

●新採用者オリエンテーション&ひまわり託児所修了式 令和4年3月22日(火)・24日(木)

令和4年3月22日(火)に新採用者オリエンテーションを実施しました。

オリエンテーションでは、理事長を始め、教育委員会が病院理念や組織・委員会、防災対策、倫理、接遇、就業規則について講義し、医療人としての心構えとチーム医療の大切さについて学んでもらいました。緊張の中にも希望に満ちた新人職員のやる気が実を結ぶよう、温かく、時には厳しく見守っていきたいと思います。

また、3月24日(木)には、ひまわり託児所 第28期修了式を行い、修了児3名をお祝いすることができました。



第28期修了式

新採用者オリエンテーション



【編集後記】

いつまでも寒い日が続いていると思っているうちに確実に花のつぼみもふくらみ、春の準備が進んでいたようです。新型コロナウイルス感染症はなかなか出口の見えない日々が続いていますが、当院では前向きに感染対策などの取り組みを続けています。明るい未来を信じて、今年度もより良い医療サービスを提供してまいりますので、よろしくお祈りいたします。



永生病院 130床(一般病棟 40床・介護医療院 90床)

医療法人 圭良会

- 永生病院 香川県仲多度郡まんのう町買田221-3 Tel 0877-73-3300
- いこいの郷 (居宅介護支援事業所) Tel 0877-73-3655
- いこいの家 (通所介護) Tel 0877-73-3718
- げんきの郷 (通所介護) 香川県仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811
- 森内科 香川県仲多度郡琴平町1167 Tel 0877-73-4188
- グループホーム こんびら (認知症対応型共同生活介護) Tel 0877-73-0811
- サンライズこんびら (小規模多機能型居宅介護) 香川県仲多度郡琴平町榎井字池田451番地1 Tel 0877-58-8600

永生病院広報誌「ゆるめき」第67号  
 発行元：医療法人 圭良会 永生病院  
 編集者：医療サービス改善委員会  
 住所：〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田221-3  
 TEL:0877-73-3300  
 FAX:0877-73-3202  
 永生病院のホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/>  
 eメールでのお問い合わせは [keiryokai@eisei-hp.or.jp](mailto:keiryokai@eisei-hp.or.jp)  
 発行年月日：令和4年4月15日

永 生 病 院 だ よ り

季刊 2022 春号 vol. 67

# ゆるめき

【理事長のあいさつ】  
春爛漫の頃

【うまげな話】  
「野菜の機能性成分について」

【健康ひろば】  
「糖尿病について」

【行事報告&お知らせ】  
手指衛生遵守率向上に向けた取り組み  
新採用者オリエンテーション  
&ひまわり託児所修了式

【編集後記】

■ 病院理念

信頼される医療・保健・福祉を提供し、地域の健康増進に貢献する

■ 基本方針

良質な医療を提供するため、心と技術を磨く努力を惜しみません  
 患者の権利、尊厳、安全を重視した医療を提供いたします  
 医療、福祉と連携を持ち、急性期医療から在宅医療まで、全員参加で取り組みます

■ 患者の権利章典

- 1. 医療を受ける権利
- 2. 自己決定権
- 3. 知る権利
- 4. プライバシーに関する権利
- 5. 学習する権利
- 6. 参加と協同



KEIRYOKAI

春爛漫の頃

日差しが温かくなるとともに、菜の花畑が一面に黄色に染まり、桜の木々にはピンク色の花が咲きみだれ、ようやく春爛漫の頃となりました。

コロナ禍3年目を迎え、昨年の東京オリンピックに続いて、2022冬季オリンピック・パラリンピックがコロナウイルス感染対策の中、北京で開催されました。日本から参加した選手の方々は、大きな期待の重圧の中、すばらしい成果を上げ、冬季オリンピックで最多となる18個のメダルを獲得、パラリンピックでも7個のメダルを獲得しました。TVでみる素晴らしい競技には感動の連続でした。しかし、このオリンピック祭典の最中に、ロシアのウクライナ侵攻が始まり、世界中が驚愕するとともに、毎日信じられないようなニュースが流れてくることとなりました。オリンピックの素晴らしい演技の余韻にひたる暇もなく、独裁政治国家の現実をみせつけられるとともに、コントロールできない状況にもどかしさとともに強い怒りを覚えます。平和の尊さ、命の大切さを世界中の人が強く訴えています。なんとか停戦への道を探してほしいと思います。

