

みんなの広場 だまり

Vol. 5
SPRING Issue

医療法人社団 晃進会

平成18年4月1日 発行

〒215-0013 神奈川県川崎市麻生区王禅寺1105 <http://www.tamahiyoshi.or.jp>
TEL:044-955-8220 FAX:044-953-8199 E-mail:info@tamahiyoshi.or.jp



「ひだまり」もおかげ様で二年目を迎えました。企画も新たに、今年度もスタッフ一同皆様に愛される広報紙をお届け致します。これからもご期待ください。



送迎車輛を入れ替えました
以前よりわかりにくいとご指摘いただいていた、送迎車輛の入れ替えを行いました。一目でわかるようになったと思います。

新富士病院グループ

- | | |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <p>■医療法人社団 【静岡県】
喜生会
●新富士病院
●ヒューマンライフ富士(老健)ほか</p> | <p>■医療法人社団 【神奈川県】
晃進会
●たま日吉台病院
●川崎北部クリニック ほか</p> |
| <p>■医療法人社団 【東京都】
三医会
●鶴川厚生病院
●三輪診療所 ほか</p> | <p>■社会福祉法人 【静岡県】
秀生会
●ヒューマンヴィラ伊豆(特養)
●ヴィラーヂ富士(特養) ほか</p> |



動脈硬化とは②

内科 加藤義郎

― 促進する原因と予防 ―
動脈硬化の促進因子としては、肥満・高脂血症・糖尿病・高尿酸血症・喫煙・ストレスや加齢等があります。動脈硬化を予防するためには動脈硬化を起こす原因を減らすことが大切で、生活の改善や適度の運動が重要となります。食事療法で大切なことは①三大栄養素のバランスを崩さない。②十分なビタミンや水分の補給。③良く噛む。④繊維質を多く取る。⑤さちんと三食とることです。早食いや、一度にいっぱい摂取することは絶対に避けなければいけません。運動療法では継続することが大切で、ウォーキングが簡単で経済的です。今まであまり運動をしていない方は週に3回で1回20分位から始めると良いでしょう。速度は、やや早歩き程度が望ましいです。腹部のつまみ出しは無意味であり、やせ薬は危険です。また、エステは無効と言われ、減量は月2kgまでが良いでしょう。自分の健康は自分で守る、自己責任の時代です。皆さんがんばりましょう。

歴史館

Vol. 01

今号から、少しずつたま日吉台病院の歴史などをお伝えしていきたいと思えます。

今回の表紙の写真についてですが、立派な“しだれ桜”だと思いませんか？ 実はあの桜は、当グループ会長の古稀を祝して、記念植樹したもののなのです。平成10年に植樹をして以来、はや8年目の春を迎え樹齢を重ねるごとに大きくなってきました。桜に負けないようにグループも発展するよう頑張っていきます。



編集後記

「アロハ」ということで、当グループの優良職員ハワイ研修旅行に行っていました。ハワイは雨季ということで突然の雨に四苦八苦。しかし、ゆったりとした時間がとれ感謝。また連れて行ってください。皆様は写真の風景をお楽しみください。また、川崎地区企業内福祉推進者協議会のボーリング大会に参加し、異業種交流をしてきました。しかし、勢いよく好成績を目指して参加してみたものの…見事?? 最下位をゲット。写真だけは優勝した時の顔でシャッターをきりました。来年こそは期待してもいいかな。編集後記で紹介できることを祈りましょう！

広報委員 N



イベントのお知らせ

第6回 「健康に感謝する日」

― 頭と心と身体の健康チェック ―

- 日 時 / 平成18年5月20日(土) 13時30分～16時(13時より受付) ※当日の午後は休診とさせていただきます。
- 場 所 / たま日吉台病院内 1階フロア
- 内 容 / ●女性のための医療相談 思春期から高齢者まで
医師：雨宮 章(当院長)
●骨密度測定
●計測(血圧・身長・体重・体脂肪・尿・視力)
●クイックマッサージ(先着10名・10分程度)
●試食コーナー
●肩こり・頭・膝体操(時間指定あり)

