誠和会だより

発行責任者 医療法人誠和会 理事長 和田徹也





院外広報誌

2022年6月発行



< 和田病院 基本理念 > 「個人の尊厳と人間愛に基づく医療を目指す」

<基本方針>

- 1. 日向入郷医療圏において、救急医療、災害医療、脳卒中を中心とした安全で質の高い医療の提供に努めます
- 2. チーム医療を推進し、患者様が安心して療養生活ができる療養環境を提供します
- 3. 地域住民の健康増進と疾病予防に寄与します
- 4. 医療安全対策、個人情報保護に努めます
- 5. 患者様の個別性を尊重し、患者様中心の医療を提供します
- 6. 働きやすくやりがいの持てる職場環境作りに努めます

CONTENTS

٠	医療法人誠和会
	和田病院基本理念

- ・院長挨拶
- ·新任医師紹介
- ・食事バランスと健康
- ・オーラルフレイルと

サルコヘ゜ニア

・入院セットのご案内

- 休診お知らせ
- ·外来担当医一覧

4

2

Page 2 誠和会だより

ご挨拶

院長 伊藤康司

和田病院も新年度を迎え、各部署にフレッシュな人材が多数入職し、新鮮な息吹を感じています。早く業務を 覚えチームに溶け込んでもらえるよう指導をおこなって おります。

新型コロナウィルス感染症も拡大と減少の波を繰り返しながら2年以上が経過しました。今回の第6波では当院を含め、多くの医療機関・福祉施設でクラスターが発生しています。これまで発熱外来でのPCR検査、地域住民の皆様へのワクチン接種など、職員一丸となってこれに対峙してまいりました。現在、全国的に陽性者数はピークを過ぎ、社会はwithコロナへと向かいつつありますが、医療機関でのコロナとの戦いは続きます。院内では感染対策室を中心として面会制限、検温、アルコール消毒の徹底など感染症対策に引き続き取り組んでいるところです。現状ではしばらく終息はなさそうですので今後も対応をしつつ一般診療にも力を入れていくことになります。



一方、診療機能を今後も維持しながら、医師の働き方改革への対応や他職種における労務環境の見直しをすることは、病院として取り組むべき大きな課題となっています。そのため、医師、看護師などさらなる人材確保とともに、限られた医療資源を有効に活用することも考えていく必要があります。

当院の基本理念は「個人の尊厳と人間愛に基づく医療を目指す」としております。 これに基づき、地域に密着した医療、介護、さらに介護予防から日常の療養生活の支援、リハビリテーション、最後は看取りまでのトータルケアを実践し、より質の高い安心できる医療と介護を提供させていただきます。よろしくお願い申し上げます。

新任医師紹介

脳神経外科

内科

ほりのうち しょういち

でさき りょうすけ

堀之内 翔一医師

出先 亮介医師

盛年館

なかがわ のぼる

中川 昇医師

今年は3名の医師が赴任しました。 今後とも宜しくお願い致します。



食事バランスと健康

管理栄養士 河野 純子

厚生労働省が実施している国民健康・栄養調査によると、日本人の栄養摂取バランスは1960年には蛋白質13.3%、脂質10.6%、炭水化物76.1%でした。2019年にはそれぞれ15.1%、28.6%、56.3%になっています。食生活の欧米化により動物性蛋白質と脂質が増え、米の摂取量が減ってきている結果と言われています。米の摂取量が減ると、食物繊維の摂取量が減ります。穀物(玄米や雑穀を中心に食べてきた日本人の腸は、穀物の摂取に適した細菌が存在しています。この腸内細菌が穀物に含まれる炭水化物からエネルギーをとりだし、アミノ酸を利用するのにも役立っているそうです。食物繊維の健康効果として、腸内の善玉菌の餌になることは知られていますが、他には生活習慣病予防、肥満予防があります。また、穀物の食物繊維が糖尿病発症リスクを低減するという報告もあります。このことから、食物繊維をとることが健康維持のカギになりそうです。穀物の中でも食物繊維の多い玄米は、白米に比べ5~6倍多く含んでいます。

また、γ-オリザノールという成分もあり、動物性間がの依存症を和らげる効果がわかっています。 腸内環境を整えることは感染症予防にもなります。 コロナ禍や世界の食糧事情を踏まえ、この機会に主食を見直してみませんか。



