

# おくじま通信

vol.1

2008年  
8月

〈理 念〉 最善をつくす信頼ある病院 献身と寛容の心で行う医療と介護

<http://www.okujima-hospital.com>

## 院長あいさつ

道後の地へ先代院長が奥島病院を開院して以来、すでに半世紀が過ぎました。この地でさらなる地域医療に貢献するため病院理念を一新し、この精神を基に職員全員が一丸となって医療・介護に取り組む決意をいたしました。

そして、高齢化が進むなか基本方針として次のことを掲げました。

- 患者さまの人権を尊重し、誠実で良質な医療と介護を行う。
- 急性期・慢性期の疾患への対応と在宅介護までの診療体制の充実を図る。
- 地域医療に貢献する病院であると共に地域の医療機関・福祉施設との連携の強化に努める。
- 医療の質向上への研鑽に努め、常に安全かつ良質の医療を目指す。
- 職員は奉仕と献身の心を持って、患者さまとの信頼関係を築く。
- 快適な療養環境が提供できるように、施設・設備等の改善を行う。

以上のことを念頭において、さらに信頼される病院として患者さまへより良い医療サービスの提供を行うため日々邁進してまいります。

院長 奥島 伸治郎



## えひめ子育て 応援企業認証

少子化が進んでいる現在、女性職員の多い医療・介護現場では子育てを重視して、仕事と子育ての両立が容易にできる職場環境作りが必要不可欠になっていると考えられます。

人材確保の観点からも、特に子育て中の女性を応援できる体制作りが必須であり、また出産後の職場復帰が可能なように職場環境を整える必要があります。

それでは、当院で具体的にどのようにして子育ての支援を行っているかその一部を紹介します。

- ① 妊娠の申し出があると、まず体調管理を考慮し交代勤務から夜勤勤務を外します。また、妊婦検診等に伴う休暇も取りやすく配慮し、本人の希望があれば短時間勤務に切り替えることも行っております。
- ② 育児休暇後、職場復帰した場合も同様に前記の配慮を行い、子育てをしながら仕事に専念しやすい育児優先の職場環境を作っております。
- ③ 保育所に子供を預けて勤務する場合、小学校に入学するまでの期間育児手当を人数分支給する経済的

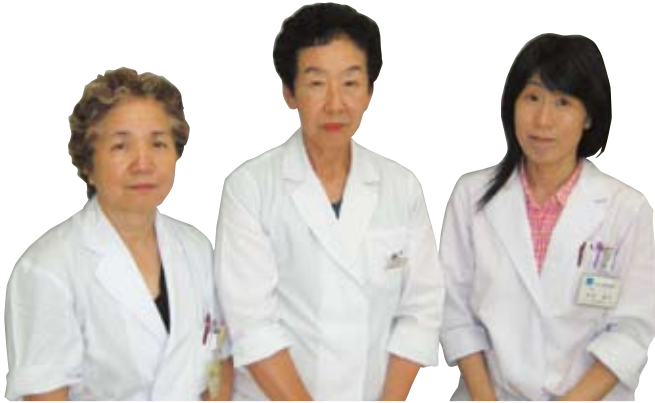
援助も行っています。

以上等のことを策定し実践することによって、昨年10月「えひめ子育て応援企業」の認証 第1号を頂くことになりました。今年4月認証の更新も行いました。今後さらに子育ての応援ができる病院として努力を続けていく所存であります。



# 婦人科紹介

道後地区で唯一の婦人科専門の診療を行っています。10代から90代と幅広い年齢層の女性が受診され、婦人科領域全般の疾患を扱っています。産科は取り扱っていません。



左から千葉先生、今井先生、甲谷先生

## 診療のご案内

ご来院の順に受付させていただいております。よりよい診療を行うため、患者さまの人数は右記を上限とさせていただいておりますので、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。

〈受付〉午前：午前8時～午前11時  
午後：午前の受付終了時に開始～午後4時（月曜のみ）

〈診療開始〉午前9時～午後1時30分～  
※土・日・祝日は休診

		月	火	水	木	金
今井	午前	15名	15名	予約15名	15名	15名
	午後	15名	手術日	休診	手術日	休診
千葉	午前	15名	15名	15名	15名	予約15名
	午後	15名	手術日	休診	手術日	休診
甲谷	午前	10名	10名	10名	10名	10名

