



社会医療法人 栄光会

栄光病院

EIKOH HOSPITAL

広報誌 (医療版)

Vol. 27
2021 Apr

手と目と



「春」

回復期リハビリテーション病棟
入院患者さんの
作品

■Contents■

- 巻頭言
- 特集～感染防止対策について～
- 部署紹介
- 【連載】 コロナに負けず体力作り
- 健康のためのちょっとイイお話し
- My Favorite ～私のお気に入り～
- 診療スケジュール
- 編集後記

「今月のことば」

素直に率直に謝る行為ほどに
清々しい行為は他にありません。
謝られた当人も、同様に「私こそ」
との思いに至ることがしばしばです。
まさに「雨降つて地固まる」。
相互の絆は前にも増して
強くなります。

(「栄光会フィロソフィ」より)

「手と目と」

この言葉には、
「手」と「目」で「見る」
(手+目=看) という
私たちの思いが込められています



社会医療法人 栄光会 栄光病院
看護部長 的野 修一



毎朝、通勤途中に聴くラジオ番組がある。その冒頭で女性パーソナリティが「今日の数字は新たに〇〇〇人」と前日の新型コロナウイルス感染者の数を伝えるのだが、この日は違った。「今日の数字は、あれから十年」と東日本大震災から十年が経つたことを伝えていた。

思い起こせば十年前のあの日、外来の待合室のテレビでまるで映画のワンシーンのように、押し寄せた津波が全てを押し流し、飲み込んでいく様子をただ茫然と言葉なく見ていた。そしてそれはまた自然の驚異の前になす術もなく、ただ見ているしかない人間の無力さを思い知らされた出来事でもあった。あれから十年、徐々に復興が進んで行く様子をメディアで見るとつけ人々のたくましさを感じる一方で、一万人以上の人が亡くなり、二十人以上の人が未だ行方不明であり、震災関連死は三千人を超えるということや、多くのものを失い未だ失意の中にある人がいることも事実である。私たちはこのことを決して忘れてはならない。

それにしてこの震災後も豪雨や地震など各地で大きな災害が頻発、人々を苦しめてきた。そして極めつけが今回の新型コロナウイルス感染症の拡大である。この感染症を自然の驚異と呼ぶかどうかは別として、人類にとつて歴史に残る出来事であることには違いない。

とはいえ歴史を遡れば人類は過去多くの耐え難い困難を経験し、その度ごとに力を合わせ英知を結集し、その一つひとつを克服してきた。きつと今回のこの新型コロナウイルス感染症もいつか「そういうえばそんなこともあった」と話せる日が来るに違いない。

そして、私たち医療従事者もその日が来ることを信じ、この困難を克服する先頭に立ち「誇り」と「使命感」を持って立ち向かう人でありたいと思う。

新型コロナウイルス感染症対策



当院の会計窓口では、患者さんの利便性向上と感染症対策としてクレジット決済（3,000円以上利用可）に加え、各種電子マネー・QRコード決済にも対応いたしました。対応する決済方法は、下記をご確認ください。



