

ふれあい

2015年

7月

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/FAX.048-997-2135



**5月24日
日曜日**

ふるさとフェアで 「看護Day」を開催!

5月24日(日)午前10時から午後5時まで、八潮駅前のフレスピにおいて、ふるさとフェアが開催されました。当院は救護班を兼ねて「看護Day」として健康相談、乳がん相談、血圧・体脂肪・血管年齢の測定、バランステスト等を行い、約300人の皆さんにご参加いただきました。



地域とともに活動する医療スタッフ



**5月21日
木曜日**

ケアセンターそよ風で ストレッチ講座

5月21日(木)午後2時から3時まで、八潮ケアセンターそよ風において出前講座を行いました。当日は、認知症予防や転倒予防の実技を行い、最後に、ストレッチの実技を行いました。参加された25人の通所者の皆さんには、最後まで熱心に受講されていました。

**5月24日
日曜日**

千曲運輸グループの 生活習慣病予防講座

5月24日(日)午後1時から2時まで、八潮メセナ集会室において千曲運輸グループの社員120人を対象に、生活習慣病予防講座を実施しました。前半は栄養科の食生活改善のお話、後半はリハビリテーション科の「腰痛」をテーマとしたストレッチを実施しました。

**5月27日
水曜日**

シルバー人材センターで 熱中症対策講座

5月27日(水)午前10時から11時まで、八潮市シルバー人材センターの依頼による「熱中症対策講座」を実施しました。内容は、熱中症の特徴や予防法、応急処置などで、参加された30人の会員さんは最後まで熱心に受講され、具体的なご質問が相次ぎました。

介護のプロの一日を追う



「患者さまの残存機能を生かす介護を」

介護福祉士 上原菜摘

私たち介護福祉士は、回復期リハビリテーション病棟や急性期病棟で勤務をしています。介護福祉士の仕事は、入浴介助、食事介助、排泄介助など、患者さまの日常生活動作に関わる仕事です。

各病棟で介護職の中でリーダー的存在となり、看護師の業務の負担を軽減させるためにケアを中心に関わっています。病棟では多職種が集まり、患者さまの日常生活動作の向上を目指し、情報を共有することが重要になってきます。

介護福祉士は、日常業務のほかに在宅への退院に向けた介護指導も行っています。特に、回復期リハビリテーション病棟では一人一人に合った日常生活動作に介助をしており、多職種で連携をとり、残存機能を生かした介助を心がけ日々の業務に取り組んでいます。



介護福祉士の一日のスケジュール

- 8:30 出勤・情報収集・申し送り
- 9:00 清拭・排泄介助
- 10:00 足浴・手浴・水分の促し
- 11:00 おむつ交換・離床開始
- 12:00 昼食・トイレ誘導・食事介助
- 13:00 休憩
- 14:00 入浴介助
- 15:00 おやつ・水分の促し・トイレ誘導
- 16:00 おむつ交換・夕食準備
- 17:00 縮床開始
- 17:30 退勤



・具だくさんそーめん・

〈1人分のカロリー〉438kcal・塩分5.3g



材料4人分

そーめん…400g／鶏ささみ…200g／錦糸卵(卵…2個／塩…少々)／サラダ油…適量／干しシイタケ…4枚／砂糖…大さじ1・1/2／しょうゆ…小さじ2／きゅうり…1本／人参…70g(1/2)／プチトマト…少々／白ネギ…15cm／薬味(青ネギ…適量／生姜…適量)

作り方

- ①ささみに塩・酒をふりかけ蒸し煮にし粗熱をとて手でさく。
- ②錦糸卵をつくる。
- ③干しシイタケを戻し汁と調味料を入れて煮る。
- ④きゅうりは千切りにする。
- ⑤ネギの白い部分を縦半分に切り千切りにする。
- ⑥人参を千切りにする。
- ⑦そーめんを茹てる。
- ⑧具を別皿に盛り付け薬味を添えていただく。

<そーめん献立のアドバイス>

そーめんの献立は、薬味だけになつたり天ぷらと合わせることが多くなり、脂質と糖質が多くなりがちです。きゅうりやトマトなどの野菜や蒸した鶏肉、卵など添えていただくとバランスの良い献立になります。



おまけの1品で
ごま豆腐もつくりました。

ごま豆腐



材料4人分

練りごま…大さじ1・1/2／くず粉…30g／だし汁…1/2カップ／牛乳…1カップ／塩…少々／薄口しょうゆ…小さじ1／練りワサビ・カイワレ…少々

作り方

- ①鍋にくず粉を入れだし汁をだまにならないように少しずつ加えて溶きのばす。
- ②器に練りごまを入れ牛乳を少しずつ入れ溶きのばし滑らかになれば①に加える。残りの牛乳に塩・しょうゆで味を調整よくませ合わせる。
- ③②の鍋を中火にかけ、しばらく木べらでかき混ぜる。粘りが出れば弱火にしましたりと弾力が出るまで絶えず混ぜる。
- ④ラップに③を4つに分け入れ口を輪ゴムで止め粗熱をとり冷蔵庫に2~3時間入れ冷やし固める。
- ⑤ラップを外して器に盛り練りワサビとカイワレで飾る。

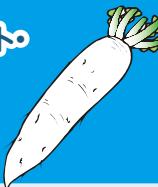
管理栄養士の ひとつくちメモ 「野菜の力」



野菜には体を冷やす性質のものと体を温める性質のものがあります。この季節は、体を冷やす野菜を上手に使い体のほてりを抑えるときに食したり、逆に冷房などにあたりすぎたときはこれらの野菜に熱を加えて逆の効果で体を温めて冷え性対策に活用してみてください。

体を冷やす性質の野菜(果物)

きゅうり・なす・トマト・
ほうれん草・大根・
(梨・柿・みかん)



体を温める性質の野菜

生姜・ニンニク・玉ねぎ・
唐辛子・人参・かぼちゃ



市内団体紹介

「八潮市手をつなぐ親の会」

私たちは、知的な障がいのある我が子の幸せを願い活動しています。

『障がいがあっても このまち八潮で自分らしく生き生きと暮らしたい!』



そのためには1人でも多くの方に子供たちの障がい特性を知って頂くことが大切と考えます。周りの方から見ると不思議?と思われる行動も、本人には、ちゃんと意味があります。子供たちなりの自立を目指すためにも、本人がもっと地域の中で活躍出来る様、親である私達も頑張りたいと思います。あたたかい目で子供たちを見守って頂けたら幸いです。どうぞ宜しくお願い致します。



【やしお市民まつり・ふれあい広場にて】

〈問合せ〉090-8773-9900(佐川美穂子)

送迎バスのご案内

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。

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



フレスピ八潮サンマルクカフェ前あたりに停車。

八潮中央総合病院		草加駅 東口	
		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

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

- 安心・安全な医療の提供
- 紹介患者・救急患者の積極的な受入れ
- 総合病院としての機能と充実
- 教育研修の向上と研鑽
- 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。

- 適切な医療を受ける権利
- 人権とプライバシーが保護される権利
- 医療情報の説明を受ける権利
- 医療行為を選択する権利
- 診療録の開示を求める権利
- 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27年 4月～5月

外来患者数	19,519名(9,760名)
入院患者数	457名(229名)
退院患者数	458名(229名)
一日平均外来患者数	406.9名
救急搬入数	227件(114件)
紹介患者数	417名(209名)
手術件数 全身麻酔	114件(57件)
硬膜外・脊髄麻酔	3件(2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 048-997-2135
<http://www.yashio-cgh.jp>

