



丘の上の 風だより



日本鋼管福山病院情報誌
2019 AUTUMN

67

www.nkfh.or.jp



わたしたちリハビリテーション科が
全力で皆さまをサポートします！

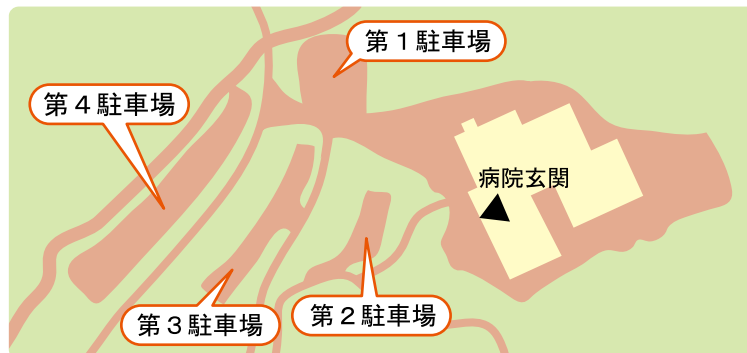
Rehabilitation Department



病院からのお知らせ

駐車場の混雑解消に向けての 取り組みについて

この度、病院建物により近い第1～第3駐車場の患者様用駐車場枠を増やすために、病院建物から離れた場所に第4駐車場（収容台数110台）を整備し、指定された職員・協力会社従業員が第4駐車場を利用するよう駐車場利用区分を見直しました。これにより、当院を利用される皆様方にご迷惑をおかけしておりました、外来診療日午前中の駐車場混雑が大幅に緩和されました。



INDEX No.67

P1	病院からのお知らせ・理念と基本方針
P2・3	外来診療表
P4	薬の豆知識
P5・6	Q&A 関節疾患について
P7	乳腺外科だより
P8	ナースこんにちは
P9	看護部紹介
P10	健康ノート
P11	病院を「陰」で支えるすごい人
P12	私、これにはまっています
P13・14	病院行事・読者コーナー
P15	クイズ・編集後記

病院理念

私たちは誠意と思いやりを持ち、
‘最幸の医療’を提供します。

基本方針

- 1 患者中心で安全最優先の医療を実践します。
- 2 医療の質の絶え間ない向上と
人間性豊かな医療人の育成に努めます。
- 3 地域から信頼され、職員が誇りを持ち、
幸せに働ける病院を目指します。
- 4 地域とともに支え合い、高め合う
医療連携を図ります。
- 5 働く人々、地域に暮らす人々の
健康増進に貢献します。



日本鋼管福山病院 外来診療表

(2019年10月1日現在)

