

JAとりで通信

第343号

2019年4月25日



発行 JAとりで総合医療センター 〒302-0022 茨城県取手市本郷 2-1-1 E-mail: toride@medical.email.ne.jp 発行人 新谷 周三
TEL 0297(74)5551 (代) URL http://www.toride-medical.or.jp/

LEADER



外来師長
鈴木 久美

この4月から外来部門の師長に昇格された鈴木師長に、外来の様子や抱負など

NEW

リーダーに聞く

患者さんが安心して受診できる体制づくり

を伺いました。鈴木師長は勤続25年。これまで手術室や病棟、糖尿病センターで勤務して来ました。

外来部門は内科、外科、整形外科などの各診療科から救急外来、内視鏡なども含め17部署、総勢91名という大所帯です。

看護副部長を筆頭に看護師69名、医療秘書19名、ナースینگアシスタント3名が勤務しています。

2016年4月からは外来のチーム制を導入し、毎朝、各チームのリーダーが中心となりチーム間の連携を図っています。

毎日約千名の患者さんが受診されていますので、患者さんが安心して受診できるように努めています。

医療秘書と看護師が患者さんへ検査や入院などにつ

思いやりの心を忘れずに

私のモットーは自分に厳しく、人には優しく、思いやりの心を忘れずに接する姿勢を大切にすることです。

病気の不安を抱えて受診される患者さんに対して、目を見てよくお話を聞き

すること、患者さんの立場に立って、こちらの都合を押し付けることがないよう



にと心がけています。さらに、スタッフが定年まで働き続けられるような、職場環境作りの面でも努力したいと思っています。趣味は娘と一緒にライプイベントに出かけることです。美味しいお料理も楽しみに一つです。まさに仕事もプライベートも充実していて幸せ者だと思っています。今後もしよろしくお願ひ致します。

2019年入会式を挙行

地域医療を担う 厚生連病院の一員として ～ 92 名の新入会者に辞令交付～



入会式の様子

4月1日に2019年度の入会式が新棟3階の講堂で行われました。臨床部長と各部署長が紹介された後、新採用者の辞令交付が行われました。

今年度は医師が39名、看護師36名、コメディカル(事務を含む)17名、合計92名が茨城県厚生農業協同組合連合会に入会しました。



辞令を交付する新谷院長

新谷院長は訓辞で「当院は茨城県南部から千葉県北西部の53万人を医療圏とする414床の中規模の病院です。患者さんの6、7割はいわゆる『茨城都民』であり、約2割の患者さんは千葉県からの患者さんです。診療患者数では、茨城県内の日赤病院や済生会病院に比べて厚生連病院が最

も多くなっています。厚生連の一員として誇りをもって勤務して頂きたい。また医師の皆さんは診療はもちろん学術面においても努力して頂き、看護師の皆さんは科学的な視点を忘れずに頑張ってください」と述べました。

入会式の後、新看護職員向けに院長講話も行われました。この中で、新谷院長は「当院は『患者さんの幸せ』『地域の幸せ』、そして『職員の幸せ』を目指しながら安定した経営を大切に行っている」と述べました。またフーレンス・ナイチンゲールの著書「看護覚え書き」について、「150年程まえに書かれたものですが、院内感染や医療安全、



歓迎レセプションで挨拶する研修医

臨床心理学など、現在の看護に通じる近代的臨床看護について書かれてあります」と紹介しました。

夕方には恒例の「新人・転入者歓迎レセプション」が新棟3階講堂で和やかに催され、各部署の新人と転入者が紹介されると、歓迎の拍手が送られていました。

2019年度から第5土曜日を休診とさせていただきます。

2019年は、
2月29日(土)
6月29日(土)
8月31日(土)
11月30日(土)

来年は
2月29日(土)

が休診となります。ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解とご協力をお願い致します。

第5
土曜日
休診に

4月27日(土)から5月6日(月)までのゴールデンウィークの期間については、4月29日(月)と4月30日(火)は通常通り外来診療致しますが、他の日は休診とさせていただきます。

なお、救急外来は、通常の夜間、休日と同様にゴールデンウィーク中も運営致します。ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解とご協力をお願い致します。

4月
29日 月
30日 火
診療します

開院日と休診のお知らせ

骨粗鬆症と骨折予防(7)

