

ふれあい

発行:医療法人 社団協友会 八潮中央総合病院 編集:広報委員会 〒340-0808 埼玉県八潮市緑町1丁目41-3 TEL 048-996-1131

健康対談

八潮市食生活改善推進会 会長

八木 慶子^{さん}

八潮中央総合病院 栄養科 係長

松澤 弘美

バランスのとれた栄養を

松澤: はじめまして、病院の中で栄養指導などを行っている松澤と申します。皆さんは地域住民の皆さんのために、日ごろからボランティアで食生活の改善のため活動を行っているとうかがいました。続けていくには大変なことも多いでしょうね。

八木: 会長をつとめる八木と申します。よろしくお願いします。食生活が大切なことは市民の皆さんもよくご存知だと思いますが、これを実践していくことはなかなか難しいことです。地道な活動ですが、こつこつと継続していきたいと思います。

松澤: 私が病院の管理栄養士になったのは、両親がいつも自然の食材を心がけていたことから、食と栄養について関心があり学びたいと思ったからです。会長さんはどんなきっかけがありましたか？



当院で開催する糖尿病教室

健康づくりは正しい食生活から！



八木: 以前から大切な活動だと思っていましたが、自分のため、家族のためにもなり、社会のお役にも立てればと思い、入会しました。健康に関していろいろと知識を得ることができ、また沢山のメニューを覚えて我が家でもやってみるので、家族にも喜ばれています。

松澤: ボランティア活動はご家族の理解が大事ですね。

八木: 私たちは専門家ではないので、管理栄養士さんのご指導のもと、みんなと一緒に学びながら実践していく必要があると思っています。そういう意味でも同じ気持ちの仲間が存在が有難いですね。

松澤: 特に今、以前と違っていろいろな食べものが手に入るようになっていきますので、年齢にかかわらず食事のバランスが必要となっています。

八木: 私たちも毎月行っている定例会で実際に調理を行い、会員の皆さんと一緒に楽しく学んでいます。メニューを考える上で地場野菜などを使ってバランスのとれた料理を心がけています。また、料理教室では厚生労働省がつくった「食事バランスガイド」で参加者に説明しています。

松澤: いいことですね。どんなに必要な食事でも、栄養が偏ってしまっては何にもなりません。バランスのとれた栄養が何よりも大切です。

食生活改善推進会とは・・・

松澤:食生活改善推進会(以下「食改」という)はどのような活動をされていますか？

八木:保健センターとの協働で、センターの管理栄養士さんのご協力を得て、毎年いろいろな事業を行っています。例えば、毎月保健センターで開催する定例会のほか、健康まつり、農業祭、親子マラソン大会、地域では公民館での生活習慣病予防の料理教室、学童や親子、男性の料理教室などです。多くの皆さんと一緒に活動をしていきたいと思っているので、ぜひご連絡いただきたいと思います。男性も歓迎で、現在27名の会員中2名は男性です。

松澤:年間を通じていろいろな事業があるのがわかりました。今までの活動の中で特に思い出に残っているのはどのような活動ですか？



八木:それぞれの時代の中で思い出深い事業がありますが、私たちの中では、何といっても平成16年の国体民泊ですね。

松澤:私は吉川市に住んでおり当時の地元の町会が一生懸命取り組んでいましたが、素晴らしい感動が残った、と聞きます。ご苦労も多かったでしょうね。

八木:町会の方たちと一緒に、朝はまだ暗い4時ごろに集まって朝食の準備にとりかかり、夕食の後片付けが終わると夜9時過ぎの帰宅でした。また期間中、夕食を作り終えたところに新潟の中越地震があり、電車が止まり選手がなかなか帰ってこなくて心配したこともありました。そういう中で地域の人たちの連帯感を強く感じ、感動しました。一生に一度の貴重な体験でした。

松澤:皆さんの活動があってこそ国体が成功したのでしょうね。おつかれさまでした。今後の会の方向性はどのように考えておられますか？

八木:今後の方向性としては、やはり八潮市と同じで「バランスのよい食事」です。長野県では県を挙げて「減塩」とりくみ、長寿日本一になりました。八潮の「食改」も減塩でおいしいバランスのよい食事を進めていきたいと思います。

松澤:厚労省では一日10g以下を勧めています、習慣になっている人にはなかなか難しいかもしれません。薄味に舌を慣らすことが大切ですね。

八木:そしてもう一つ、次代を担う子どもたちに食育の大切さを伝えていきたいと考えています。

松澤:そうですね。私も栄養指導で強く感じますが、大人になってから食習慣を変えるのは大変なことです。子どものうちから正しいバランスのとれた食生活を身につけるためには、まず母親の役割が大きいですね。



食生活改善推進会の料理教室

正しい食生活を広めたい

八木:病院の食事作りも大変だと思いますが、松澤係長さんの役割はどのようになっていますか？

松澤:栄養科として、患者さんの食事づくりや栄養指導があります。食事は患者さんによって全て違うので、メニューを考えるときや調理のときに特に気を遣います。また、健康を取り戻すために栄養指導は欠かせません。患者さんの中には、どうしても食べられない苦手な野菜や魚がある場合があるので、工夫して食べてもらうのに苦労します。