総合案内 084-945-3106

予約専用 084-945-4198

は専門外来（予約制）

午前 8:30 ～ 11:30（整形外科 10:30 まで）

午後 13:00 ～ 15:00（歯科 16:30 まで）

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	奥野 岡本 橋詰 岡崎(恭)	石木 持田	石木 吉田(智) 岡本 箱田	石木	吉田(智) 岡本 奥野 橋詰 岡崎(恭)	岡崎(恭) 腎臓病 奥野 13:30～15:00	石木 奥野 箱田 持田 小池	和田 橋詰 小池 13:30～15:00	石木 吉田(智) 箱田 橋詰 持田	岡本 小池 13:30～15:00
		血液内科 井原 13:30～15:30	リウマチ膠原病 藤田 9:00～12:00 第1-3-5週	糖尿病 箱田 13:30～15:00		糖尿病 小原 13:30～15:00	循環器内科 吉田(雅) 9:00～11:00	腎臓病／漢方 和田 13:30～15:00	楠本(隔週)	肝臓病 岡本 13:30～15:00
		予防接種 担当医 14:00～15:45	糖尿病特定看護師 岡崎(眞)	糖尿病特定看護師 岡崎(眞) 13:30～14:45		内分泌 岡崎(恭) 13:30～14:45	糖尿病特定看護師 岡崎(眞)	循環器内科 吉田(雅) 13:30～13:45 予防接種担当医 14:00～15:45	糖尿病特定看護師 岡崎(眞)	予防接種 担当医 14:00～15:45
消化器内科	石木 持田 楠本 榮 竹内	—	室 満吉 持田 宮本 下立(第2週) 土井(第4週)	—	石木 箱田 武 福田	—	室 満吉 今田 高田 大林 武(隔週)	—	岡本 小池 竹内 楠本(隔週) 水野(隔週)	—
外科	浜田 満吉	—	森木 担当医 9:00～10:30	—	渡邊 担当医 9:00～10:30	—	浜田 渡邊	—	森木	—
	禁煙 浜田 11:00～12:00		心臓血管外科 黒子 9:00～11:30				禁煙 浜田 11:00～12:00			
乳腺外科	椎木	椎木	藤井	椎木	藤井	—	藤井	藤井	椎木	椎木
整形外科	内田 檀浦 井谷 辻村	予約再診 担当医 スポーツ整形 高原 13:30～16:00	井谷 中島	予約再診 担当医 加藤 12:00～15:00 スポーツ整形(肩肘) 加藤 12:00～15:00 16:00～18:30	加藤 辻村 中村 肩肘関節 加藤	予約再診 担当医 リウマチ 高原 13:30～15:00	内田 中島 岩崎	予約再診 担当医 スポーツ整形 檀浦 14:00～15:30	高原 井谷 中村	予約再診 担当医

※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

※土曜日は通年で休診としております。ご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどお願いいたします。





日本鋼管福山病院 外来診療表

午前 8:30 ~ 11:30 (整形外科 10:30 まで)
午後 13:00 ~ 15:00 (歯科 16:30 まで)

(2019年10月1日現在)
総合案内 084-945-3106
予約専用 084-945-4198
は専門外来 (予約制)

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
小児科	藤井 占部 板野	藤井	藤井 占部 板野	占部	藤井 占部	藤井 板野	藤井 占部	藤井 板野	占部 板野	占部 板野
		乳児検診 予防接種 15:00~16:00		神経 村上 14:00~16:30		乳児検診 予防接種 14:00~15:00			藤井 (第2・4週) 神経 村上 9:15~11:30	心臓 (学校健診) 馬場 13:00~14:30
				乳児検診 予防接種 15:00~16:00		心臓 大月 16:00~17:00				
形成外科	—	皮膚レーザー 浜田 13:30~16:45	初・再診 皮膚レーザー 担当医 9:00~12:00	皮膚レーザー 担当医 13:30~16:45	—	皮膚レーザー 浜田 13:30~16:45	初・再診 皮膚レーザー 担当医 9:00~12:00	皮膚レーザー 担当医 13:30~16:45	—	皮膚レーザー 浜田 13:30~16:45
泌尿器科	荒木	荒木	—	—	—	—	渡部	渡部	—	担当医
眼科	塚本 9:00~11:00	—	塚本	—	塚本 9:00~11:00	—	塚本	—	塚本 9:00~11:00	—
耳鼻咽喉科	—	—	—	—	堀内	堀内	—	—	担当医 9:30~12:00	—
皮膚科	—	—	担当医	—	—	—	—	—	担当医	—
歯科	永原 担当医	永原 担当医	永原	永原	永原	永原	永原 担当医	永原 担当医	永原	永原
人間ドック	月曜日～金曜日(午前中) 完全予約制ですので、事前にお問い合わせ・ご予約をお願いいたします。									

※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

※土曜日は通年で休診としております。ご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどお願いいたします。



関節リウマチに使用される薬剤について

薬剤科

● 関節リウマチとは？

関節リウマチとは自己免疫性疾患の一つで、全国で患者数が70万～80万人と推定されています。男女比は1対4と女性に多く、30歳～50歳代が発症のピークと考えられています。多くは症状が良くなったり悪くなったりを繰り返しながら進行していきます。しかし、治療薬の進歩により、早期に診断して治療を開始できれば、多くの患者さまで病気の進行を最小限に食い止めることが可能です。ロキソニン錠やセレコックス錠などの非ステロイド性抗炎症薬（NSAID）やプレドニゾロンなどの副腎皮質ホルモン薬（ステロイド）、メトトレキサート錠、アザルフィジンEN錠などの抗リウマチ薬（DMARD）が主に使用されます。

