

# HUMAN

Happy New Year

Vol.309 | 2018.1

医療を通じて人と人とのふれあいを広げる

特集

「守り抜く大義」

「求められる変革」

さくら総合病院 病院長——小林 豊

医療法人 医仁会

医療 四方山話 | 介護ストーリー

はじめまして。新入職員紹介

気をつけたい感染症 肺炎

さくらトータルサポートセンター

トピックス

時間外診療の診察室を変更しました

咳エチケット | にんにく注射キャンペーン

インフォメーション | さくらの森通信

頭の体操

生活の質を高めましょう

旬の食材 | sakura's kitchen

年末年始の診療について | 求人募集





# 「守り抜く大義」「求められる変革」





## 歴史ある当院のスピリットに新しいシステムの融合を通じて進めていく、 さくら総合病院のチャレンジにご期待ください。

新年の挨拶は「前を向いた」展望や抱負を述べるものである。では、「前がどつちか」を間違えていたのでは、病院という大きな船は正しく進むことができない。そのためには、今まで向いてきた「前」が正しかったのかどうかをよく見極める必要がある。この「過去の『前』」をよく理解して認識することは、本当に正しい「前」を向くのに欠かすことができず、これを検討することは、決して後ろ向きなことではなく、むしろ前向きであり、『温故知新』とも言えるであろう。過ぎし一年を振り返ると、当院のこれまでを冷静に問われ、考える一年であった。当院は創業の1980年より、直向きに医療問題や社会問題に向き合って邁進してきた。この医療の大義だけを追求したのでは認められない世知辛い世の中になってきた。

他の業界から端を発し、医療業界においても、時間外労働の適正化や休日の確保は最優先事項になった。これまでの日本は、サービス残業やサービス出勤や休日返上といった、「昔の優等生」と評価されるキーワードが、各業界を支え、日本の高度成長期とこれまでの日本経済を支えてきた。これらは「昔の優等生」の気合いと根性の上に成り立った社会の成長であった。私自身、これらのキーワードを具現化するような生活により、国立がんセンター中央病院や大学病院や公的病院の診療を支えてきた。このような、今となってはminorityである「昔の優等生」を基準に成り立ってきた社会から、この気合いと根性のないmajorityを基準にした新しい社会は、上記のキーワードを擁する企業を『ブラック企業』と呼ぶように



なった。労務環境の基準が完全にひっくり返った訳である。時代を同じくして、労務環境以外の様々な基準が刷新され、古き良き時代に「よし」とされたことが許されなくなったのである。

れるのである。医療業界は、他業界に比べて群を抜いて人手が必要な業界であることはよく知られている。そのような中で、この求められる労務環境の変革は、各医療機関の人員費を増加させ、経営を苦しめているのが現状である。

厚生労働省は、2025年（7年後）には全国のベッド数の約1割にあたる15・6万ベッドの病床が余るため、削減する必要がある、としている。当院は通年で病床稼働率が90%を超えており、この地域医療において担っている役割は大きく、既存のベッド数を維持した上で、さらに効率のいい病床の回転を求めていかななくてはならない。そのような中で、最重要とすべきなのは、患者さんの満足度の向上である。これはさらに地域の診療所やクリニックからの信頼につながるため、注力する必要がある。結果的に、当院が創業より守ってきた「患者さんのために」「地域・社会のために」というスピリットはこれからも寸部も変わることなく踏襲していくことが求められる。過去と違うのは、運営と管理のシステム構築と経営とのすり合わせにより、このスピリットを担保するものとなり、生き残りという消極的な発想ではなく、さらなる発展につなげ、さらなる社会貢献を推進する企業としての役割を発揮していくのである。この歴史ある当院のスピリットに新しいシステムの融合を通じて進めていく、さくら総合病院のチャレンジにご期待ください。

