



# 広報 第六号 常盤平通信

常盤平中央病院

総務課 課長 大河内 真一



この度、昨年 6 月にさくらライフグループに入りました、福島県いわき市の大河内記念病院にて勤

出向という形で常盤平中央病院にて勤務させていただくことになりました。

グループ入りしてから半年ちよつと経ったところでの異動でしたので戸惑いもありましたが、周りの皆様に助けられながら毎日をなんとかこなしているというところです。

松戸市はもちろん千葉県での勤務は初めてですが、地域のことなど皆様に教えていただきながら業務にあたってきたと思います。

いろいろとご迷惑をお掛けするかもしれませんが、一日も早く皆様のお役に立てるよう努力してまいりますのでよろしくお願いいたします。



## 《寒冷蕁麻疹にご注意！》

### 寒冷蕁麻疹という蕁麻疹はご存知でしょうか？

文字通り寒い季節に多く発生する蕁麻疹なのですが、特に原因がわからないまま蕁麻疹が現れてしまうので、何かアレルギーではないのかと疑ってしまうこともあります。では、さっそく**寒冷蕁麻疹がどういったものなのか？**

・赤くなる・痒くなる・腫れることがあるといった症状が挙げられます。症状に関していえば、通常の蕁麻疹とほとんど同じだと言えます。



**どういった人が寒冷蕁麻疹になりやすいのか**をご紹介します。心当たりのある方は改善するようにしてください。

・寒がりな人・鳥肌がでやすい人・汗をかきやすい人・冬場に厚着をして汗をかくといった人が挙げられます。寒さに弱い人は寒冷蕁麻疹が起きやすいようです。寒冷蕁麻疹が起きる原因は、2種類あります。自分の体温よりも低い気温や冷たい水に触れた時に起きる場合と、体温が下がってしまったのを温めて体温が上昇した時に発生する場合の2種類です。個人差があるので、かなりの温度差を感じた時にしか症状が現れない人もいれば、低い温度差でも症状が現れる人もいます。**寒冷蕁麻疹が発生した場合は、冷やさずに温める対応をしましょう。**体温に近い温度にすることで肌への刺激が和らぐので症状が緩和されます。ただし、温めすぎて汗をかいてしまうと温度が下がってしまうので注意してください。

## ＜お知らせ＞ 第2回さくらライフグループ「看護研究発表会&講演会」を開催します！

☆ 日時：平成 29 年 3 月 11 日（土） 13:00～16:00（受付 12:30）

☆ 会場：クロス・ウェーブ船橋（船橋市本町 2-9-3 TEL:047-436-0111）

☆ 講演：『認知症を正しく理解し、心地よさへの支援を学ぼう』

講師：川崎 智恵 先生（松戸市立福祉医療センター東松戸病院・認知症看護認定看護師）

## 褥瘡（床ずれ）対策の勉強会開催！

《体圧分散ケアと局所管理》をテーマに、平成 29 年 1 月 25 日（水）17 時 20 分より会議室に於いて、スミス・アンド・ニューフェー（株）の皮膚・排泄ケア認定看護師、大槻憲次先生を講師に勉強会が開催されました。

この勉強会では、褥瘡（床ずれ）について、実際の写真を見ながら説明をして頂きました。

また、体圧分散には自立体位変換能力がある場合は、ウレタンフォームマットレスが、自立体位変換能力がない場合にはエアマットレスをそれぞれ選択した方が良いとの説明もあり改めて職員一人ひとりのケアと用具の大切を知りました。

また、最後に講師の大槻先生より看護部の「褥瘡対策がとて良く出来ている」とのお褒めのお言葉を頂ぎうれしく思いました。

私も勉強会に参加しましたが、人事ではなく今後も患者様の立場になり、寄り添いながら対応をしていきたいと思います。





# ときわ苑だより

ときわ苑

看護師長 阪田 啓子



このたび、一月十六日より常盤平中央病院より異動となり、ときわ苑に仲間入りさせて頂くことになりました。お天気の良い日には、富士山が望めると伺って参ったのですが、まだゆつくりと窓からの景色を見る余裕もない毎日でした。

数年前に話題になった『置かれた場所で咲きなさい』という本があります。(渡辺和子著、幻冬舎) ご存知の方も多いかと思いますが、たくさんの心に響く言葉があふれています。タイトルの意図は、『どんなところに置かれても花を咲かせる心を持ち続けよう。現在というかけがえない時間を精一杯生きよう・・・』ということなのです。

職員の一人ひとりがこの言葉のごとく、キラキラ光るキラビとで在りますように、そしてご入居者様が安心して笑顔で暮らせる我が家のような施設でありますようにと願っております。

今後ともよろしくお願致します。何かとお困りのことや、お気づきのことがございましたらいつでもお声をかけてください。

また、この地域においても時節柄、インフルエンザや感染性胃腸炎が流行しておりますので体調管理には十分ご注意ください。

## <ときわ苑・季節のランチメニュー>

ときわ苑では、季節に合わせたランチメニューを提供することにより常に季節を身近に感じていただけるように心掛けています。



ちょっと遅くなってしまいましたが、クリスマスメニューと年越しそばです。どちらも美味しそうですね！

## <皆さんの楽しみ、郷土料理>

入居者の皆さんがとても楽しみにしている、毎月一回の郷土料理です。一月の郷土料理は福岡県でした。



<献立>

☆ とんこつラーメン ☆がめ煮 ☆イチゴゼリー  
がめ煮・筑前煮のようなもので、博多の方言で「よせ集める」という意味の「ごめくりこむ」からついたという説があります。



## 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>

○ 2 月中の休診・時間変更は特にありません。

(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。
- \* 鈴木院長・丸山副院長の午後の診療は、15:00 からとなります。

### <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