治療：食事と運動

整形外科部長
鈴木 康司



今月からは骨粗鬆症の治療についてお話ししていきます。今月は骨によい食事と運動について具体的にお話しします。

骨によい食品

骨粗鬆症予防で推奨される食品としては
●カルシウムを多く含む食品、牛乳、小魚、緑黄色野菜、大豆



●ビタミンDを多く含む食品、納豆、きのこ



●ビタミンK、納豆や緑色野菜
などが骨粗鬆症によく、お勧めします。

逆に摂取を避けたほうが良い食品としては加工食品や一部の清涼飲料水などのリンを多く含む食品、カフェインを多く含む食品、アルコールなどです。

カルシウム摂取量

日本では飲み水が軟水であるため海外の硬水にくらべカルシウム含有量が少なく、一般的にはカルシウム摂取量が、外国のかたと比べると少ない傾向にあります。

推奨摂取量はカルシウム1日700-800mgと言われています(なんと牛乳5本ぶんです)。ビタミンDは600-800IU(15-20μg)、ビタミンKは250-300μgです。ただしサプリメントでカルシウムを使用する場合は心臓や血管の病気のリスクが高まる可能性があるという報告もされていますので注意が必要です。



適切な運動量

骨粗鬆症予防には適切な運動は、大腿骨近位部および腰椎の骨密度上昇に有用であるとの報告が多くあります。

適切な運動量としては閉経後の女性(49歳から75歳)では1日8000歩で週3回、1年行えば骨密度も増えてくると報告されています。ただし1日8000歩は歩く量としては多いので無理しない範囲でよいと考えます。草の上、土の上など柔らかい足場などを選んで歩くことをお勧めします。足に痛みがあるときに無理して歩くことはお勧めしません。運動処方には年齢、性別、活動性、骨粗鬆症の重症度など考慮して選択するのが良いでしょう。



本日のポイント

適切な食生活、
適度な運動は
骨粗鬆症予防になります。

性的少数者の方々へ

当院では性的少数者の方々にも人権、プライバシーに配慮した上で適正な医療が行えるよう配慮しています。その際にはご本人の意志を最優先に対応させていただきますが、保険登録上の性別は変更できません。

また他の方々への配慮も必要なため、以下の原則に基づき、診療させていただくことをご了承くださいようお願いいたします。

外来では
ご本人の希望される性別に基づき、保険上可能な限りの診療を行います。

入院では
他の入院患者さんのご了解が必要と判断された場合、受け入れ準備が整うまで個室への入院とさせていただきます。その際には個室料のご負担をお願いいたします。

主旨をご理解の上、ご協力をお願いいたします。尚、ご質問等がありましたら、ご遠慮なくスタッフへお問い合わせ下さい。

人の動き

採用(3月)
関田 洋子 看護部



野菜をカットしている様子

下処理室(仕込みの部屋)に入るとサクサクサク、サクサクサクとリズムに野菜をカットする包丁の音が耳に入ってきました。まな板の前に置かれた二つの青いザルには、葉野菜がたくさん入っています。夕食の仕

職場紹介



栄養部 厨房



厚焼き卵を作っている様子



厨房の職員
(前列右から2番目が山崎さん)

しを伺いました。
栄養部のスタッフは管理栄養士8名、栄養士1名、調理師8名、炊事員13名、合計30名。朝食を準備する朝4時30分から夕食の食器洗浄が終わる夜8時半頃までの6種類のシフトが組まれています。食数は入院患

込みが始まっています。この日の献立は、冷やしあぶに大学いも。厨房では、男性の調理師さんが大学いも用のさつまいもを揚げた後、フライパンの温度を確かめながら厚焼き卵を焼き始めまし

た。夕食の配膳時間は午後6時。きまった時間においしい食事を患者さんに届けようと手元に集中し、手際よく調理されていきます。
厨房のまとめ役である栄養士の山崎さんにお話

者さんが毎食280食前後(一般食120食、特食120食、軟菜食40食)、職員の昼食が約180食です。一日の食事に使用する野菜の量は120kg前後になります。
患者さんからお礼の言葉

現在炊事員を募集しています。明るく楽しい職場です。ぜひ、一緒に働いてみませんか。

山崎さんは「栄養部では、2カ月に一度の郷土料理にも力を入れていきます。また、食材が変わる時には手袋を変えるなど衛生面は厳しく管理し、配膳車を上げるまでに3回チェックし誤配膳を防いでいます。スタッフ間でいつも声を掛け合うことを大切にしていきます」と話します。

が大学ノートにたくさんファイルしてあります。「入院二度目のお母さんがこの病院は煮物がおいしいと教えてくれました」「大変美味しく頂戴しました。コロッケ、及び含め煮パッタン。ご馳走様でした。調理師殿に感謝。頑張ってくださいね」。入院中においしい食事を味わえた喜びの声が連なっていました。