

2018年  
春号

編集・発行  
広報委員会

# はやしのはなし



Heartful & Healing Hospital ~ハートフル アンド ヒーリング ホスピタルとして~  
私たちは常に優しさと思いやりの心を持ち、良質で信頼される医療の実践により心から癒される病院であることを目指します。

## 新入職員の紹介

### 看護師

★和田 愛美(看護師)  
趣味：映画、DVD鑑賞

一言：社会人一年目で慣れないことも多く、「迷惑をおかけすることもあると思います。早く慣れていけるように頑張っています」と思っています。よろしくお願ひします。

★橋元 さやか(看護師)  
趣味：子供のためという理由で遊びに行くこと。吹奏楽が好き。

一言：新しい職場で慣れないことばかりですが、できないことから一生懸命頑張ります。

★平田 愛(看護師)  
趣味：実家のハムスターと遊ぶこと。映画鑑賞。

一言：分からないことばかりで「迷惑をおかけしますが、一生懸命がんばりますので、よろしくお願ひします。」



★今原 里恵(薬剤師)  
趣味：ヨガ、花

一言：お薬について気になることがあればお尋ねください！

★才原 志織(事務部)  
趣味：登山

一言：入院事務を担当しています。ご迷惑をかける事もあると思いますが、頑張りますのでよろしくお願ひします。

★平 彩乃(事務部)  
趣味：星空観察

一言：笑顔で精いっぱい努めてまいります。よろしくお願ひいたします。

★永田 ゆか(事務副部長)  
趣味：食べること、寝ること。たまにヨガ

一言：楽しく頑張る・笑顔で頑張る。そして結果が出るよう努力して参ります。どうぞよろしくお願ひ致します。



★畑山 直樹(作業療法士)  
趣味：登山・フットサル

一言：作業療法士として入職しました。一生懸命頑張りますので、よろしくお願ひします。

★藤田 ななみ(言語聴覚士)  
趣味：映画鑑賞 スポーツ観戦

一言：笑顔をお届けられるような人材を目指して、日々頑張っています。よろしくお願いいたします。



## 上津原甲一院長 鹿児島から初の『病院移転功績顕彰』を受賞！

鹿児島市立病院の新築移転の際、計画策定時から現場の医師や看護師の声を吸い上げ「職員全員参加」で進めた経営手腕を高く評価されました。全国から8名選出され、鹿児島から初めての受賞です！平成30年3月22日に大阪市で表彰式が行われました。当院でも上津原院長筆頭に「職員全員参加」で理念に沿った『心から癒される病院』を目指して日々頑張っています♪



# 春の季節に気を付けよう！ あなたのメンタルヘルスは大丈夫？

春の気候はもちろんのこと、新しい職場や新しい仲間、引っ越しなど「変化」の多い季節。色々なストレスが強まり、メンタルヘルスが崩れやすい季節ともいえます。

### メンタルヘルスに影響を与える要因として

- ☑ 社会的ストレス(社会環境や人間関係、経済状態など)
- ☑ 物理的ストレス(天候や温暖の変化、自然災害など)
- ☑ 生理的・心理的ストレス(病気や健康障害、疲労、不眠など)



一つでも当てはまったら、すぐに「メンタルヘルスの不調」というわけではありませんが、いくつか当てはまる方は知らず知らずのうちに疲れが溜まっているかもしれません。

### こころのバランスを整えるには

- 生活のリズムを整える  
「起きる時間」「寝る時間」「朝昼夕の食事時間」これらの時間を毎日なるべく同じ時間となるように心掛けましょう！
- 栄養バランスを整える  
ビタミンやミネラルが豊富な野菜や果物が不足しないよう心掛けましょう♪
- 休養をとる  
音楽を聴いたり、散歩をしたり、自分なりのリラックス法で休日を過ごしましょう♪
- 体温調節をしっかりと！  
気候が不安定な春は「薄物の重ね着」を心掛け、すぐに脱ぎ着できるようにしましょう。



ココロとカラダを上手にリフレッシュして元気に過ごしましょう♪ (看護師 大山さおり)

