

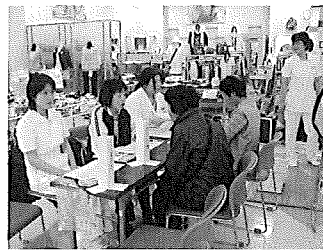
すまいる



去る5月12日、昨年同様ナカケー白川店様のご協力により、院外での看護フェアを開催しました。

恒例の体組成測定・血圧測定・栄養相談・介護相談・健康相談のコーナーを設け、買い物途中で立ち寄ってくださった方など65名の方々に参加していただきました。

今年は理学療法士による、自宅で手軽に出来る健康体操の指導も行いました。



栄養相談では血圧の高い方に塩分を減らす工夫についてお話をしました。

公立浜坂病院 基本理念

1. 信頼される病院

医療の質を高め、安全管理の徹底を図ることにより、安心して受診できる病院をめざします。

2. 患者様中心の医療

患者様一人一人を尊重し、安らぎのある療養環境をめざします。

3. 地域への貢献

保健・医療・福祉機関との連携を図り、地域医療の発展をめざします。

4. 職員の自己研鑽

自らを高める努力を続け、医療にいかします。

小児科外来で保護者のみなさまからいただいたご質問についてお答えします (回答：小児科 池田真也医師)

Q. ① 子ども(家族)は、多少アレルギー体質で、肌がかさかさしてかゆがることも多いです。生活の中で気をつけることはありますか。また、食べ物等でも何か良い物がありますか。

A.回答：まず、アトピー性皮膚炎の原因、悪化因子を取ってやるのが日常生活をしていく中で大事かと思います。

- i) 原因となった食物アレルギーの除去
- ii) シャワーや入浴は汗の成分を洗い流すだけでなく、皮膚表面のほこり、花粉などのアレルギー、細菌を洗い流してくれます
- iii) 掃除をして屋内のダニを減らす
- iv) ストレスを上手に解消していく

食べ物のアレルギーは、卵・ミルク・小麦・大豆・米・果物・エビ・カニなど多種類あります。確定した食物を除去し、それらに代わる代替食があります。それらを十分活用して栄養が偏らないようにして下さい。

調理の基本として

- i) 新鮮な食材を使う
- ii) 野菜に含まれる灰汁(あく)がアレルギー様症状を引き起こすことがあります。下ごしらえの際には水にさらす、下ゆでするなどして基本通りきちんと灰汁(あく)取りをする
- iii) 卵のように加熱によってアレルギーを減らすことが出来るものはよく加熱する
- iv) 出来るだけ食品添加物を含まない物を選ぶ
- v) メニューを工夫して栄養のバランスに十分注意して食べさせて下さい。



Q. ② アトピー性皮膚炎に関して、今、息子はアレルギー数値が高い食物は食べていないのですが、少しずつでも食べさせたほうが良いのでしょうか。アトピーの子は喘息になりやすいと聞くのですが、本当ですか。

A.回答：血液検査でアレルギーの数値が高くても、必ず症状が出現するとは限りません。逆に低くても出現することがあります。まず、日常食べているものを日誌につけてみることで、疑わしい物が見つければそれを血液検査などで確かめることです。いたずらに制限する必要はなく、栄養のバランスに注意して食べさせてください。

また、毎日メニューを変えて少しずつ食べさせていくのもよろしいかと思います。アトピーの子供は遺伝しやすく、両親がアレルギーの病気を持っていると子供もかかりやすく、また、喘息、アレルギー性鼻炎など他のアレルギーの病気にもかかりやすいです。

(小児科Q & Aは次号へ続きます)

「新温泉町の医療の将来を考える会」を開催しました

去る6月30日（木）新温泉町浜坂保健センターにてみだしの講演会を開催しました。当院内科医師 阿江 竜介医師を講師に、行政、住民、医療・福祉関係者など89名の参加者が、これからの新温泉町の医療、病院のあり方などについての話を聞きました。

住民・行政・医療者の3者が協働しなければならないこと、またお互いがコミュニケーションを図ることの重要性、さらに事前のアンケート調査で多かった病院への要望・意見についての説明も行いました。多くの皆様にアンケートにご協力いただき、ありがとうございました。（アンケート結果は公立浜坂病院受付窓口にあります。）

今後は、地域に出向き、講習会（講演会）などを行いたいと考えております。

講演会等のご希望がありましたら、公立浜坂病院事務長 仲村までご連絡ください。

電話 0796-82-1611

はまさか訪問看護ステーションとは??