最近では生物学的製剤やJAK阻害薬と呼ばれる薬が発売され、多くの患者さまに使用されています。今回は当院で使用されている生物学的製剤とJAK阻害薬についてお話しします。

● 生物学的製剤

生物学的製剤とはバイオテクノロジー技術によって作られた医薬品

で、免疫に関わるT細胞やTNF、IL-6などの炎症を引き起こすサイトカインと呼ばれる免疫の情報伝達物質の働きを直接抑える作用を持っています。抗リウマチ薬に比べ有効性は高く、劇的に症状が改善する場合もあります。

これらの薬は注射（点滴または皮下注射）で投与しますが、その間隔は1週間に2回～2ヶ月に1回と様々です。同じ成分の薬でも病院で点滴をするものと、自宅に注射を持ち帰り、自分で皮下注射をするものがあります。免疫に直接作用するため、免疫力の低下が避けられず、菌に対して抵抗力が弱くなるため感染症に注意が必要です。また、非常に高価であることも問題に挙げられます。当院でも多くの薬が採用されていますので一部を紹介します。

● JAK阻害薬

この薬はJAKという酵素を阻害し免疫反応に関わるサイトカインの働きを抑えることで症状を改善します。他の抗リウマチ薬で効果が不十分な患者さまに使用します。飲み薬でありながら生物学的製剤と同じぐらいの効果があるとされ、継続して内服できれば症状が悪化しにくいと

いわれています。この薬も感染症には注意が必要です。当院ではゼルヤンツ錠、オルミエント錠を採用しています。

このように関節リウマチの薬は様々な種類があります。医師と相談しながら症状やライフスタイルに合わせて、副作用を最小限に抑える治療法を決めていくことができます。

生物学的製剤



レミケード



オレンシア



アクテムラ



エンブレル



オレンシア



アクテムラ

点滴

JAK阻害薬



ゼルヤンツ錠

皮下注射

今回は
ちょっと
難しい

Q & A

関節疾患について

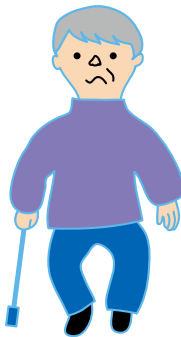
リハビリテーション科

Q1 関節の疾患で

代表的なものを
教えてください

A 変形性関節症と関節リウマチ
が関節疾患の代表的なものです。

◆変形性関節症



変形性関節症は関節軟骨の老化
によることが多く、中高年によく
みられる疾患です。体重を支える
ための負担が大きい関節（特に膝
関節）を中心に関節の軟骨がすり
減ることで炎症が生じ、関節の隙
間が狭くなります。

進行すると関節周囲に骨棘（注
1）と呼ばれる異常な骨組織が形
成されます。初期症状は運動後に
痛みが生じますが安静で治まりま
す。進行すると安静時にも痛みが
生じ、夜間痛もみられます。ま
た、関節を曲げ伸ばししたり運動
した時にこつこつ音がしたり、関

節に水が溜まることがあります。

治療はまず運動療法と合わせて
関節にヒアルロン酸注射を行うこ
とで関節の動きを滑らかにし、軟
骨を守るとともに膝の痛みや炎症
を抑えます。また、進行すると手
術をすすめることがあります。



変形性膝関節症のX線画像
関節裂隙の狭小化（骨棘あり）

◆関節リウマチ



関節リウマチは、多発性の関節
炎を主症状とする原因不明の全身
性自己免疫疾患です。免疫が誤っ
て自分自身の細胞や組織を攻撃す
ることで関節にある滑膜という組

織に持続的な炎症が起こり、軟骨
や骨を破壊します。

初期症状は関節の腫れや朝に起
こる関節のこわばりが特徴で、進
行すると同様の症状が全身の関節
にみられます。

関節リウマチをレントゲンで見
ると関節の内側および外側に同程
度の関節狭小化はありますが、骨
破壊が特徴であるため、骨棘は認
められません。

治療はまず抗リウマチ薬を使用
した内服加療を行います。炎症や
腫瘍が原因で起こる関節の腫れ
（腫脹）が明らかであり、関節破
壊が進んだ場合には人工関節置換
術を選択することがあります。



