—丸の内病院 広報—

まるのうち

No.26
2010年7月25日
発行

特集

「まるのうち保育所」開設に当たって
中土幸男院長 ……02
はじめまして まるのうち保育所です！
……03
訪問看護新事務所からの発信 ……04
病院機能評価受審に向けて ……05
医療安全管理部 感染対策課 ……06
リレー随想 ……07
TOPICS ……08
ふくわうち ……10

医療法人 抱生会 丸の内病院

「まるのうち保育所」開設に当たって

丸の内病院院長　中土　幸男

丸の内病院の院内保育所として、「まるのうち保育所」の開所式を4月9日午後、松本市白板の現地で開催いたしました。「まるのうち保育所」が新天地で再開されたことを病院責任者として心から喜んでいます。この日を迎えることができましたのも、関係各位のご尽力のお陰と感謝しております。保育所運営を担当していただくことになりました株式会社キッズコーポレーション様、保育士の山崎晴美様、保育所にふさわしい場所をお貸し頂きました山富産業株式会社小山実代表取締役様、そして改修工事を担当いただきましたハシバテクノス株式会社様に対し、この紙面を借り心より御礼申し上げます。

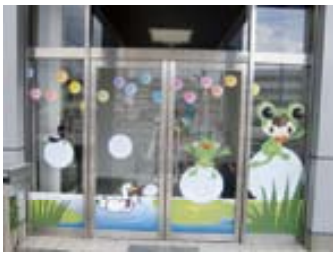
当院の院内保育所は開智にあった旧病院時代には院内に併設されていました。しかし、平成19年8月の現病院の渚地区への移転とともに廃止されました。小さな子供さんを持つ職員の方々にはその間、大変不便をかけてきました。ここに再び院内保育所を開設できたことで、職員が安心して職場で働くことができる環境が一つ増えました。病院ではこれまで院内保育所の再開に向け準備を行ってきました。平成20年9月に飯田市立病院の院内保育所を見学し、保育所設備やその運営についてアドバイスを受けました。同年12月には「病院将来構想プロジェクトチーム」を立ち上げ、職員に院内保育所についてのアンケート調査を実施しました。その内容は「院内保育所設置に関する提言書」としてまとめられ院長に提出されました。

そこでは約3/4の職員が院内保育所設置に賛成していること、保育所利用人数は15名程度が見込まれるが、全職員を対象とした場合、20名程度まで拡充できる余地を作っておくのが望ましいこと。保育時間は8時～19時を基本とするが、長時間保育の希望が一定数あることも考慮しておくこと。今後利用する可能性のある職員は全職員の約30%を占め、院内保育所は病院職員にとって重要な施設となりうることが提言として挙げられました。これらの提言は今回の新「まるのうち保育所」開設に向けての貴重な指針となりました。昨年9月、病院幹部で協議を行い「まるのうち保育所」の再開に向けた準備を始めることを内定し、物件を探し始めました。12月、白板1丁目の現在地に適切な空きビルがあるとの情報が入りました。そこで、太田君枝看護部長をリーダーとする「院内保育所検討委員」を立ち上げ、今年4月1日の開設に向けた具体的な作業を開始しました。訪問看護ステーションも保育所の2階に移転することも決まりました。検討委員会のメンバーの方々は保育委託業者の選択とその後の交渉、保育所設備の検討、改修工事先との交渉、保育所運営要項の作成、保育料手当説明会の開催などと短期間に精力的に活動していただきました。準備開始からわずか3ヵ月間で開設できたことはこの委員会のメンバーの方々に負うところ大であり、心より敬意を表したいと思います。

まるのうち保育所の運営では、対象者を当院の全職員（パート従業員も含め）の0歳から3歳のお子さんとしました。保育時間は平日と土曜日の午前7時45分から午後6時30分までとし、その後、2時間の延長保育も利用可能としました。キッズコーポレーションで作っていただいた「まるのうち保育所ご入所のしおり」を読むと、保育所の内容がわかりやすく書かれています。今後、運営面で保育士の方々をはじめとしたキッズコーポレーション様には何かとお世話になりますが、どうかよろしくお願い申し上げます。4月14日、訪問看護ステーションが保育所の2階に移転しました。助産師、看護師、理学療法士など医療資格を持つスタッフが同じ建物に居ることから何かと安心できます。今後、「まるのうち保育所」が当院職員の子弟の育児に頼りになる存在として発展してゆきますよう祈念しております。

はじめまして　まるのうち保育所です!

