

平成 フォーラム

2015
秋
No. 33



若草会大運動会!!

秋晴れの空の下、今年も若草会大運動会が開催されました。

南あわじ市賀集スポーツセンターグラウンドに1000人を超える平成医療福祉グループの職員が集まりました。当院からも約200名の職員が2チームに分かれて参加し、それぞれに優勝を目指して競い合いました。

始めに、おなじみのラジオ体操からスタートしましたが、開始早々あちらこちらから悲鳴も聞こえだし、日頃の運動不足が否めないようでした。

障害物競争や大玉転がし、大縄跳びに綱引き、リレーなど運動会ならではのプログラムを若手、ベテランが一体となり、チームワークを発揮しました。そして懸命に走ったり、転んだりしながらも最後まであきらめずにゴールを目指しました。

プログラムが進むにつれて、一戦一戦ごとに息を呑む競技が見られ熱気と興奮で時間が経つのも忘れるほどでした。

残念ながら、博愛記念病院は2チームとも優勝を逃してしまいましたが、お昼休みに行われた仮装行列では、リハビリテーション科職員が扮装した「アリスとゆかいな仲間たち 四国バージョン2015」が見事優勝し、「博愛記念病院ここにあり」と健在を示してくれました。

NEWS!!

糖尿病予防教室

を開催しています!



徳島県の2014年の糖尿病による死亡率は、7年ぶりに全国ワースト1位を脱しましたが、引き続き全国平均を大きく上回っています。糖尿病教室を通じてどのような生活習慣が病気に繋がるかなど、糖尿病予防に役立てていただきたいと考えています。

事前申し込み無しで誰でも参加できます。
お気軽にお越しください。

- 日 時 毎月第4金曜日 13:30~
- 場 所 博愛記念病院1階研修室

今後のスケジュール

11月27日	糖尿病と食事療法	管理栄養士・看護師 (日本糖尿病療養指導士)
12月25日	糖尿病と薬物療法	薬剤師・看護師 (日本糖尿病療養指導士)
1月29日	糖尿病とフットケア	看護師 (日本糖尿病療養指導士)
2月26日	糖尿病と治療について	医師 (日本糖尿病協会認定医)
3月25日	糖尿病と運動療法	リハビリ・看護師 (日本糖尿病療養指導士)

お問い合わせはこちらまで

☎ 088-669-2166 📠 088-669-3362 ✉ info@hakuaihp.jp

医療法人 平成博愛会



- 健診センター
- 平成デイセンター
- 平成在宅介護支援センター
- 平成ヘルパーステーション
- 訪問看護

〒770-8023 徳島県徳島市勝占町惣田 9
Tel.088-669-2166 Fax.088-669-3362

- 介護老人保健施設 平成アメニティ
- 〒770-8023 徳島県徳島市勝占町惣田 17-1
Tel.088-669-0151 Fax.088-669-0995

社会福祉法人 平成記念会

- ケアハウス エルベ
- 〒770-8023 徳島県徳島市勝占町松成 46
Tel.088-669-2228 Fax.088-669-2477

- 介護老人福祉施設 ヴィラ勝占
- グループホーム 勝占

〒770-8023 徳島県徳島市勝占町松成 43-1
Tel.088-669-3610 Fax.088-669-2236

- 住宅型有料老人ホーム レジデント勝占
- 〒770-8023 徳島県徳島市勝占町松成 50-1
Tel.088-669-5858 Fax.088-669-2236

日本医療機能評価機構認定
(平成 24 年 10 月更新)

働きやすい病院評価事業認定
(平成 19 年 3 月)

講演会のご案内

参加費無料
県民公開学術研修セミナー

第110回

地域包括ケア時代：医療が生活に出会う！
～大切なのはリハビリテーションの普遍化～

講師 長崎リハビリテーション病院 理事長
栗原 正紀(くりはら まさき)先生

日時 平成27年12月8日(火)
18:30~19:30/18:00開場

場所 博愛記念病院 5階講堂

主催 一般財団法人 平成学術振興財団

※ 整理番号が必要です。事前に下記お問い合わせ先まで
電話/FAX/メールにてお申し込みください。

次回予定

平成28年1月

詳細が決定次第、
ホームページにてお知らせいたします。

詳細はWEBで

www.hakuaihp.jp



皆様のご参加
お待ちしております。

基本理念

絶対に見捨てない医療を提供します。

基本方針

- 1、患者様にとって最善の医療を提供します。
- 2、生涯を通して充実したリハビリを行います。
- 3、救急告示病院として 24 時間 365 日受け入れします。
- 4、最新医療技術とチーム医療で安心な在宅療養を支援します。
- 5、予防医療・入院治療・介護福祉の総合センターとして地域を守ります。

