

F028-6193

岩手県二戸市堀野字大川原毛 38 番地 2

TEL 0195 (23) 2191

FAX 0195 (23) 2834

URL <http://www.ninohe-hp.net/>

編集発行 岩手県立二戸病院 図書広報委員会



今を生きる

院長 佐藤 昌之



日本全体が新型コロナウイルス禍に振り回されている中、当院でも院内新型コロナ感染対策本部を中心に、皆さまには感染予防の徹底とコロナ感染検査、および陽性患者入院受け入れ準備にご協力をいただき誠にありがとうございます。

第3波襲来とともに、岩手県もクラスター発生による感染患者の著しい増加の中、ついに二戸圏域でも陽性患者が確認されました。Go To トラベル、Go To イートも相まって、さらに陽性患者が増加してもおかしくない時期、一層の予防策をお願いいたします。

新型コロナ感染による体調障害も非常に怖いのですが、先日 NHK でも報道されましたとおり、幼児の精神発達にも影響があるとのことのお話でした。特に幼稚園では、子供たちへの感染予防にマスク着用は必須ですが、乳幼児の発育にとって表情は重要な情報であり、大人の顔を興味を持って観察したり触ったりします。それによって個人の認識、感情の読み取りを行い、学んでいきます。マスクを常時着用していることで、表情の読み取りが困難になります。また幼児は本来好奇心の中で、集まったりふれあったりしながら発育成長していくものです。三密を避ける新しい生活様式の長期化が、子供たちの発達にどのような影響を及ぼすのか心配です。

コロナ禍はまた病院受診患者数の減少をもたらしました。不要不急の行動抑制の自粛生活は骨折患者や脳血管、心血管障害患者を減らしているようですし、手洗いうがい、マスク着用はインフルエンザ等の感染症の予防にもつながっています。とても良いことではありますが、過度の行動抑制による経済活動の圧迫からの収入の減少や失職、ストレス蓄積からの精神疾患や自殺の増加など心配事は尽きません。

また当院では年度始めの新人転入者の歓迎会をはじめとした、職員相互の親睦が十分図れないまま現在に至っています。今後も多人数の会食の禁止は継続のままであり、忘年会や新年会、送別会などの開催も困難と思われます。早期のワクチン完成が待たれます。新しい生活様式の中で職員相互の理解を深め合い、強い連携のもと、二戸圏域の基幹病院として、地域の皆さんに良質な医療を提供できるよう、今一度スクラムを組みましょう。

看護科の外来部門



二戸病院では、新型コロナウイルス感染症感染患者が増え続ける中でも、皆さまが安心してご来院いただけるよう、手指消毒用アルコール製剤の設置、正面玄関における赤外線サーモグラフィー装置による表面体温測定の実施、午前8時45分・午前10時00分・午前11時00分に3密防止の院内放送を実施して、来院された皆様のご協力を得ながら、通常の外来診療を行う事が出来ております。

当院の外来は、現在20診療科の診察と看護職による看護外来（緩和ケア外来・ストーマ外来・フットケア外来・助産師外来）を行っております。また、昨年度は昼夜合わせて約1,500件の救急車の受け入れを行って来ました。

外来看護師は、「接遇を心がけ、患者さんに心地良い環境を提供する」「安全で安心な看護の提供に努める」「地域との連携を図り患者さんの支援をする」ことを目標に日々業務を遂行しております。療養生活において何かお困りのことがありましたら、お気軽に看護師に声をかけていただきたいと思っております。

