は食事に取り入れるようにしましょう。

たんぱく質不足はカルシウムの吸収を悪くします。また過剰に摂ると、尿中へのカルシウムの排泄が高まるので、過不足なく「肉・魚・卵・大豆製品」を食べましょう。

② 日光浴をしましょう。

紫外線を浴びると、皮下でカルシウムの吸収を助けるビタミンDが体内で作られます。

③ 適度な運動をしましょう。

若年では骨に衝撃が加わる運動が効果的ですが、中高年には、激しい運動よりウォーキングなどの運動がお勧めです。

お知らせ

中之条町産業文化祭参加

当院介護医療院では、今年も中之条町の産業文化祭に利用者作品展示で参加します。期間は11月2日〜7日。展示会場は中之条町バイテック文化ホールギャラリーになります。日頃のレクリエーション、クラブ活動で作成した作品をぜひご覧ください。

診療案内(10月)

診療科		月	火	水	木	金	土
内科 循環器科	午前	瓜田	於川	於川	於川	於川※1	於川
	午後						休診
外科 胃腸科 (整形・リハビリ科)	午前	遠藤 (群大)	今野 (群大)	休診	山中 (群大)	笹口	(群大) ※2
	午後						休診
認知症外来	午後	休診	休診	休診	休診	休診	休診

※1 第1金曜日(4日)AM9:45~17:00は非常勤内科医師の診療となります。

※2 第2土曜日(12日)は、外科休診となります。

◆ かかりつけ患者様の急病時はいつでも対応します。

◆ 外科休診日でも軽度のケガ等のご相談ください。

◆ 10月休日当番医は、13日(外科)・27日(外科)となります。

※外科医師交代

関⇒遠藤(月) 西木⇒今野(火) 中澤⇒山中(木)

外来受付時間：午前 8時45分 から 12時00分まで / 午後13時00分 から 17時00分まで

休診日：土曜日午後、および日曜・祝日

※ 診療日変更となる場合もございますので、院内掲示板や受付窓口にて最新情報をご確認ください。

※ 10月22日(火)は、休診となります。

発行：吾妻さくら病院 広報委員会

吾妻郡中之条町伊勢町782-1

TEL:0279-75-3011

FAX:0279-75-3299

URL: <http://www.a-sakurahosp.com/>