## 医師紹介

女性の疾患は女性の方が理解しやすいという意向から、当院では三名の女性医師、今井洋子、千葉文、甲谷秀子の三診で診察しています。外来診療・手術・入院を扱っています。

## 特徴

**1** 当院では膣式の手術が多く、開腹しないので腹部に傷がつかず、喜ばれています。高齢化の近年、子宮脱、子宮下垂が増え、膣式手術の過半数を占めています。子宮筋腫・子宮腺筋症の子宮全摘術も可能な限り膣式で行います。

**2** CT、MRI検査が迅速に行えます。

**3** 当院には内科、外科、整形外科、脳神経外科、泌尿器科、循環器科、糖尿病内科、形成外科があり、婦人科の患者さまに対して関連のある科の医師と連携相談して患者さまのために各専門性を活かした治療を行っています。

## 予約診療のご案内

水曜日午前今井医師15名、金曜日午前千葉医師15名の診療は、予約診療を行っております。予約を希望される患者さまは、予約専用電話にてご予約承ります。

専用電話

TEL.089-925-2520

予約受付時間

月・火・木・金 → 午前9時～午前12時  
午後1時30分～午後5時  
水 → 午前9時～午前12時  
※土・日・祝日は受付していません。

※診療時間帯の変更、緊急手術のため休診等の場合がございます。

※激しい痛みや多量の出血など、緊急の場合は別途受付ます。お申し出下さい。

# 栄養士だより

奥島病院では、マンネリ化しがちな病院の食事に、行事食・選択メニューなどを取り入れ、単調な入院生活が少しでも癒されるよう、食事提供をしています。今回は、夏バテにも有効な旬な食材を使い、季節感あふれる献立の行事食を紹介します。

## メタボと夏バテ対策

「体がだるい」「食欲がない」など慢性的な疲労の続く、「夏バテ」の季節がやってきました。暑くなると食欲不振になりがち。するとタンパク質が不足し、体力が低下します。汗だくでのがれが渴くので、冷たい飲み物を飲むと今度は胃液分泌がおち、さらに食欲が下がります。しかし中には、メタボと診断され「夏バテで痩せよう!」などという人いませんか?夏バテを甘くみてはいけません。食欲不振や、疲労はもちろんですが、イライラ感やめまいなども現われ、放っておくと熱中症など致命的な病気にも繋がってしまいます。この夏は生活習慣を見直して、健康的にメタボ&夏バテを予防しましょう。



## 《食事のポイント》

### Point 1 バランスのとれた食事が基本

目標は、1日30品目と言われますが、あっさりしたメニューの中にも、体力維持のため良質のタンパク質を摂りましょう。外食の多い人は、なるべく具材の多い定食がおすすめです。

### Point 2 塩分は1日7g以下に

塩分の摂りすぎは、血圧を高めます。汗とともに水溶性のビタミンや塩分を失いますが、よほどの汗をかかない限り食事に含まれる塩分で十分です。また、茗荷・生姜・わさび・しそなどの薬味は食欲も増進され、塩分の摂りすぎも抑えます。

### Point 3 アルコールは控えめに

ビールがおいしい季節です。水分補給は大事ですが、ビールを水分だと思って飲むのは逆効果。ビールを飲むとアルコールの分解過程で水分が取り込まれ、飲んだ1.5倍が尿として排出されてしまいます。適量を守って、1週間に2日は休肝日をつくりましょう。

### Point 4 野菜をたっぷり

野菜は低カロリーでビタミン・ミネラルを含みます。中でも疲労回復を早めるビタミンB群やビタミンCを含む旬な野菜がおすすめです。(★ビタミンB群を多く含む野菜:スイートコーン、枝豆、モロヘイヤなど。★ビタミンCを多く含む野菜:ブロッコリー、カリフラワー、ニガウリなど。)

特に疲労回復に作用するビタミンB1は、豚肉・うなぎ・納豆にも含まれているので、上手に組み合わせて摂るとよいでしょう。

## 7月の行事食 〈お品書き〉

- ・うなぎ丼 ・茄子のはさみ揚げ ・もずく素麺
- ・梅とろろ昆布椀 ・ラズベリーヨーグルト

## こんにちは! 美化委員会です。

皆さんは奥島病院の中に、いくつもの委員会があるのをご存知ですか?