当院においても、このような時代の変革を、様々な角度から指摘され、古き良き時代からの決別を迎えたのである。来たる年度には、当法人の事業規模では、外部監査が義務化され、上場企業と同様の扱いとされることにより、運営や管理、そして経営までも今時の大企業に準拠したものとなることを求められている。均てん化という大義によりやる気のある人の機会を奪い、働く者の間の能力差を打ち消してしまう現代のやり方には、いささか疑問や問題も指摘されているが、この世の中の流れは大きく、全くもって逆らうことのできない潮流である。この潮流に乗ってうまく泳ぐことのできる医療機関のみが生き残ることを許さ



## サポートセンターの業務について

## サポートセンター

患者さんに対し各種事務・診療手続きのご案内や院内施設への誘導、問い合わせやお困りごとにきめ細やかに対応することで、スムーズに医療サービスを受けていただくための「コンシェルジュ」業務があります。

### 業務内容 1 患者さん案内業務

患者さんに安心してスムーズに診療を受けていただくため、手続きのご案内や誘導を行ないます。

- ・受診方法のご説明
- ・各種お手続きのご案内
- ・診療状況(待ち時間状況など)のご説明
- ・院内各施設(病棟、各科窓口、検査室など)への誘導や導線の説明など

### 業務内容 2 ラウンド業務

院内を巡回しながら患者さんへ積極的に声掛けを行ない、ニーズに合わせたきめ細やかなサービスを提供いたします。

- ・院内環境の整備
- ・お困りの患者さんの声掛け
- ・各種問い合わせ対応
- ・紛失物対応
- ・タクシー手配



### 業務内容 3 院内改善提案

日々の患者さんとのコミュニケーションを基に、患者さんの満足向上の視点から、待合室などの院内レイアウトの変更・導線の改善などの院内改善提案を行ないます。

## 介護 ストーリー

## ヘルパーステーション あすかビレッジ

私はさくら総合病院で4年、太郎と花子で2年半、入浴スタッフとして働かせて頂いています。入浴介助は身体を清潔にすることが目的の一つですので、お世辞にもきれいな仕事とはいえません。特にADLが低下している方が多いので尚更です。しかし入浴を行なうことによって徐々に汚れが落ちてきれいな皮膚に戻っていくことや、褥瘡や傷が清潔を保つことによって改善していくこともありました。そして入浴にはリラックス効果があり、とても良い表情で入浴されている利用者様を見ることも出来ました。

自分の仕事が人の役に立っていると思えることがやりがいに繋がっていきました。その中で利用者様に満足して



頂ける介護サービスを提供するためには、利用者様と日々接している介護スタッフとの連携や意見を調整していくことが重要なのではないかと考えるようになりました。そして介護保険制度に基づいてケアプランを作成していくケアマネージャーになり、介護スタッフのよりよいサービスが行なえる手助けがしたいと思うようになりました。

介護現場の仕事は直接介護ができ、ふれ合える事が楽しみでもありましたが、スキルアップをし、もっと違った目線から介護に携わっていきたくとも考えるようになり、ケアマネージャーの試験を受ける決意をしました。

仕事・家事・育児をしながらの試験勉強は大変でしたが目標があれば努力でき、子供たちが応援してくれたのもとても励みになり、頑張れました。

無事に合格することができ、これから研修や実習が行なわれます。ケアマネージャーは利用者様の介護状態やご家族様の環境など、様々な角度から計画を考えなくてはならない責任ある仕事です。しっかりと学び、利用者様やご家族様から信頼されるようなケアマネージャーになりたいと思います。





さくら総合病院は、  
夕方・夜間・休日も  
診療いたします

「断らない医療」を通じて  
安心安全な医療・療養環境を提供します



看護師

奥谷 龍馬

Ryoma Okutani

NP(診療看護師)取得を  
目指して一生懸命頑張ります。  
よろしくお願いします。

はじめまして。

11月に入職した職員紹介

# 気をつけたい 感染症肺炎

肺の組織が細菌やウイルスなどの病原体に感染して、炎症を  
起こしてしまうのが肺炎です。風邪と症状が似ていますが、  
激しいせき・たん・高熱・息苦しい・胸痛などの重い症状が  
長引くようでしたら、重症化する前に受診しましょう。

