



ふれあい

さいせい



発行
済生会西条病院
2022年新春号 第87号

西条市朔日市269-1
TEL (0897) 55-5100



済生会西条病院完成予想図

ごあいさつ

院長 岡田 眞一

本館改築及び既存改修工事のお知らせ

コロナ禍でも「検診は重要」です!!
年に1度の健康診断を是非うけてください

検診センター 工藤 晃久

脂質異常症の方のお食事

栄養科長 越智 泉

生活習慣病予防のための運動

リハビリテーション科 加藤 克大

「栄養指導業務功労者」の
厚生労働大臣表彰を受賞いたしました
主任管理栄養士 黒子 純子

「令和3年度薬事功労者厚生労働大臣表彰」受賞いたしました

薬局顧問 浅川 隆重

豪華なおやつの日

いしづち苑 大仲佳奈子

光のクリスマス ~さいせい2021~

西条特別養護老人ホーム 中野 佳弥

ごあいさつ

院長 岡田 眞一



院長
岡田 眞一

みなさん新年明けましておめでとうございます。

日本で2年余り続いた新型コロナウイルス感染は、昨年11月頃からやっと収束してきました。少し安心していたところ、外国ではオミクロン株による感染拡大が発生しています。水際対策は行われているものの、国内第6波の発生は時間的问题かもしれません。年末年始の種々な行事や帰省が、感染に大きく影響を及ぼさないことを願っています。手洗いの励行、マスクの着用、3密を回避する行動をお願い致します。

さて、当院は昭和61年に当地に新築移転して、35年が経過しました。建物の老朽化や狭隘化が目立ってきたため、現在の病院前北側駐車場に6階建ての新病棟を建築、南棟は残して本館の一部を改築する計画です。工事入札が終わり、昨年12月22日に起工式を行いました。少しずつ遅れが出ていますが、順調に進めば2023年4月頃に新病棟が完成する予定です。病院に来られる皆様には、入口が分かりにくいことや駐車場から玄関までの距離が長いことなどでご迷惑をお掛けしております。I期工事が終わるまでしばらくこの状況が続きます。ご協力をお願い申し上げます。

新型コロナウイルス感染が早く終息して、今年1年が良い年となることを願っています。

社会福祉法人恩賜財団済生会西条病院 本館改築及び既存改修工事のお知らせ

済生会西条病院の改築及び既存改修工事を実施いたします。
当院にご来院されている皆さまには、ご不便・ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力のほどお願い申し上げます。

