

済生会三条病院だより

# あんしん

昔の風 西

No. 61  
2018. 1-3  
(H30)

## 目次

2	2018年 新年のごあいさつ 院長 郷 秀人
3	非常時に備えて：災害時医療訓練 実施
4・5	【特集】 ☆☆ 冬の感染症予防 ☆☆ インフルエンザ・ノロウイルス予防は家庭から！ ～正しい手順で、まずは手洗い・そして消毒～
6	(病児・病後児保育ルーム)“なのはな”をご紹介します
7	季節の彩り「冬 あったか! もちもちチーズグラタン 片」 3月の健康教室は「延ばそう健康寿命・おくすり保存法など」です
8	外来診療担当表



冬の田園 ● 撮影 山田 健一 氏



# 2018年（平成30年）年頭に当たって

新年あけましておめでとうございます。

院長 郷 秀人

旧年中は新潟県済生会三条病院をご支援、ご利用いただき誠にありがとうございました。

職員一同、昨年も地域に貢献すべく、医療を基本として様々な活動をしてまいりました。一昨年開園しました附属保育園「たんぽぽ」の第一期生は、昨年3月に元気に巣立っていきました。また、三条市からの委託事業、病児病後児保育ルーム「なのはな」は、徐々に認知度が上がり、順調にご利用者が増えております。



皆様ご存じのとおり、三条市を含む県央地域では、これから人口が減少していき、反対に高齢者数は増加して参ります。これは今後、医療・介護・生活支援を必要とする住民が増える一方で、その方たちを支える人材を確保することが大変になっていくことを意味しています。

そこで皆様をお願いしたいことがございます。まずはご自身が、可能な限り支援を必要としないで生活できるようにしましょう。日頃より、健康に留意され、健康寿命を延ばすように努力してください。また年齢に関わらず、健康な方は周囲の方に手を差し伸べてください。そして若い世代の人たちには、ぜひ地元に残って支援する側の仕事に就いていただきたいと存じます。

当院では医療職を目指す学生の研修の受け入れや、小学生から高校生までもを対象とした病院見学や職場体験等を通じて、これからの支える世代の育成にも力を注いでおります。また皆様から、限りある医療資源の適正利用にご協力いただくことで、私ども医療従事者は更に安全・安心で質の高い医療を提供することが可能となります。

当院は今年も、新しい保育園・病児病後児保育事業を含めて様々な形で地域に貢献してまいります。

どうぞ本年もよろしくお願い申し上げます。



## 済生会の『無料低額診療事業』のご案内

当院では社会福祉法に基づき、**医療費の軽減・減免**を行っております。療養生活において経済的な事情がございましたら、お気軽に医療福祉相談室にお声掛けください。相談員が対応いたします。



# 非常時に備えて! 《 災害時医療訓練 》

平成29年10月20日(金)



トリアージセンターに傷病者を搬入



治療エリアでの対応(トリアージ分類:赤)

当院は新潟県から災害拠点病院に指定されています。災害医療派遣チーム(DMA T)も有しており、毎年この時期に災害時における傷病者の受け入れや情報の共有、転院搬送などの大規模な訓練を実施しています。

本年も、昨年に引き続き三条保健所及び三条市消防本部のご協力をいただき、当院DMA Tチームが中心となって企画した訓練を行いました。今回は「県央地域を震源に震度5～6の地震が発生、家屋全半壊、多数の負傷者が発生」という想定に基づいています。

午後2時、『地震発生』の非常放送が流れます。初動対応を行い災害対策本部を設置、院内外の被災状況を確認、今後の展開を予測・検討し対策を決定します。この指揮命令システムの早期確立と保健所および消防本部などとの連携は、災害対応訓練の重要なポイントのため、当院では本部の設置場所や連絡方法を変え、様々な状況に対応できるよう繰り返し行っています。具体的には、県庁との連絡を担う三条保健所、および傷病者の搬送や重症者の転院並びにその調整を行う三条市消防本部の方々との情報共有と対応協議となります。