健康を見直すきっかけにはいかがでしょうか？

その他の5月の院内行事予定 新緑ハイキング(ほかほか倶楽部主催)

患者様、ご家族様、保育室の子供達との初夏の遠足です。新緑の風の中で、皆様に笑顔をお届けします。



昨年の様子

※日には未定ですので、お問合せください。



今回は皆様へ職員の声をお届けしたいと思います。

職員の声

教えられるようになり
ました。また、介護と
いう仕事においては、
ほんの些細な事でも他
のスタッフに報告しな
ければいけない事を学
びました。

では私も新入職員を少しですが、
教えられるようになり
ました。また、介護と
いう仕事においては、
ほんの些細な事でも他
のスタッフに報告しな
ければいけない事を学
びました。

四月といえば新入職員が入職し
各部署へ配属されて行く季節です。
今回は介護職員に入職の事を
思い出していただきました。
私は期待と不安で胸いっぱい
しながら4年前にこの時期を迎え
ました。実際に介護職員として仕
事するのは初めてでしたが、入
職前にヘルパー2級を取得してい
たので多少は実習で経験していま
した。しかし、どの様に患者様に
接して良いのか分からない、患者
様に嫌な思いをさせないか正直期
待はほとんどなく不安でいっぱい
でした。

また今年も不安だらけの後輩達
が入職してきました。少しでも私
の今までの経験で培った知識を
後輩たちに伝えられればと思いな
がら、私自身も日々努力・勉強し
頑張っていこうと思います。

私は患者様に「ありがとうございます」と
言われた時に本当にこの仕事を選
び良かったと思います。また、患
者様のご家族の方に「大変ですね」
「私にはできません」といった言
葉を頂くことがあります。私は
仕事というよりも患者様の世話を
させていたでいるという気持ち
で患者様と接していますので、今
まで「きついなあ」と思ったこと
はありません。(たまに体力的に
きついと思うことはありますが、
精神的にきついとは思ったことは
ありません)ただ、患者様が十人
いれば接し方も十通りとなります
ので、まだまだ勉強しなくてはい
けないなと思っています。

私は患者様に「ありがとうございます」と
言われた時に本当にこの仕事を選
び良かったと思います。また、患
者様のご家族の方に「大変ですね」
「私にはできません」といった言
葉を頂くことがあります。私は
仕事というよりも患者様の世話を
させていたでいるという気持ち
で患者様と接していますので、今
まで「きついなあ」と思ったこと
はありません。(たまに体力的に
きついと思うことはありますが、
精神的にきついとは思ったことは
ありません)ただ、患者様が十人
いれば接し方も十通りとなります
ので、まだまだ勉強しなくてはい
けないなと思っています。



ひだまりクラブ

はじめまして
「ひだまり」です。
今回からこのコーナーの
ナビゲーターを
することになりました。
みなさんよろしく
お願いします。

今回「たばこアンケート職員100人に
聞きました」がテーマです。

- 禁煙したことがない
- 禁煙失敗
- 喫煙したことがない
- 禁煙成功

喫煙率は18%。また、禁煙成功率は66%！禁煙を
した理由としては「健康を考えて」…が多かったです。
やめない理由は「ストレス解消」・「いつでも禁煙できる」・
「意思が弱い」…等。
吸わない人からの一言では「迷惑にならないように」
「歩きタバコ・ポイ捨てやめて」で約70%を占めます。
たま日吉台病院では禁煙外来を行っています。4月か
らは一部保険適用となります。この機会に禁煙にチャ
レンジしてみてもいいですか？
みんながストレスを感じない生活ができるといいです
ネ。では次回をお楽しみに！