【工事期間】

全体工事期間：2021年10月～2025年 9月末まで（予定）
I期工事期間：2022年 1月～2023年11月末まで（予定）

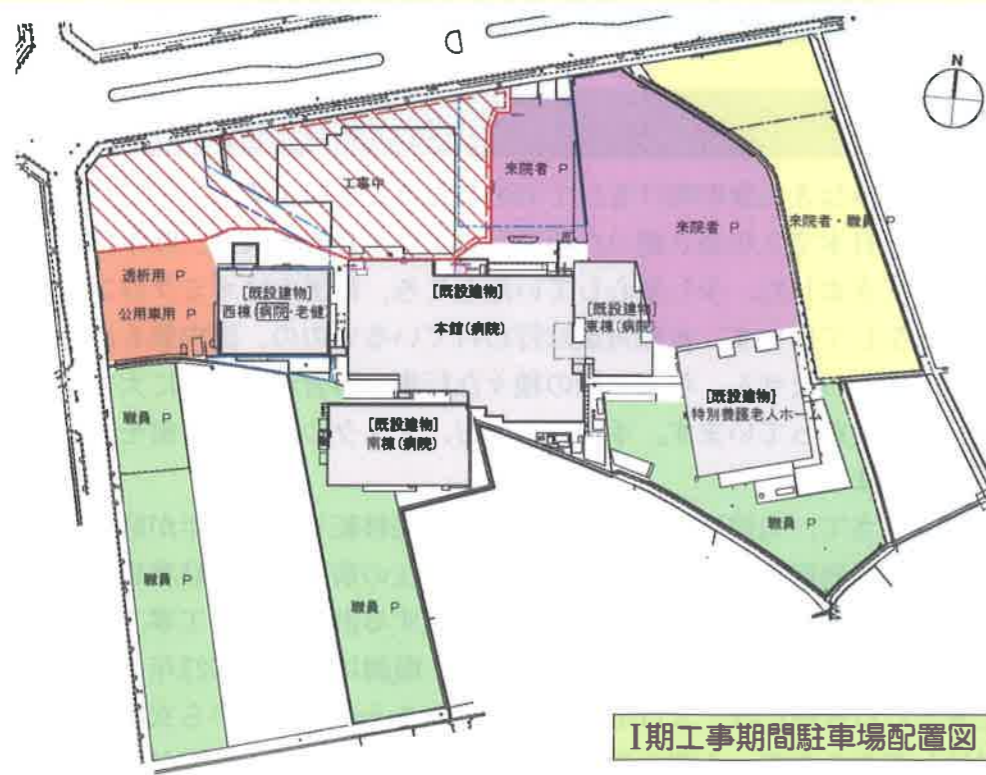
【工事概要】

- I期：新館（高層棟）の新築及び本館西側の解体工事
- II期：新館（低層棟）の新築及び本館南東側の解体工事
- III期：本館北西側の解体及び既存棟と新館との渡り廊下の新設、外構工事

【施工業者】 大成建設株式会社 四国支店

【工事に関して】

- 工事実施に際して、建物や敷地、駐車場に様々な制限が発生いたします。駐車場から病院入口までの動線が遠くなり、東西の通り抜けができなくなるなど、ご来院の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。
- 工事期間中は安全を最優先に、また、騒音や振動などに細心の注意を払って進めてまいります。大きな音や振動が発生する作業が長期間続きます。



I期工事期間駐車場配置図

コロナ禍でも「検診は重要」です!! 年に1度の健康診断を是非うけてください

検診センター 工藤 晃久

みなさん、今年は検診を受けられましたか。去年は新型コロナウイルスの感染拡大で毎年受けていた検診を、今年は控えておこうという方がたくさんおられたのではないのでしょうか。国立がん研究センターの発表によると、検診で見つかったがんの発見件数を過去4年平均と比べても12%減の落ち込みとなっています。この発表からも皆さんが検診を控えていたことが伺えます。国が推奨する5つのがん検診（胃・肺・大腸・乳房・子宮頸部）は早期発見と早期治療で死亡率が低下することは科学的に立証されています。新型コロナウイルスは防いだけれどがんに罹患してしまったのでは本末転倒です。早期発見のかぎは定期的に検診を受けることです。

当院では、半日で総合的な検査を行い、がんや生活習慣病などの発見につなげる人間ドックや、高額になりますがPET-CTがん検診、人間ドックとPET-CTを合わせたプレミアムコースを設け、目的に合った検診を選んでいただき、多くの方に利用されています。特にPET-CTがん検診はがんの早期発見を可能にする最先端の検査で、がん細胞のブドウ糖を好む性質を利用してブドウ糖を標識した検査薬を投与し、その反応を特殊なカメラで画像化して病気の部位や状態を的確に判断する新しい検査方法です。身体への負担が少ないので、がんを調べたい、血縁者ががんの病歴を持つ人がいるから心配という方には是非受けていただきたい検査です。その他にも脳ドック（脳外科専門医）、生活習慣病予防健診や労働衛生法に基づく定期健診も用意しています。

検診センターは、利用者さんが満足して検診を行なえるよう可能な限りワンフロアで検診が実施できるようにし、待ち時間を少しでも負担なく過ごせるようにwi-fiを設置しています。今後もサービス向上に努め、利用者さんに満足していただける検診を提供していきたいと考えております。

現在、新型コロナウイルスは落ち着いていますが、まだ収束はしていません。しかし私たちは、日頃から定期的に健康診断を行って健康を管理する予防医療が重要になってきます。みんな健康で長生きし、人生100年を目指しましょう。



脂質異常症の方のお食事

栄養科長 越智 泉

基本は、バランスを考えて、一日3食規則正しく、エネルギー控えめの食事を心がけることです。

【ポイント】

①動物性脂肪を控える。

動物性脂肪を含む食品は、飽和脂肪酸が多く悪玉コレステロールが増えるので肉類は脂身を除いて摂る。

魚料理は、積極的に摂る。

②食物繊維の多い野菜やきのこ類、海藻類、大豆製品を積極的に摂る。

③塩分を控える。

④お菓子や甘い飲料、アルコールを控える。

※お食事のことで、不安や疑問に思われることがございましたらいつでもお気軽に声をかけてください。



生活習慣病予防のための運動

リハビリテーション科 加藤 克大

生活習慣病予防や健康増進のために適度な運動は非常に重要です。運動は大切だと分かっていても、様々な理由で実践できていない方もいるのではないのでしょうか。運動を始めるきっかけとして、座りっぱなしを減らすことから始めてみましょう。テレビを見ている時間や作業時間、病院などでの待ち時間にストレッチや足踏み運動などを行うことで無理なく運動時間を確保できます。普段の移動をエレベーターではなく階段にしたり、車での移動を自転車や徒歩に変更することでも運動時間が増加します。