園長　山崎　晴美



4月1日にオープンいたしました『まるのうち保育所』です。0歳～3歳までのお子様4名と、7名のスタッフでスタートしました。4月当初は「ママがいい～!!」と涙がたくさん出てしまう日々でしたが、今では、ニコニコ笑顔で「おはよう!」と保育所に来てくれるようになりました。5月·6月·7月と1名ずつお子様が増え、とても元気で賑やかな毎日です。

保育所の一日は、「おはよう!」の元気な声で始まります。お部屋に入ると、すぐにお気に入りのおもちゃを目指します。みんなの最近のお気に入りは、ジャングルジム!登ったり、つたい歩きやつかまり立ちをしてご機嫌です。朝から、かくれんぼや追いかけっこをするなど、パワー全開です。そして、おやつを食べてから、お天気のいい午前中にはみんな大好きなお散歩に出発。「今日はどこに行こうか?」「公園!!」と毎日みんなで行き先を決めます。保育所の近くには、いくつも公園があり、神社や松本城など自然や文化に触れられることが多い素晴らしい環境です。お散歩でしか味わえない"自然とのふれあい"を大切にし、季節のあそびも取り入れながら、安全に気を付け、たくさん遊んでゆきたいと思います。

そして、たくさん遊んだ後は、お腹もペコペコ。お待ちかねの給食の時間です。宅配のお弁当の蓋を開ける時のワクワクしたみんなの顔。「いただきます」が待ちきれません。給食もお家から持ってきていただいた離乳食もモリモリ食べちゃいます。お昼寝前に絵本を読んでから、ぐっすり眠ると、元気パワー充電完了です!

午後はお部屋でゆっくりと過ごします。おやつを食べた後、お絵描きをしたり、キッチンセットでお料理を作ってくれたり、ミニカーや電車を走らせていたりもします。それぞれが、好きな遊びを見つけて楽しく遊びながら、お迎えを待ちます。

まるのうち保育所では、お子様の笑顔を大切に、一人ひとりの性格、個性、発達段階を大切に保育して行きたいと思います。

お子様達にとって、楽しくて安心できる保育所であり、保護者の皆様にホッとしていただける場所でありたいと思っています。今後ともよろしくお願いいたします!

訪問看護新事務所からの発信

所長　横山 みさほ

本年4月1日より「まるのうち保育所」が開所しました。その白板ビル2階に、病院併設介護事業所が移転しました。　現在、丸の内病院の付属部門として、訪問看護ST･居宅介護支援センター･ヘルパーSTほほえみ訪問リハビリテーションが、地域に発信しています。昨年9月に開始したヘルパーSTもこの4月より増員となり、事業所総勢20名となりました。新しいビルは、20台の駐車場を有し、裏にはもってこいの倉庫が付いています。今までのようなドライバーテクニックの必要な駐車場からは開放され、スムーズな車の出入りができます。2階の窓から入る爽やかな風と明るい日差しなど環境が快適となりました。疲れた身体に思いカバンを引きずって車から降りると、窓から覗く子どもたちが手を振ってくれるようになり、かわいい笑い声と笑顔に癒されています。

独立した2階建て白板ビルは、丸の内病院の一施設として定着してきました。ビルが19号線添いに位置しているため、利用者も以前までの開智周辺東地域から島内･梓川と広範囲になってきました。また、ワンフロアーの中で、ケアマネ･看護師･PT･ヘルパーが一同に会し患者カンファレンスができ、質の高い介護を目指しています。5月からは、1才児の訪問看護が開始しました。今後はガイドヘルパーの資格も取り、障害者の対応も考えています。新事務所への移転が新たな出発となるよう、職員一同、在宅支援に努めて行きたいと思います。

病院機能評価受審に向けて

機能評価プロジェクトチーム　中村　直

平成18年の9月に旧病院においてVer.5の病院機能評価を受審してから、はや4年が経過しました。平成23年9月にはVer.6の機能評価を受審することが院内で決定され、プロジェクトチームを結成し漸次準備中であります。前回の受審時は旧病院ということもありハード面での問題を運用でカバーしたことを思い出します。

今回のVer.6で新たに設けられた審査項目をみてみますと、1）チーム医療の推進と診療の質向上、2）地球環境への配慮、3）情報システム管理、4）医療機器管理体制、5）臨床研修体制などがあります。