これから、冬期に入りインフルエンザの流行時期にもなります。今まで以上に感染予防対策に留意して行きたいと思っております。



〈カシオペアなんでも相談室〉
がん療養中の方やご家族の方
何でも相談にいらしてください。
相談は無料です。

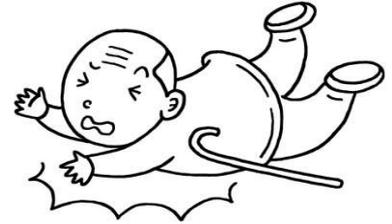


〈糖尿病週間行事 R2.11.13〉
パンフレット・ポスターを使い
糖尿病について学ぶ機会となりました。



こんにちは、医療安全管理室です。

今回は転倒・転落防止についてお話しします。



寒い時期となりましたが、雪が積もって来ると道も滑りやすくなり大変危険です。病院の中に入って「はぁ、もう大丈夫」とほっと一安心するのではないのでしょうか。

実は、病院の中で結構多いのが転倒転落なのです。

医療安全管理室に報告されるインシデントレポートの約 10%がこの転倒転落に関する事なのです。それでは、こういった場面でこの転倒転落が発生するのでしょうか。

外来では・・・

- ・長靴を履いていた方が点字ブロックにつまずいた
- ・体重をはかり終わって車椅子に乗るとき
- ・血圧を測ろうとして椅子に座った
- ・カーペットの足がつかかった



入院では・・・

- ・床にものが落ちて拾おうとした
- ・急いでトイレに行こうと思った
- ・普段布団に寝ているので、なれないベッドから落ちてしまった



- ・1~2日安静にしている、しばらくぶりに歩いたら体がふらふらしてバランスを崩した

そのほかにもスリッパでつまずいたり、薬の影響でふらふらしたり・・・

病気やけがで通院または入院しているというだけで転びやすい状況にあります。

無理に自分でやろうとせず、心配なときは是非職員に声をかけてくださいね。

一緒に転倒・転落を予防しましょう。



かかとのある履き物を履いてくださいね。



免疫力アップにおすすめな栄養素

～バランス食の良い食事で健康的な毎日を～



【栄養管理科】

季節の変わり目や気温の変化で体調を崩しやすい時期には、ウイルスや病原菌から体を守るために重要な免疫力！今回は免疫力を高めると言われている栄養素とメニューを紹介します。

【ビタミンA】

緑黄色野菜に多く含まれるビタミンAは粘膜の元となる栄養素です。これが不足すると粘膜が弱くなり細菌やウイルスの侵入を簡単に許してしまいます。人参、ほうれん草などに多く含まれます。

【オメガ3】



海産物に多く含まれるオメガ3は、炎症が起きにくい強い粘膜細胞の材料になると言われています。マグロ、カキなどに多く含まれます。

【納豆】

納豆に含まれる納豆菌は整腸作用があります。大豆オリゴ糖によって善玉菌をサポートし生き生きとした腸内環境へと導きます。

【ビタミンC】

ビタミンCはコラーゲンの生成に必須の物質です。これが不足すると毛細血管がもろくなり、栄養が行きわたらず病気に対する抵抗力が弱くなります。みかん、レモンなどに多く含まれます。

これらの栄養素が含まれた食材を使った料理をご紹介します。

マグロの焼き霜サラダ

＜材料＞ 4人分

マグロ（刺身用）	240g
玉ねぎ	2個
レタス	1個
＜人参ドレッシング＞	
人参（おろしたもの）	10g
マスタード	2g
オリーブオイル	8g
レモン汁	20g
塩	0, 4g
白コショウ	0, 8g

＜作り方＞

1. フライパンにサラダ油を熱しマグロの表面をさっと焼き冷ましておく。
2. 玉ねぎは薄切りにし、レタスは食べやすい大きさに切り水気をきっておく。
3. ドレッシングの材料を順に混ぜ合わせる。
4. 器にレタスと玉ねぎを盛り付け、上に焼いたマグロを盛り、ドレッシングをかける。



二戸病院広報「ざしきわらし」第31号（令和2年12月11日発行）

〒028-6163 岩手県二戸市堀野字大川原毛 38 番地 2

TEL 0195 (23) 2191

FAX 0195 (23) 2834

URL [HTTP://www.ninohe-hp.net](http://www.ninohe-hp.net)

