

県立安芸津病院広報誌

四季だより 冬号 2021年1月 (第81号)

院長新年のご挨拶



院長 後藤俊彦

謹賀新年



皆さま、新年あけましておめでとうございます。謹んで新春のお慶びを申し上げます。

ご承知のごとく、昨年は新型コロナウイルスが猛威をふるい、まさにコロナに始まりコロナに終わるといっても過言ではない1年でした。この原稿執筆時点で広島県における直近1週間(2020年12月9~15日)の人口10万人あたりの感染者数は38.9人で、大阪市(33.6人)や東京都(26.2人)を上回っています。

猛威をふるう新型コロナウイルスに対し我々は徹底した予防を行うことでしか太刀打ちできないのが現状です。ワクチンの開発、早期接種が待たれます。広島市内の大規模病院ではクラスターが発生し、安芸津町周辺市でも単発にはありますが発生報告があります。患者さまには面会禁止、受診制限などで多大なご迷惑をおかけし大変申し訳ありません。しかしながら、今しばらくこのような状態は続きます。広島県内の発生状況を鑑み、引き続きご理解ご協力のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

さらにこの時期はインフルエンザに対する予防も重要となります。皆さま、外出の際は、手指消毒、マスク着用、3密を避けるなどいわゆる、標準予防策の徹底を慣行していただき、少しでも感染リスクの低減を図りましょう。

当院もスタッフ一同、標準予防策の徹底を図り、この難局を克服すべく盤石なチーム医療体制で乗り切る所存であります。未だ新型コロナウイルス感染症の終息は見通せませんが、皆さまも是非、新型コロナウイルス感染予防チームの一員として危機感を共有していただき、未曾有の感染症を乗り越えましょう！

病院理念
私たちは地域の皆様の健康と暮らしを支えるために力を尽くします

監修 広報・患者サービス向上委員会
発行 県立安芸津病院
広島県東広島市安芸津町三津 4388
Tel 0846-45-0055

4階病棟看護師長
二宮 理英子



昨年4月より、師長として4階病棟に勤務しています。病棟、手術室、外来を経験し、再び病棟に戻りました。4階病棟は、内科・外科・整形外科の混合病棟で主に回復期の患者さまが入院され、地域包括ケア病床29床を有しています。地域包括ケア病床は、病状が安定した患者さまに対して、在宅復帰に向けた医療管理、リハビリ、退院後の環境整備などを支援していくための病床です。まだまだ知名度が低く、入院され、初めて病院のそのような機能を知られる患者さま、ご家族さまが多くいらっしゃいます。安芸津病院に入院したら、「家に帰るまで、ちゃんと面倒見てくれる、安心じゃ」と、少しでも地域の皆さまに思ってもらえるよう、これからも頑張っていきたいと思っております。

看護師長就任あいさつ

2020年4月から3階病棟の師長となりました。以前は外来に4年ほど勤めていたので外来で見かけた方もいらっしゃるかと思います。ここ3階病棟では主に整形外科、外科の手術を受けられる方や内科では内視鏡検査のための入院の方、手術後のリハビリの方々が入院されています。病院理念に「私たちは地域の皆様の健康と暮らしを支えるために力を尽くします」とあります。その理念に従って私たちは、安芸津病院にたくさんの不安を抱えて入院される患者さま、ご家族の方に少しでも安心して入院生活を送っていただけるよう、また退院後の生活を送れるよう、スタッフと一丸となりご協力していこうと志高く努めてまいります。

