

○母親学級のご案内



赤ちゃんの誕生の喜びの日を迎えるまで、お腹の赤ちゃんの健やかな成長・快適な状態が保てるよう、知識を身につけましょう。

開催日時	内容	対象者	担当者
前期 毎月第1月曜日 13:30~15:30	妊娠中の栄養・おっぱいの手入れ・ 妊娠中の過ごし方・妊娠中の注意点	妊娠12週~27週頃	助産師 栄養士
後期 毎月第3月曜日 13:30~15:30	分娩経過と入院方法・必要物品の 準備・呼吸法	妊娠28週以降	助産師

○マタニティヨガ教室のご案内



マタニティヨガは、妊娠中の女性の心と体の調和を図るための安全で効果的な運動です。お母さんと赤ちゃんが心身共に健康で、幸せな気持ちで出産を迎えられる準備を力強くサポートしますので、是非ご参加ください。

開催日時	対象者	料金
毎月第2・第4月曜日 13:30~15:00	妊娠20週以降の妊婦さん（先着20名） 妊娠経過に異常がなく、医師の許可のある人	1回 1,000円 （2回無料券あり）

おすすめ し・し・ぴ — 鶏だんご鍋 —



— 総合病院 給食科 —

風邪は季節の変わり目や寒い冬、また冷房による夏かせなど、一番かかりやすい身近な病気といえます。たかが風邪されど風邪といわれ、ほっておくと万病の元になります。

「風邪をひいたかな」と感じた時は、消化が良く体が温まる鶏だんご鍋はいかがでしょうか？  
鶏だんご鍋（4人分）

鶏ミンチ 250g	
(a) 卵 1/3個	酒 小2
醤油 小1	みそ 5g
片栗粉 大1	しょうが汁 少々
(b) 小麦粉 250g	卵 1/2個
水 130ml	酢 小1/2
塩 小1/2	
玉ねぎ 1個	アゲ 1枚
ネギ 80g	だし汁 1.5L
みりん 大1	酒 大1/2
塩 小1/4	醤油 大1

- ① ミンチは粘りがでるまでよく練る。  
(a) を加え、さらに練る。
- ② (b) をボウルに合わせ、しっかりこねる。  
ひとまとまりになれば約30分間寝かせ、細長く薄く手で伸ばし、ゆでる。
- ③ 玉ねぎは薄切り、アゲは1cmの短冊、ネギは斜め切りにする。
- ④ 鍋にだし汁、調味料を煮立て、①をスプーンで形づくりながら入れ、②③を加えて煮る。



総合病院二ユース 「にじいろ」には「希望」や「明るい」といったイメージがあり、院外報名に決まりました。

	<b>にじいろ</b>	<b>第3号</b>	
発行 公立宍粟総合病院	編集 院外報発行委員会		2011年1月12日
〒671-2576 兵庫県宍粟市山崎町鹿沢93	TEL 0790-62-2410 ホームページアドレス <a href="http://www.shiso-hp.jp">http://www.shiso-hp.jp</a>		
FAX 0790-62-0676	メールアドレス <a href="mailto:info@shiso-hp.jp">info@shiso-hp.jp</a>		
= 当院の理念 = (平成23年1月1日に改正しました。)			
私たちは地域の皆様から信頼され親しまれる病院を目指します。			

新年のあいさつ

皆さま新年明けましておめでとうございます。

昨年は幸いにも新型インフルエンザの流行はなかったものの、夏場は長期間の猛暑が続き、熱中症が多く見られました。高齢の患者さんにとっては厳しい暑さであったと思います。

さて、当院は医師不足が続いていましたが、昨年1月に比べ2名増員し、19名になりました。小児科1名・内科1名の2名の増員により、入院患者の増加や経営改善の兆しが表れています。今後も引き続き、経営改善対策と医師確保対策を行っていききたいと思います。

また、病院の理念の見直しを行い、今年から「私たちは地域の皆様から信頼され親しまれる病院を目指します」とし、地域と病院が協力した取り組みを目指す方針を示しています。基本方針は「良質の医療・地域医療・医療安全・相互連携・患者サービス・チーム医療」の6つの軸を掲げ、新たな気持ちで病院を運営していきたいと思っています。

今年は、病院機能評価認定病院としてVer. 6の受審年でもありますので、新しい理念と基本方針のもと職員一同一丸となって取り組んでいきたいと思っています。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

