

## 医師担当表

○診療科目：内科・外科・胃腸科・皮膚科・リハビリ科・眼科・精神科・呼吸器科・循環器科

		月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~ 12:00	内科	院長						休 診
	外科	渡辺		群大外科	渡辺			
	皮膚科	児嶋					古谷野	
	眼科	斉藤						
午後 月~金 3:00~ 土 2:00~	内科	宇賀田 ~6:30	知花 ~5:30	内田 ~5:30 栗原 5:30~6:30	大塚 ~5:30	半田 ~6:30	宇賀田 ~5:30	休 診
	外科	渡辺 ~6:00		群大外科 ~5:30	渡辺 ~5:30		休 診	
	皮膚科	児嶋 ~5:30						
	精神科						平間	

※眼科外来(予約制)：午前 9:30~11:30 ※精神科外来(予約制)：午後 2:00~3:00

※皮膚科特別外来(予約制)：山崎先生(獨協大学教授) 第2土曜日 午後 1:20~

## かんたん！お料理レシピ

「中華風冷やっこ」 (1人分 127キロカロリー 塩分1.5g)

香りの良い万能ねぎと風味豊かな桜エビを、たっぷりのせていただきます。にんにくの効いたタレが味の決め手です！



**材料 2人分** 木綿豆腐・・・1/2丁  
万能ねぎ・・・1本  
桜エビ・・・大さじ1と1/2

**たれ** オイスターソース・・・大さじ1  
正油とごま油・・・各小さじ2  
酢・・・小さじ1/2  
にんにくすりおろし・・・少々

### 「作り方」

- ① 豆腐を2等分して、器に盛る。
- ② 桜エビはフライパンでから煎りする。  
(電子レンジの場合はラップ無しで20秒加熱する。)
- ③ 万能ねぎを小口切りにする。タレを混ぜ合わせる。
- ④ 豆腐に万能ねぎ、桜エビをのせ、たれをかけて出来上がり。〈管理栄養士 鮫島〉

## 今号の特集

# 気をつけよう！『熱中症』

いよいよ夏も本番。体調を崩していませんか？ これからの時期にかかりやすいのが「熱中症」です。「熱中症」とはケイレン、失神、めまい、疲労、虚脱、嘔気、意識障害、ショック症状が現れる病気です。そこで堀越院長に「熱中症」について伺いました。

Q 「熱中症」はどんな時に起こりやすいですか？

A 熱波、高温環境、暑熱環境での労働やスポーツ中に起こります。

Q 最初はどのような症状が起こりますか？

A うで・足・お腹などの筋肉のケイレン、めまい、失神などです。

Q どのような手当てをしたら良いですか？

A 涼しい所に移動して体を冷やし、適切な水分・塩分の補給（スポーツドリンク類がお勧め）を十分行ってください。体を冷やすには脱衣のうえ、首の後ろ、ワキの下、ソケイ部に氷などを当てると効果的です。

Q 「熱中症」が重くなると、どのような症状が現れますか？

A 高度の意識障害、発汗停止、高体温（40℃以上）などになります。

Q もしも重度の「熱中症」になってしまったら？

A すぐに病院に行きましょう。入院が必要です。点滴などとともに、重度な全身状態の管理が必要となります。

Q では最後に、「熱中症」にならないよう気をつける点を教えてください。

- A
- 部屋の通気をよくして室温の上昇を避ける。
  - クーラーなどを使用して適温を保つ。
  - 日中の外出では日射対策（日傘や帽子）を怠らない。
  - 水分の補給をまめにする。

※ 高齢者や慢性疾患のある方は病気や服薬によって放熱の正常機能がうまくいかなくなり、「熱中症」が起こりやすくなりますので注意しましょう。ご不明、ご心配なことは、主治医にご相談ください。

・・・院長先生ありがとうございました。

皆さん参考になりましたか？暑さ対策をしっかり行い、楽しい夏をお過ごしください。

# 委員会・研究会の紹介

館林記念病院ではサービスの向上を図るため、次のような様々な委員会を設け、日々活動をしています。そこで今回は主な委員会を紹介します。

## 教育委員会

患者さまの苦痛の軽減、疾患の予防、リハビリテーションの充実という当院の目的に沿って看護業務を実施し、時代の変化に即応した質の高い看護サービスを提供できる看護師を育成するための委員会です。

