藤枝市立総合病院だより

おもいやり

O-moi-yari

Fujieda Municipal General Hospital

2017 夏号
No.75

7月4日、サマーコンサートを開催しました！

おもいやり75号：目次

P２
・“藤の花かんかんネット”がスタートしました

P３
・家庭で食中毒にならないために
・市民対象糖尿病教室のご案内

P４
・第９回病院ふれあいフェスタ

演題募集 市民公開講座 拡大版

当院では、市民の皆様を対象に、「市民公開講座」を定期的に開催しております。
定例の市民公開講座は、奇数月の第三水曜日に当院講堂で開催しておりますが、より多くの市民の方に知っていただく機会として、年に一度、より大きな会場で「市民公開講座拡大版」を開催しております。
本年度の「拡大版」で取り上げてほしいテーマがございましたら、下記宛てにお送りください。テーマ決定の参考とさせていただきます。

開催日：平成３０年１月２７日（土）
１３：３０～１６：００（予定）
会　場：藤枝市生涯学習センター

応募方法：希望するテーマなど必要事項を記入し、「藤枝市立総合病院 病院総務課 総務係」まで E-mail または FAX にてお送りください。

宛　　先：藤枝市立総合病院　病院総務課　総務係
E-mail：kanri@hospital.fujieda.shizuoka.jp
FAX 054-646-1122

《参考》 過去の拡大版テーマ

・Ｈ２８年度　三次救急について　パネルディスカッション
・Ｈ２７年度　救命救急センターについて
・Ｈ２６年度　心臓のおはなし
・Ｈ２５年度　おなかの病気、血管の病気

“藤の花かんかんネット”がスタートしました。

1.藤枝市の人口比率と、地域包括ケアシステム

藤枝市は高齢者の人口が28%を超え、そのうち約15%の人が要介護の認定を受けています。

今後、この数はさらに増えていくと考えられますが、要介護の状態になってもいつまでも安心して住み慣れた自宅、地域で暮らしていけるよう、様々なサービス、支援を提供しようとするしくみが「地域包括ケアシステム」です。

2.看看(かんかん)連携からの“かんかんネット”

“かんかんネット”の様子

「地域包括ケアシステム」の推進・充実のため、看護職同士のつながりを深めて看護の質を向上し、看護の力を発揮していこうとする静岡県看護協会のモデル事業に、当院が中心となり藤枝市からも参加し実施することになりました。

看護師に限った連携（看看連携）は今までもなかった訳ではありませんが、十分と言えるものではありませんでした。

この度、市内の病院、訪問看護ステーション、安心すこやかセンター、市行政の領域の異なる看護職が一堂に会し、『藤の花かんかんネット』がスタートしました。

まずはお互いの顔を知り、お互いの役割を理解し、施設、地域の課題を共有しましょうというところから始めました。参加者の皆さん、領域が異なるとは言え、同じ看護職と言うことで理解しやすく、会議は盛り上がりました。

今後もこの事業を進め、藤枝市で活躍する看護師が協力して、「地域包括ケアシステム」の推進に寄与できるよう努めていきたいと思います。

藤枝市立総合病院『おしゃべりカフェ』のご案内

当院ではがん患者さんと家族が集まり、お茶を飲みながら気軽に情報交換をする場として『おしゃべりカフェ』を開催しています。

前回（平成29年7月3日）は11人の参加があり、「生き方をもう一度考えることが出来た。」「気持ちを話すことが出来た。」「悩んでいるのが自分だけではないことがわかった。」「悩みを解決するヒントを得た。」などご意見をいただいています。

他院で治療中の方でも、聞くだけでも結構です。お気軽にご参加ください。

次回開催日：11月13日（月）
14：00～15：30

開催場所：藤枝市立総合病院
2階多目的スペース

対象者：がん患者さんとそのご家族
※申込みは不要です。
直接会場にお越しください。

問合先：藤枝市立総合病院 がん相談支援センター
TEL：054-646-1111(代)内線3052

家庭で食中毒にならないために

食中毒というとレストラン、旅館などの大量調理での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも食中毒が発生していることはご存知でしょうか？家庭での食中毒は症状が軽かったり、発症する人数が少ないことから、食中毒と気がつかないことが多いのですが、まれに重症になることもあります。

