



高幡会だより

こころ 30

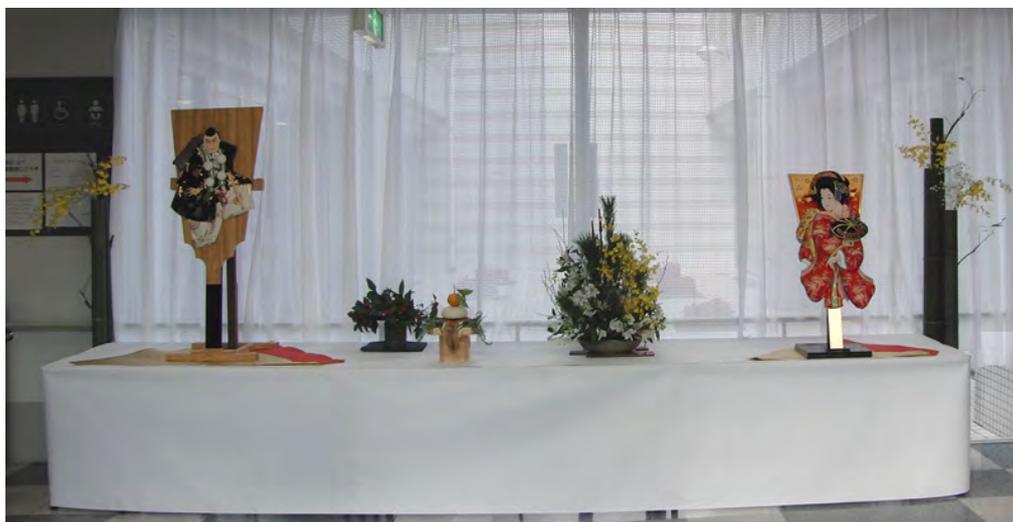
2012.1



私達は、地域において必要とされる 病院・施設・事業所を目指します。



日本医療評価機構認定病院 大西病院 <http://www.oonishi-hp.or.jp/>



新年のご挨拶

新年を迎えるにあたり、ご挨拶申し上げます。

昨年は、東日本大震災と原子力発電所事故という未曾有の災害に日本中が翻弄された年でした。今年はこのようなことがない良い年になるよう皆様とともに祈りたいと思います。

南海大地震は確実に30年以内に起こると言われています。病院のある場所は津波は大丈夫ですが、四万十町には海岸部もあります。病院には、多くの方々が避難されたり、診療が必要な患者さんが運び込まれることも予想されます。昨年改装された四万十清流消防署も頼りになる存在です。大西病院も、災害時この地区の方々のお役に立てる覚悟と、整備をしています。日本赤十字社ボランティアリーダー救急法指導員と日本赤十字奉仕団委員長を迎え、災害時の救急法や簡易トイレの作り方などを習いました。災害に備えた食料やミルクの備蓄量を7日分に増やすなどしました。四万十清流消防署と大西病院の二つが国道を挟んで在るこの古市町は、災害時には地区の安心の拠点となれるよう努力しております。

大西病院は、昨年12月13日・14日に日本医療機能評価機構認定更新の為の訪問調査を受けました。病院機能評価は患者様がよりよい医療、ケアを安全に受けることができるような標準的な条件が整っているかどうかを審査されるもので、合格は間違いないと確信しております。