八木:大変なのですね。改めて、食の大切さがわかります。

松澤:昔から医食同源といわれますが、健康を保つためにはまず食生活を考える必要があると思います。「食改」の皆さんと私たちの目標は同じですね。

八木:「食改」としても、いろいろな事業を通じて市民の皆さんに少しでも理解をしていただき、広めていければと思っています。

松澤:病院としては、チーム医療を進めており、医師・看護師・薬剤師・理学療法士などと院内で糖尿病教室を開催したり、「出前講座」として地域からの依頼によりそこに出向いて開催したりしています。今後もますます需要が高まってくると思いますので、チーム内でよく連携を図りながら進めていきたいと思っています。

八木:私たちの場合、「出前講座」で地域からの依頼によって、調理実習という形になりますが活動しており、これらを通じて市民の皆さんの「健康寿命」がさらに伸びますように、食生活改善の活動を進めていきたいと思っています。

松澤:「食改」のますますのご発展をお祈りしております。今日はお忙しい中、ありがとうございました。

プロフィール

八木慶子(やぎ・けいこ) 八潮市食生活改善推進会・会長
昭和56年に八潮市食生活改善推進会に入会。本年4月会長に就任し、幅広く活動が続ける。健康のため、楽しみながらストレッチやダンベル体操を行うとともに、夫妻で毎日のラジオ体操とウォーキングを心がけている。6人家族と愛犬1匹。

松澤弘美(まつざわ・ひろみ) 八潮中央総合病院・栄養科係長
平成元年に当院に入職。翌2年、管理栄養士の資格を取得し現在に至る。院内の病院食に関する総括責任者であり、また、入院・通院患者に対する栄養指導を連日行う。院内糖尿病ケアチームでは食事療法の必要性を訴えている。

「平成25年度外来患者満足度調査の集計結果」

—— ご協力ありがとうございました ——

当院では毎年期間を定めて満足度調査を実施し、その結果をよりよい病院づくりの指標として活用しサービス向上に努めております。

今回は7月8日(月)から13日(土)までの6日間、当院外来の各診療科において調査票を配布し、ご記入いただいた内容を集計した結果の概要についてご報告いたします。

＜帳票配布数873枚、回収数759枚、回収率86.9%＞

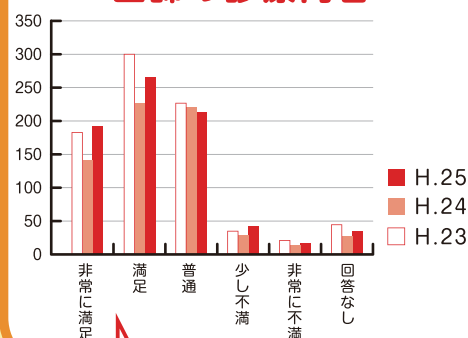
アンケート項目以外にも貴重なご意見を多数いただきました。「接遇」では、医師・看護師とも「親切である」「優しい」等のお褒めの言葉がある反面、「もっと大きな声で話を」「不親切」等のご指摘も多数いただいております。担当部門によく確認し、サービス向上に努めてまいりたいと思います。「待ち時間」については、今回も多くのご指摘をいただいております。お待たせして申し訳ございません。診療の順番は、病状や診療内容等によって前後することがございますが、あまり長い時間お待ちになるようでしたら、窓口にお声をかけていただきたいと思います。

今後も引き続き患者さまの視点に立った「地域から信頼される病院」をめざしてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

アンケートにご協力いただきまして、誠にありがとうございました。

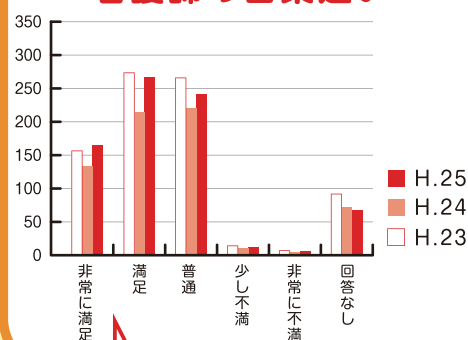
【外来部門連携委員会】

医師の診療内容



満足度が改善!

看護師の言葉遣い



満足度が改善!

新任医師のご紹介

小児科
いずみ よう いち
泉 陽一 Dr.