## 肺炎 の 症状

症状: 胸の痛み・高熱・悪寒・息苦しい・激しいせき・全身のだるさ・  
黄色～緑色や鉄さび色のたん・顔やくちびるが紫色  
発熱: 38℃以上の高熱  
期間: 長く続く

## 風邪 の 症状

症状: 鼻水・くしゃみ・せき・喉の痛み  
発熱: 38℃くらいまで  
期間: 数日～1週間くらい

## 原因

### 細菌性肺炎

肺炎球菌、インフルエンザ菌、黄色  
ブドウ球菌などの細菌が原因で起  
こります。

## 特徴

湿ったせきと共に、黄色や緑色を  
帯びたたんが出る。

### ウイルス性肺炎

インフルエンザウイルス、麻疹ウイ  
ルス、水痘ウイルスなど、様々なウ  
イルスが原因で起こります。

かぜの症状に続いて、激しいせき、  
高熱、倦怠感などの症状が出る。

### 非定型肺炎

マイコプラズマ、クラミジアなど、  
細菌とウイルスの中間的な性質を  
持つ微生物が原因で起こります。

乾いたせきが長く続くことが多い  
(たんは少なめ)。

正しいうがいで感染症を防ぎましょう(予防の基本はマスク・手洗い・うがいです。)



1

水を口に含み、  
少し強めに  
「ブクブク」うがいで  
口の中を洗い流します。



2

新しい水を口に含んで上を向き  
のどの奥まで水を届かせる  
「ガラガラ」うがいを  
約15秒行ない、吐き出します。

3

もう一度  
「ガラガラ」うがいを  
約15秒行ないます。

## さくらトータルサポートセンター

すべては安心と笑顔のために—  
さくらのホスピタリティ

介護相談・在宅医療・通院でお困りの事など、お気軽にお問い合わせください。

[ 営業時間 ] 月～金曜日: 9時～13時・16時～17時30分 ※予約の必要はありません。ご都合の良い時間にお越しください。



料金: 無料

専門のスタッフ  
にお気軽に  
お問い合わせ  
いただけます

さくらトータルサポートセンター

お問い合わせ: さくら総合病院 A棟・D棟受付  
TEL: 0587-95-6711 (月～金曜日: 9時～17時30分)





## 11月23日(木)太郎と花子にて 第1回 地域ケア交流会を開催しました

「明るく楽しく排泄ケアを学ぼう」をテーマに、第1回地域ケア交流会が開催されました。たくさんの方々にご参加いただき誠にありがとうございました。



## 太郎と花子にてギター・マンドリン演奏会を開催しました

太郎と花子にてマンドリン アンサンブル香久山の皆様によるギター・マンドリン演奏会が開催されました。懐かしのメロディーと美しい音色でした。



## 12月13日(水)デイケアセンター御嶽にて 絵手紙教室を開催しました

デイケアセンター御嶽にて、今年最後の絵手紙教室を行ないました。今回も男性が多く参加され、お正月をテーマにした作品をメインに作りました。



## 12月20日(水)ショートステイ太郎と花子 にて感染対策研修を行ないました

ショートステイ太郎と花子にて、ノロウイルス感染対策研修を行ないました。施設をご利用頂く皆様に安全かつ快適に過ごして頂けるよう、これからも感染対策に努めて参ります。



医療ヘルスケア

AtoZ

第11回：食中毒の感染はどうやって防ぎますか？

冬に流行する感染症にはインフルエンザや結核、ノロウイルスなどがあります。食中毒の約半分はノロウイルスによるもので、そのうち約7割は冬場に発生しています。

**主なウイルスは……… ● ノロウイルス(感染性胃腸炎・食中毒)**

手指や食品などを介して経口で感染し、嘔吐・下痢・腹痛・発熱をおこします。感染力が強く、幼児や高齢者は重篤化のおそれがあります。治療は輸液などの対症療法に限られますので、徹底した予防が大切です。