## リハビリ研究会

リハビリ研究会では、より良いリハビリテーションの提供を目的とし、ケーススタディ（症例の研究）などを行っています。身体機能の向上のための「グループ体操」ビデオを作成し、関連施設にも配布しました。現在では、体の不自由な方が車椅子に座る時の姿勢の検討をしており、「車椅子カード」を作成し実践していこうと考えています。

## 痴呆研究会

病院とその系列の各施設の代表が、痴呆を持つ方に接する際のポイント、痴呆症状によって生じる問題点を話し合い、痴呆に対する理解を深める研究会です。

## 褥瘡対策委員会

入院患者さまの褥瘡（床ずれ）の予防および監視、指導を目的としています。入院時に褥瘡に関する診療計画書を作成し、診療および看護計画に基づいて治療及びケアを実施しています。「床ずれゼロ」を目指します。

## 生活活性委員会

入院患者さまの長寿につながる生活の活性化や、ストレスの解消法などをテーマに、他職種との勉強会を催したり、各施設の行事内容をまとめたりしています。今後はお年寄りが無理なく安全に楽しめること、生活機能が高まるようリハビリを取り入れることなどをテーマにしていきます。

## 抑制廃止委員会

抑制（体の動きが激しく、治療が困難な患者さまの体の一部もしくは体を拘束すること）の廃止を目的とし、不必要な抑制を減らすための調査、研究を行っている委員会です。「抑制廃止を根付かせよう」をスローガンにポスターも作成していく予定です。

## 医療事故防止対策(リスクマネジメント)委員会

「安全で質の高い医療の提供」を目標に、医療事故の「未然防止」、「再発防止」のためのマニュアルの作成、研修会の実施等を行っています。些細なミスでも報告し、全員が共有することにより大きな事故を防止しようと取り組んでいます。

## 感染症対策委員会

様々な院内感染を防止し、患者さま及び職員の安全、健康を守るための委員会です。「感染情報レポート」を作成し、効果的な消毒方法についての検討や、手洗いの励行、感染時の対応など、総合的な感染管理を行っています。

## 給食委員会

食事に関する問題点（調理方法、味付け、盛り付けなど）について、病棟スタッフや患者さま達の意見を多く取り入れ、毎日の食事からより多くの満足を、そしてより充実した入院生活を送っていただけるよう、研究に取り組んでおります。

# Drウチダ写真館

昭和50年（中学3年当時）頃撮影  
東北本線の夜行列車（蓮田～白岡間）

現在のように飛行機、新幹線、高速バス等の交通網が確立される以前（昭和50年代まで）は、遠距離の移動はこのような列車を利用するのが主流でした。前夜、秋田を出た列車は硬い座席で一夜を明かした乗客を乗せ、朝日を浴びて上野に向かいます。（内田）



## 七夕レクリエーション

7月12日 館林第3中学校・プラスバンド部（35名）の皆様をお招きしての大演奏会を行いました。

曲名 校歌・海・七夕・Seasons  
ひょっこりひょうたん島・他  
演奏の後には、生徒さんと患者さまと一緒に七夕の飾りつけを行いました。



生徒さん達の立派な演奏に感動し、涙ぐまれる患者さまもいらっしゃいました。目の前で奏でられる生の打楽器、管楽器からの音色は、患者さまをはじめ、聴く人々の胸の奥にまで心地よく響いたことと思います。生徒さん達のはじける笑顔にも心癒されるひと時でした。（山崎・福島）



## 病院からのお知らせ



進行中の工事は、「本館第2期工事」です。現在の外来診療部門は新館1階に、一般病棟はその2階に移動し、3階は総合リハビリテーション部門となります。建設中にご不便、ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をおねがいします。

## 編集後記

長い梅雨が明け、太陽がまぶしく感じられる季節となりました。「六花会だより・爽風」では、各部門の紹介をしていきます。それぞれの部門の特徴が出せたらと思っています。（石関）