すでに運動習慣がある方は、中強度の運動であれば1週間に150~300分、高強度の運動であれば1週間に75~150分を目標に継続して下さい。急な運動量の増加は体調の悪化を引き起こすことがあります。体力のレベルに応じて、徐々に目標時間に近づけていくようにしましょう。

※中強度の運動とは少し息が上がるが会話はできる程度の運動

(ウォーキング、ゆっくり階段を上る、自転車に乗る、ラジオ体操、ゴルフ、卓球など)

※高強度の運動とは息が上がり会話ができない程度の運動

(ランニング、水泳、山登り、サッカー、テニスなど)



「栄養指導業務功労者」の 厚生労働大臣表彰を受賞いたしました

主任管理栄養士 黒子 純子

例年、「全国栄養改善大会」において表彰式が行われていましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、大会が中止となり表彰式も執り行われなくなりました。そこで、東予地方局にて「栄養指導業務功労者」を授与されました。この賞の名に恥じぬよう地域の皆様に質の高い安全な温かみのある、保健・医療・福祉を提供し地域社会に貢献してまいります。

この表彰は、ご指導頂いた先輩方や、職場の環境によるものと感謝いたしております。

この受賞は、越智科長に続き二人目です。全国的にも、受賞者が複数人勤務している病院は珍しいようです。

尚、当院は、平成15年に給食の管理運営が特に優秀であり他の模範となる施設とされる「特定給食施設」の厚生労働大臣表彰も受賞しております。



「令和3年度薬事功労者厚生労働 大臣表彰」受賞いたしました

薬局顧問 浅川 隆重

この度、令和3年度薬事功労者厚生労働大臣表彰を受賞し光栄に思っております。この賞は、薬事に関する団体関係者から選出され今年度は全国で77名、日本病院薬剤師会からは6名が受賞することとなりました。ひとえに、済生会西条病院の皆様方のご指導・ご鞭撻の賜物だと感謝しております。本来なら表彰式は、厚生労働省で行われますが、コロナ禍のため令和4年1月19日愛媛県薬剤師会館での表彰式となり、少し残念に思っております。

今後も薬剤師として、薬に関する業務に携わってまいりたいと考えております。





豪華なおやつの日

いしづち苑 大 仲 佳奈子

先の見えないコロナ禍に、利用者さんたちがいつも楽しみにされていた夏祭り等のイベントがほとんど実施できていません。そこで職員一同で知恵を出し合い、利用者さんに何か喜んでもらえるようなイベントができないか考え、毎月1回おやつの日を定め、普段より豪華でボリューム満点なおやつをご用意し食べていただくことにしました。

早速実施した『第1回おやつの日』はケーキバイキング！地域のケーキ屋さんをお願いし、豪華でおいしいケーキを食べていただきました。飲み物もメニュー表を用意し、レギュラーコーヒー、紅茶、ジュース等選べるように工夫しました。

普段、職員の介助で召し上がられている利用者さんも、目を大きく見開いて勢いよく自分でスプーンを動かす、美味しそうに食べている姿を見て、心から嬉しくなりました。

これからも利用者さんに喜ばれるようなイベントを考えていきたいと思います。



光のクリスマス ～さいさい2021～

西条特別養護老人ホーム 中野佳弥

12月17日～12月24日までの7日間、感染対策で密を避け、ユニットごとの少人数でクリスマス会を開催しました。今年のテーマは「光のクリスマス」、

昨年より幻想的な雰囲気の中行われ、みなさん、いつもと違うライトアップした様子を、「きれいね」とよく眺めていました。

代表の入居者さんによる点灯式や、職員によるハンドベルの演奏、ビンゴ大会などを行い、ソリに乗ったサンタクロース（施設長）からのプレゼントも！「ありがとう」と笑顔で受け取られ、来年が待ち遠しいと、楽しめました。