◆クレジットカード



◆電子マネー



◆QRコード決済



新型コロナウイルス感染症対策

受診・ご面会する全ての患者さんやご家族様、来院する全ての方のうち、

発熱・症状のある方の早期発見と

可及的速やかに有効な感染対策を開始する

ことを目的とし、正面玄関でのトリアージを行っております



◆正面玄関における 24 時間体制の感染対策

病院入口の制限：入口と出口を分けて個別化、**一方通行化**しております

飛沫感染予防策：職員をはじめ、病院内に立ち入る**すべての皆様に**

マスクの着用を義務付けており、入口で目視確認をしております

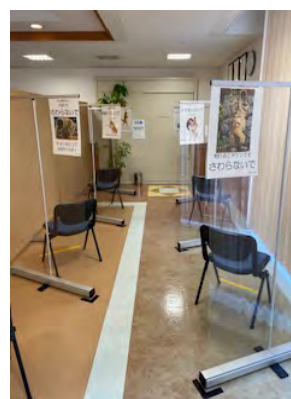
非接触性の検温システム：体温検知顔認証カメラで全ての来院者の体温を測定し、

発熱者の早期発見・隔離を行います

擦式手指消毒薬による**手指衛生**：病院出入口をはじめ、病室・廊下などに

擦式手指消毒薬を設置し、

手指衛生遵守向上に努めています



◆発熱者待機・診察スペース

発熱のある方、新型コロナウイルス感染症を疑う症状がある方は、

専用の問診票記入後、**専用待機スペース**で待機し、**専用診察室**で

医師の診察、指示に応じた検査を受けていただきます

医師、看護師、事務職員など**対応する全ての病院職員は個人防護具を着用**します

専用スペースでは**パーティション**を設置し、**症状がある患者さん同士の接触を避けて**います



コカ・コーラ ボトラーズジャパン (株) 様より 寄贈いただきました



コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社様は
新型コロナウイルス感染症の影響に伴う
地域社会への支援として、
コロナウイルス感染症拡大防止に取り組む
医療関係者に
コカ・コーラ社製品の無償提供を
実施してられました。

今回、2021年2月25日(木)に
栄光会職員へ温かいエールと共に
たくさんの飲料製品を寄贈いただきました。

感謝申し上げます。
ありがとうございました!!



コカ・コーラ ボトラーズジャパン
バンディング東福岡支店
稲益 一生 支店長



桜が満開となり 待ち望んでいた春の訪れを感じます。
 私たちはご自宅で療養する方々のもとに訪問し、
 様々なケアを行っています。

「庭の桜が咲いた」「メジロが来るのを楽しみにしてる」
 家だから見える景色、嬉しそうに話してくれます。

訪問看護では利用者とその家族の相談に乗り、アドバイスすることも
 重要な業務の一つです。
 利用者・家族・主治医の橋渡しの存在として、
 又は 地域に関わる多職種との連携をスムーズに行う調整役としても
 訪問看護師の役割は重要です。

栄光会訪問看護ステーションでは、
 医療を必要としている**医療的ケア児**から
高齢者まで幅広い年齢が対象です。

今日はそんな訪問看護ステーションの紹介をします。

【スタッフ】

看護師 8 名、リハビリスタッフ 4 名、クレーク 1 名



【サービス内容】

療養上の世話、病状の観察、医師の指示による医療処置
 医療機器の管理、ターミナルケア、床ずれ予防・処置
 在宅リハビリテーション、認知症ケア、ご家族への介護支援・相談
 緊急時対応 (24 時間 365 日)





新型コロナウイルスが世界で流行し始めてから、約1年が経過しますが、いまだにコロナの収束は目途が立っていない状況です。コロナの影響により外出機会が減少し、体力が落ちることが心配されています。今回は運動不足を解消し、健康を保てるように自宅のできる運動をご紹介します。

自宅でできる筋力トレーニング

◆ひざ伸ばし（衰えやすい**大腿四頭筋**を鍛える） 左右それぞれ 10 回ずつを 1～2 セット



4 秒間かけて膝を伸ばし
4 秒間かけて元に戻す。

◆もも上げ（**大腰筋**と**腹筋**を鍛える） 左右それぞれ 10 回ずつを 1～2 セット



4 秒間かけて胸に近づけ
同時に上体をかがめる。
4 秒間かけて元に戻す。

◆スクワット（下半身の筋肉をバランスよく鍛える） 10 回ずつを 1～2 セット



かかとが浮かないように、
膝がつま先より先に出ない
ように心がける

4 秒間かけて腰を落とし
4 秒間かけて元に戻す。

筋力トレーニングの注意点

- 血圧上昇防止のため、息をこらえないように（できるだけ声を出して、数字を数えながら行う）
- 立った姿勢で行う運動は、転倒防止のため、椅子の背もたれなどを持って行う
- 立った姿勢が不安定な方は、座ってできる運動を行う
- 筋肉や関節などの痛み、体力に応じて、回数や運動内容の調整を行う

上記の運動以外に人混みを避けての散歩や家の片づけ、庭いじりなど、できる運動を続けましょう

健康のための

ちよつとイイお話し

芸術と健康

当院には図書室があり、先日、ふと目に入ってきたのは、ある画集でした。10年前に仕事で行っていた奄美大島（鹿児島市と沖縄本島のほぼ中間の島）で、田中一村記念美術館に寄った際、その絵をみる機会があり、一目見て思い出しました。