関節リウマチのX線画像
関節裂隙の狭小化（骨棘なし）

Q2 日常生活での注意点はありますか？

A 変形性膝関節症、関節リウマチの方が日常生活で注意する点は以下のとおりです。

① 安静と運動のバランスを保つ
筋力の維持および強化と可動域を維持する

③ 肥満の方は関節への負担を減らすため食事療法にて減量を行う
④ 杖などを用いて痛みのある関節への負担を減らす

また、関節リウマチの方は、この他にも作業を簡略化して関節の負担を軽減すること、できるだけ大きな関節を用いることが重要です。具体的にはカバンを手に持つのではなく肘や肩にかける、指で持つのではなく手全体を使って持つなどがあります。

Q3 人工関節ってどのようなものですか？

A 人工関節は、関節損傷の著しい関節リウマチや変形性関節症、骨折に対して用いられます。関節の軟骨面の一部または全部が金属、セラミックス、高分子ポリエチレンなどの生体材料でできており、関節と置き換えることにより痛みなどの改善とともに関節機能の再獲得を図ります。

主なものとしては変形性膝関節症に対しての全人工膝関節置換術（注②）や、大腿骨頸部骨折（股関節部の骨折）に用いられる人工骨頭置換術（注③）、粉碎・転移の著しい上腕骨折近位端骨折（肩関節付近の骨折）に対する人工肩関節置換術などがあります。耐久年数は部位によって異なりますが、

一般的には15年から20年といわれています。



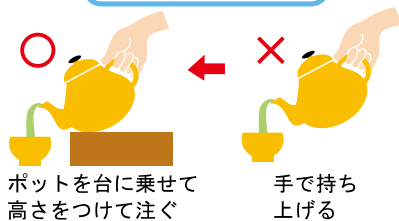
（注）

（1）関節面の軟骨が肥大增殖し、次第に硬くなって骨化し「とげ」のようになったもの。関節面周辺にできる変形性関節症の特徴的な所見のひとつ。

（2）膝関節の傷んだ部分を取り除き人工の関節に置き換える手術。

（3）骨折などで複数の骨に骨折してしまった肩関節の上腕骨頭を人工の骨頭に置き換える手術。

ポットからお茶を注ぐ



ポットを台に乗せて高さをつけて注ぐ

手で持ち上げる

カップを持つ



もう一方の手のひらを底に添える

片手で持つ

鍋を持つ



キッチンミトンを使って手のひら全体で支える

取っ手を指でつまむ

木べらで混ぜる



親指を上にして握る

親指を下にして持つ

タオルを絞る



何かに引っ掛けて絞る

両手首を使って絞る

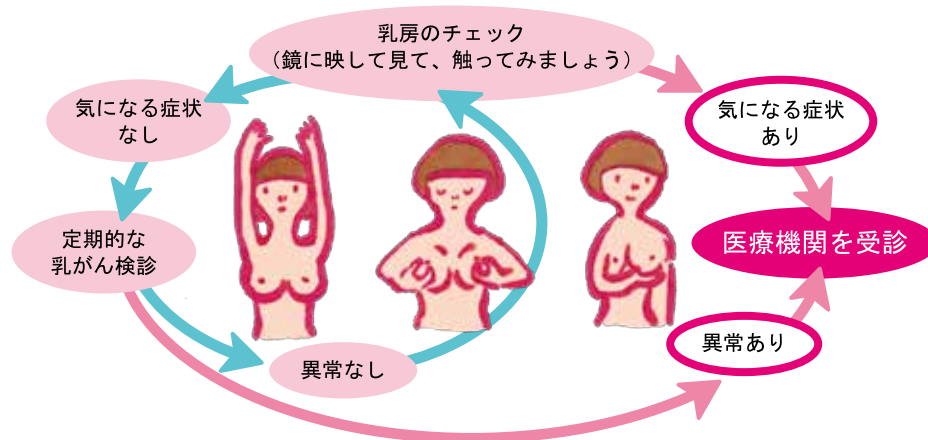
椅子から立ち上がる、手をつく



手のひら全体を使う

指を使う

<乳がんから身を守るためのサイクル>



最近、「ブレスト・アウエアネス」という言葉がよく使われるようになりました。直訳すると、「乳房の気付き」ですが、よい和訳はまだできていません。「自己検診」は「しこりを見つける」という考え方ですが、「ブレスト・アウエアネス」は「自分の乳房に関心を持つ」という考え方です。