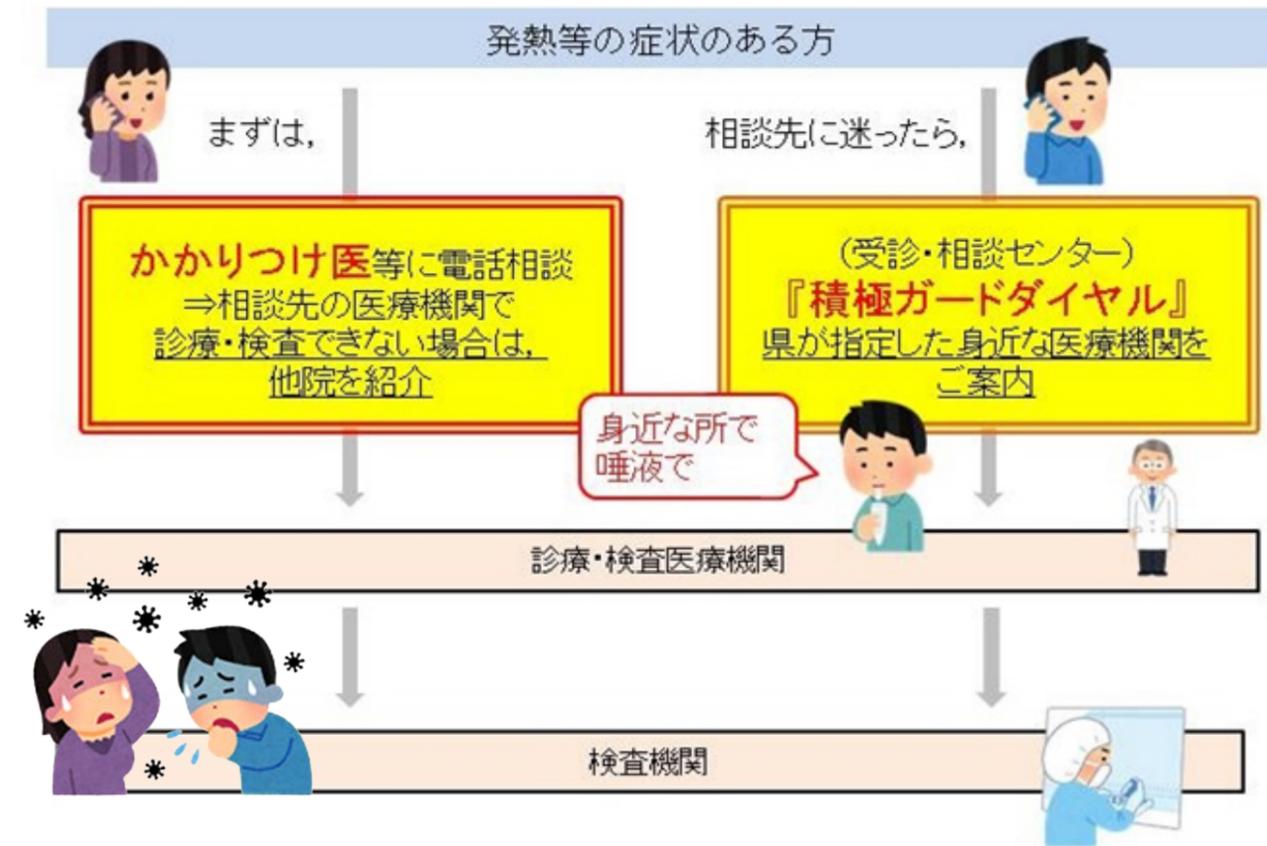


3階病棟看護師長
吉川 恵美子



発熱などの症状のある方の相談・受診の流れ[11月～]

冬の到来とともに新型コロナウイルス感染症が全国的に増加しています。広島県でも12月から患者数が激増しています。発熱や倦怠感など普通の風邪症状や、においが分からなくなったり、味覚障害などが出現しますが、全く自覚症状がない患者さんが多いのも特徴です。診断のためにはウイルス検査が必要です。以前は発熱など症状がある場合、保健所が検査の判断をしていましたが、11月からかかりつけ医等に相談して診療や検査を受けるように変更になりました。



来院される方へのお願い

- 予約、予約外に関わらず、来院前には必ず検温をしてください。
- 普段よりも熱が高い場合は来院せず、まずは電話で相談してください。
- また、病院入口に検温装置を設置していますので、来院時にも検温してください。
(ディスプレイの1メートル程度前にお立ちいただくと、体温が表示されます。)
- 37.5℃以上を検知した場合にはアラームが鳴りますので、職員にお声かけいただき、その指示にしたがってください。

正面玄関
設置
検温装置



アラーム表示
(発熱を検知すると
アラーム音が鳴ります)



体に優しいラジオ体操見直してみませんか

コロナ禍の中新しい生活様式にも慣れて来ましたが、まだまだ新型コロナウイルスの状況によって、なかなか外出することに躊躇してしまいます。しかし、人間は体を動かして生きていくように作られているため、どうしたら体を動かすことができるかと考えました。そうです！「ラジオ体操」という万能の体操があることに気が付きました。夏の朝に聞こえてくる♪新しい朝が来た～♪のラジオ体操です。



ラジオ体操は13の動きの組み合わせで全身の筋肉や筋を3分程度の時間で動かされるように考えられ、健康な人なら負担も少なく、誰でも手軽にできる体操です。これを毎日続けることで、加齢や生活の偏りなどが主な原因となる体のきしみを取り除き、人間が本来もっている機能をもとの状態に戻し、血圧や血糖値が下がった、坐骨神経痛やギックリ腰の症状が軽くなったという声もあり、骨そしょう症や転倒防止にも一役買っています。また、3分間というカップラーメンを待つ時間で、全身をまんべんなく動かせるラジオ体操は、手軽にできる体操とっていいでしょう。

ラジオ体操第1・2をするとだいたい35キロカロリーの消費になり、毎日続けると年間14,000キロカロリーの消費ができるそうです。約2kg減量できますよ。固まった体をラジオ体操でほぐして、ほかほか陽気の春に向け、またコロナに負けない体づくりをしてみませんか。

副看護部長 内山 早苗

編集後記

新年あけましておめでとうございます。
今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

今年は、丑(牛)年です。丑(牛)は古くから農作業や物を運ぶときの労働力として、人間の生活に欠かせない動物でした。勤勉によく働く姿から「誠実さ」を象徴し、身近にいる縁起の良い動物です。十二支の動物の中で最も動きが緩慢で歩みの遅い丑(牛)の年は、先を急がず一步一步着実に物事を進めることが大切な年と言われています。



今年も皆さま一人一人が目標や夢に向かって一步一步、歩いていかれることを願っています。

2020年の漢字には、「密」が選ばれましたね。新型コロナウイルスの感染拡大で「3密」という言葉が使われ、多くの方が常に「密」を意識しながら行動をするようになったことや、離れていてもオンラインなど大切な人との関係が「密」接になったことからだそうです。

今年も新型コロナウイルス感染症の蔓延でまだまだ耐え忍ぶ年になるかもしれません。当院においてもマスク着用および手指消毒のお願い、随時体温測定を行い感染予防に努めております。また現在、新型コロナウイルス感染症予防のため入院患者さまの面会禁止を継続しております。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

今年も地域の皆様の健康と暮らしを支えられるよう皆様の声に耳を傾けながら、地道に突き進むことで新たな発展へ繋げる年にしていけたらと思います。職員一同頑張りますのでよろしくお願い申し上げます。

副院長 岡 賢美

令和3年