今年に入り、香川県内では新型コロナウイルス感染拡大となり、毎日300~400人の感染者数が報告されています。感染者は未就学児から若年層に圧倒的に多く、オミクロン株の重症化率は低いものの、まだ減少傾向がみられません。

このような状況のなか、2月末当院においても院内にクラスターが発生しました。幸い入院患者さまは皆さま軽症にて、原疾患が悪化されることもなく、全員回復されました。厚生労働省の特例承認の内服薬を治療薬として投与できたこともよかったですと考えます。今後内服薬、注射薬が薬事承認され、潤沢に提供できるようになり、インフルエンザなみのウイルス感染症としての位置づけとなる事を期待したいと思います。

今年診療報酬改定の年でもあり、経済成長低迷の中、社会保障費の増額はみこめず、医療費削減のため、急性期、慢性期ともに厳しい改定となっています。改定の内容には働き方改革までもが言及されており、地域における連携強化なども求められています。今後多方面でしばらく難しい状況が続くかもしれませんが、「当法人の医療・介護サービスを受けてよかった」と思っていただけのように、法人内で情報共有し協力しながら、全員参加で実践してまいります。



理事長 森 伊津子



健康は毎日の食事から...

【第35回】～野菜の機能性成分について～

栄養素は、炭水化物・脂質・たんぱく質を合わせて3大栄養素、さらに微量栄養素と言われるビタミン・ミネラルを加えた物を合わせて5大栄養素と言います。また、5大栄養素以外にも、第6の栄養素として、食物繊維が挙げられます。さらに最近では、第7の栄養素として、ファイトケミカルが注目されています。そこで今回は、第7の栄養素の「ファイトケミカル」についてご紹介したいと思います！

ファイトケミカルとは...

野菜、果物、穀類などの植物性食品の色素、香り、アクなどの成分から発見された物質で、感染予防、抗酸化作用、免疫力向上、体内浄化などに有効です。

～ファイトケミカルには、多くの種類や働きがありますが、今回は「ルチン」についてご紹介いたします！～

ルチンの主な効果効能

血圧降下、がんの予防、血行促進、疲労回復、毛細血管を強くする

ルチンを多く含む食品とは...

そば	アスパラガス
法蓮草	小松菜

**うまげな料理カード**

豊富なビタミンとミネラルで疲労回復・滋養強壮!  
焼きアスパラとたけのこのオリーブオイルかけ 2人分

材 料	アスパラ(太め).....8本	おろしにんにく.....少々
	ゆでたけのこ.....小2本	オリーブオイル.....大さじ1杯
	サラダ油.....少量	塩・黒こしょう.....少々

作り方

- ① アスパラは、はかまをとり、根本は切り落とし、食べやすい大きさに切っておく。
- ② ①をさっと茹でて、ザルに上げて冷ましておく。
- ③ ゆでたけのこも、食べやすい大きさに切っておく。
- ④ フライパンにサラダ油とおろしにんにくを入れ、②と③の両面を焼く。
- ⑤ 焼きあがったら、お皿に出し、上からオリーブオイルと塩・黒こしょうをふりかける。

※お好みで、チーズやバターなどをかけて味の変化を楽しんでも良いでしょう  
＼(^o^)/

緑と白のアスパラとは、緑の方がβ-カロテンやビタミンCの含有量が高いのでおすすめです。また、効率良くビタミンをとるなら、焼く・炒めるが理想的です。

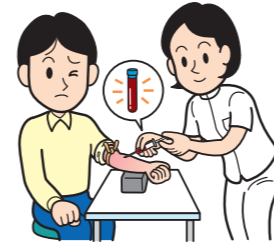
栄養科

体の安心情報板 健康ひろば 第46回 テーマ 「糖尿病について」

私達が食べている食事には糖分がふくまれています。糖分は「ブドウ糖」になって小腸から吸収されて血管の中に入ります。血液中のブドウ糖が増えると、膵臓から「インスリン」というホルモンが出てきて、ブドウ糖をエネルギーに変えて使うので「血糖値」は下がります。インスリンが足りなかったり、効きにくい体質になっていることが糖尿病の原因です。