＜小児科外来表＞

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	—



メッセージ

主に、内分泌代謝(低身長、糖尿病など)を専門としております。よろしくお願いいたします。

地域から病院へ・病院から地域へ



八潮団地で健康講座

9月17日(火)午後1時30分から3時まで、八潮団地集会所において、「第1回八潮団地健康講座」を開催しました。この講座は、当院のリハビリテーション科職員が講師となり、3ヶ月間・12回にわたり、講義(学習)、ストレッチ体操、筋肉トレーニングをセットにした講座を行うもので、今回の八潮団地が初めてのケースとなります。

当日参加したのは30名の市民で、リハビリテーション科の理学療法士10名が集会所に出向き、各種の器具を用いながら、時間内に講座を終了しました。

敬老会が開かれました。

9月11日(水)午後2時から3時まで、3A病棟デイルームにおいて、当院恒例の「敬老会」が開かれました。この催しは、患者さんの入院生活の励みとして、また交流の場として楽しんでいただくため毎年この時期に開催しており、本年は、「やしお市民大学OB会歌街部会」の16人の皆さんにおいでいただき、「富士の山」「里の秋」「青い山脈」など10曲を入院患者さん20人と一緒に歌っていただきました。会場は終始なごやかな雰囲気の中で、明るい歌声と笑顔があふれる敬老会となりました。



インフルエンザの 予防接種はお済みですか？

今年も、インフルエンザの予防接種の時期を迎えました。
ワクチンを接種してから抗体ができるまで、2週間はかかります。
ワクチンの在庫に限りがありますので、お早めの接種をおすすめいたします。

成人の方

下記時間帯に「総合受付」にお越しください。

平日 9時～12時 14時～16時 30分

土曜日 9時～12時

小児の方

予約制ですので、「小児科外来」にご連絡ください。

料 金

1回 3,990円

※八潮市の補助対象の方 1回 1,000円

送迎バスのご案内 <平成25年10月改定>

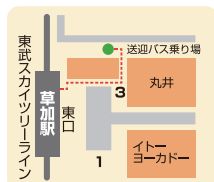
1号車 草加駅 東口行き

八潮中央総合病院



正面玄関よりワゴン車・マイクロバスが運行。

草加駅 東口



草加駅東口ロータリーから丸井と上島珈琲店の間の通路を抜けたあたり。サンキ前。

八潮中央総合病院			草加駅 東口	
7:40	発	↔	8:00	発
9:30	発	↔	9:45	発
10:30	発	↔	10:45	発
11:30	発	↔	11:45	発
12:30	発	↔	12:45	発
13:30	発	↔	13:45	発
15:30	発	↔	15:45	発
16:30	発	↔	16:45	発
17:40	発	↔	17:55	発
18:30	発	↔	18:45	発
19:15	発	↔	—	—

土曜日運休

(土) 土曜日のみ運行

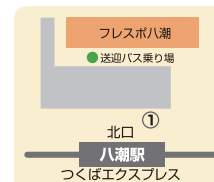
2号車 八潮駅 北口行き

八潮中央総合病院



正面玄関よりワゴン車・マイクロバスが運行。

八潮駅 北口



フレスポハチサンマルクカフェ前あたりに停車。

八潮中央総合病院			八潮駅 北口	
7:45	発	↔	8:00	発
8:25	発	↔	8:40	発
9:00	発	↔	9:15	発
9:30	発	↔	9:45	発
10:00	発	↔	10:15	発
10:30	発	↔	10:45	発
11:00	発	↔	11:15	発
12:15 (土)	発	↔	12:30 (土)	発
12:45 (土)	発	↔	13:00 (土)	発
13:15 (土)	発	↔	13:30 (土)	発
14:30	発	↔	14:45	発
15:30	発	↔	15:45	発
16:00	発	↔	16:15	発
16:30	発	↔	16:45	発
17:15	発	↔	17:30	発
17:45	発	↔	18:00	発
18:15	発	↔	18:30	発
18:45	発	↔	19:00	発
19:30	発	↔	—	—

■ 病院理念

「地域から信頼される病院」

■ 基本方針

私たちは、以下の基本方針を遵守し、信頼される病院を目指します。

1. 安心・安全な医療の提供
2. 紹介患者・救急患者の積極的な受入れ
3. 総合病院としての機能と充実
4. 教育研修の向上と研鑽
5. 患者さまの人格を尊重した医療

■ 患者さまの権利

私たちは、以下の権利を尊重します。

1. 適切な医療を受ける権利
2. 人権とプライバシーが保護される権利
3. 医療情報の説明を受ける権利
4. 医療行為を選択する権利
5. 診療録の開示を求める権利
6. 他の医師に意見を求める権利(セカンドオピニオン)

診療統計

平成25年4月~9月 (月平均)

外来患者数	59,881名 (9,980名)
入院患者数	1,368名 (228名)
退院患者数	1,354名 (226名)
一日平均外来患者数	399.7名
救急搬入数	1,037件 (173件)
紹介患者数	1,085名 (181名)
手術件数 全身麻酔	284件 (47件)
硬膜外・脊髄麻酔	42件 (7件)



アクセス ●八潮インターから 5分 (東京方面より)
●三郷インターから 15分 (柏方面より)



上尾中央医科グループ
医療法人 社団協友会

八潮中央総合病院

日本医療機能評価機構認定

〒340-0808 埼玉県八潮市緑町1-41-3
TEL 048-996-1131 FAX 048-997-2315
http://www.yashio-cgh.jp