院長 山崎 良定



ありがとうの気持ちを込めて・・・  
院内に掲示板を設置



患者さんから医師や医療従事者に宛てた感謝のメッセージを紹介する掲示板が宍粟総合病院に設置されました。掲示板は「しそこの地域医療をサポートする会」が設置されたもので、感謝の気持ちを込めた温かい言葉が掲示されています。中には、子どもが先生に宛てた似顔絵などもあり、来院された患者さんや家族の方は口元をほころばせながら見られていました。

メッセージは院長を通じ医師や医療従事者に届けられ、働く励みになっています。



## 笑顔がいっぱい！ 「第5回ふれあいの集い」



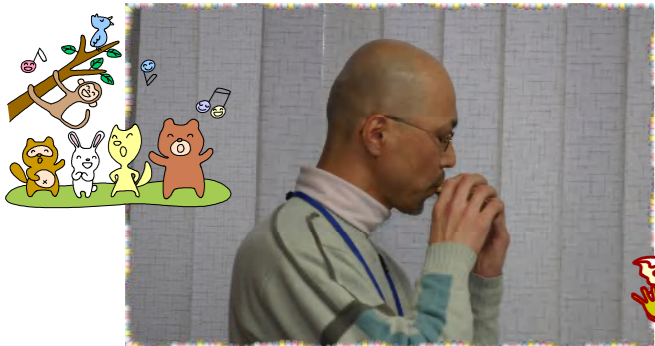
「患者さんに明るく笑っていただき、病気を一日も早く克服していただきたい」という願いを込めて、12月11日に当院2階講堂で「第5回ふれあいの集い」が開催されました。演奏にダンス、漫才などのたくさんの催し物をご覧いただき、入院患者さんや日頃介護されているご家族の方もこの日ばかりは、笑顔と共に心も体も元気になりました。出演していただいた皆さま、ありがとうございました。



(院長よりあいさつ)



(宍粟市銭太鼓グループによる銭太鼓)



(放射線技師 岡橋さんのオカリナ演奏)



(かしまし娘による漫才)



(フラダンス 最後はみんなと一緒に・・・)

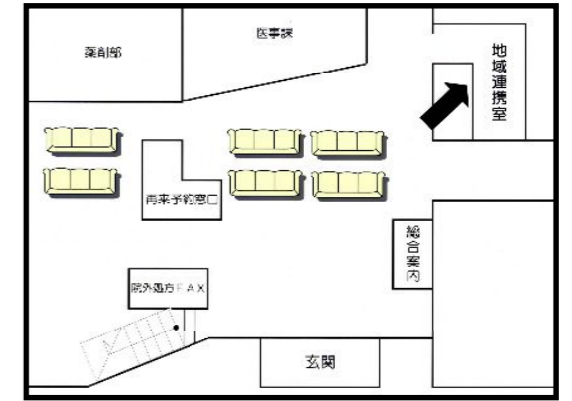
## — 職場紹介 — 地域連携室



新年、明けましておめでとうございます。  
地域連携室は平成17年の発足から6年が経ち、地域の皆さまにもだいぶ名前が知られるようになったのではないのでしょうか。地域連携室では、地域医療機関からの紹介予約や逆紹介、退院・転院・施設入所に関する相談、また、社会資源に関する相談など、多岐にわたり業務を行っています。スタッフは室長1名、看護師1名、社会福祉士1名、事務員1名の4人で、地域医療機関の医師や看護師、ケアマネジャー、施設相談員、そして行政・福祉の方々と連携し患者さんが安心して生活できるよう活動しています。

来院される際、ご質問・ご相談等ございましたら、お気軽にお立ち寄りください。

※社会資源とは、利用者がニーズを充足したり、問題解決するために活用される各種の制度・施設・機関・設備・資金・物質・法律・情報・集団・個人の有する知識や技術等を総称している。



## — 防火意識を高めよう！ — 避難誘導と消火訓練を実施

地震、カミナリ、火事…。災害はいつ襲ってくるかわかりません。大切な患者さんをお預りしている病院にとって、災害対策は最重点施策のひとつです。

災害対策が絵に描いた餅になっていないかを確認するために、11月26日に消防訓練を行いました。15時00分、南館5階リネン室より出火を想定し、緊急時の情報伝達訓練、初期消火訓練、患者搬送訓練を行い、宍粟市消防の方の総評の後、消火器による消火訓練を実施しました。今後もこのような訓練を定期的に行うと同時に、職員の防災に対する意識も高めていきたいと思っております。