「訪問看護」は、住みなれたご自宅で安心して生活ができるように、医師やケアマネージャー等と相談しながら在宅療養のお手伝いをします。

◎仕事の内容

- ①血圧・体温・脈拍を測り、体の具合を見ます。
- ②身体の具合を見ながら足浴・洗髪、着替えをしたり、またお風呂の介助もします。
- ③身体に入った管や医療器具の管理や使い方をお教えします。
- ④床ずれの手当てや予防の方法をお教えします。
- ⑤寝たきりの人や進行性の病気、脳梗塞などで手足が動かなくなった方へ手足の運動や歩行訓練を行います。
- ⑥ご自宅で家族に見守られ最後を迎えたい、看病したいと希望される方への支援・相談に応じます。



在宅酸素療法や人工呼吸器などの医療処置を受けられている方でも安心して自宅で療養できるようにお手伝いしています。ご家族と過ごされている利用者さんの笑顔は私たち看護師の元気の源です。介護で困っている方、悩んでいる方はお気軽にご相談ください。

◎訪問日と訪問時間

月曜日から金曜日（午前8時30分～午後5時15分）※緊急時は夜間、休日もご相談に応じます

◎ご利用方法

現在かかりつけの医師にご相談していただくか、訪問看護ステーションへご連絡ください。

また、介護保険ご利用の方は介護支援専門員（ケアマネージャー）にご相談ください。

はまさか訪問看護ステーション TEL 0796-83-2313

公立浜坂病院

外来診察 担当医師 (平成 23 年 7 月 7 日～)

※網掛部分=変更

			月	火	水	木	金
総合診療部	内科	一診	中庭 茜	松岡 学	松岡 学	中庭 茜	阿江 竜介
		二診 (予約)	松岡 学	阿江 竜介	河崎 雄司	松岡 学	中庭 茜
		三診 (呼吸器)					河崎 雄司
	外科	森川 剛志 (10時開始)	森川 剛志 (8月より外来休診)		森川 剛志		
整形外科			室山 俊則 (午後診なし)	山本 勝彦 (午後診あり)	室山 俊則 (午後診なし)	室山 俊則 (午後診なし)	黒田 均 (午後診あり)
小児科			池田 真也 (午後 予防接種)	池田 真也	池田 真也 (午後 予防接種)	池田 真也	池田 真也
耳鼻咽喉科				兵庫医科大学 応援医師 (午後診あり)	兵庫医科大学 応援医師 (午後診あり)	兵庫医科大学 応援医師 (午後診あり)	兵庫医科大学 応援医師 (午後診なし)

※担当医師が変更となる場合があります。

※毎週月曜日の森川医師の外科は10時から診察開始となります。8月より火曜日の外科外来は休診となり、森川医師は検査(胃カメラ等)の担当となります。

※午後の総合診療外来は廃止となりました。

※小児科外来の予防接種は予約制です。また午後の診察については事前にお電話ください。

受付時間 (全科とも初診受付は 8:30～)

診療科	受付時間
内科 (月～金曜日)	午前 8:00～11:30
外科 (月・火・木曜日)	午前 8:00～11:30 ※月曜日のみ 10:00 診察開始
整形外科 (月・水・木曜日)	午前 8:00～11:30
整形外科 (火曜日)	午前 8:00～11:30 午後 1:00～2:00
整形外科 (金曜日)	午前 8:00～午後 2:00
小児科 (月～金曜日)	午前 8:00～11:30 月・水 午後 1:30～予防接種 (予約制)
耳鼻咽喉科 (火～金曜日)	午前 8:00～11:30 午後 2:00～4:30 (診察開始 2:30～) ※金曜日午前のみ

救急対応について

平日の時間外及び土・日曜日、祝祭日、年末年始に診療を希望される場合は、事前にお電話にてご連絡ください。午後9時までの受診にご協力をお願いします。



【発行】

公立浜坂病院

- ・住所 〒669-6731 兵庫県美方郡新温泉町二日市 184-1
- ・TEL (0796) 82-1611
- ・FAX (0796) 82-3203
- ・ホームページ
<http://www9.ocn.ne.jp/~hamasaka>
- ・E-mail
byoin@town.shinonsen.hyogo.jp

皆様からのご意見・ご感想を待っています。