**ウイルスの感染経路は… ● 飛沫感染と接触感染です**

咳やくしゃみ、嘔吐の際に口から飛び散るウイルスによる飛沫感染と、手指を介して人から人へ感染する接触感染です。

**感染症対策は……… ● 手洗いをしっかり行ないましょう**

食事前・トイレの後・調理前後は、石けんでよく洗い、温水による流水で十分に流しましょう。



※ノロウイルスはアルコール消毒が有効ではありません。  
丁寧な手洗いを心掛けましょう。



## 11月22日(水)認知症医療に関する インタビュー取材を受けました

認知症医療に関する外部ウェブサイト掲載の取材依頼があり、秦副院長・看護師2名がインタビュー取材を受けました。



## 11月30日(木)管理栄養士による 研修会を開催しました

さくら総合病院では定期的に研修会を行っており、栄養管理センター 管理栄養士による研修会が開催されました。これからも情報を共有し、安全で質の高い医療の実現を目指します。



## 12月14日(木)本年度2回目の 感染対策全体研修を行ないました

「ノロウイルス・インフルエンザウイルス 感染対策」について予防策・対策を受講しました。勉強会を通じて職員の知識向上に努め、安全な医療環境が提供できるよう取り組みます。



## 11月25日(土)当院MAが日本医師事務 作業補助研究会で座長賞を受賞しました

日本医師事務作業補助研究会 第7回全国大会におきまして、当院の伊藤MAが優秀な演題発表者に贈られる座長賞に選出され、全体集会にて院長より演題の紹介がありました。



## 12月8日(金)2017年最後の 環境美化運動を行ないました

最後の環境美化運動を実施しました。普段取りきれていない場所などを中心に拭き掃除を行ないました。



## 12月21日(木)24時間託児所さくらんぼに サンタとトナカイがやってきました

クリスマスを前に、一足早くサンタとトナカイがやってきました。子供たちみんなを抱っこしてプレゼントを手渡ししてくれました。来年もまた来てくださいね!





# 時間外診療の診察室を変更しました

平日の時間外・休日午前は、

A棟入口から受付へ

上記以外の時間外は

A棟ER(救急・時間外)入口から

ER受付へお声がけください。



医療用マスク  
販売の  
お知らせ



夜間や休日に来院された患者さんや、ご家族の方へ感染症対策のためマスクを販売しています。  
販売場所: A棟受付・ER受付・時間外診察室  
販売価格: 1枚30円(税込)

## 咳エチケット ~自分のため・周りの人のために~

咳・くしゃみが出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれません。マスクを着用し、他の人にうつさないよう気をつけましょう。咳エチケットは感染症予防の第一歩です。

### マスクの着用と使用後について

#### ● 清潔な手でつけましょう

マスクの着用前・廃棄後は手を洗いましょう。



#### ● 上下・表裏を確認し着用しましょう

針金等が入っている方が上(鼻の位置)にくるように着用します。マスクの折りが下に向くよう着用します。上向きではポケットになり、菌や花粉などが溜まってしまいます。鼻の部分に隙間をつくらないように、鼻と口を確実に覆いましょう。

#### ● 使用後のマスクはごみ箱に捨てましょう

使用後のマスクにはウイルスが付着しているかもしれません。フィルターを触らないように外し、廃棄しましょう。



針金等が入っている方を上に

鼻の部分に隙間をつくらない

マスクの折りは下に向ける

あごの部分を露出さない

「元気」が必要なあなたを応援するスペシャルキャンペーン!

## にんにく注射キャンペーン

にんにく注射20回毎に1回無料クーポンをプレゼントいたします。

既に20回を達成されている方も対象です!

にんにく注射カードをご持参の上、お越しください。

**対象者** にんにく注射を20回うけた方

**接種場所** さくら外来 [D棟1階(消化器病・外傷センター)]

**接種可能日** (月)夕診 (木)午前診・夕診 (金)午前診・夕診

**にんにく注射 接種料金** 2,500円(1回)

にんにく注射は栄養成分を食事やサプリメントより素早く吸収できます。疲労回復・二日酔いの回復、肩こり・冷え症・肌荒れの改善や風邪の初期症状にも効果が見込めます。この機会にぜひお試しください。



GET 1 無料券

**FREE PASS**

にんにく注射20回で  
1回無料券プレゼント!