1）については、病院全体が組織的に患者に関わり、さらに質の向上を図るために努力が求められています。多職種によるカンファレンスを頻回に行い、部署を横断して一人の患者を中心にして治療方針を打ち出していく必要があります。診療内容についても何を根拠にどのような努力を行ったか結果を残さなければなりません。これは大変なことです。

2）地球温暖化への対策は、生産業だけでなくわれわれサービス業に対してもその対策をとることが義務づけられようとしています。少なくとも排水を含めた廃棄物などに関しては環境に配慮する姿勢が必要と考えます。

3）患者情報の電子化が普及している今日では情報システム管理について、患者情報の一元化管理とその安全性が求められるでしょう。

4）様々な医療機器がなければ成り立たない現代の医療。シリンジポンプから人工呼吸器まで、これらの医療機器の管理体制が求められています。幸いにも医療安全管理部に臨床工学課が加わり、臨床工学士も常駐しています。医療機器の中央管理をさらに広げることが求められます。

5）臨床研修体制については、先日院長より信州大学とのたすき掛けに参加する方針が示されました。それに向かってワーキンググループでプログラムの作成を行っており、体制づくりが始まっています。

これら新しい項目に加えてVer.5で審査された項目についてもその後の実績が問われます。やるべきことが山積状態で何から手をつけてよいのかわからない状態ですが、プロジェクトチームで審査項目の評価を行い、各委員会や部署に振り分けを行っています。振り分けられた項目についてはご協力をお願いしたいと存じます。

「機能評価?めんどくせえな」となりがちですが、機能評価に振り回されることなく、機能評価受審を利用して丸の内病院をステップアップさせるのだと意識を変えていこうではありませんか。受審に向けて頑張りましょう。

目指せ！長野県で一番いけてるICT

医師　笠井正志　　感染管理認定看護師（Infection Control Nurse（ICN））　田中裕子　　検査技師　小平幸子　　薬剤師　小口敬伸

第18回 認定看護師認定審査に合格することができました。皆様のおかげです。ありがとうございます。これからは病院に来る全ての人々、病院で働く全ての人々を感染から守るためがんばります。

Infection Control Team（ICT）について紹介します。
平成22年4月1日より活動を開始しています!!!
コンセプトは

- 院内感染はすべてICTの責任
- 患者さんの顔が見え、スタッフにとってもやりがいを感じることのできる人間味のある感染対策を行う。
- すべての病院スタッフに感染対策に関する情報を共有する。

「長野県で一番いけてるICT」を目指し日々活動を行っています。

リンクナース

5階病棟 山田晃子　　中材・手術室 矢口町子　　3階病棟 田中順子　　4階病棟 鰐川久美
感染対策課 田中裕子　　6階病棟 忠地幸子　　外来 井波幸子

リンクナース達には
ICTの活動を支援して、各部署における感染防止対策の中心的役割を担って頂いています。

リレー随想

母子医療センター　　林　晶子

丸の内病院に勤務し始めてから、大分慣れてきたところに、リレー随想の依頼が突然やってきました。文章を書くことに慣れていない私には、非常に悩んでおりました。そこで、今年度の目標を立ててみました。

今年度の目標

1.単身で遠方の学会に参加すること:子供が生まれる前、大学院時代には、学会発表で学会にいろいろと参加させて頂いていました。今では、大義名分もなく、子供を見ているから行っていいよと言ってくれる人もおらず、学会参加は夢のまた夢です。一度、子連れで参加しましたが、ホテルでのオネショやらなんやで、くたくたでした。学会には勉強しに来ているはずなのに…。できれば、一人で参加したいものです。近いうちに実現するといいなと思っていますが、現実はかなり難しそうです。

2.海に行くこと:息子に海を見せてあげたいと思っています。一度も海に行ったことがないので、今年こそはと毎年、画策しているのですが、松本から公共交通機関を使って行ける所と探しても、どこも遠くて、考えただけで疲れてきました。お勧めの場所があったら教えてください。

3.こども部屋を作ること:来年小学校に上がる息子のために部屋を片付けようと思い、半年が過ぎました。私のものがほとんどで、どうやって片付けようか思案しているところです。たぶん、来年3月頃にあわててやっていることでしょう。息子は、部屋ができてもあまり喜びそうにないのですが、とりあえず区切りなので、片付けようと思います。