また、災害時の傷病者対応については、入退院入口前にエアーテントを建てトリアージセンターを設置。救急搬送などの模擬患者のトリアージ※1を行った後、院内の症状に応じた治療エリアに搬送、処置・検査等を行いました。治療体制についても、被災した状況下でいかに効果的な対応ができるかという課題に取り組み、毎回訓練を重ねています。

約2時間の訓練を行い、各班で振り返りミーティングの後、全員が出席して、院長・各班長・保健所・消防本部による講評を行いました。私達はこれからもこのような訓練を重ね、災害に備えてまいります。

最後になりましたが、ご協力いただきました三条保健所、三条市消防本部、そして模擬患者役として参加いただいた三条市医師会准看護学院の学生の方々に感謝を申し上げます。

※1 トリアージ：大事故・災害などで同時に多数の患者が出た時に、手当ての緊急度に従って優先順をつけること。



災害対策本部：保健所連絡担当者との打合せ



災害対策本部：病院の被災状況を掲示・共有



## 感染対策は家庭から!!

トイレの後や食事の前に石けんで手を洗っていますか? ①トイレの後 ②調理の前 ③食事前に石けんと流水で手を洗うよう指導を受けた600世帯では、指導を受けなかった306世帯に比べ、5歳未満の子供の肺炎が50%、15歳未満の子供の下痢が53%、とびひが34%も減少したそうです。

やはり、感染症の予防には石けんと流水での手洗いが一番大事です。ノロウイルスやインフルエンザに感染しないよう、家族みんなで Let's 手洗い!!

ばい菌などは、  
どんなところにも  
いて、それが手に  
付着します。



だから、  
手を良く洗わないで  
こんなことをすると  
感染します!!



鼻や眼のなかへ

そして  
口のなかへも

## 自分や家族を守るために、正しく手を洗いましょう

### 手指の正しい洗浄手順



① まず手指を  
流水でぬらす



② 泡状の石けん液を  
適量手の平に取り出す



③ 手の平と手の平を  
擦り合わせ  
よく泡立てる



④ 手の甲をもう片方の  
手の平でもみ洗う  
(両手)



⑤ 指を組んで両手の  
指の間をもみ洗う



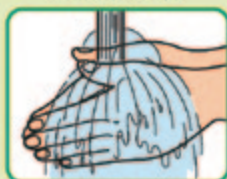
⑥ 親指をもう片方の  
手で包みもみ洗う  
(両手)



⑦ 指先でもう片方の  
手の平でもみ洗う  
(両手)



⑧ 両手首まで  
ていねいにもみ洗う



⑨ 流水でよくすすぐ

- 石けんを十分に泡立て、手順に沿って30秒以上洗いましょう。
- 石けん成分が手に残らないように十分すすぎましょう。
- 手を拭くときは、こすらず叩くようにして良く水分をふき取ると手荒れ防止になります。
- 手洗い後は、保湿クリームで保護することで手荒れを防止し、菌を洗い流しやすくします。



## 意外と知られていない?手指の正しい消毒方法!!

手の消毒剤は、病院だけでなくスーパーやレストランなど、様々な場所に置かれるようになりました。しかし、残念ながらほとんどの所には、正しい使用方法が表示されておらず、これでは十分な効果が期待できません。この頁で正しい方法を身に付け、感染防止にご活用ください。

### 手指の正しい消毒手順



① ジェル状の速乾性手指消毒剤を適量手の平に受け取る



② 手の平と手の平をこすり合わせる



③ 指先、指の背をもう片方の手の平でこする(両手)



④ 手の甲をもう片方の手の平でこする(両手)



⑤ 指を組んで両手の指の間をこする



⑥ 親指をもう片方の手で包みねじりこする(両手)



⑦ 両手首までていねいにこする



⑧ 乾くまでこすり込む

- 手指消毒剤は、量が少ないと除菌力が低下するため、15秒以上擦り合わせても乾燥しない程度の十分な量を使用しましょう。
- 指先を先に消毒することで、ばい菌が入りやすい爪の間の消毒が効果的に行えます。
- 手をこすりあわせることで消毒薬が手に浸透し、乾くまでこするにより、効果が発揮されます。