※本キャンペーンは、予告なしに変更することがあります。ご了承ください。





## 1 冬のガーデンパーティ

～1月8日(月・祝)まで開催中

手作り凧、羽子板飾り作り、もちつき体験、お雑煮などのイベントを開催します。

[場所] フラワーパーク江南

## 2 小牧駅周辺イルミネーション

～1月14日(日)まで開催中

小牧駅前から商店街にかけての市街地が宇宙・飛行機・ロケット等のイルミネーションで彩られます。

[場所] 小牧駅周辺

## 3 北野天神社 筆まつり

1月20日(土)・21日(日)

学問の神「菅原道真公」を祭神とし、大筆奉納行列や書道展等のイベントを開催。多くの受験生たちが新入学祈願等で訪れます。

[場所] 江南市北野町天神8

## 4 ウインターイルミネーション

～1月31日(水)まで開催中

展望タワーがライトアップされるほか、中庭にイルミネーションが施され、展望タワーから眼下に広がる夜景を楽しめます。

[場所] すいとびあ江南

## 5 冬の七夕カーニバル

～2月14日(水)まで開催中

一宮駅周辺が華やかなイルミネーションで彩られ、バレンタインを盛り上げます。

[場所] 一宮市栄3丁目



## 6 成田山名古屋別院 節分まつり

2月2日(金)・3日(土)

開運厄除けを願う豆まき式と、特別年男・年女および有名人による豆まき式が犬山成田山本堂内特設会場で開催されます。

[場所] 犬山市犬山北白山平5

## 7 真清田神社 節分祭

2月3日(土)10:00～

午前10時からの祭典のあと、11時から3回、参拝客に煎り豆が撒かれます。ゲストは元プロ野球選手の和田一浩さんです。

[場所] 一宮市真清田1丁目2番1号



患者さんのための Library

さくらの森通信

C棟2階 脳卒中・脊髄・脊髄センター前

開室時間

月曜日～金曜日

10:00～12:00

13:00～16:00

病氣・治療・検査・薬に関する医学書や小説などの一般書や、DVD・パンフレットの他にインターネットによる医療情報の検索も可能です。是非、お気軽にご利用ください。



今月の図書紹介  
わたしを  
離さないで

Never Let Me Go

カズオ・イシグロ

土屋政雄=訳

優秀な介護人キャシー・Hは「提供者」と呼ばれる人々の世話をしている。生まれ育った施設ヘルシャムの親友トミーやルースも「提供者」だった。キャシーは施設での奇妙な日々を思いをめぐらす。図画工作に力を入れた授業、毎週の健康診断、保護官と呼ばれる教師たちのぎこちない態度……。彼女の回想はヘルシャムの残酷な真実を明かしていく。

2017年ノーベル文学賞に輝いたカズオ・イシグロの話題作です。



### クロスワードの解き方

- 1) タテ、ヨコ、それぞれの問題を解きましょう。枠にはカナが入ります。  
2) 色枠に入った文字をAからEの順に並べると、なんと言う言葉になるでしょう?  
\* ヒント: ウイルスや細菌が体内に侵入し、発熱や下痢、咳等の症状がでること。

答: A B C D E F G

### 横のカギ

- 1 大根・薬味、チーズなどのすりおろしを作る道具。
- 2 皮下脂肪と内臓脂肪の2つに分かれる、体に貯えられた脂肪。
- 3 血液を採取し、様々な病状等を調べる検査です。
- 4 初詣でも賑わう伊勢神宮への参拝、「一生に一度は——参り」。
- 5 七草——は正月七日に作る行事食です。
- 7 ブラスバンドから発展した、大人数で奏でるジャズ。
- 9 釈迦が誕生した時に言われた言葉。天上天下——我独尊。
- 10 ——いよ成人式。これからは大人の仲間入りです。
- 13 春の七草を順に、セリ・——・ゴギョウ・ハコベラ…。
- 15 レンジで——!は、調理終了の合図音からきた言葉です。
- 16 コンビニエンス——、ドラッグ——など身近な小売店。
- 18 海老蔵や愛之助など著名な役者が揃う、日本の伝統芸能。
- 19 お正月に飾る鏡——。雑煮にも入ってます。
- 20 ——トラブル、——ストップ、——スタイル、——アルコール。