来年3月末で、この目標がどれだけ達成できているでしょうか。全部達成できていたら、かなり幸運だな、なんてことを時々考えつつ日々暮らしております。周囲の皆様のおかげで仕事ができることに感謝しつつ、子育てと仕事が両立できるようさらに努力したいと思います。今後ともよろしくお願い致します。

採用式

4月1日(木)、平成22年度採用式が会議室で行われました。本年度の新入職員(26名)が、関係者列席の中、緊張の面持ちで採用式に臨みました。

中土院長より、歓迎の挨拶があり、新入職員紹介の後、辞令交付が行われました。

また、新入職員を代表して、大橋りえさんが、「1日も早く職場に慣れ活躍できるよう、精一杯努力いたします。」と誓いの言葉を述べ、採用式は終了しました。

新入職員の皆さんが、初心を忘れることなく、丸の内病院の発展に寄与されることを期待しています。

桃の節句

4月12日(月)午後7時より、毎年恒例となりました、新入職員歓迎会を兼ねた「桃の節句」をブライトガーデンにおいて開催しました。

中土院長挨拶、佐藤理事長音頭による乾杯の後、新入職員紹介がステージ上にて行われました。総勢188名の職員が集まり、たいへんな盛り上がりとなりました。

参考:「桃の節句」のいわれについて

丸の内病院の歴史記念誌である「30年のあゆみ」の掲載事項を見てみますと「昭和28年4月4日に第1回桃の節句を開催する。近所の離れを借用して実施した。」と記載があります。この頃の職員は26名程度でした。当時は、中学校を卒業したての職員もおり、また、女性が多い職場であり、さらに、開催日が4月3日近辺という旧暦のおひな祭りでもあることから、かわいく「桃の節句」とされたそうです。2回目以降も近所の離れや病室、医師当直室あるいは庭にて、かがり火で煙幕を張って行ったと記載があります。当時は、ベッド数21床という規模であり、職員もまだまだ少なく、大病院にない家庭的な雰囲気を出せるように種々、心を配っていたとの事です(現在のように外で開催し始めたのは昭和40年からです)。

WELCOME ふくわうち

診療部 産婦人科
医師

はやし　あきこ
林　晶子

今年1月より、産婦人科に勤務させて頂くことになりました。久しぶりにかわいい赤ちゃんに囲まれた環境で、仕事ができることを嬉しく思います。研究日などで不在の日もありますが、お役に立てるよう頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。

健診センター
事務

ふじもり　ゆみ
藤森　由美

①最近は、2匹の相棒と一緒にドライブに出掛けることです。
②今年の1月から健診センターでお世話になっています。みなさんに助けてもらいながら、毎日奮闘しています。覚えることがたくさんありますが、気を引き締め頑張っていきます。よろしくお願いします。

看護部
中材・手術室
看護補助

かたぎり　ちえこ
片桐 千恵子

①旅行と食べ歩き。趣味とまではいきませんが、手話も習い始めました。
②2月よりお世話になっています。今井課長はじめ、スタッフの皆さんがとても明るく、皆さんに支えられながら毎日楽しく仕事をさせて頂いています。マイペースな性格ですが、焦らずに1つ1つ自分のものにしていきたいと思っています。よろしくお願い致します。

居宅介護支援事業所
介護支援専門員
介護福祉士

いむき　ゆか
井向　由架

①映画鑑賞、読書、演劇鑑賞…松本はアマチュア劇団が多いですので…。
②2月より居宅介護支援センターでお世話になっております井向と申します。聞き慣れない上に読み方も少々分かりにくい名字なので、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますがどうぞよろしくお願いします。沢山のことを学び自分を成長させていかれる様に頑張りたいと思っています。

看護部 3階病棟
看護師

きぐち　まなみ
木口 真奈美

4月から3階整形外科に配属させていただきました木口真奈美です。安曇野市穂高出身です。思いやりのある看護がつねにできるように業務内容も覚えながら努力していきたいと思います。
　趣味は買い物や音楽鑑賞です。よろしくお願いします!

