

出合い in 杉村病院 vol.30

「新年のご挨拶」～

新年、あけましておめでとうございます。今年も医療法人杉村会杉村病院および杉村会グループをどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

さて、新しい年の幕開けにあたり、皆様にご挨拶申し上げます。

昨年のリオデジャネイロオリンピックで日本中を沸かせた競技のひとつに、陸上男子 400メートルリレー初の銀メダル獲得があります。

9秒台の走者がひとりいなくても銀メダルが獲得できたのは、まさに”チーム力”と”無駄のないバトンパス”があったからだと思ひます。

杉村病院は今まさに第2走者である私くしが、次の世代のランナーにバトンを渡すため、ラストスパートをかけている状態にあります。

ラストスパートのこの数年間で、医師を中心に全ての職員が力をひとつに、当院が掲げる基本理念「地域の人々から愛され、社会に貢献できる病院」を目指して結集し、オールスタッフの質の底上げをはかりながらチーム力を強化し、まさにベストの状態、無駄なくスムーズにバトンを渡すための仕上げをすることで、5年後をめどに進めております『新生・杉村病院』を良い形でスタートできるものと確信いたしてあります。

次世代の杉村病院は、現在力を入れております心臓血管センターに加え、脳卒中センターを新設し、2本柱で、熊本大学医学部附属病院とさらなる連携強化をはかり、急性期の患者様を主体として受け入れ、当院が持つ強みである急性期から慢性期まで一貫性のある医療の実現を目指して参りたいと考えてあります。

今後も患者様のニーズや時代が一番求めている地域に根付いた医療、また、高齢者福祉に積極的に取り組んで参る所存でございます。

職員一同にご支援ご指導の程、何卒宜しくお願ひ申し上げます。

平成 29 年 1 月

医療法人 杉村会
理事長 杉村 邦明



基本理念

地域の人々の健康を守り、地域の人々から愛され、社会に貢献できる病院を目指します

基本方針

1. 心のこもった適正な医療サービスを提供します
2. 十分な説明をし 同意を得るための努力を惜しみません
3. 患者さまのプライバシーを守り 個人の尊厳が保たれるように努力します
4. 患者さまを看させて戴く事に感謝の心を忘れません
5. 高齢者の様々なニーズに細やかに対応します

新看護部長&新副看護部長 紹介

topic
トピックス

平成28年12月27日付で新しい看護部長、副看護部長が就任致しました。新体制の看護部をどうぞ宜しくお願い致します。



看護部長 小松 佳代

当院の基本理念である「地域の人々の健康を守り 地域の人々から愛され 社会に貢献できる病院を目指します」のもと、共に寄り添い、信頼される質の高い看護サービスを提供するという姿勢を心がけています。

その為には

1. 新人教育 卒後教育の充実

＊院外研修会への積極的参加

＊院内研修～経験年数別の教育体制

プリセプターを中心とした配属部署のサポート体制

2. 職場環境作り

＊職員が笑顔で生き生き働ける職場を目指し人材確保を行う

＊院内研修は勤務時間内に行い、子育て中の看護師も自己研鑽に努めることが出来る

以上のことを念頭に「急性期医療から慢性期医療まで一貫した医療」を目指し、地域との結びつきを重視し、信頼関係を築くことで健康の回復・保持増進のため努力してまいります。

副看護部長(内務・院内看護業務全般担当)
混合病棟師長

安藤 真理

昨年より副看護部長職を拝命し、微力ながら看護部の運営・管理に携わらせて頂いております。

私事ではありますが、当院に勤務して20数年、杉村病院とともに成長させて頂いております。

看護部は組織の中で一番大きく、医療の要となる部門です。看護部が結束し、安定した運営を行うことが、信頼される医療・看護につながると考えております。

当院の掲げる目標として

「地域の人々の健康を守り、地域の人々に愛され、社会に貢献できる病院を目指す」

「急性期医療から慢性期医療まで一貫した医療を提供する」

があります。

これまで、そしてこれからも、目標に向かい新看護部長、副看護部長、各師長と協力するとともに、医師をはじめ他職種との連携を図りながら、安定した看護業務・運営ができるよう貢献してまいりたいと思います。



新看護部長&新副看護部長 紹介

topic
トピックス



副看護部長(地域連携及び外交担当)
広域医療連携室長

山内 聖華

当院は、24 時間救急患者受け入れを行っており、HCU、一般病床、回復期病床、地域包括病床、医療・介護療養病床を持つケアミックスの病院です。

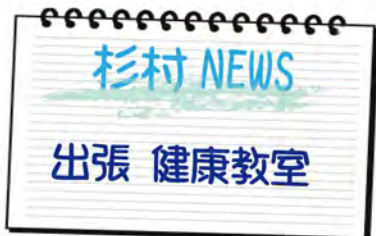
他病院・施設・地域の方々から入院のご相談がありましたら、速やかに患者様のニーズにあった病床でのお受け入れができるように努めてまいります。

また、入院時から転帰先を見据えた支援を、医師・看護師・コメディカルで一丸となってい、「杉村病院を選んでよかった」と思っていたいただけるよう努力したいと考えております。