### 縦のカギ

- 1 デイケアセンター——は、心身機能の維持回復、日常生活の自立を目指しリハビリなどを行なう日帰りの介護サービスです。
- 4 ——3脂肪酸はダイエットに効果的な栄養素といわれています。
- 6 寝たいのに、眠れない。——もできない。
- 8 衛生的な手洗い、手指消毒は感染対策の基本です。
- 11 緊急災害時における義援金・支援金を募る募金、災——。
- 12 赤ちゃんの——きは、生後8ヶ月がピークといわれています。
- 14 新聞や郵便物を受け取る、ポストの差入口。
- 17 か——の語源は人体の重要部分「肝臓・心臓・腰」だそうです。
- 19 ——に収まる。は、抜かれた刀がサヤに戻ることに。
- 21 日本は世界でも——の良い国だといわれています。
- 22 ——涙は、心からありがたく思ってこぼす涙です。

|   |   |    |    |    |    |    |    |
|---|---|----|----|----|----|----|----|
| 1 |   | 8  | 11 |    |    | 19 | 21 |
|   |   | E  |    |    |    |    |    |
|   |   | 9  |    |    | 16 |    |    |
| D |   |    |    |    |    |    |    |
| 2 | 6 |    |    | 14 |    | 20 | B  |
|   |   |    |    |    | 17 |    |    |
| 3 |   |    |    |    |    |    |    |
|   | 7 |    |    |    |    |    | 22 |
| 4 |   |    |    | 15 |    |    |    |
|   |   |    |    |    |    |    |    |
|   |   | 10 | 12 |    | 18 |    |    |
|   |   |    | F  |    | A  |    |    |
| 5 |   |    | 13 |    |    |    |    |

### 数独の解き方

- タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 太線で区切られた3×3の枠内(マスは9個)にも1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- タテ・ヨコ、枠内で同じ数字が重複して入ることはありません。

#### 問題 1

難易度  
★  
★

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 2 | 9 | 1 |   | 8 | 6 | 3 |   |
| 1 |   | 8 |   |   |   | 9 |   | 5 |
|   | 4 |   |   | 2 |   |   | 8 |   |
| 4 | 5 |   | 6 |   | 7 |   | 9 | 2 |
|   | 9 | 7 |   | 1 |   | 3 | 4 |   |
| 2 |   |   |   | 9 |   |   |   | 7 |
|   | 1 |   | 9 |   | 4 |   | 7 |   |
|   | 7 |   |   | 6 |   |   | 1 |   |
| 3 |   | 5 | 2 |   | 1 | 4 |   | 9 |

#### 問題 2

難易度  
★

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 |   | 2 | 8 |   | 3 | 9 |   | 1 |
| 8 |   | 5 |   | 6 |   | 7 |   | 4 |
|   | 1 |   |   | 5 |   |   | 6 |   |
| 1 | 6 |   | 2 |   | 5 |   | 9 | 7 |
|   |   | 7 |   | 1 |   | 6 |   |   |
| 4 | 9 |   | 7 |   | 6 |   | 1 | 5 |
|   | 7 |   |   | 2 |   |   | 8 |   |
| 9 |   | 1 |   | 8 |   | 4 |   | 6 |
| 5 |   | 6 | 3 |   | 4 | 1 |   | 2 |



# 生活の質(QOL=クオリティ・オブ・ライフ)を高めましょう

1月8日は成人の日です。20歳頃の体重が適正な体重といわれていますが、多くの人が年齢を重ねると体重が増えてしまいます。中年期になり、20歳頃と比べて体重が5kg以上増えてしまうと、糖尿病をはじめとする生活習慣病の発症リスクが高くなります。5年後・10年後を見据え、健康に対する意識を高めましょう。

## 生活習慣病を予防するためのポイント

- ☑ 適正体重の維持
- ☑ 1日3食、規則正しい食事
- ☑ ファーストフードを食べ過ぎない
- ☑ 脂肪の摂りすぎに注意する
- ☑ 野菜を1日350g以上摂取する
- ☑ 適度な運動を心がける
- ☑ ストレスをためない
- ☑ 過度の飲酒を控え、休肝日をつくる
- ☑ 睡眠をしっかりとる
- ☑ 歯周病に気をつけ歯を大切にする

20歳から  
10キロ以上太ると  
健康に黄信号!