看護部 3階病棟
看護補助

さいとう　ちか
齊藤　千夏

①買い物、映画鑑賞
②4月から3階病棟でお世話になっています。学生の頃は外来勤務でしたが、病棟でも早く仕事を頑張りたいと思っています。御指導宜しくお願いします。

看護部 3階病棟
看護師

たかだ　ようへい
髙田　陽平

①最近一番好きなことは寝ることです。
②4月から3階病棟で勤務しています。病棟に男性が1人なので、さみしさを感じることもありますが、男性ならではの視点や力を生かして看護していくことのできるようがんばりたいと思います。よろしくお願いします。

看護部 5階病棟
看護師

しおはら　かおり
塩原　加織

①趣味は、音楽を聴くことと、車をいじることです。特に音楽はビジュアル系のバンドが好きで、尊敬しているのは、hideです。車は、セダンが好きで、セルシオとベンツとBMWが好きです。
②今年5階病棟に配属になりました。元気だけが取り柄なので、明るく元気に仕事を頑張っていきたいと思います。よろしくお願いします。

看護部 4階病棟
助産師

くぼた　ひろみ
窪田　裕美

①ドライブ・バドミントン・推理ドラマ鑑賞
②4月から4階病棟で勤務しています窪田裕美です。助産師として、産婦さんや家族が笑顔で満足のいくお産になるようにサポートしたいと思っています。先輩方からいろいろなことを学び、笑顔で前向きにをモットーに頑張ります。よろしくお願いします。

看護部 4階病棟
助産師

ゆざわ　なつみ
湯沢 奈津美

4月から4階病棟でお世話になっている湯沢奈津美です。よろしくお願いします。
趣味は旅行で、いろいろなところに出かけるのが大好きです。
患者さんに頼っていただけるようなステキな助産師になりたいと思うので、ご指導よろしくお願いします。

看護部 4階病棟
助産師

かの　なつみ
鹿野 奈津美

①映画鑑賞、バレーボール
②4月から4階病棟でお世話になっている鹿野といいます。よろしくお願いします。明るく優しい4階スタッフの方々にフォローしていただきながら日々いろいろな事を学ばせていただいています。今は、自分の事に精一杯になってしまっていますが、患者様やご家族に笑顔で接することができるようになりたいです。

看護部 4階病棟
助産師

くろせ　まむ
黒瀬　麻睦

①趣味は、旅行に行くことです。旅行に行くと色々な気分が味わえるので好きです。今年は屋久島に行ってみたいです。
②まだ何もわからない状態ですが、先輩方からたくさんのことを学び1つずつ自分の経験にしていきたいです。そして、いち早く先輩方のようなベテランになり、患者さんから信頼されるようになりたいです。これから自分の看護観を極めて行けたらなと思います。

看護部 4階病棟
助産師

おおはし
大橋　りえ

①ドライブ、ショッピング、食べ歩き
②4月から、4階病棟に勤務している大橋りえです。分からない事ばかりで、病棟スタッフの皆さんに助けてもらいながら、多くの事を学ばせてもらっています。一つ一つ確実に色々な事を吸収していけるように頑張ります。よろしくお願いします。

看護部 4階病棟
看護補助

もりむら　しずか
森村　静香

　私は、4階病棟で補助者として働いている森村静香です。松本短期大学看護科を今年3月に卒業しました。今は、来年の看護師国家試験に向け、勉強中です。来年は看護師として、仕事ができているよう今年は頑張っていきたいです。
　私の趣味は、バドミントンとジグソーパズルです。両方とも最近は時間がなくやっていませんが、また時間をみつけてやってみたいです。

看護部 5階病棟
看護師

はらぐち
原口 さつき

①趣味は、映画鑑賞です。特にミュージカルの映画が好きです。
②はじめまして、4月から5階病棟に配属になりました。まだ看護師になって少ししか経っていませんが、日々色々な事を現場から学んでいきたいと思います。よろしくお願い致します。

看護部 5階病棟
看護補助

おがさわら　りか
小笠原 梨華

趣味は、料理で休みの日など時間があれば何か作っています。
本年度から5階病棟で看護補助者として働かせていただくことになりました。スタッフの皆さんから多くを学び、患者様との関わりを大切にし、いつも笑顔で働きたいと思っています。

健診センター
看護師

みやざわ　ななこ
宮澤 奈那子

①趣味は、音楽とアウトドア（キャンプやトレッキング）です。得意ではないですが、料理や裁縫も好きです。
②健診センターでお世話になっている宮澤奈那子と申します。緊張の毎日ですが、笑顔で受診者の方々を迎えられるよう、頑張ります。どうぞよろしくお願いします。