田中一村は明治から昭和にかけて活躍した日本画家で、関東出身ですが、中央画壇とは一線を画し、50歳にして単身で奄美大島に移住し、大島紬の染色工として働きながら、絵を描いて暮らし生涯を過ごしています。そのため、後に記念美術館がつくられています。

奄美大島は沖縄並みの暖かさと多湿な亜熱帯の環境で、そこに見られる、植物、鳥、魚などを題材に描かれていて、どの絵も色彩豊かで、大胆さが際立つ絵です。絵ですから説明してもどうにもなりません。『元気が出る絵』という感じですよ。



栄光病院 健診センター
健診センター長代行

川端 隆史

著作権の問題があり、載せられませんので、図書室やインターネットでみてください。

さて、このままですと健康に関係しないので、イギリスの「University College

London」では2002年から50歳以上の男女を対象に『芸術に関連する社会的な活動と健康の関係』を調査しています。その報告では「芸術的な活動」に接する機会が多いほど、健康に関連するリスクを減らす可能性が指摘されています。

およそ14年間観察し、美術品鑑賞やコンサートなど、いわゆる「受け身」の芸術的な活動に参加する頻度と生存率との関係を調査しています。

芸術的な活動を「全く行わない」群では、52.5%でしたが、芸術的な活動を「2、3カ月に1回行う」群では81.4%でした。「全く行わない」群より、生存率がおよそ31%高いということになります。

ここまでの差が実際にあるとはとても思えませんが、経済状況など、いくつかの関連する因子の影響を補正しても、「芸術的な活動」の健康に関するリスク低減効果は維持されることが示唆されています。

The art of life and death: 14 year follow-up analyses of associations between arts engagement and mortality in the English Longitudinal Study of Ageing, BMJ
2019;367:16377

芸術と健康に関しての発表は非常に多く、2019年には、世界保健機構（WHO）が900篇をレビューしています。健康管理や予防治療に関するものが多く、子どもの発達の支援、健康促進行動の奨励、病气（高血圧など）の予防、精神的問題の支援などの多くの効果が期待できるとされています。

現状にあったかたちで、絵画をはじめとする芸術に積極的に触れてみてはいかがでしょうか。





地域包括ケア病棟
看護主任
岡崎 祥子

「お鍋でおいしくは？」

皆さんは、白ご飯を炊くとき、「鍋派」ですか？「炊飯器派」ですか？
私は、「鍋派」なんです。

今、高機能な炊飯器が沢山出ていますよね。CMを見ながら、「おお・ほしい」とつつい見入ってしまうこともありすが、私は、「お鍋で炊いたご飯は、最高！」と、勝手なことばかりあります。

小さい頃、母が作ってくれた「おにぎり」が大好きでした。なぜか母が作ったおにぎりは、美味しかった。ふんわりとしたおにぎり・・・3人姉弟の我が家は、取り合いです（笑）何個でも食べれていたような・・・

今思うと、炊き方だけではなく、愛情も入っていた気もしますが、それはプラスの調味料だったとして、母は、お鍋派ではないのですが、「ガス釜」でよくご飯を炊いてくれました。

こんな幼少期を過ごした私は、なぜだか「ご飯の炊き方」だけには興味があつて、

「お母さんは、ガスを使っていたなあ。じゃあ、私は、ガスで炊いたご飯が好きかも・・・じゃあ、お鍋でご飯を炊く練習をしてみよう」と、急なスイッチが入ったのが約20年前！それから色んなお鍋でご飯を炊いています。

おすすめは、ステンレス鍋・無水鍋・鋳物ホーロー鍋・土鍋・圧力鍋です。でも、実は蓋つきの鍋であれば何でも良いです。フライパンでも良いです。我が家は、ガスコンロですが、IHでもできます。