①日頃から自分の乳房を見て、触って、普段の状態を知っておき、しこりや血性の分泌物など、乳房の変化に気をつける(乳房のチェック)

②乳房の変化を自覚したら、すぐに医療機関(乳腺専門医のいる施設)を受診する

③40歳になったら定期的に乳がん検診を受診する

という内容を心がけましょうという内容です。(上図参照)

「触っても、しこりはよく分からないし…」、「模型を触ったことがあるけど、難しく、よく分からなかった」、だから「自

己検診はしていない」という声をよく耳にします。しこりのない乳房を触っても、当然のことながらしこりは分かりません!

また、実際の乳がんのしこりも、硬さはいろいろで、分かりやすいものもあれば、分かりにくいものもあり、言葉や模型で伝えるには限界があります。難しく考えずに、まずは自分の乳房を鏡に映して見て、触ってみませんか? 日頃から見て、触って、関心をもつことで変化に気付きやすくなりますよ。

ただし、セルフチェックさえしていれば検診を受けなくてもよいということではありません。40歳以上は、定期的にマンモグラフィによる乳がん検診を受診することが大切です。マンモグラフィも怖がらずに受けましょう。





自分らしく生きるための支援を学ぶ

院内在宅支援研修会

当院では昨年より地域の在宅支援に携わる方々とともに「在宅支援研修会」を開催しています。これは、病院から自宅に療養の場を移される患者さま・ご家族に対して、病院・在宅の垣根を越えたサービス連携を強化するための取り組みです。

今年度は6月26日に第1回目の研修会を開催しました。参加者は約50名で、院内の看護師や社会福祉士など30名、院外からは訪問看護ステーションの看護師やケアマネージャー、薬剤師など20名でした。

今回は「意思決定支援」のテーマで意見交換を行いました。これは患者さまが「病気と向き合い療養の中で可能な限り自らの意思で治療、療養の場、社会資源利用などについて選択できるよう、医療者が支援していくこと」を指します。どうすれば私たちの目の前にいる患者さまが、自分らしく生きることができ、思いに沿った医療や看護・介護などの支援が受けられるのかという思いが伝わる、活発な意見交換になりました。



グループワークの様子

病気と向き合いながら、自分が望む生き方とはどういうものなのか、是非健康な方も、ご家族と話し合う機会を設けてください。もしも病気と向き合うようになったとき、「自分が望む生き方」を家族で共有できていれば、自分にとって有効な支援を受ける重要な鍵になります。



この研修会を通し、患者さまの望む生き方を支えることができるよう、苦悩したり、一喜一憂しながら地域に根付いた活動をしている様々な医療従事者が福山市には大勢おり、尽力しているということを改めて実感しました。私たちはその仲間と共に支え合いながら、「人々が長年暮らした馴染みの場所」での「その人らしい生活・かけがえのない命」をできる限り守っていきけるよう日々努めていこうと思います。

(看護師部 神原ゆかり)



看



護



部



紹



介



小児科外来



小児科外来スタッフの皆さん

今後、会話を重ねながら、お子さまの生活スタイルに合わせた方法で治療が継続できるように、取り組んでいきます。

小児科外来では、アトピー性皮膚炎で通院するお子さまに対し、効果的なスキンケアが自宅で行えるように、お手伝いをさせていただいています。
特に力を入れているのが、処方された軟膏を実際にお子さまの体に塗り、保護者の方に見てもらって実演です。実際に軟膏を塗っていると、保護者の方から「このように塗っていませんでした」と言われることが多く、説明を聞くだけでは分らなかったことも、一緒に行うことにより、正しい方法を習得していただけているようです。

