



広報 第五号 (新春号)
常盤平通信

常盤平中央病院

院長 鈴木 毅



新年、あけましておめでとうございます。

わたたくしが、常盤平中央病院で働かせていただいたからまる 2 年が経ちました。安心して受診や相談ができるよう職員一同、気持ち悪いぐらい優しく接するように、心掛けてまいりますので、よろしくお願い致します。

インフルエンザやノロなどのウイルス性の病気の患者さんが増えています。人は気づかないうちに手で鼻や口を触っていますので、手洗いやうがいは大変重要です。

また、乾燥するとウイルスは増殖しやすくなりますので、室内の加湿にも気を配ってください。

病気や通院は、それだけでも辛いことです。が、気持ちよく過ごせるような病院であるよう努力いたします。

本年も、常盤平中央病院をよろしくお願致します。



《この時期の低温火傷に気をつけましょう！》

寒さが本格的になってくるこの時期に注意をしていただきたいのが、カイロ等による低温火傷です。今でこそ暖房器具の普及により減ってきてはいますが、就寝時に寝具と一緒に使い直接皮膚に触れるタイプのカイロやホットカーペットなどによる低温火傷があります。皮膚表面のみがダメージを受ける火傷以上に重症化することもあります。低温火傷の場合、真皮に加わった熱の多くは血流へ、残りは真皮の下の皮下脂肪の方に伝わります。真皮の深い部分や皮下脂肪は真皮の表面ほど血流が多くないので熱による傷害が大きくなってしまいます。このために低温火傷は見た目が軽くても、皮膚の土台の真皮の深部や脂肪細胞に傷害が残るので治りが遅い火傷になりがちです。

《低温火傷は予防が第一！》

冬場の低温火傷の原因としては、カイロが一番の問題となります。正しく使えば問題ないので、以下の注意ポイントを押さえて使用しましょう。

- ☆布を使って伝わる熱を減らす
- ☆同じ部位に当たる状態で長時間使わない
- ☆絶対に就寝時に使わない
- ☆違和感を感じたら使用を中止する

「低温やけど」が起きる温度と時間

- 44℃…… 3～4 時間
- 46℃…… 30分～1 時間
- 50℃…… 2～3 分



《常盤平歳末ふれあい広場に参加してまいりました！》

平成 28 年 12 月 4 日 (日) に行われました、歳末ふれあい広場に看護部・地域連携室が参加してまいりました。当日は天候にも恵まれ、フリーマーケットやお餅つきに大勢の来場者様がいらっしゃいました。

看護部では、血圧測定や介護相談等を地域連携室の職員と一緒に説明し、また、ご来場者様のご相談にも耳を傾けていました。

このようなイベントに参加させて頂きますと、日頃お聞きできないようなご意見やご相談もして頂けるということで大変貴重な場であるとともに、地域の方と触れ合えるまたとない場であると思う今日この頃です。





ときわ苑だより

ときわ苑

管理栄養士 柴田 明子



ときわ苑で入居者様のお食事について担当させて頂いております栄養士の柴田明子と申します。

は、①食を通じたQOLの向上、②笑顔で楽しい食

事の提供、具体的には、安全で入居者様の

楽しみに繋がる食事の提供です。年間を通して毎月の季節行事にちなんだ献立を予定し、施設のレクリエーションと合わせてお食事を楽しんでいただけるよう計画実施しております。

給食業務は日清医療食品(株)様に委託しており、厨房職員さんは入居者様に安全かつ美味しく丁寧に調理していただきお食事を提供しております。

献立は、手作りおやつ、新鮮な果物、季節の食材、産地の野菜なども多く取り入れ、彩りもよく配慮されています。中でも、月1回程行っている全国各地の郷土料理が大変ご好評で、入居者様が楽しみにされています。

8月には、カキ氷・スムージー・綿あめの機材を借りて、入居者様と面会の方々と一緒にイベントを行い、苑内は夏休み気分が盛り上がりました。クリスマス会に苺のショートケーキを手作りしてご提供することができました。

ご入居者様より「おいしかった」「いつもありがとう」「給食を作ってくれる皆さんに優しく伝えて」・・・優しいお言葉をたくさん掛けていただき、毎日励まされております。

入居者様がお食事を通して、ときわ苑での生活がより楽しく健康で幸せなものになりますよう、お役に立ちたいと思っております。これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。

♪ときわ苑クリスマス会を開催しました♪



12/22 (木) 14:00～、待ちに待ったクリスマス会が行われました。

このクリスマス会のためにクリスマスツリーに飾るオーナメントを折り紙で作成し、入居者様が練習したハンドベルでのクリスマスソング演奏・リズム体操・合唱・職員によるバイオリン演奏が行われました。

また、楽しみな事のひとつ、「サンタさんからのプレゼント」もありました！

おやつは、「いちごショートケーキ」でした！



常盤平中央病院 外来診療のご案内

< 休診日・診療時間変更のお知らせ >

- 外科 1/12 (木) 午後休診
 - 総合診療 鈴木院長
- 1/30 (月) 9:30～の診療となります。

(その他、変更等ある場合は、院内掲示・ホームページ上にてお知らせ致します。)

- * 医師の都合により変更になる場合がございます。
- * 往診のため、不在となることがございます。
- * 水曜日(1・3・5週)の、外科・胃腸科は、丸山副院長が診療を行います。

< 外来担当医表 >

診療科		月	火	水	木	金	土
内科 1	午前	鈴木	鈴木	丸山	大庭	鈴木	橋本
内科 2		廣谷	中田	廣谷	廣谷	中村	真野
内科 1	午後	当番医	鈴木	丸山	大庭	鈴木	休診
内科 2		休診	廣谷	休診	丸山	中村	
外科	午前	丸山	吉岡	奥田	野村	吉岡	休診
胃腸科	午後			2・4 週			
整形	午前	宮本	休診	石尾	休診	南野	鎌田
外科	午後	休診					休診
泌尿器科	午前	工藤	休診	休診	休診	工藤	休診
	午後						
皮膚科	午後	休診	日医大	休診	休診	日医大	休診

[受付時間] 午前 9:00～11:30 午後 13:00～16:30

[診療時間] 午前 9:00～12:00 午後 13:00～17:00