**糖尿病の症状**は口が渇く、体重が減る、疲れやすくなる等がありますが、始めは症状がないことが多く、また症状が現れてもゆっくりなので気づきにくいようです。

**早期に発見するためには**、毎年の健康診断を受けることです。糖尿病だけではなく、高血圧・高脂血症などの生活習慣病や、その他の病気も診察や血液検査、尿検査などでわかるからです。その際、血液中のブドウ糖の濃度を表す「血糖値」の他に「ヘモグロビンA1c」という検査の項目を御覧に



なった事はあるでしょうか。これは過去1~2ヶ月間の血糖値を反映する検査です。健診や病院での検査当日の血糖値だけではなく、平均の血糖値を表す数値も診断や治療に大切です。

**治療については**、医師から処方された薬をきちんと服用したり、インスリンを正しく注射するだけではなく、患者さんご自身の運動療法や、ご家族にもご協力頂いて食事療法をしていく事が重要です。運動については制限が必要な患者さん多いと思いますので、始める前には主治医に相談して下さい。食事療法については、主治医に相談し、管理栄養士から指導を受けることも可能です。

**糖尿病と言われたことがない方は**、腹八分目の食事を心がけ、日常生活でもおっくうがらずに体を動かし、毎年の健康診断を受けましょう。特にご両親やご兄弟、おじさんやおばさんに糖尿病と言われた人がいる方は注意が必要です。糖尿病と診断され、治療中の方は、糖尿病とうまくつきあい、健やかな生活を送りましょう。

内科 本田 貴子

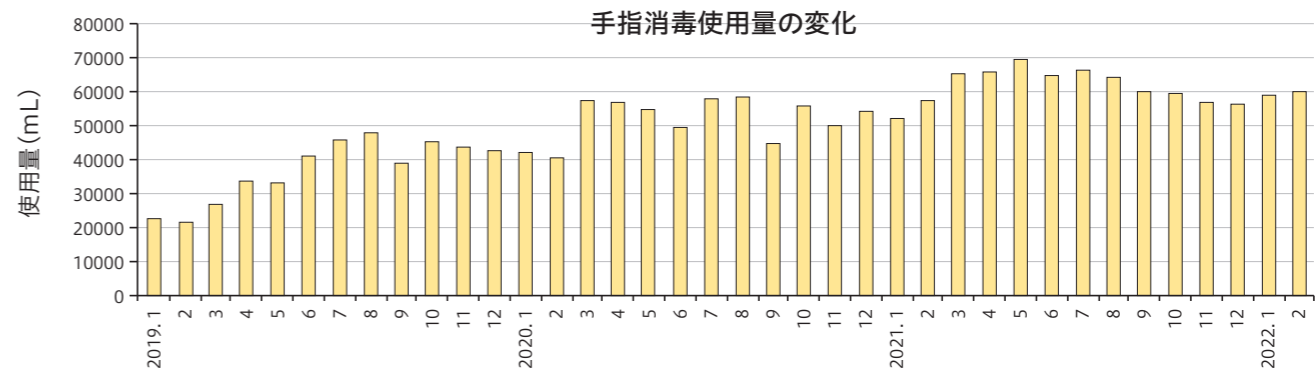
手指衛生遵守率向上に向けた取り組み

○永生病院では地域基幹病院と連携をとりながら、院内でのICT(感染制御チーム)を医師・薬剤師・臨床検査技師・看護師で構成し、院内で起こる様々な感染症から、患者様・ご家族・職員の安全を守る活動をしています。また、各病棟・透析・外来で、日々患者様に寄り添ってケアを行っている看護師から、リンクナースを選出し、各部署の課題や問題点を見つけ、ICTと共に解決・改善に向けて取り組んでいます。

○感染対策の基本である手指衛生に対しては、

- いつ?なぜ?手指衛生を行うのか!をポスターにし、トイレや洗面所に掲示
- 手指消毒使用料(1ヶ月毎)をチェックし、各部署に集計報告や適性指導などを行っています

○下記のグラフに表したように、ICT・リンクナースの取り組みにより、手指消毒使用料は徐々に増加し、感染対策への意識は高くなっています。今後も院内で起こる感染症から患者様の安全を守る為、感染対策の基本である手指衛生遵守率向上に取り組んでいきます。



感染対策委員会 感染制御チーム