看護部 オペ室
看護師

たなか　しゅん
田中　峻

はじめまして、4月より手術室に入職しました「田中峻（タナカ　シュン）」です。 私はこれまで、埼玉県にある総合HPで働いてきました。今回は縁あって、こちらのHPにお世話になる事になりました。
　趣味は音楽です。仕事の為のエネルギーを貯めるのも、疲れを癒すのも音楽です。これからのシーズンはお祭り(フェス)に家族で出掛けるのが毎年楽しみとなっています。
　音楽の音を1つ1つ大切に聴くように、この丸の内HPで日々行われている手術の1つ1つを大切に、確実にサポートしていきたいと思っています。
　ご指導ご鞭撻の程、よろしくお願い致します。

診療技術部
放射線課
放射線技師

ふかさわ　しおり
深澤　史織

①バドミントン
②4月から放射線技師として勤務しています。まだまだ戸惑いや不安も多く、緊張の毎日ですが、一日でも早く体が仕事を覚えるよう、先輩方からたくさんの事を学び吸収していきたいと思います。日々努力を怠らず頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

診療技術部
リハビリテーション課
理学療法士

しまだ　ゆき
島田　友貴

①趣味は、買い物などに出掛けることです。
②今年の4月からリハビリ課に勤務している理学療法士の島田友貴です。まだまだ新人で至らない点ばかりですが、患者様のために自分ができることを精一杯頑張っていきますので、よろしくお願い致します。

診療技術部
リハビリテーション課
作業療法士

よしおか　ひろき
吉岡　洋樹

皆様はじめまして。今年から作業療法士として勤務いたします、吉岡洋樹です。地元は島根県ですが、こちらを第二の故郷と思い過ごしています。趣味は散歩で、性格は人懐っこい所があるので、院内外問わず声をかけて下さると嬉しいです。自己研鑽しながら笑顔で頑張っていきますので、今後もよろしくお願いします。

事務部
事務部長

ふるはた　かいたろう
古幡 開太郎

6月に入り、ようやくゆっくり飛ぶウスバシロチョウが見られるようになりました。バルナシウスと呼ばれるアゲハチョウの仲間です。幼虫が食べるのは、エンゴサクやムラサキケマンといったケシの仲間。今産まれた卵は、6月の終わり頃蛹になって休眠し、来年の春羽化して再び現れます。今年、例年と違うのは、ミツバチがほとんど見られないことです。ひょっとすると実を付けない果実もあるかもしれません。私の趣味は、こうした昆虫の観察や採集です。月一回、田淵行男記念館で子どもたちと虫を追いかけて15年になります。最近は、ガ（蛾）を追うのが楽しくなって……、困った。

事務部 医事課
事務

たかつき　まゆ
高附　麻悠

　医事課の新人職員の高附麻悠と申します。趣味は、友達と買い物に行ったり、カラオケに行くことです。たまに、衝動買いをしてしまうのが悪い癖ですが、凄く買い物が好きです。これからも、休日を満喫しながらも仕事を精一杯頑張っていこうと思っています。
仕事内容はこれから先、まだまだ覚えることが多いですが、1日でも早く仕事に慣れ、少しでも病院に貢献できるように働いていこうと思います。よろしくお願いします。

事務部 医事課
事務

みさわ　ひなみ
三澤　陽南

事務部医事課に配属になりました、新人の三澤陽南です。趣味は手芸など物を作ることと、ピアノを弾くことです。明るく丁寧に患者さんに接することと、早くたくさんの仕事を覚えられるようにがんばりたいと思います。よろしくお願いします。

事務部 医事課
事務

やまだ　ひろこ
山田　裕子

事務部医事課の山田裕子です。趣味は、買い物や音楽鑑賞、料理作り、写真、スノーボードなど体を動かすことです。まだここには書ききれないものも幾つかあります。今はなかなか自分の時間を作ることができませんが、早く仕事を覚え目標である先輩方の姿に一日でも早く近付ける様に頑張ります。よろしくお願いします。

健診センター
保健師

しみず　ゆき
清水　夕貴

はじめまして。出身は新潟ですが、学生時代を松本で過ごして、きれいな山が見える松本で働きたいと思いました。趣味は旅行です。すてきなところがあったら教えて下さい。松本のみなさんが健康になれるようにがんばりたいと思いますので、よろしくお願いします。

