

稲沢厚生病院だより

# ginnan

— 銀杏 —

春

-2020-

No.88

主な内容

禁煙外来開設  
稲沢厚生病院サロン



国府宮はだか祭り

2020年4月1日より

## 耳鼻いんこう科に常勤医師が赴任いたします。

入院治療も可能となりますのでご相談下さい。

### ● 病院理念 ●

私たちは、地域住民の健康と生活を守るために、より良質で安全な医療・保健・福祉を提供すると共に、医療人を育成し、安心できる地域づくりに貢献します。

# 4月より禁煙外来を開設します

当院では、地域の皆さまの健康増進に取り組んでいます。その一環として、病院敷地内禁煙を実施し、2020年4月より禁煙外来を開設いたします。

診療  
日時

- 毎週木曜日 14時～
- 完全予約制
- 担当 呼吸器内科部長 三輪医師

受診  
対象

- 直ちに喫煙を自分でやめられない方
- 喫煙による疾患などで禁煙を勧められている方 など

受診  
料金

禁煙治療の条件に当てはまる場合は健康保険適用となります。  
3割負担の方で合計2万円程度です。

※禁煙治療の条件に当てはまらない場合は、自費となることがあります。  
自費の方は合計7万円程度です。



受診をご希望の方は、**地域医療連携室0587-97-2759**まで初診予約をお願いいたします。

# 稲沢厚生病院サロン

当院では、「みんなのつどいの場」としてサロンを始めます。

サロンではこんなことをします

- モーニング(売店のコーヒーとパン)を  
食べながらみんなで楽しむ
- 病気・健康・介護・子育てなどのお悩み相談
- 健康体操、脳トレゲーム などなど



仲間づくりをしながら  
楽しく健康維持しましょう!!

開催日 2020年5月から

毎月 第3水曜日 9:30～12:00オープン (途中の出入り自由です)

場所 南館4階 講義室1

対象 どなたでも参加できます。(年齢不問、稲沢市以外の方の参加もOKです。)

申し込みは不要です。お気軽にお立ち寄りください

参加費 1回 200円 (売店のコーヒーとお好きなパン一個付き)

お問い合わせ先 TEL:0587-97-2131 稲沢厚生病院 看護部

# インターンシップ(看護体験)案内

看護師の道をお進みの学生のみなさん!  
看護師と1日行動を共にして、当院の看護の体験をしてみませんか?

## 体験のねらい

先輩看護師と行動し、看護実践の見学体験ができます

体験を通してチーム医療などの病院の様々な機能・特徴、職場の環境を知ることができます。

看護体験する事で看護師としての就職準備や心構えについて考える機会となります。



### 実施期間

2020年3月2日(月)～2020年9月30日(水)\*土・日・祝日を除く  
応募されるときは希望日の1週間前までにお申し込みください



### 体験時間

9:00～16:00



### 対象

看護学生



### 体験内容

オリエンテーション・病院および看護部の概要などを説明します。  
看護師と行動をともにし、患者さんの日常生活援助や看護援助、カンファレンスへの参加などを体験又は見学していただきます。体験終了後は質疑応答の時間を設けています。



### 当日の持ち物

・筆記用具・実習用白衣・実習用靴(白のスニーカー可)・髪をまとめるゴムやピンなど



### その他

・昼食は職員と同じ食事を当院にて準備いたします。

### 申込方法

メールまたは電話でお申し込みください

- 1.インターンシップ申し込みと入力
- 2.氏名(フリガナ)
- 3.性別
- 4.現住所
- 5.連絡先(電話・メール)
- 6.学校名
- 7.希望日
- 8.希望診療科(人数によりご希望にそえない場合もあります)を入力しお申し込みください

### 申込先

稲沢厚生病院 看護管理室

TEL:0587-81-7781 平日9:00～16:00の間にご連絡ください  
E-mail:kangobu@inazawa.jaikosei.or.jp



# 活動報告

2020年1月18日(土)  
JA愛知西  
産直広場出店  
～薬剤部～

## 睡眠薬を飲んでいる方にご注意

睡眠薬・抗不安薬の副作用には注意が必要です！

薬の量が多くなると効果は頭打ちになり、副作用が目立ちやすくなります。

特に高齢者の方だと、一時的に時間や場所がわからなくなったりすることがあります。長期間服用している方が、一気にやめてしまうと離脱症状が出る可能性があります。離脱症状とは、飲んでいる薬を中止した時に不眠・不安・焦燥感が出ることです。安全にやめていくことが出来るには、今、自分がどんな状態にあるのかどうかを医師に確認しましょう。また、薬以外にも、毎日同じ時間に起きたり、30分以上の昼寝は控えるなど生活リズムを整えたり、自分なりのリラックスのコツを身に着けるなども効果的です。



健康講話  
～看護部～

2020年2月16日(日)、稲沢市平和町須ヶ脇老人憩いの家において、健康講話を行いました。

今年で7回目となる今回は、看護師 小笠原美希より『認知症を学び、予防しよう』といったテーマでお話しさせていただきました。多くの老人クラブの方々にご参加され、認知症予防の体操や間違え探しのクイズなど皆さん熱心に取り組まれていました。

今後も地域の皆さんの健康に役立つテーマで公開講座を続けていきます。



## みなさまの声より(ご意見箱への投函)

出産でお世話になりました。はじめてのことばかりで不安だらけでしたが、先生や看護師さんに温かく声をかけていただき、優しくサポートしていただいて本当に嬉しかったです。

ご無事の出産、おめでとうございます。このようなお言葉をいただき職員も励みになります。これからも、みなさんに安心して受診していただけるよう、職員一同さらに努力してまいります。