① 手洗いが一番大事

手にはさまざまな雑菌が付いています。調理の前にしっかりと石けんで洗い、水で流します。

その他にも、生の肉や魚、卵などを取り扱う前後、調理の途中でトイレに行ったり、鼻をかんだりした後、食卓につく前にも手洗いを行います。

また、残った食品を扱う前にも手洗いを行いましょう。

② 菌を移さない、増やさない保存

肉や魚はビニール袋や容器に入れ、他の食品に肉汁などが付かない方法で保存します。

細菌の多くは10℃以下では増殖がゆっくりとなり、−15℃以下では増殖が停止します。肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。ただし、冷蔵庫に入れてあっても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず、早めに食べるようにしましょう。

③ しっかり加熱

細菌やウイルスなどの食中毒菌がいたとしても、加熱することで死滅します。加熱して調理を行う食品は十分に加熱しましょう。

特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。中心部を75℃で1分以上（ウイルスの種類によっては85℃で1分以上）加熱することが目安です。

参考：厚生労働省　家庭でできる食中毒予防の６つのポイント
政府広報オンライン　食中毒を防ぐ３つの原則・６つのポイント

市民対象糖尿病教室

どなたでも受講できます。申込みは不要です。
各回、直接会場にお越しください。
藤枝市立総合病院　地域医療連携室 TEL：054-646-1193

参加費：無料　　**場　所：藤枝市立総合病院２階講堂**

平成 29 年
9月 13 日（水）
16:00~17:00

『検査の見方と毎日の運動について
体調が悪い時の対応』

簡単な運動をしてみよう。

平成 29 年
11月 29 日（水）
16:00~17:00

『年末年始の食事の工夫と
自分の食事を見直す』

今日食べた食事を記入し振り返ろう。

平成 30 年
2月 7 日（水）
16:00~17:00

『毎日の中で気をつけること
①足の手入れ　②糖尿病薬
③災害時の備え　』

自分の足を見てみよう
※鏡を持参して下さい。

第9回 病院ふれあいフェスタ

10月21日(土)

10:00～15:00開催

ふれあいフェスタも今年で９回目の開催となりました。毎年多くの方々に興味を持っていただいております。今年もよろしくお願いいたします。

当院 スーパードクター による 講演会開催！

プチドクター・プチナース体験

小学生以下限定。
ドクターやナースの衣装を着て、記念撮影ができます。

院内体験コース

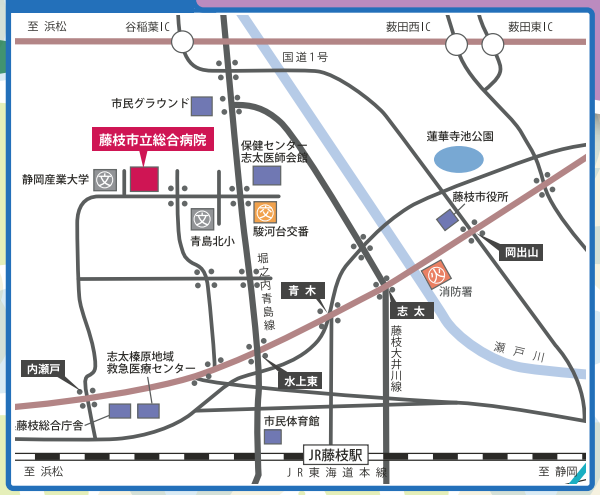
普段は入ることができない病院の中を探検してみよう！
※写真は手術室での電気メス体験です。

ハンドマッサージ体験

「とても気持ち良い」と、お言葉をいただきました。興味がある方、体験してみませんか？

※掲載内容は計画段階のものであり、変更になる場合がございます。

アクセス



毎年、当院の初期研修医が売り子で参加します！いつも完売御礼です！
※写真はフランクフルトの販売です。

おもいやり O-moi-yari 夏号
夏号 2017 No.75

藤枝市立総合病院
TEL : 054-646-1111　FAX : 054-646-1122
http://www.hospital.fujieda.shizuoka.jp/

発行・編集 / 広報委員会 (内線7113)
〒426-8677　静岡県藤枝市駿河台 4-1-11
印刷 / 中央印刷株式会社