入退院支援室



個室にて入院説明



担当者が患者さまの荷物も運び入院病棟へ案内

私たち入退院支援室が行っている主な業務を紹介します。患者さま、ご家族が安心して療養生活を送れるようにサポートさせていただきます。
①入院が決まった方に入院生活の説明や、普段の生活の聞き取りを行います。
②入院当日は体調や書類の確認を行い、病棟へご案内します。

③大腸カメラなど検査の説明を行います。
④退院後に予想される困りごとを入院前から一緒に考え、介護サービス、訪問看護などを調整して安心して退院できるように支援を行います。

今号から始まった新コーナー「看護部紹介」。それぞれの仕事を紹介していきます。



血糖値を上げにくくするおすすめのおすすめの食べ方

ベジタブルファースト、カーボラストについて

栄養管理科

食事をするとき血糖値は上がりますが、何を食べたら急激に上がるかご存知ですか？ステーク？天ぷら？ご飯？サラダ？正解はご飯やパン、めん類、芋、果物、お菓子など糖質の多い食べ物です。食後の急激な血糖値の上昇は、糖尿病だけでなく肥満や生活習慣病につながります。それを防ぐ方法の一つが、食事のとき食べる順番に気をつけるだけの簡単なものです。食事の内容を変えることなく外食でも行いやすいので気軽に取組めます。そのキーワードが「ベジタブルファースト」と「カーボラスト」です。

ベジタブルファースト

ベジタブルファーストはその名の通り野菜（ベジタブル）を最初（ファースト）に食べるということです。野菜はサラダや煮物はもちろんですが、トマト1個でも電子レンジでチンしたキャベツでも

良く、生でも加熱してあってもかまいません。他にもきのこや海藻、こんにやくも野菜の仲間として考えます。これらに共通して多く含まれるのが食物繊維です。食物繊維は腸内で食べたものをゆっくりと胃に移動させ、糖質の消化・吸収を緩やかにして急激な血糖値の上昇を抑える働きがあります。それにより血糖値のコントロールをしやすくなったり、血管が傷つきにくくなり、動脈硬化を予防することになります。さらに、食物繊維はコレステロールの吸収を抑え、体外に出す働きもあり脂質異常症の予防も期待されます。



カーボラスト

カーボラストはおかず（肉や魚、卵、豆腐など）や野菜を最初に食べ、ご飯やパン、めん類、芋などの糖質（カーボ）の多いものを最後（ラスト）に食べる方法です。

おかずのたんぱく質や脂質には胃腸の動きをゆっくりにする作用があるため、食物繊維と同じく血糖値の上昇を緩やかにする効果があると考えられています。野菜からゆっくりよく噛んで食べること満腹感が得られやすくなります。

食べすぎに困っている方にはベジタブルファーストをお勧めします。また、食事をあまり多く食べられない方はカーボラストで肉や魚のおかずをしつかり食べて栄養不足も防ぎましょう。ご自分に合う方法を選んで健康づくりに役立ててください。

臨床工学技士

～医療機器のスペシャリスト～



人工膝関節手術の準備中



透析機器のメンテナンス

臨床工学技士がどんな仕事をしているか知っていますか？
普段は透析センターで透析機器や透析液の管理、透析中の患者さまの観察を看護師とともにを行っています。また、輸液ポンプ・人工呼吸器・徐細動器・麻酔器・透析監視装置など院内の医療機器の保守点検を行い安全に使用できるよう管理しています。
しかし、実は他にも臨床工学技士が活躍している場所があるのです。それはなんと…手術室です。5年前から手術室へ活躍の場を広げ、週に3日、手術室臨床工学技士として整形外科手術の器械出し業務を行っています。
器械出し業務を分かりやすく言うと、手術中の医師にメスなどのさまざまな器具・器械をタイミングよく渡す役割です。皆さんがよく医療ドラマで目にする、医師「メス！」看護師「はい！」というやり取りを思い浮かべていただくと分かるかと思います。
そんな手術室臨床工学技士の2代目が濱崎さんです。人工膝関節、人工肩関節など多くの器械を使用する手術など様々な手術に携わる濱崎さんは、誰よりも早く必要な物品や器具・器械、手術内容や進行手順などを細かく確認し、準備万端で手術に臨んでいます。そして、手術の進行を確認しながら医師が手術に集中できるように必要な器械をさっと手渡します。事前準備と知識、臨機応変な対応、そして阿吽の呼吸が求められる業務なのです。
また、患者さまの移動を手伝ったり、他の看護師の手術準備を手伝ったりと誰よりも気が利く濱崎さんです。今では看護師を対象とした器械出しの指導を依頼することもあるほど、手術を円滑かつ安全に行うためには欠かせない存在です。