インフルエンザ予防接種予約受付中

博愛記念病院では、平成27年度インフルエンザ予防接種を行っております。
予約制になりますので、必ずお電話にてご予約ください。

予約受付時間 平日・土曜日 午前9時～午後5時
受付時間 平日 午前9時～11時30分・午後1時30分～4時
土曜日 午前9時～11時30分・午後2時～4時
接種負担額 2,800円（税込）
予約・連絡先 博愛記念病院 088-669-2166



*3歳児未満のお子さまについては、かかりつけの病院にて受けてください。
*37度以上の発熱のある方は接種できません。予め熱を測ってからお越しください。

インフルエンザの予防についてのアドバイス

栄養と休養を十分に取る。体力をつけ、抵抗力を高める。
人込みを避ける。ウイルスを寄せ付けないようにする。
適度な温度、湿度を保つ。乾燥しているとウイルスが長時間空中を漂う。
外出後の手洗いとうがいの奨励。手洗いは接触による感染、うがいは喉の乾燥を防ぐ。

整形外科外来 診療のお知らせ

	午前	午後
火曜日 (隔週)	○	○
木曜日	○	—
土曜日 (月1回)	○	○

博愛記念病院では本年9月より整形外科外来の診療回数を増やしています。
整形外科は腰痛・関節痛・神経痛・骨粗しょう症・打撲・骨折後等、幅広く対応しています。
外来リハビリ等も行なっておりますので、ご相談ください。

病棟紹介

3病棟（医療療養病棟）を紹介します。

医療療養病棟の紹介

当院の3病棟、医療療養病棟（32床）は平成26年8月より在宅復帰機能強化加算の施設基準を取得しました。

高齢者や認知症の患者さんが多く、個々の患者さんにあった看護・介護を行い安心した療養生活を送れるように援助しています。

また、多職種によるチーム医療で、連携を取り、患者さんの状態に応じた治療等を実施し、早期に在宅・施設へ退院できるように取り組んでいます。

春号は、4病棟（障害者施設等病棟）を紹介します。



肺炎球菌ワクチン予防接種について

昨年（平成26年）10月から、徳島県でも高齢者肺炎球菌ワクチンの予防接種が定期接種となりました。しかし、接種率はまだまだ低い状況です。

日本では高齢者人口の増加により、肺炎は死因の第3位になっています。
高齢者はインフルエンザにかかると肺炎を併発して重症化するケースが多くなるため、インフルエンザ流行時には特に肺炎球菌の感染に注意が必要です。

ワクチンで防げる病気はワクチンで予防しましょう。

この度、博愛記念病院と徳島大学病院でプレベナーとニューモバックスという2種類の肺炎球菌ワクチンの連続接種により、「免疫効果が高まる事」「肺炎の予防効果」「ワクチンの安全性」の確認を行い、日本での高齢者肺炎球菌ワクチンの接種スケジュールを決定づけるための共同研究を実施しております。

また、この共同研究に対して厚生労働省から補助金を受けられることになったため、ご協力いただける方には、定期接種・任意接種に関わらず、自己負担金をほぼ全額「クオカード」として返金させていただきます。
ご協力をいただける方を募集しておりますので、ご連絡をお待ちしております。

博愛記念病院 088-669-2166 共同研究責任者：副院長 元木（担当：木内）

栄養科通信★免疫力を高める食事

免疫細胞の70%は腸に存在しているといわれています。そのため腸内環境を整えることで栄養吸収が効率的に行われるだけでなく、免疫力のアップにもつながります。
漬け物や味噌、納豆、チーズなどの発酵食品には腸内細菌のバランスを整える働きがあります。毎日の食事にこれらの食品をうまく取り入れてみてはどうでしょう。
また、腸内細菌の栄養となる食物繊維の豊富な野菜やきのこ類、良質なたんぱく質もバランス良く摂取しましょう。

これからの寒い季節には、野菜もたっぷり摂れる鍋料理がおすすめです。
発酵食品である味噌、さらに体を温める作用のある生姜やにんにくなどの香辛料を使って、免疫力を高める食事で風邪やインフルエンザに負けない体を目指しましょう。

・秋号レシピ♪

たっぷり生姜と白菜の味噌鍋（1人分）

<材料>

・豚肉 40g ・豆腐 50g ・白菜 60g ・えのき 20g ・にんじん 10g
・大根 20g ・水 適量 ・和風顆粒だし 小さじ1 ・すりおろし生姜 15g
・すりおろしにんにく 15g ・味噌 大さじ1 ・酒 少々

<作り方>

①鍋に水と「生姜」「にんにく」を入れて火にかけ、材料を入れる。
②沸騰したら、「味噌」「酒」を溶き入れ10分程煮込む。

