

ご意見箱の設置 「みなさまの声をおきかせ下さい」

患者さま、家族さまより様々なご意見・ご要望のお声をいただくため待合にご意見箱を設置しております。いただいた貴重なご意見は、今後、改善に取り組み活用させていただきますので、不備や不便に感じる事、良かったことなどどんなことでもかまいませんのでご意見をいただくと幸いです。重要な事項は運営会議などで報告・議論・予算措置を行い改善できるよう取り組んでおります。下記にこれまで頂いたご意見で改善に取り組んだ例を載せております。



～ これまで頂いたご意見、改善に取り組んだ例 ～

看護師や相談員等の接遇についてのご意見

⇒ 御不快な思いをさせ申し訳ございません。
職員研修・指導を通して今後も継続して職員教育に努めてまいります。

テレビカード販売機が1Fにしかないのが困る

⇒ 病棟(3階・5階)にも設置させて頂きました。
※ 払戻し機については引き続き1Fでご利用ください。

談話室がない

⇒ 改装時に談話室を3階病棟に設けさせて頂きました。

部屋に冷蔵庫がほしい

⇒ 個室については床頭台を入れ替え保冷庫を設置させて頂きました。
※ 多床室についてはスペース等の問題もあり5階に設置している冷蔵ロッカーを使用させて頂いております。

タクシー待ちのベンチを増やしてほしい

⇒ 新たにもう一つベンチを設置させて頂きました。

改善できるよう努力いたしますので今後ともよろしく申し上げます。



よくわかる 内視鏡比較

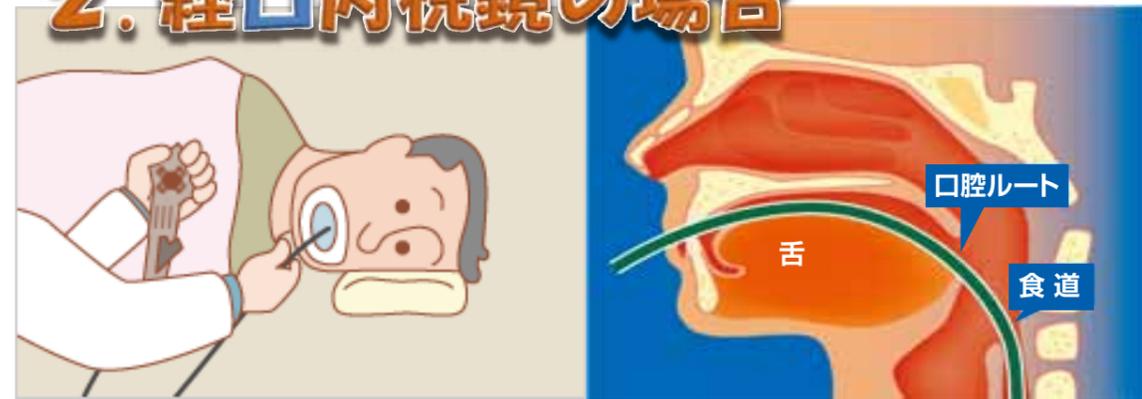
当院では、鼻から挿入するタイプの胃カメラ(経鼻内視鏡)での検査を導入しております。胃癌などの早期発見には胃カメラ検査が欠かせません。しかし、これまでの口からの胃カメラでは「吐き気が強い」「痛い、苦しい」などの理由で敬遠されがちでした。「経鼻内視鏡」は口腔内視鏡より細く、約5mm程度なので鼻からスムーズに挿入できるため、患者様に負担が少なく、過去に口からの胃カメラで苦しい経験をされた方にお勧めです。

1. 経鼻内視鏡の場合



- 
 - ・カメラがえづく場所を通らないので、えづくにくく内視鏡検査を受けることができます。
 - ・鼻からカメラを入れるため、検査中は会話を自由に行うことができます。
- 
 - ・口腔内視鏡よりわずかに画質が低下します。
 - ・組織検査はできますが、ポリープの切除など特殊な処置はできません。
 - ・鼻からカメラを入れるため検査後、一時的に鼻の違和感や、鼻出血がしやすくなります。

2. 経口内視鏡の場合



- 
 - ・経鼻のカメラより画質が良く細微な観察ができます。
 - ・大きなポリープの切除など特殊な処置ができます。
- 
 - ・舌根部(舌の付け根)をカメラが通過する際、えづくことがあります。
 - ・検査中はしゃべることができません。



ピロリ菌に感染した胃は、「慢性胃炎(ピロリ菌感染胃炎)」となり、そのまま放置しておくと胃がんになる可能性も高くなります。胃がんになった人の約99%はピロリ菌の感染に関係していました。