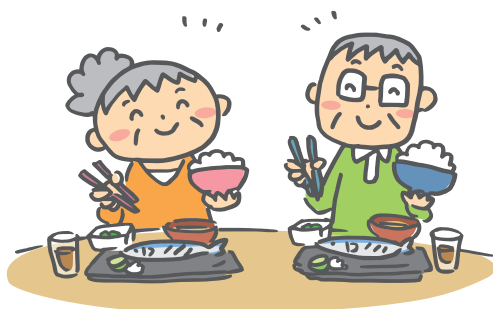
脳神経外科の先生を充実してほしい

常勤医が不在となっております。ご迷惑をおかけしております。医師の確保に全力であっておりますが、昨今の医療情勢等の影響もあり、医師の確保に大変苦慮しております。引き続き確保に努めてまいります。ご迷惑をお掛けしておりますが、ご理解いただきますよう、よろしくお願いたします。

◎みなさまの声を頂戴する「ご意見箱」は5ヶ所設置しております。お気づきの点があれば是非ともご投函ください。

【設置箇所】エントランスホール、各病棟デイルーム(2階・3階・4階)、健康管理センター

# 食べにくいものでも美味しく安全に食べよう！



言語聴覚士 水上 典子  
管理栄養士 金神 有里

高齢者が誤嚥を起こすことが多いのはお茶や味噌汁、窒息を起こしやすいのは餅です。加齢による摂食嚥下機能の低下は唾液の減少、歯の問題、咀嚼力・嚥下力の低下などが主な原因です。そのため食品を身体機能に合わせて食べやすくする工夫が必要となってきます。食べにくい食材をメニューに加える時は、安全に食べられるように調理方法を配慮し、見守って食べて頂くことで窒息のリスクを減らすことができます。

嚥下食・介護食は自宅でも作ることができます。在宅介護をされている方の8割は手作りをされているといわれています。通常の食事を刻む、やわらかくする、ミキサー状にするなど様々な工夫がされています。水分にはとろみを付けて誤嚥予防をするのも良いでしょう。しかし、食べにくいものの適切な調理方法は意外と難しいものです。例えば以下のような食品が挙げられますが、食べにくい体験をされたことがあるかもしれません。

嚥下しにくい食品	理由
かまぼこ こんにゃく いか	弾力性が強い
高野豆腐 ゆで卵 クッキー パン	パサつく
海苔 ウエハース	口腔内や咽頭内に張り付き易い
餅 団子	粘りが強く張り付く
れんこん ごぼう たけのこ	硬い
酢の物 柑橘類	酸味が強い

高齢者にとって食べにくいけれど食べたいものといえば餅が代表的ではないでしょうか。そこで餅や団子を美味しく食べやすくするメニューをご紹介します。

## ずんだお豆腐餅



材料	4人分
絹ごし豆腐	200g
片栗粉	60g
冷凍むぎ枝豆	60g
水	80ml
砂糖	20g
塩	0.4g

1人分：120kcal タンパク質4.4g

### 作り方

#### お豆腐餅

- 鍋に絹ごし豆腐と片栗粉を入れてヘラでつぶす。
- 火をつけ、一つにまとまるまで焦げないように練り混ぜる。
- ラップをしたバットに2を一口大にカットして並べる。  
お好みの餡や汁と合わせる。

#### ずんだ餡(A)

- 冷凍むぎ枝豆と水を合わせてミキサーにかける。
- ①を鍋に移し、砂糖を加えて加熱しながら練る。
- お好みの固さになったら火を止め、塩を加える。
- 粗熱が取れたらお豆腐餅にのせて完成。



ご紹介するお豆腐餅は粘り気を抑え、のどに詰まりにくいよう仕上げています。またこのお餅に合わせる餡を変えることで、雑煮やばもち、みたらし団子など、様々な料理でお餅を楽しむことができます。お餅は食べたいけど少し飲み込むのに不安がある方、またそんなご家族が身近にいる方は是非お豆腐餅の作り方を参考にしてみてください。

## 2020年4月より土曜日が休診となります。

誠に勝手ながら、**2020年4月から土曜日の診療は全て休診**とさせていただきます。  
皆様にはご不便をおかけいたしますがご理解・ご協力をお願いいたします。

### 糖尿病教室のご案内

開催日

2020年 5月21日(木)

テーマ

「あなたは眠れていますか？」 ～糖尿病と不眠症について～

「糖尿病と認知症・座談会」

担当

看護師

臨床心理士

時間 14:00～15:00

場所 南館4階 講義室

予約 不要

費用 無料

### 食べて学ぶ糖尿病教室のご案内

開催日

2020年 6月25日(木)

テーマ

災害への対応～あなたは食べ物の準備できていますか～

担当

管理栄養士

時間 11:00～12:30

場所 南館4階 講義室

予約 要(☎0587-97-2131 栄養科まで)

費用 有料

### 健康セミナーのご案内

2020年6月4日(木)

●テーマ

**必聴！ 呼吸に関わる2つの大切なお話**  
～禁煙外来と睡眠時無呼吸症候群～

●講師

呼吸器内科部長 三輪 千尋 医師

●時間

14:00～15:00

●場所

南館4階 講義室(予約不要・無料)

内容につきまして、  
変更になる場合がございます。



※糖尿病教室・食べて学ぶ糖尿病室・健康セミナーにつきまして、新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合がございます。

## 職員募集中!!

問い合わせ先

総務課・国定



薬剤師(正職員) 若干名

薬剤師(パート) 若干名

栄養士(準職員) 若干名

ソーシャルワーカー 1名

事務一般職(パート) 2名