食物繊維2.1g



麦ご飯150g (押し麦1:白米3.3) 230Kcal 食物繊維1.7g



オーラルフレイルとサルコペニア

リハビリ技術科

この二つの言葉、最近よく耳にすると思います。簡単に説明すると、オーラルフレイルは「加齢によって噛む力や 唾液分泌が衰えて食欲が低下し、徐々に食べられなくなる」状態、サルコペニアは「加齢によって全身の力が衰えて 徐々に動くのが億劫になり動けなくなる悪循環」の状態です。どちらも加齢によって弱っていくことを指します。頭では分かっている、そんなの知ってるよ、と思っていても、運動習慣のない私たちには、なかなか重い腰があがらないものです。少し意識するだけの小さな積み重ねを始めてみませんか?

オーラルフレイルの兆候

食べこぼしが多い、汁物やお茶でよくむせる、滑舌が悪い・呂律が回らない、硬いものが噛みにくい、 口の中が乾燥気味、のうち、当てはまるものが多いほど、オーラルフレイルの可能性が高くなります。



サルコペニアの兆候

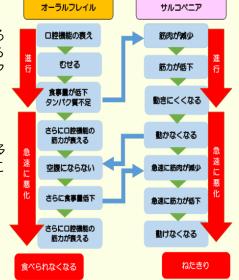
筋肉量や筋肉は、40歳頃から徐々に減少し、70歳頃から自覚症状を認めることが一般的です。もしも以前よりも手足が細くなった、重いものが持ちづらくなった、立ち上がりづらくなった、などの症状がある場合は、サルコペニアの可能性があります。

これら二つを予防するには



よく話し、よく噛んで、よく歩き、食べる事です。食事は、たんぱく質を多めに意識して、お肉・お魚・卵・牛乳を意識して取りましょう。よく歩き、これは足の筋肉を主に使ってください。いつもよりちょっと遠くに車を停める、お店の中をもう1周歩く、歯磨きしながら背伸びする、立派な積み重ねのひとつになります。よく話してよく噛むことで唾液の分泌を促します。いちばん大東なこと、よく笠って、潤いある人生を

す。いちばん大事なこと、よく笑って、潤いある人生を 楽しんで頂きたいと思います!



Page 4 誠和会だより

入院セットのご案内



当院では、「新型コロナウィルス等の感染対策」「患者様・ご家族様の利便向上」「患者様の看護・排泄ケアの向上」を目的として入院セットのサービスを7月1日から開始致します。 入院時に必要な衣類、タオル、日用品を定額料金でご利用いただけます。

詳しくは職員におたずねください。

入院セットのメリット:

- 手ぶらで入院が可能です。
- 面会が楽になります。
- 洗濯の手間がありません。
- いつでも清潔なものをご利用いただけます。





*入院セットの一部イメージです。

4月から第2・第4土曜日は休診日とさせて頂きます。

スペーク									
		月	火	水	木	金	±		
脳神経外科	午前	山﨑浩司 藤田摩美	藤田摩美	山﨑浩司 藤田摩美	山﨑浩司 藤田摩美	山﨑浩司	大学医師		
(A)(4) (11) (A)(2) (14) (14)	午後	藤田摩美(急患のみ)	藤田摩美(急患のみ)	藤田摩美(急患のみ)	藤田摩美(急患のみ)	_	_		
外科	午前	工藤俊介	工藤俊介	工藤俊介	和田徹也	工藤俊介	大学医師 または 非常勤医師		
	午後	工藤俊介	工藤俊介	工藤俊介	大学医師	工藤俊介	-		
内科	午前	出先亮介 堀之内寿人	伊藤康司 堀之内寿人 (第2火曜のみ 大園芳範)	松田基弘 大園芳範 (肝臓)	伊藤桂代子	出先亮介 堀之内寿人	大学医師 または 非常勤医師		
	午後	伊藤康司	出先亮介	松田基弘 大園芳範 (肝臟)	出先亮介	秋月渓一	-		

※ 但し、急患・紹介患者はこの限りではありません。ご相談ください。

医療法人誠和会 和田病院

関連施設

介護老人保健施設 メディケア盛年館 和田病院指定居宅介護支援事業所 〒883-0051 宮崎県日向市向江町1丁目196-1 TEL: (0982) 52-0011(代) FAX: (0982) 54-1012 ホームページアドレス: https://wada-hosp.or.jp

TEL:(0982)53-8788 FAX:(0982)53-8780 TEL:(0982)55-9035 FAX:(0982)55-9036