小野尚子先生(北海道大学病院消化器内科准教授)、松尾孝治先生(広島大学病院消化器・代謝内科)らの研究論文による※1

▼正常な胃



▼萎縮性胃炎の胃



ピロリ菌の正式名称は、「ヘリコバクター・ピロリ菌」。食べ物や飲み水から感染する経口感染がほとんどで、**50歳以上の約80%の人はピロリ菌を保菌している**と言われています。

当院では、採取した胃の組織にピロリ菌が出す酵素と反応する専用の試薬を使用し感染の有無を判断する迅速検査を実施しています。

※経鼻内視鏡の場合、両側の鼻腔が非常に狭い方やその時の状態によっては、鼻からの挿入が難しい場合があります。その場合、経口内視鏡に変更していただく場合もあります。

杉平 消化器外科部長

患者様が安全かつ、出来るだけ苦痛が少ない検査を心掛けています。「あれっ？胃がおかしいな」と感じたら気軽に来院下さい。





診察時間		月	火	水	木	金	土
午前	9時～11時	○	○	○	○	○	○
午後	1時～2時	○	手術	○	○	手術	-

※ 検査は随時受け付けておりますが、検査の予約が必要となります。曜日によって検査できない日や手術日もありますので、詳しくは当院までお問い合わせください。
※ 口腔内視鏡、経鼻内視鏡のほかにも大腸の内視鏡も随時実施しています。

内視鏡スコープの洗浄について

当院では、日本消化器内視鏡学会のガイドラインに準じ、使用したスコープは、おひとりずつ最新式の洗浄器にて洗浄消毒いたしますので、ピロリ菌やウィルスなどの感染の心配はありません。

新入職員紹介

- 2015 spring -



看護師
横畑 瑞生
(ヨコハタ ミズキ)

好きなスポーツは、バレーボールです。趣味は、マンガを読むことや映画を観たりすることです。一生懸命頑張りますので宜しくお願いします。



看護師
中野 麻佑
(ナカノ マユ)

趣味は買い物、旅行。休日は従兄弟と遊んだり、美味しいお店に家族でご飯を食べに行ったりします。責任感のある看護師になりたいです。



理学療法士
野村 真
(ノムラ マコト)

好きな食べ物、愛妻弁当。理学療法士として患者様に対して誠意を持ちEBMに基づいたリハビリテーションを行っていきたいです。



理学療法士
野村 友美
(ノムラ トモミ)

休日は、はじめての育児に奮闘しています。一人ひとりにあわせた治療を行い質の良い生活を行えるようサポートしていきたいです。



准看護師
榎本 恵子
(エノモト ケイコ)

趣味は読書です。1月から内科外来で働かせていただいています。なかなか慣れずご迷惑をおかけしていますが、宜しくお願いします。



准看護師
濱田 千穂
(ハマダ チホ)

好きな食べ物は野菜サラダです。責任をもって、業務全般を早く覚えられる様に精一杯頑張っていきたいです。



理学療法士
木原 美沙
(キハラ ミサ)

好きな食べ物、バームクーヘン、カルピス。一人ひとりのニーズに応じた治療を提供できるよう頑張ります。よろしく願い致します。



理学療法士
松原 広幸
(マツバラ ヒロユキ)

休日は、趣味の釣りやドライブをして過ごしています。患者様により良いリハビリを提供できるように頑張りたいです。

看護部

リハビリ



事務
上西 真由
(ウエニシ マユ)

休日は子供とおでかけしたり、海に行ったりして過ごしています。未経験な分、しっかりと勉強して、早くいろんなことを覚えていきたいです。



事務
中谷 輝洋
(ナカタニ テルヨ)

好きな事はガーデニングです。「見る、聞く、考える」を念頭に置き皆様にとって必要とされる存在になれるように努力したいと思います。



総務
中松 千明
(ナカマツ チアキ)

趣味は、お昼休みに散歩をすることです。まだまだ未熟者ですが、一生懸命頑張りますのでどうぞ宜しくお願いします。



総務
赤松 誉大
(アカマツ タカヒロ)

映画を見るのが好きで、作り込まれた映像にドキドキします。病院で働くことは、地域貢献に繋がると信じて精一杯頑張りたいです。

事務



事務
松田 沙織
(マツダ サオリ)

バスケットボールが好きで、休日も時間があれば友達としています。医療事務未経験ですが、しっかり身につけて頑張っていきたいです。



受付
石本 仁美
(イシモト ヒトミ)