お鍋で炊飯すると、まず「時短」になります。給水時間とむらし時間は別ですが、2合で約20分で炊けます。

何より、毎回炊きたてです。余った時は、熱いうちにラップに包み、粗熱が取れたら即冷凍！解凍した時も、炊きたてご飯と同じ気がします。

（お鍋での炊き方）

米・・・2合
水・・・2カップ分（少し軟らかめが好きなお鍋
が好きなので私は水1割増）

- ① お米を洗い、30分給水させておく
- ② お鍋に蓋をして、やや強めの中火にかける
- ③ 蓋がカタカタいいですか、蓋から蒸気がもれだしたら弱火にする



④ 2合であれば10分間、一番弱火で炊く

※お米が1合増えるごとに2分プラスする。3合炊きたいときは、12分弱火

⑤ お米をほぐし、10分くらい蒸らします

これだけです（笑）

傍にいないといけないうのがデメリットですが、おかずを作っている間に炊けますよ。

ちなみに、圧力鍋で炊いたご飯もとっても美味しいです。モチモチです。

圧力鍋で炊くときは、強火にかけシューっとなったら火を止め、お鍋の圧力が下がるまで放置です。これまたこれだけ。うれしい！

慣れるとなかなか楽しいですよ！皆さんも是非一度試してみてください。

編集後記

暖かくなり、過ごしやすい季節となりましたが、昨年同様、緊張感ある毎日を過ごされていることと思います。

外出を控える方も多いのではないのでしょうか？

おうち時間が長くなると運動不足になりがちです。

私は、入浴後にテレビを観ながらよくストレッチをしております。5分程度ですが、その日は良眠出来たと感じます。

皆さんもおうちで出来る体力づくりにチャレンジされてみてはいかがでしょうか？

もうしばらくは、おうちで過ごす時間も多いたと思いますが、この機会に圧力鍋を有効に活用し、美味しいご飯も楽しみたいと思います。（中村）

※広報誌の送付が不要な方は下記までご連絡ください。

社会医療法人 栄光会
広報営業部会 担当：安川（和）
TEL 092(935)0147
E-mail k-yasukawa@eikoh.or.jp

曜日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
総合	①	原 呉屋	布巻 原		青戸 安藤		原/安藤 豊永		豊永 青戸		原/安藤 手越	
	②	当番医	鶴田		原		斎藤		鶴田		手越	
	③		豊永									
外科	井上		井上		井上/斎藤		斎藤		斎藤		井上/斎藤	
専門・ 予約 外来	循環器	折田加			畑島 折田義		林谷					
	呼吸器			安藤				安藤		内海(第1土曜) 二宮(第3土曜)		
	糖尿病		豊永		豊永		福永 (再診のみ、15時迄)					
	脳神経内科	鶴田		大野	呉屋		大野		呉屋			
	整形外科		山口	本村			原雄人 (am10:00~)					
泌尿器科										九大		

診療スケジュールは都合により変更となる場合があります。予めご了承ください。

○診療時間は、9:00~17:00(昼休み12:30~13:30)となっています。なお、午前中の受付は12:00までとなっておりますのでご注意ください。ただし、急患は24時間いつでも受け付けております。

○専門外来・ホスピス相談は原則として予約制となっています。ご予約がないときは、お待ち頂くことがありますので、ご了承ください。

【救急外来受付】

救急患者さんの受け入れを

24時間体制で行っています

※事前に  お電話にて
診療科の確認をお願いいたします

TEL.092-935-0147

栄光病院グロリア基金のご案内

栄光会の医療・介護・福祉の事業展開のために皆さまお一人お一人のお力添えを心よりお願い申し上げます。栄光会事業の趣旨にご賛同賜り、ご支援頂きますならば、誠に幸甚に存じます。

【グロリア基金 お振込口座】

栄光病院グロリア基金 代表 下稲葉康之
西日本シティ銀行 博多支店 普 No.1533165
福岡銀行 吉塚支店 普 No.1443197
郵便振替 No.01730-8-76630 (代表者名等なし)

*法人・個人を問わず任意の額で結構でございます



救急告示病院

社会医療法人 栄光会

栄光病院

〒811-2232 福岡県糟屋郡志免町別府西 3-8-15

Tel.092(935)0147

Fax.092(936)3370

URL: <http://www.eikoh.or.jp>

E-mail: eikoh@eikoh.or.jp