

元気アップ 主体会

2015. 11 Vol.39

主体会病院のMRIが新しくなります



も く じ



主体会病院のMRIが新しくなります… 1~2	健康への窓 …………… 5
特集 主体会病院 小児リハビリテーションが始まりました… 2	ユニフォームが変わりました …………… 5
特集 主体会病院透析センター 集団リハビリコーナーオープン …………… 3	施設行事 …………… 6~7
38thサマーセミナー …………… 4	部署紹介 小山田記念温泉病院栄養部 … 8
	元気アップコーナー・編集後記 …………… 8

主体会病院のMRIが新しくなります。

主体会病院のMRIは1.5テスラから3.0テスラの新しいMRIに入れ替わります。MRIは世界的にフィリップス、シーメンス、GEの3社で占められています。新しく導入されるMRIはフィリップス社の3.0テスラMRIで、最も新しく、最も高性能なMRI(インジニア3.0TCX)です。車に例えると、3,000ccの車で、一番馬力が強く、加速度も一番の車です。県内初のMRIで、名古屋や東京に行かなくても、当院で高性能MRIを受けていただき地域医療に貢献出来たら幸いです。

(主体会病院 画像診断部 部長 中村和義)



透析センター 集団リハビリコーナー オープン!

平成27年6月より、主体会病院透析センターに集団リハビリコーナーをオープンしました。ここでは医師、看護師、臨床工学技士の管理の下、透析中に患者さんが理学療法士、作業療法士と運動療法を行っています。

プログラムは準備運動としてのストレッチ、筋力トレーニング、持久力トレーニング、クールダウンとしてのストレッチの約1時間程度の運動です。持久力トレーニングは寝たまま駆動できる自転車ペダルを使用します。3ヶ月に一度の体力評価の結果を元に、患者さん毎の運動負荷量を決定し、各々に適した負荷で運動を行い、運動中は血圧や胸および下肢の疲労具合を記録します。

「透析している間に身体を動かしても大丈夫なの?」「大変なんじゃないの?」と疑問に思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、透析センターは看護師、臨床工学技士が常駐しておりますので、安心して運動ができます。必要に応じて心電図モニター等も装着し、より安全、快適に運動が行えるよう努めております。また3~4人で運動を行うので、集団で行う心理的なメリットもございます。

対象は透析を受けられている狭心症の患者さんです。透析をしていると臥床時間が長く、筋力が低下して日常生活に支障をきたす患者さんや、透析を受けることで運動療法



集団リハチーム

38th サマーセミナー



食事と健康

主体会病院 内科 白石 智子

1日3食の食事を1日2食にすると、「なんだか調子が

は、水分だけでもよいので摂取したほうがよいそうです。何故なら、胃内にある程度の水分が入れば、その重みで腸に圧力がかかるので腸は動くからです。もちろん、一般的には、水分だけではなく何かしら食事を摂ったほうがよいと思われます。それは、食事を摂ることによって体温が上昇し、咀嚼することで脳が刺激されるためです。また、食べることによって心が落ち着く効果があるとも言われています。

3食の中でも、最も大切なのは朝食です。

朝食を摂るメリットとして、以下の3点が挙げられます。

- ①副交感神経系を高めること
- ②血流を上昇させること
- ③慌ただしい朝に余裕を生み出すこと

自律神経系の観点からは、朝食を摂ることで朝低く

施設行事

みえ川村老健



防災訓練 7月15日(木)



訓練内容説明後、地震体験車にて揺れの体験をしました。緊急時の避難方法もご指導していただきました。



盆踊り 7月30日(木)



今年も暑いなかたくさんの地域の方が参加してくださいました。ここにゆうどうくんもみなさんの長寿を願って遊びに来てくれました。

家族会開催

9月5日(土)



第1回家族会を開催しました。お忙しい中お集まり戴きありがとうございました。





注文後の待ち時間に、みんなでパチリ☆



モーニングセットで大満足！



6月にはコマダ珈琲、9月には喫茶でめでめ（地域交流ホーム内）へ行きました。



七夕会 7月8日

毎年恒例、幼稚園の子どもたちにかわいい歌やダンスを披露していただきました。



一生懸命踊る姿に、思わず顔がほころびます。感動の涙もちらほら…



お返しにメダルをプレゼント！



部署紹介

小山田記念温泉病院 栄養部(厨房)

『涼厨(すずちゅう)回転釜』の導入によって…

ここ数年、設備の老朽化と温暖化の影響で、初夏から初秋まで大変暑い中で厨房内の作業を行っています。その対策として、まずは厨房内の温度上昇に影響のある機器の見直しにて『回転釜』を検討しました。今年の3月に『涼厨回転釜』に買い替えとなり、従来の回転釜とは違って、釜の側面の断熱構造と、排熱の集中排気を可能とした釜です。

涼厨回転釜での作業は釜付近の放熱が抑えられて、調理師は効果を体感しています。

厨房内の環境を整える事が日々の食事提供の土台となります。

患者さんの『大切な一食』料理に心を込めて調理をする調理師、材料を準備する調理員、盛付け・配膳をする栄養士、患者さんの摂取状況から栄養状態を把握し、栄養管理を行う管理栄養士、各職種が持ち場を守っています。



涼厨回転釜を使いこなし、御料理に腕を奮ってくれる調理師メンバーです

一年365日休む事無く、安心、安全な食事提供はもちろんの事、患者さんの治療効果に寄与して、療養生活に食事が「食べる楽しみ」となりますように努力を続けて参ります。(土井 律子)



三重県看護協会主催 看護師1日体験

当院では三重県看護協会主催の高校生対象の看護師1日体験を受け入れています。

今年は7月30日に3名が来られました。初めて看護師のユニホームを着用し恥ずかしそうにしていました。

各部署では、カンファレンスや清潔援助、入浴介助などを体験して頂きました。

又、輸液、経管栄養、透析センター、手術室の見学をして頂き、初めて目にする様々な医療機器に驚き、興味を持っている様子でした。

将来、看護師になりたいと夢を持って体験に来られる学生の姿は、私たち現役看護師の初心を思い出させてくれます。

今回の体験が、夢の実現の後押しになり、来られた学生がいつの日か看護師になり、当院で一緒に仕事出来る事を楽しみに思う1日でした。

主体会病院 外来 看護師長 今村 麻紀



編集後記



熱中症注意報がでるくらい暑かった夏もようやく終わり、過ごしやすい秋がやってきました。

秋といえば、食欲・スポーツ・読書とさまざまな事が楽しめますね。特に私は今まで食べることで夏を乗り切っていたのですが、今回十分な睡眠や運動も欠かせないものだ実感しました。

バランスのよい生活を送り、夏の疲れを癒しながら体力を回復させ、のちのインフルエンザ注意報に備えていきましょう。(みえ川村老健 介護士 酒井朋子)