SARAYA © SARAYA CO., LTD



## 受診時・面会時のお願い

- ①受診の際に、発熱・嘔吐・下痢・発疹などの症状がある方や海外渡航歴のある方は受付でお申し出ください。
- ②発熱・咳・くしゃみ・鼻水などの症状がある場合は、マスクの着用をお願いします。細菌やウイルスを広げないよう、ご協力ください。
- ③来院時や面会時に、手の消毒をお願いします。患者さんや他の面会者への感染を防止するため、院内に手の消毒剤を設置しています。(右図参照)
- ④体調の悪い方は、入院患者さんへの面会や付添をご遠慮ください。患者さんに感染症をうつさないように、ご配慮願います。

手指消毒剤



- ・正面玄関ホール 外来受付前
- ・病棟エレベーター前
- ・各病室の入口

マスク



- ・入退院入口
- ・1F小児科外来 自動販売機脇

今回は

## 病児・病後児保育ルーム「なのはな」を紹介いたします♪♪

附属保育園たんぽぽと同じ建物内にある、「病児・病後児保育ルーム なのはな」は、この春で3年目を迎えます。このルームは「子供の具合が悪くて保育園に預けられない、インフルエンザなどの感染症は治ったけれど、**まだ保育園や学校に行けない**」「でも、仕事を休めないし、周りをお願いできる人もいない」**困ったな～(\*\_\*) … そんな時に利用していただきたい施設**です。

通常は保育園や学校で過ごし、病気の時は「なのはな」で静養することで、保護者の方は、安心して仕事と育児を両立できます。実際に利用された方からは『仕事を休まずに済んで助かった』という声をいただいております。



### ☆利用方法です☆

①**事前に**子供さんの**登録**をしてください。登録は三条市子育て支援課・当ルームの、どちらでもできます。

☎(三条市子育て支援課：45-1115) (なのはな：31-3800)

②病気で医療機関を受診したときに**「医師連絡票」**をもらってください。

③**利用される前に**、当ルームに**電話で予約**をして下さい。なお、定員は10名です。

### ☆利用当日は☆

①お持ちください : お昼ごはん、おやつ、処方された薬、坐薬、熱さまし、着替えなど。

②お聞かせください : お子さんの病状や普段の様子、今日の対応に必要なことなど。

③静養しましょう : お部屋で病状に合わせて横になったり、静かな遊びをしながら静養します。  
感染症の方は、個室で対応します。

### ☆スタッフより☆

※私たちは、ほとんどのお子さんとは初対面ですので、まず信頼関係を作るように心がけています。そして、もし症状が変化した際には看護師がすぐに対応します。状況によっては、済生会三条病院の小児科で対応しますので、ご安心ください。このように、保育士・看護師・済生会三条病院の三者で連携し、具合の悪いお子さんが早く笑顔になれるように努めます。また、保護者の方からも安心して利用していただける「なのはな」を目指してまいります。

### ☆こちらをご覧ください☆

①保育時間：平日の 午前8時30分～午後5時

②お 休 み：土、日、祝日、12月29日～1月3日、お盆期間の1日(別途ご案内します)

③利用対象：生後6ヶ月から、概ね小学校3年生までのお子さんで、病気又は病気の回復期にある方

④利用条件：病気又は病気の回復期にあるため、集団保育などが難しいこと・保護者が三条市内に居住または在勤で、勤務などで家庭での保育が困難であること。かかりつけ医師の指示を受けていること



冬編

季節の彩り

# お正月に余ったおもちをリメイク!!

栄養科

お正月のおもち、余っていませんか？そんな時はいつもと違ったおもち料理にチャレンジ!!



おもちとチーズの  
相性抜群

オススメ!