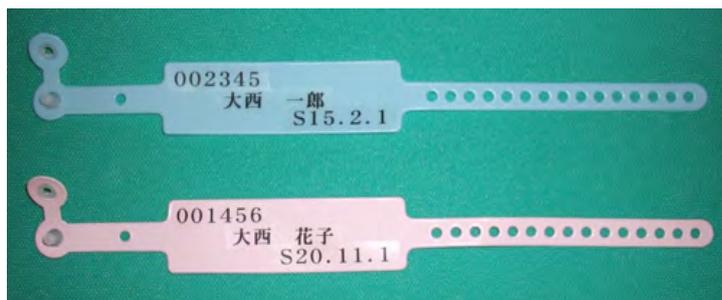
本年もよろしくお願いいたします。



大西病院院長 あけぼの施設長
田口 博國

安全安心な医療を目指し リストバンド導入

平成 23 年 12 月 1 日より
リストバンドを導入しました。



病院では、患者さんの安全を第一に考え、安心・安全な医療の提供を目指し、誤認防止に努めています。

看護部

通所リハビリテーションでおやつバイキングを始めました



通所リハビリテーションで月1回、
バイキングの取り組みを始めました。
おやつバイキングや主食バイキングを
開催しました。
みなさん、どれにしようかしら〜と
にぎわっており、和気あいあいとした
時間が過ごせました。



栄養科

肩こり体操

寒さの厳しい季節となりました。
気づけば肩に力が入っていて、肩こりになっている人が多いのではないのでしょうか？
普通の肩こりは同じ姿勢からくる筋肉の血行不良が原因です。
2～3分でできる簡単な肩こり体操をご紹介します。
家事や仕事の合間に、首・肩を動かして筋肉をほぐし、肩こりを解消しましょう。

1. 首の体操

①首を前後に曲げる（各3回）



②顔を左右に向ける（各3回）



③②の体操であごをひく（各3回）



④首を左右に大きくゆっくり回す
（各3回）



2. 肩の体操

①両肩をすくめるように上げて、
力を抜く（5回）



②両手を肩につけ、肘で円を描くよう
に回す（内回し5回、外回し5回）



③両手を組んで頭の上まで挙げる
（10秒間を2回）



④両手を後ろで組んで挙げながら胸を
張る（10秒間を2回）



●実施上の注意点

無理はせず、痛みの無い範囲で行う。
息は止めず、ゆっくりと行う。

永年勤続者表彰

高幡会に20年以上勤続され、表彰された方 (①部署名 ②勤続年数 ③一言)



西村 安子

- ① 厨房
- ② 37年
- ③ 永年勤続者表彰をいただきましてありがとうございます。
大西病院の厨房に努めて、37年になります。
患者さんにおいしかったと喜んでもらえるように、定年退職まで精一杯頑張らせていただきます。



市川 和代

- ① 看護部
- ② 24年
- ③ 長かったようで短かった20数年、勤続させていただきました。職場のご理解、家族の協力があつたからだと感じています。
表彰していただき、ありがとうございました。



中間 恵美子

- ① 看護部
- ② 21年
- ③ 勤続表彰をしていただきまして、大変ありがとうございました。思いがけず長い年月となりました。これも周りの皆様のおかげです。
今後も一生懸命頑張ります。

インフルエンザかな?と思ったら

●重要ポイント

この3つのポイントがそろうことが、インフルエンザの特徴です。

- ・ **地域内でのインフルエンザの流行**
- ・ **急激な発症**
※前触れとしての鼻水や咳、くしゃみなどが続くことなく、急に高熱になって気づく
- ・ **38℃以上の発熱/悪寒**

●要注意ポイント

重要ポイントの他にも次のような要注意ポイントもあれば、インフルエンザを疑いましょう。

- ・ **関節/筋肉痛**
- ・ **倦怠感/疲労感**
- ・ **頭痛**
- ・ **寝込む**

また、次のいわゆる「かぜ症状」もほとんど同時か、やや遅れて現れます。

- ・ **咳/鼻汁/くしゃみ**
- ・ **のどの炎症**

当院では、インフルエンザ迅速検査を行っています。
上記のような症状の場合には、重症化する前に早めの受診をお願いいたします。



当院では、地域の皆様にお気軽にご相談いただける様、上記のマークを付けた職員を配置致しました。このマークを付けている職員になんでもご相談下さい。

相談窓口: **地域連携室** **大西病院**

医療法人 高幡会



皆様からの「投稿」をお待ちしております。
病院へのご意見・ご質問、広報誌へのご感想
ご意見などをお寄せください。

〒786-0007
高知県高岡郡四万十町古市町 6 番 12 号
TEL 0880-22-1191 / FAX 0880-22-1250
✉ e-mail : info@oonishi-hp.or.jp