今回はその中の1つ『美化委員会』の活動について紹介します。

美化委員会は、「病院をもっときれいにしよう!」という職員の声により、平成19年4月に誕生した出来立てほやほやの委員会です。業者さんばかり頑張っているように思われたかもしれませんが、私たち美化委員も頑張っています。

美化パトロールを月に1回程度の割合で行い、汚れている箇所や直したほ

うがいいと思われる箇所を見つけ出します。パトロール後は、各担当部署にパトロール結果を報告し、修理等を行ってまいります。このパトロールは抜き打ちなので、毎日の整理・整頓・清掃がかせませません。

また春と秋に病院周辺の清掃活動も行っています。診療開始前に病院周辺を美化委員が中心になって、雑草抜きやゴミ拾いを行います。清掃後、明るく職場に戻っていく職員を見ると清掃して良かったなと感じます。職員や患者さまからきれいになったね



と声をかけてもらうこともあり、また次回もがんばろうという気にもなります。清掃活動はただ環境がきれいになるだけでなく、清掃を行った人の心も明るく清々しくしてくれるようです。

私たち美化委員会はこれからも一生懸命に病院内と病院周辺の美化に取り組んでいきます。奥島病院と書かれた腕章をつけている人を見かけたら、ぜひ、声をかけてみてくださいね。

訪問看護ステーション  
おくじま

居宅介護支援事業所  
おくじま



■ 訪問看護ステーションおくじま  
TEL.925-2526  
平日:午前9時~午後5時45分

■ 居宅介護支援事業所おくじま  
TEL.925-2551  
平日:午前8時30分~午後5時15分

はじめまして!在宅部門は居宅介護支援事業所・訪問看護ステーションの二つの事業所から成り立っています。こじんまりと、4人で活動しています。

訪問看護の主な仕事内容は、

- 介護支援・相談
- リハビリテーション
- 病状観察
- 栄養指導管理
- 清拭・洗髪・入浴などの清潔援助
- 排泄の介助・管理
- 床ずれの予防と処置
- カテーテル類の管理
- ターミナルケア等の看護

を、医師の指示のもとに、直接ご自宅へ伺って行きます。

居宅介護支援事業所では、介護保険を利用して、利用者の能力に応じて自

立した日常生活を送れる様に援助する事をモットーに活動しています。主な仕事内容は、

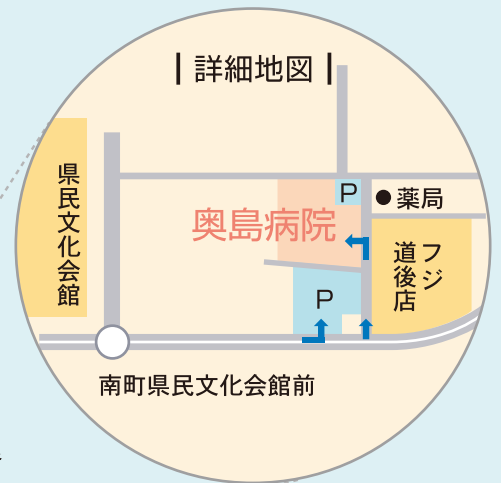
- 介護相談
  - 要介護認定申請代行
  - ケアプラン作成
  - 各種サービス機関の紹介
- などを公正、中立に行っています。

今まで何とか家で生活してきたが、この頃不便や不安が出てきた、身体の不調が出てきた。介護しているがうまくいかない。病気等で入院しているが退院する事になったけれど家でちゃんと生活できるか心配。住み慣れたこの街ですと自分らしく生きたい。どんな小さなことでも構いません、まずは相談して下さい。病気や障害があっても安心してお過ごしいただけるよう、ご本人様、ご家族様をお支えます。

診療科目

外科／整形外科／脳神経外科／消化器外科  
内科／消化器内科／循環器内科／呼吸器内科  
婦人科／泌尿器科／リハビリテーション科

アクセス



医療法人  
団 伸会



**奥島病院**

<http://www.okujima-hospital.com>

〒790-0843 松山市道後町2丁目2番1号  
TEL.089-925-2500 FAX.089-922-6339