20歳を過ぎたら現在の体重や血圧の測定値などを把握し、生活習慣病の予防を心がけましょう。

## 旬の食材

季節の行事に味わう

1月7日、「人日の節句」に  
その年の邪気を払い  
無病息災を願って食べる  
七草がゆ：七草の効能に  
ついてご紹介します。



大根  
(スズシロ)

消化酵素が豊富で、  
整腸作用があります。  
ビタミンCも多く含ま  
れ、風邪予防や美肌効  
果に優れています。

カブ(スズナ)

カロテンやビタミンC、  
カルシウムが多く含まれ、  
腹痛予防や骨量  
低下の予防に  
効果があります。

セリ

ミネラルやビタミンC、  
鉄分、食物繊維を含  
み、保温効果や高血圧  
予防に優れています。



ナズナ

カルシウムやカロテンが  
豊富で、高血圧予防や抗  
菌・解熱・利尿作用、風邪  
の予防に優れています。



ゴギョウ

吐き気を止め、胃炎  
をしずめる効果や、  
咳・のどの痛み・風  
邪の改善に効果が  
あります。



ハコベラ

ミネラル、タンパク質を多く  
含む整腸効果・利尿作用が  
あります。切り傷・歯槽膿漏・  
痛み止めに良いと  
いわれています。



ホトケノザ

整腸作用のほか解熱・  
鎮痛作用があり、風邪の  
症状改善や、高血圧の予防  
にも良いとされています。



sakura's  
kitchen

さくら's キッチン

さくら総合病院 栄養科監修

美味しい

&

ヘルシーレシピ

ご飯から作る、食べやすいあっさり味の七草がゆです。よく噛んでいただきましょう。

## あっさり味の七草がゆ

### 【材料】(2人分)

- 七草……………1パック
- ご飯……………茶碗2杯
- 水……………300cc
- 和風だし……………少々
- 塩……………少々
- 卵……………2個
- 醤油……………少々

### 【調理方法】

- 1 七草の葉物は軽く下茹でし、約2cmくらいに切ります。  
大根とカブは薄く、いちよう切りにします。
- 2 お湯を沸かし、ご飯・和風だし・塩、大根・カブを入れて煮  
ます。
- 3 大根とカブが半透明になり全体に火が通ったら、七草を  
入れます。
- 4 溶き卵に醤油を混ぜ、流します。軽く混ぜて蓋をして、卵に  
火が通ればできあがりです。



# 年末年始の診療について

平成29年12月29日(金)～平成30年1月3日(水)

※1月4日(木)より通常通り診療いたします。ご理解・ご協力お願いいたします。

年末年始も通常の日祝と変わらず診療を行ない、いかなる疾患についても応急処置から集中治療まで対応いたします。

**休日一般・耳鼻科外来** 9:00am～12:00pm [A棟受付]

**救急外来** 12:00pm～翌9:00am [ER受付]

**デンタルセンター** 午前診 9:00am～12:00pm [A棟受付]  
救急外来 12:00pm～翌9:00am [ER受付]  
(午前診以外)

**リハビリテーション** 平成29年 12月29日(金)・30日(土) **午前中のみ**  
平成29年 12月31日(日) **休診**  
平成30年 1月1日(月) **休診**  
平成30年 1月2日(火)・3日(水) **午前中のみ**

入院患者リハビリは  
通常通り365日診療を  
行ないます。

## 休日午前診療の受診

日曜・祝日(9:00～12:00)

A棟受付へお声がけください

受付

## 夜間・休日の受診

夜間(19:30～9:00)

休日(12:00～24:00)

A棟ER受付へお声がけください

受付

詳細をチェック!