(看護師 宮田陽子)

シリーズ

病院を「陰」で支えるすごい人

②

臨床工学室
濱崎健一さん



知人の紹介で息子が空手を始め、じっと見学するのならば自分も体験してみよう、体力の維持・向上にもなるはず！という思いから、5年前に息子と一緒に空手を習い始めました。

空手には形競技と組手競技があり、形は相手を想像して攻撃技と防御技を一連の流れとして組み合わせた演武で、緩急や流れるような美しさが魅力です。組手は相手の決められた部位に対して「突き」「蹴り」など、良い姿勢で威力のある攻撃を行い、適切にコントロールされた技がポイントとなります。

実際に習い始めてみると私もその魅力にはまり、息子が小学校を卒業するまでに、一緒に黒帯を取ろうという目標を決めて取り組みました。道場の先生や子ども達と体幹トレーニングや柔軟といった基礎トレーニング、実践的な組手などを行い、日々汗を流しました。そして習い始めて3年目に昇段審査に無事合格し、親子で黒帯を取ることができました。

空手着に着替え黒帯を締めると、気持ちも引き締まり集中力が高まります。それが仕事にもいい影響を与えていると感じます。息子は中学生になりましたが、今でも一緒に道場でスキルアップに励んでいます。空手の武道の精神「心技体」を常に意識し



道場での稽古の様子

親子で目標達成、これからも精進！

私、これに
はまっています

空手

健康管理科

人間ドック室

したおか
下岡徳子さん



ながら、技だけでなく人としても成長できるようなこれからも精進していきたいと思っています。

また、空手は2020年に開催される東京オリンピックの正式種目に追加され、日本人メダリスト誕生にも期待が高まっています。「形」のドラマティックな演武と、「組手」の目にも止まらぬ速さの攻撃に是非注目してみてください！

行事報告

第53回院内QC発表大会

6月29日、第53回院内QC発表大会が開催されました。

そもそもQCとは？という方も多いかと思いますが、QCは「Quality Control 品質管理」の略称です。私たちは日々の業務の中で生まれる問題や不満を改善、または今あるものをより良くしていくことを目的とし、職場サークルごとに定めた目標に向かって活動しています。

今回は7つのサークルが活動成果を発表しました。各サークルが取り組んだ課題達成や問題解決に対して、参加者から多くの質問や意見も飛び交い、熱気あふれる発表大会となりました。今大会は健康管理科と放射線科のサークルが金賞を受賞し、11月に仙台で開催される「医療の改善活動」全国大会に病院代表として参加することが決まりました。

どのサークルも患者さまはもちろんのこと、病院や職員のことをよく考え、思うからこそ課題・問題を見つけて出して改善することができると感じました。常日頃から向上心を持ち、病院全体が少しでも良い環境になるよう、より一層精進していきたいと思います。(放射線科 浜場紀佳)



南4病棟オレンジサークルの発表

病院納涼会

7月19日、労働会館みやびで納涼会が行われました。今年は4月に開催できなかった新入職員の歓迎会も兼ねており、約200人が参加しました。

浜田院長の挨拶の後、新入職員の自己紹介があり、波多事務局長の乾杯で宴会が始まりました。ビュッフェ形式の食事と飲み物、ビンゴ大会や急遽始まったじゃんけん大会など、大盛り上がりでした。