マリ

知っ得! 食材と健康の話

Vol. 01 『たけのこ』の巻

『たけのこ』は種類によって年末頃から出回りますが、最盛期
は4月です。桜前線と同様に南から北へ「たけのこ前線」も北
上します。
当院の入院食でも4月に旬の『たけのこ』を使ったメニューが
登場するのでご期待ください(^o^)
『たけのこ』の栄養って？ 低カロリー、ビタミン、ミネラルが
豊富なのはもちろんですが、何と言っても注目すべきは食物纖
維の多さです！

■食物繊維の働き…

- 食後の血糖値の上昇を抑える
- コレステロールを低下させる
- 低カロリーでも満腹感が出る

根元は繊維が硬いので刻んで炊き込み御飯、先端は柔らかいので吸い物・和え物・若竹煮、真中は輪切りにして煮物にと、調理法を変えて食してみましょう。

第1回 患者様 満足度 調査結果【外来】

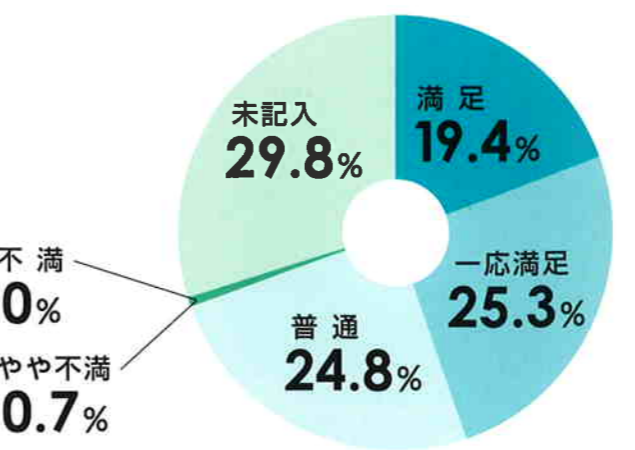
●調査期間/平成17年2月17日~3月2日 ●配布部数/403部 ●回収部数/403部 ●回収率/100%

平成17年2月に行いました外来患者様の当院に対する満足度調査アンケートの結果を報告いたします。
多数の患者様にご協力いただき、多くの情報と貴重なご意見をうかがうことができました。ありがとうございました。

ご意見に対する対応(一部)

患者様 ご意見	対応内容
案内板が不満。初診・再診のとき、 どうすれば良いのか分からない。	初診の方、再診の方への案内を配布するよう にいたしました。
薬剤をどこで待ってればよいか分からない。	処方箋をお渡しする際に説明するよう にいたしました。
待っている時、雑誌等を見たいのですが古い 本ばかりです。最新の本を入れてほしいです。	新しい雑誌を置くよう にいたしました。
一階の待合室が寒い。	新たに空調設備を導入することは困難なため、ストーブを待合室に設置、また膝掛けもご用意しました。
診療の待ち時間が長い。 診療終了から会計までの時間が短くなれば…。	特に混雑する内科では番号札を配布しています。待ち時間の目安になる様、受診の方の番号を表示するよう にしました。受付と会計の窓口を別々にし、混雑の緩和に努めております。
待合席の間をリハビリの人の 移動があって気がつかう。	歩行練習の際は待合室手前にて折り返すように。リハビリ患者様から要望があった場合には、外来の状況をみて待合室を通過するかどうか臨機応変に対応して おります。

病院全体の印象



職員の接遇、施設・設備に関して、まだまだ患者様に満足
いただけていないところもあるとは思いますが、マナー
研修の実施や職員同士で注意を促していただける職場作り、
施設についても徐々に整備していただけるよう努めていき
たいと考えております。
今回のアンケートの結果を職員一同真摯に受けとめ、
患者様へのサービス向上のための業務改善につなげてい
きたいと考えております。
今後も当院に対するご意見ご要望等ございましたら、
お気軽に職員までお声がけください。また、1Fに投書箱
を設置しておりますので、皆様の声をお聞かせください。

総合相談部