さくら総合病院 求人

検索

# 求人募集

『やりがい』が『生きがい』に  
さあ ここから始めよう

## 看護部門



あなたの熱意を求めています

- 看護師
- 准看護師
- パート看護師・パート准看護師



## 診療支援部門



経験関係なし!! 新たな一歩でキャリアアップ。  
広い世界を見てみませんか?

- 歯科衛生士
- 患者さんの「最適プラン」を見つけるお手伝い
- 医療ソーシャルワーカー

## 事務職員



他職種からの転職大歓迎!  
医療の現場で力を発揮しませんか?

- 院長秘書
- 医療秘書 メディカルアシスタント[MA]
- 事務職(非常勤)
- 保育士(非常勤)
- 運転手(非常勤)

## 医療技術部門



服薬指導のみならず救急医療への参加で  
充足感が桁違い

- 薬剤師(常勤 | 非常勤)

これから(未来)を知るために、いま(現在)を查べる

- 臨床検査技師(常勤 | 非常勤)
- リハビリを利用するすべての方の応援団、  
明日への暮らしを支えるお仕事です
- 理学療法士[PT]・作業療法士[OT]・  
言語聴覚士[ST]

安心できる食事の提供  
栄養指導・相談で患者さんをサポート

- 管理栄養士(常勤)

## さくら総合 福祉センター



一緒に支えよう。最適な介護プラン作成で  
高齢者の方々をサポート

- ケアマネージャー
- みんなで支える。明日への暮らし
- ケアスタッフ(常勤 | 非常勤)
- 訪問介護スタッフ(常勤)
- 入浴介助スタッフ(非常勤)
- デイケアセンター御嶽(常勤 | 非常勤)
- デイケア・スタッフ[さくら荘](非常勤)
- メッセージャー(非常勤)

## 頭の体操

ウィルスの感染経路には飛沫感染と接触感染があります。マスクを着用し、こまめな手洗いで感染を防ぎましょう。

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| カ | オ | シ | ガ | ネ | モ | チ |
| ン | ン | ユ | イ | ス | ト | ア |
| タ | イ | シ | ボ | ウ | ノ | ン |
| ケ | ツ | エ | キ | ケ | ン | サ |
| ス | イ | ン | グ | ジ | ヤ | ズ |
| オ | イ | セ | チ | ン | イ | イ |
| メ | イ | ヨ | カ | ブ | キ | キ |
| ガ | ユ | ナ | ズ | ナ | ノ | ノ |

## クロスワード 解答

## 数独 ナンバーズ 解答

問題 1

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 2 | 9 | 1 | 5 | 8 | 6 | 3 | 4 |
| 1 | 3 | 8 | 7 | 4 | 6 | 9 | 2 | 5 |
| 5 | 4 | 6 | 3 | 2 | 9 | 7 | 8 | 1 |
| 4 | 5 | 3 | 6 | 8 | 7 | 1 | 9 | 2 |
| 8 | 9 | 7 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 6 |
| 2 | 6 | 1 | 4 | 9 | 3 | 8 | 5 | 7 |
| 6 | 1 | 2 | 9 | 3 | 4 | 5 | 7 | 8 |
| 9 | 7 | 4 | 8 | 6 | 5 | 2 | 1 | 3 |
| 3 | 8 | 5 | 2 | 7 | 1 | 4 | 6 | 9 |

問題 2

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 4 | 2 | 8 | 7 | 3 | 9 | 5 | 1 |
| 8 | 3 | 5 | 1 | 6 | 9 | 7 | 2 | 4 |
| 7 | 1 | 9 | 4 | 5 | 2 | 3 | 6 | 8 |
| 1 | 6 | 3 | 2 | 4 | 5 | 8 | 9 | 7 |
| 2 | 5 | 7 | 9 | 1 | 8 | 6 | 4 | 3 |
| 4 | 9 | 8 | 7 | 3 | 6 | 2 | 1 | 5 |
| 3 | 7 | 4 | 6 | 2 | 1 | 5 | 8 | 9 |
| 9 | 2 | 1 | 5 | 8 | 7 | 4 | 3 | 6 |
| 5 | 8 | 6 | 3 | 9 | 4 | 1 | 7 | 2 |