## HAYASHI core support 林ケアサポート株式会社



活動的な生活



役割のある生活



# 笑



# 顔



地域密着型通所介護・予防型通所  
デイサービスひびき 電話:250-7117  
定員18名/日 主任:種田

季節の行事実施中♪ お試し利用随時受付中

有料老人ホームすこやか  
入居相談随時受付中(空き室有)  
263-8157 主任:松村

# はやしのご近所めぐり

フルーツ&ジェラートさくらじま』



住所 鹿児島市武2-31-23  
 電話番号 099-259-0665  
 営業時間 9:00~19:00(年中無休)

今回は当院から徒歩2分の場所にある「フルーツ&ジェラートさくらじま」へよしちゃんが遊びに行ってきました♪

Fruits&Gelato  
 フルーツ&ジェラート

店員さんも素敵な方々です。是非一度お立ち寄りを♡



ポリューム満点!!  
 おいしさ満点😊

メロン・バナナ・いちご・いちご・オシロイ・キウイ・パイナップル等たくさんの果物が入ったパフェ♡♡ジェラードもトッピングされていて、ここでしか食べられない甘くておいしいパフェでした(^^)

よしちゃん→

(ソーシャルワーカー 山野 麻衣)

# 院内研修

二月二十二日  
 当院の管理栄養士・言語聴覚士による退院支援の事例発表を行いました!



誤嚥性肺炎を呈し、在宅へ退院された患者様の症例を通しての研修会を行いました!

患者様の残存能力の評価・確認を行い、少しずつ食事形態をアップし自宅での経口摂取が可能となった患者様の支援方法を多職種で情報共有しました♪栄養士・言語聴覚士の連携の必要性、また多職種の連携の大切さを改めて感じる研修会でした。

栄養士による食事に関するアンケート結果の報告もありました!

患者様の生の声も伺うことができ、今後の食事内容を検討する良い材料となりました。

今後も工夫しながらの食事提供を行い、食べることへの楽しみを感じて頂けるよう努力していきたいと考えています♪

患者様とご家族が安心して自宅で生活できるよう、多くの職種で考える貴重な時間となりました。これからもスタッフ一同、常にスキルアップしていきたいと思っております。



患者様のために何が出来るだろう?

## ◆ 貼り薬で起きるトラブルと対応策

### ① 接触性皮膚炎

剥がすと治まる。貼った部位のみ発疹や発赤が出現する。  
 ↓入浴後五分以内に保湿クリームや軟膏などを厚く塗り、皮膚を保護することで使用継続することもできる。

(症状の程度にもよるが、喘息や狭心症予防等の薬剤は継続した方がよい)

### ② アレルギー

剥がしてもしばらく続く。貼った部位より広い範囲で発疹や発赤が出現する

↓剥がしたあと、外用ステロイドや内服の抗アレルギー薬を使用。原則二度と使用しない。

### ③ 光線過敏症

モイラステープで見られることがある。テープを剥がした部位に日光があたると発疹や痒みが発現する。テープを剥がした後、一年後でも起こることがある。  
 ↓剥がした後日光にあたらぬように患部を衣服で覆う。

## ◆ 貼る時の注意点

★貼った後しっかりと三十秒おさえる。  
 ★肋(あばら)の浮いている部分や肩甲骨など、凸凹した部位に貼らない。

どのような薬でもメリット、デメリットが存在します。デメリットが出た場合に正しく対処する事が大切になってきます。用法、用量を守り、疑問が生じたら医師、薬剤師に相談しましょう。

(薬剤師 杉森 剛志)

# 薬にまつわるエトセトラ

今回のテーマは…

**知っているのと役立つ張り薬の知識!**

## ◆ 貼り薬とは…

「皮膚に貼付して薬の成分をゆっくりと標的器官に送達する製剤」の事を言います。貼り薬には大きくわけて二種類あり、作用が一部に留まるものを「局所作用型」、作用が全身に及ぶものを「全身作用型」と呼びます。

“局所作用型”の例としては腰や膝などの痛みで使用する湿布製剤(モイラステープ)があり、“全身作用型”としては喘息治療剤や狭心症の発作予防薬、癌による全身の痛みをコントロールする製剤(フェントステープ)などがよく使用されています。

そんな貼り薬のメリットとは錠剤にくらべ有効血中濃度(血中濃度=薬の作用の強さ)を保ちやすいため、副作用が比較的少なく、二十四時間安定した効果を示すということが挙げられます。また、副作用に対してもすぐに剥がす事で対処しやすいという面もあります。

このようにメリットの多い貼り薬ですが、貼り薬特有の副作用には注意が必要です。その副作用と対処法についてご紹介いたします。