診療技術部
放射線課
放射線技師

ますだ　いさお
増田　勲

　3月に国立病院を定年退職致しました。縁あって当院へ勤務することができ、第2のスタートをきることができました。関係方々に感謝申し上げます。いまだに皆の足を引っ張っている古めの新人ですが、一日も早く慣れるよう頑張っていきたいと思います。好きなことは、気まま旅（ドライブ）です。2年半で10万キロ超え‥東北方面は下北半島が残っています。情報をお待ちしております。これからいっぱい可愛がって下さい。よろしくお願い致します。

診療技術部
リハビリテーション課
言語聴覚士

ないとう　あさこ
内藤　麻子

多くのスタッフの方々、患者さんと日々接し磨かれながら新鮮な春を過ごしています。
　そら豆とビール片手にする読書が至福の時間…。サスペンスの主人公になりきって現実逃避した後、平凡な日々を送れる幸福を噛みしめ一日を終えています。
　患者さんに寄り添いつつ、その方にあった訓練を提供できるよう日々努力、研究していきたいと思っております。ご指導宜しくお願いします。

訪問
看護師

たかはし　あけみ
高橋　朱美

①今は子どもと一緒にサイクリングにハマッていますが、今年は少しだけ山登り?!にもチャレンジしたいと思っています。
②4月から訪問看護でお世話になっています。全く新しい分野なので、毎日が勉強になり刺激的です。今までの経験をいかしつつ、看護の視野を拡げられる様頑張っていきたいと思っています。よろしくお願いします。

退職者(退職順)　長い間ご苦労様でした。（敬称略）

かとう　加藤　さゆり	たきがわ　よりこ　瀧川　依子	なかむら　のりえ　中村　徳恵	はしば　よしとし　橋場　義俊
ゆぐち　湯口　みゆき	こばやし　しずか　小林　静	はやみず　ゆみ　速水　友美	いしがき　みずほ　石垣　瑞穂
いがき　井垣　恵美子	たにぐち　ようこ　谷口　陽子	さかい　ゆり　酒井　佑梨	ねつ　きょうこ　根津　京子
おおた　ゆうこ　太田　裕子	たなか　しほ　田中　志穂	つだ　ちひろ　津田　知比路	

インフォメーションギャラリー
Information Gallery

熱中症・脱水症状にご用心。

体の中と外の熱さによって体内の水分や塩分のバランスが崩れ引き起こされる、様々な体の不調のことを「熱中症」といいます。軽い症状から重い症状へと進行することもあり、重症になると死に至ることもあります。適切な予防法で熱中症を防ぎましょう。

熱中症は予防できます!

暑さを避けましょう

日傘や帽子、すだれ、カーテンなどで直射日光を防ぎましょう。屋外での活動時には日影を選ぶことが大切です。

服装を工夫しましょう

軽くて風通しのよいもの、通気性・吸水性に優れた素材、日光を反射する白っぽいものを選ぶと良いでしょう。

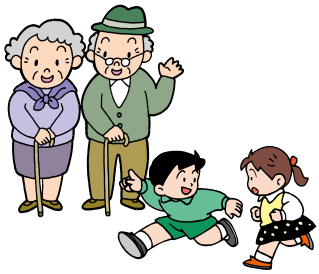
水分補給をこまめに

一度に沢山でではなく、少しずつこまめに水分を補給しましょう。少し塩分の入った飲み物も良いです。

日々の体調を整える

体調の悪いときは暑い日中の外出や運動は控えましょう。深酒をしたり、朝食を抜いた場合は熱中症が発症しやすくなりますので要注意。

年齢も考慮しましょう



高齢者はのどの渇きを強く感じない為脱水症状が起こりやすく、また小児は、体温調節機能が未発達な為熱中症のリスクが高くなります。

運動による熱中症に注意

運動時には筋肉で大量の熱が発生するため、それだけ熱中症の危険が高くなります。急な激しい運動を避け、休憩と水分補給はこまめに。

医療法人 抱生会 丸の内病院

広報　まるのうち　No.26

発行日／平成22年7月25日
発行者／医療法人抱生会丸の内病院
発行責任者／中土幸男
住所／〒390-8601 松本市渚1丁目7番45号
TEL.0263-28-3003(代)　FAX.0263-28-3000(代)
URL http://www.marunouchi.or.jp
E-mail kanri@marunouchi.or.jp