## もちもちチーズグラタン

材料 (2人分)

1人分：395kcal、塩分1.9g

もち	2個
ブロッコリー	1/2房
れんこん	1/2節
シーフードミックス	適量
玉ねぎ	1/2個
小麦粉	大きじ1と1/2
バター	10g
牛乳	300cc
コンソメ	小さじ1
塩・こしょう	少々
ピザ用チーズ	30g

### 作り方

- ①ブロッコリーは小房に分ける。れんこんは食べやすい大きさに切り、それぞれ茹でておく。  
玉ねぎはスライスし、もちは角切りにする。
- ②フライパンに玉ねぎとバターを入れて熱し、5分ほど焦がさないように炒める。  
小麦粉を振り入れ、からめるように炒める。
- ③牛乳を少しずつ加えて混ぜ、とろみがでたら、ブロッコリー・れんこん・シーフードミックス・コンソメ・塩・こしょうを加えて3分煮る。
- ④耐熱皿に③を入れ、もち、ピザ用チーズをのせる。オーブントースターで焼き色がつくまで10分焼く。  
オーブンの場合は240℃で13分焼く。

メモ

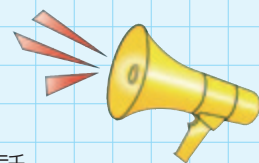
れんこんはビタミンCが豊富で、みかんの1.5倍、大根の3.7倍に相当する量が含まれています。  
れんこんはでんぷん質が多いために、加熱してもたくさんのビタミンCが残ります。



## 3月の健康教室は『薬の剤形と保存&ピンピンコロリ延ばそう健康寿命!』です

日時：平成30年 3月 6日 (火) 14:30 ~ 15:30

場所：済生会三条病院 2F講義室



★お薬には、錠剤・水剤・散剤・外用剤など、いろいろな形「剤形(ざいけい)」があります。

『錠剤が大きくて飲みにくい』『でも形を変えると飲みやすくなりますよ』などの役立つお話。  
また、薬の基本的な保存方法もお伝えします。

★日本人の平均寿命は80歳を超えるようになりました。しかし、晩年の10年間は介護を必要とするとも言われています。ピンピンコロリの人生を全うするための「からだづくり」を、今から始めてみませんか？

# 外来診療担当表

(平成30年1月1日現在)

※病院窓口(医事課)受付は、午前は8時30分から、午後は1時から開始いたします。

※担当医師は変わることがございます。病院ホームページ、または電話で確認の上、ご来院ください。  
 ※完全予約制は、必ず事前に予約が必要となります。  
 ※整形外科・泌尿器科を初めて受診される方は、紹介状をお持ちください。