休日は、家事をしたり、友達とお茶をしたりして過ごしています。分からないことばかりですが一つ一つの業務を精一杯頑張ります。



新入職員14名が採用となりました。
今後ともよろしくお願いいたします！！

鮭とみつばの散らし寿司

近年、食事を給食会社に委託している病院が多い中、田辺中央病院では、病院内の厨房で、調理職員が真心こめて食事を作っています。その中から、「鮭とみつばの散らし寿司」を紹介します。すし酢には、「塩」を使わずに「白干梅」を使ったお寿司です。「梅干」や「酢」にはクエン酸が含まれており、疲れをとる手助けをしてくれます。

材料 (5人分)

米	2合
昆布	5g
酢	50g
砂糖	25g
梅干し(白干)	40g
かんぴょう	10g
塩	少々
干しいたけ	10g
れんこん	40g
鮭	160g
みつば	15g
きゅうり	50g
ゆかり	0.5g
白ゴマ	8g
刻み海苔	0.5g
★砂糖	8g
★淡口醤油	12g
★だし汁	適量



1人分あたりの栄養成分 : エネルギー 327 kcal たんぱく質 12.4 g 脂質 2.9 g 塩分 1.6 g

◆下準備します◆

- ① 昆布を、ぬれ布巾で拭いておきます。
- ② 白干梅は、塩抜きをし、荒く刻みます。
- ③ 干しいたけは、戻した後、大きめのみじん切りにします。
- ④ レンコンは、薄めのいちょう切りにし、水につけてアクを抜きます。

◆具を作ります◆



かんぴょうは、塩でもんだ後、軟らかくなるまで下ゆでします。その後、大きめのみじん切りにします。



鮭は、焼いた後、荒くほくします。みつばときゅうりは熱湯で、さっとゆでます。みつばは3cm程、きゅうりは太めのいちょう切りにします。



かんぴょう、干しいたけ、れんこんを★印の調味料で炊きます。(だし汁に、干しいたけの戻し汁をいれるとおいしいです。)

◆ごはんを炊きます◆



米は洗った後、ザルに上げ、30分程置いておきます。炊飯器に、米、昆布、2合分の水を入れ、ご飯を炊きます。

◆すし酢を作ります◆



鍋に酢、砂糖を入れ、中火にかけ、混ぜます。砂糖が溶けたら、火を止め梅干しを入れます。

◆仕上げていきます◆



ご飯が炊けたら、すぐに(熱々のうち)、ゆかりとすし酢を混ぜます。



すし酢がご飯になじんだら、具、白ゴマを混ぜ、寿司飯を冷まします。器に盛り、刻み海苔を盛ったら完成。

※「寿司」にも「梅干」にも、塩分が多く含まれるため、とりすぎには注意が必要です。

ちょっとひとこま

豆知識

骨粗しょう症って予防できるの??

骨は毎日、古い所を壊して新しい物に作りかえています。年齢とともに骨を作る量が減り、骨密度が減ってきますが、それを抑えることで骨粗しょう症を防ぐことができます。

骨粗しょう症とは?…骨がもろくなって骨折しやすくなる病気です

骨粗しょう症予防プラン

▶ 食事は「骨をつくるもと」

骨の材料になる「カルシウム」や、カルシウムの吸収や骨を作る手助けをする「ビタミンD」を積極的に食事に取り入れましょう。特に、カルシウムは意識してとらないと不足してしまいます。

他にも「ビタミンK」や「マグネシウム」、「たんぱく質」など骨を作るために必要な栄養素はいろいろありますが、基本は、**バランスの良い食事**です。バランスの良い食事をして必要な栄養素を補いましょう。

【カルシウムを多く含む食品】

牛乳・乳製品、大豆・大豆製品、骨ごと食べられる魚
桜えび、小松菜などの野菜、ひじき など

【ビタミンDを多く含む食品】

いわし・さんま・鮭などの魚類、しいたけ・キクラゲなどのキノコ類
卵(卵は1日1個まで) など

▶ 骨を強くする「運動」

骨を丈夫にするために食事と同じくらい運動が大切です。

▶ 日光を浴びる

しいたけなどの植物性のビタミンDは体の中でそのまま使えず、日を浴びることにより使えるようになります。また、ビタミンDは日光浴により皮膚でも作られます。

▶ ダイエットに注意

かたよったダイエットをするとう、カルシウムの摂取量が減るだけでなく、骨のカルシウムも体で使われてしまいます。

▶ 喫煙とアルコールに注意

喫煙と過度のアルコール摂取は骨粗しょう症のリスクを高めます。

～ 控えましょう ～

食塩、リン、アルコールなどのとりすぎは、カルシウムの吸収を悪くしたり体の外へ出してしまうため控えましょう。

(インスタント食品や加工品、お酒などに多く含まれています。)