地域包括ケアシステムの構築が急がれる中、杉村病院が地域に根差した医療機関として、その機能を十分発揮できるよう、看護部の代表として“顔の見える連携”を心がけてまいります。

小松看護部長、安藤副看護部長と協力し合い、3 人でのトライアングルの中で判断・意思決定ができるよう頑張っております。

まだまだ未熟者ですが、皆様のご指導・ご鞭撻を宜しくお願い致します。



杉村病院では各地域の住民の皆様の健康維持の為に、地域のささえりあや、各種団体で開催される健康教室に、専門職員を派遣しております。

地元の本荘地区はもちろん、先日は清水・高平地区のささえりあ清水高平主催の健康教室におじゃま致しました。

今回の健康教室は、健康促進と健康に対する意識向上を目的に、心臓の検査や

最新医療、身近にできる健康法などを勉強していただきました。

講話中には活発な質問などが飛び交い、地域の方々積極的に参加されている姿を拝見すると、充実しているなど実感することができ嬉しく思います。

この様に当院では、基本理念である「地域の人々の健康を守り、地域の人から愛され、社会に貢献できる病院を目指します」に基づき、専門スタッフを派遣し、地域の住民の皆様がより健康になっていただくお手伝いをいたしております。

今後も杉村病院では、色々なテーマで健康教室を皆様の地域に出向いて行なっていきたくと考えております。

健康教室の派遣についてのご相談は、下記の電話番号へお気軽にお問い合わせください。



医療法人杉村会 杉村病院

広域医療連携室：古家（ふるや）

電話：096-372-3322(代表)

携帯：080-1796-5903(担当 古家)

毎日簡単！健康体操

ながら体操 ～下半身の筋肉を鍛える～

下半身の筋肉を鍛えることはとても重要です。

- ①代謝が高くなる ②血液の循環が良くなる ③転倒予防 といった効果が挙げられます。

その① ひざ上げ筋トレ おなかや脚の付け根の筋肉を鍛える

- ①足踏みの要領で左右交互に膝を上げます。
- ②なるべく背中が丸くなったり、後ろにのけぞらないようにしましょう。

左右交互に 20 回 × 2 セット



その② 脚上げ筋トレ 太ももの筋肉を鍛える

- ①左右交互に、膝を真っ直ぐに伸ばします。つま先はしっかりと自分の方に引き上げるようにしましょう。
- ②背中が丸くなったりのけぞらないようにしましょう。

左右交互に 20 回 × 2 セット



その③ 片足立ち 脚の全体的な筋肉とバランス力を鍛える

- ①椅子や壁などを支えにして足を床から離します。
- ②慣れてきたら何もつかまらずに行ってみましょう。

左右 1 分間ずつ



- ◎生活に取り入れて、できるだけ継続しましょう。
 - ◎鍛える部分を意識します。
 - ◎呼吸は止めずに行います。
- (回数を声に出して数えましょう)
- ◎体調が悪い時は無理をしないようにしましょう。

足は床から少し上げるだけでよい

体の芯から温まる

～たらの野菜たっぷり生姜あんかけ～

栄養士おすすめ！

簡単レシピ

新しい年が明け、寒さがぐつと厳しくなるこの時期は、風邪など体の不調が出やすくなります。今回は、体の芯から温まる「生姜」を使ったレシピを紹介します。

《生姜》

生の生姜に含まれている辛さの元となる成分が『ジンゲロール』です。ジンゲロールは血管を拡張させ血のめぐりを良くすることで、体の熱を手足など末端まで行き渡らせる働きがあります。

また、殺菌作用・免疫力を高める作用があり、風邪のひきはじめや食欲不振などの時に体の調子を整えてくれる役割もあります。

生姜は加熱や乾燥しても高い効果があり、冬場には欠かせない食材です。

《鱈》

鱈は脂肪分が少なく、加熱しても硬くならない消化の良い食材です。そのため、お年寄りや胃腸の弱い方にも無理なく食べて頂けます。

鱈にはビタミンAが他の魚類に比べて多く含まれており、のどや鼻の粘膜を守り、風邪をひきにくくしてくれる働きがあります。

材料 (1人分)

鱈 1切れ

塩 少々

片栗粉 小さじ1

にんじん 1/6本

みつば 5本

えのき茸 1/10袋

れんこん スライス5枚

針生姜 少々

(調味料)

だし汁 60cc

酒・みりん・薄口しょうゆ 各小さじ1

塩 少々

おろし生姜 小さじ1

片栗粉・水 少々

作り方

- ①鱈に塩をしておく。
- ②人参は千切り、えのき茸・みつばと長さをそろえる。れんこんはイチヨウ切りに。
- ③鱈に片栗粉をまぶし、沸騰した湯に入れ、全体が白っぽくなり火が通るまでゆでる。
- ④調味料を沸かし、野菜を加え弱火で5分ほど煮、水溶性片栗粉でとろみをつけ、一度しっかりと沸かす。
- ⑤皿に魚を盛り、あんをかけて針生姜を上から飾る。



エネルギー 165kcal
タンパク質 15.5g
塩分 1.2g