診療科	診療受付時間	診療開始時刻	月	火	水	木	金	備考			
<b>内科</b> 専門分野 消化器 坂内・斎藤 上原・佐々木 呼吸器 小浦方・渡邊 腎 捧(博輝)・竹山 西野 放射線 捧(彰)	午前	8:30~11:30	9:00~	1診	捧 彰	西野 (新患)	西野	捧 彰 (新患)	捧 彰	※月曜日午前中の大学医師の診療は9:30からとなります。 ※小浦方医師の診療は10:30からとなります。 ※金曜日の4診担当医第1・3・5…捧博輝医師第2・4…竹山医師で交替制となります。 ※火曜日、水曜日、木曜日、金曜日は午後休診です。 ※木曜日竹山医師の診療は9:00~10:00となります。	
				2診	渡 邊	竹 山	渡 邊 (新患)	渡 邊	—		
				3診	坂 内	坂 内 (新患)	斎 藤	坂 内	斎 藤 (新患)		
				4診	西野 (新患)	捧 博輝	捧 博輝	大学医師(内分泌) (予約のみ)	捧 博輝/竹 山 (新患)		
				5診	小浦方 診療開始10:30	—	小浦方(新患) 診療開始10:30	竹山(9:00~10:00) 小浦方 診療開始10:30	大学医師 (循環器)		
				6診	大学医師(新患) 診療開始9:30	佐々木	佐々木	佐々木 (新患)	—		
	午後	13:00~15:00	14:00~	1診	—	上原 (予約のみ)	—	上原 (予約のみ)	—		
				2診	大学医師 (呼吸器)	—	—	—	—		
	検査	—	—	—	佐々木	斎 藤	捧 彰	—	坂 内		
				—	佐々木	—	捧 彰	斎 藤	坂 内		
				—	斎 藤	捧 彰	坂 内	大学医師	佐々木		
				—	—	小浦方	—	—	—		
				—	小 山	—	—	小 山	西野		
	小児科	午前	8:30~11:30	9:00~	1診	千 葉	片 岡	千 葉	千 葉		※予防注射・乳児検診は予約制
					2診	片 岡	片岡 中牟礼	片 岡	片岡 中牟礼		
午後	13:00~16:00	14:30~	1診	千 葉	片岡 (受付15:00~) 診療開始15:30	片岡 中牟礼	片 岡	片岡 中牟礼			
			2診	—	中牟礼 (乳児検診・予防注射)	—	千 葉 (慢性疾患・予防注射)	—			
外科 (完全予約制)	午前	8:30~11:00	9:00~	新患	須 田	榎 本	小 出	須 田	※完全予約制 ※必ず事前予約が必要です。		
				予約	小 出	須 田	榎 本	榎 本		須 田	
整形外科 (完全予約制)	午後	13:00~15:30	13:30~	—	大 竹 (乳腺外来)	—	—	—	※乳腺外来(予約制)		
				—	丸 山	—	丸 山	丸 山	丸 山	※完全予約制 ※新患の方は紹介状をお持ちください。	
産婦人科	午前	8:30~11:00	9:00~	1診	夏 目 (婦人科)	夏 目 (婦人科)	大学医師 (婦人科)	夏 目 (婦人科)	遠 藤 (婦人科)	※月・水曜日 産科担当 野田医師・大学医師 不定期	
				2診	野田/大学医師 (産科)	大学医師 (産科)	野田/大学医師 (産科)	大学医師 (産科)	夏 目 (産科)		
午後	13:00~16:00	14:00~	—	野 田 (予約制)	—	夏 目 (婦人・産科)	—	遠 藤 (婦人・産科)			
			—	—	—	—	—	—			
皮膚科	午前	8:30~11:30	9:00~	—	大学医師	—	—	—	※木曜日、月2回不定期		
				午後	13:00~16:00	14:00~	—	—		伊 藤	—
泌尿器科 (完全予約制)	午前	8:30~10:45	9:00~	予約	金 子	東	郷	郷	※完全予約制 ※新患の方は紹介状をお持ちください。		
			9:30~	新患	郷	金 子	東	金 子		郷/東	
歯科 (予約制)	午前	8:30~11:30	9:00~	—	大学医師	大学医師	大学医師	斎 藤	※月・火・水曜日は 大学医師		
				午後	13:00~16:00	14:00~	大学医師	大学医師		大学医師	斎 藤
眼科	午前	8:30~	9:00~	—	田 辺 受付時間 (8:30~11:00)	—	—	—	※新患の方は紹介状 をお持ちください。		
				午後	13:00~15:00	13:30~	—	—		田 辺	
その他の科	午後	13:00~16:00	13:30~	—	耳鼻咽喉科	—	耳鼻咽喉科	—	※各科とも大学医師 ※現在、リエゾン精神科の 新患受付は中止して おります。		
				—	—	—	リエゾン精神科 (予約制)	—			
				—	14:00~16:00	14:00~	—	—		脳神経外科	

すべてのいのちの虹になりたい それが日本最大の社会福祉法人・済生会の願いです



## 当院の基本方針

1. 患者さんに信頼される医療を提供します
2. 医療と福祉を円滑に連携します
3. 地域に必要な二次救急の医療を充実します
4. 災害拠点病院として機能強化につとめます

## 発行



社会福祉法人 済生会支部  
**新潟県済生会三条病院** 広報委員会

〒955-8511 新潟県三条市大野畑6番18号  
 TEL 0256-33-1551 FAX 0256-34-7541  
 ホームページ <http://www.saisanhp.com>  
 facebookページ <http://www.facebook.com/saiseikaisanjo>