私はというと、ビンゴゲームは当たらず、じゃんけんにも負け、勝負運の無さを自覚しましたが、お腹いっぱい食べ、おしゃべりをし、楽しい時間に元気をもらいました。

納涼会の準備をし、盛り上げてくれた体育情操委員の方々、ありがとうございました。来年も楽しみにしています。

(放射線科
福田真由美)



順番に自己紹介する新入職員たち

読者コーナー



◆熱中症の記事は参考になりました。普段は室内で過ごすので、熱中症は気にしていませんでしたが、室内でも要注意だと、勉強になりました。

◆暑い日が続くなか、熱中症対策を実践し、身近な高齢者にも勧めていきたいと思います。



◆早速、ピクルスをつくってみました！

◆看護部の新人教育研修の記事を読み、注射をされるのは怖いですが、注射をする側も大変なんだと、改めて感謝の気持ちになりました。頑張ってください!!



Smile!!

◆職員さんの笑顔の写真、素敵ですね!!



☆編集担当より☆

「熱中症」について大きな反響がありました。自分が注意するだけではなく、身近な方へ情報発信をしようという声もあり、「熱中症対策」について皆さんの関心の高さが伺えます。また、スタッフへのエール、ありがとうございます。とても励みになります。

読者コーナーではお寄せいただいたご感想・ご意見を紹介しています。編集の都合上、主旨を変えず文章に手を入れることがあります。皆さまのお便りをお待ちしています。

若竹園七夕まつり&プール

7月5日に若竹園で七夕まつりをしました。織姫・彦星の話を聞いた後に、みんなでスイカ割りゲームをしました。大きなスイカに驚いていましたが、筒棒でポコッと楽しそうにたたいていました。みんなの願い事が叶いますように！

また、7月31日にはプールお楽しみ会をしました。水が大好きな子どもたちは、アニマル風船釣りや魚すくいゲーム等をとっても楽しそうにしていました。お土産に持って帰



七夕まつりでスイカと一緒に記念撮影



プールを楽しむ園児たち

つた、アニマル風船を見て、お土産話もいっぱいできたよ

うです。

(若竹園 三好恵子)

丘の上の風だより

67

2019 年 9 月

表紙の写真

【リハビリテーション科の
みなさん



発 行

医療法人社団 日本鋼管福山病院
〒721-0927

広島県福山市大門町津之下 1844 番地
電話 (084) 945-3106 (代)

FAX (084) 945-3564

E メール info@nkfh.or.jp

ホームページ www.nkfh.or.jp

印 刷

(株) 小山オフセット印刷所

電話 (084) 922-0280



編集後記
まだまだ残暑が厳しいですが暦は
9 月、秋です。皆さん夏は満喫でき
ましたか？私はコンサートに行つて
リフレッシュしてきました。
秋といえば、「芸術の秋」「読
書の秋」「食欲の秋」など思い
浮かべますね。私は…「食欲の
秋」です。

健康管理室
N



丘の上の風だよりプレゼントクイズ



問題「手術に使用する器具です。
どれが正しい使い方でしょうか？」

- ① ボクシングのフェイスガード
- ② うつぶせの体勢で手術を受ける際に顔を固定する器具
- ③ 顔の骨の骨折時に用いるギプスの型取り器具

正解者のうち10名さまに「ポケット
ルーペ」を差し上げます。



●当選は景品の発送をもってかえさせて
いただきます。

●締切 2019年11月30日必着

●応募方法

回答用紙を切り取り、当院玄関を入っ
て右に設置の「クイズ応募ボックス」
に投函いただくか、ご郵送ください。

前号 (66号) の正解

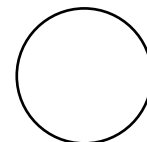
②

ハガキに貼ってご利用ください！

〒721-0927
広島県福山市大門町津之下1844番地
日本鋼管福山病院
丘の上の風だより クイズ係

丘の上の風だより 67号
クイズの解答

①から③のうち正解と思われ
る番号を1つ選んでご記入く
ださい。



ご住所 〒

お名前

《小紙のご感想などをお聞かせください》

ハガキに貼ってご利用ください！

