



★★ゴールデンウィーク期間の 診療のご案内★★

日にち	4/27	4/28	4/29	4/30	5/1	5/2	5/3	5/4	5/5	5/6
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
午前診療	○	休診	休診	○	休診	○	休診	休診	休診	休診
午後診療	休診	休診	休診	○	休診	○	休診	休診	休診	休診

【4/30(火)と5/2(木)は 平常通り診療を行います】

※救急受診を必要とされる方は、太田病院で24時間365日対応します。

☆☆元号・豆知識♪☆☆

2019年5月1日に即位式があり、元号も変わります。日常で身近にある元号についてご存知ですか？



◎日本の始まりの元号は？

なんと飛鳥時代まで遡ります。645年に制定された「大化」がその始まりです。戸籍制度や地方行政組織が定められた「大化の改新」で馴染みのある元号ですね。



◎日本で最も日数が短い元号は？

鎌倉時代の「暦仁(りゃくりん)」です。変災を理由に、たった2ヶ月程で改元されています。



◎日本で最も長く続いた元号は？

64年続いた「昭和」です。身近な元号ですね。



新元号公表は2019年4月1日となります。『平成』は「国の内外、天地とも平和が達成される」という意味でしたが、次はどのような元号となるのでしょうか？

…花粉症について…

今や花粉症は「国民病」ともいわれ、現在日本人の25%が花粉症とされています。症状としては、鼻の三大症状(くしゃみ・鼻水・鼻づまり)だけでなく、目の症状(かゆみ・涙・充血)などを伴う場合が多く、その他にのどのかゆみ、皮膚のかゆみ、下痢、熱っぽい感じなどの症状が現れることがあります。日常生活や仕事に著しく支障が出るほどの重篤な症状を呈するケースも珍しくありません。

■ 2019年のスギ・ヒノキ花粉飛散量は？

東海地方の今年度の花粉は、前年と比べると少ないと予測されていますが、3月にピークを迎え、例年よりも多いとされています。(昨年の飛散量は、全国的に例年よりも多かったです。)



■ 花粉の侵入を防ぐ！～症状悪化を防ごう～

- ・花粉情報に注意し、不要な外出は避ける。
- ・外出時はメガネやマスク、帽子を着用する。
- ・衣類は、綿や化学繊維など、花粉が付着しにくい素材のものを選ぶ。
- ・帰宅時は玄関先で衣類や帽子などの花粉を払い、洗顔・うがいをする。
- ・部屋の掃除を敢行する。特に窓際は念入りに！
- ・空気清浄器を使用する。

■ 食事を見直そう！～お肉とお酒は控えめに～

×高脂肪食

腸内の悪玉菌を増やしてしまう脂肪類は控えたほうが良いでしょう。腸内環境を整えることにより、免疫力が上がり、アレルギー症状の軽減が期待できます。



×アルコール

アルコールが肝臓で分解される時に出るアセトアルデヒドが、アレルギーを悪化させる可能性があり、花粉の季節にはおすすめしにくい飲み物です。



近年、複数の花粉に反応する人も増えており、ほぼ一年中くしゃみ・鼻水・鼻づまりや目のかゆみ・異物感に悩まされる人も少なくありません。

花粉症にお悩みの方は、

太田メディカルクリニックの内科にご相談ください。

* 私たちの部署紹介～太田病院3階・療養病棟～

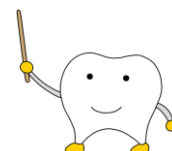
3階病棟は『医療型療養病床』で、急性期を過ぎて病状は比較的安定しているものの、もう少し治療が必要な患者様のための病棟です。

現在入院中の半数近くの方が「誤嚥性肺炎」と診断されています。

当院では、言語聴覚士による嚥下訓練を導入し、他院で経口での食事は不可能と言われた方が、訓練により経口で食べられるようになって退院された事例もありました。そこで今回は、言語聴覚士より自宅でできる口腔ケアを紹介させていただきます。

☆ 言語聴覚士による

口腔ケアのワンポイントアドバイス ☆



誤嚥性肺炎の原因の一つに、唾液の誤嚥が挙げられます。

口腔内には多くの細菌が常在し、私たちは睡眠中に唾液を誤嚥していると言われています。唾液には自浄作用もあり、健康な人が誤嚥しても簡単には肺炎になりませんが、唾液分泌低下や免疫力の低下した高齢者の方には肺炎の危険性が高まります。

予防方法の一つとして、寝る前の口腔ケアが大切です。

歯磨き・うがいが基本です。介助が必要な場合でも残歯はやわらかめの歯ブラシで磨きます。水でむせたり、飲んでしまう等、うがいが上手くできない場合は、スポンジブラシなどで拭き取ります。湿らせて余分な水分は絞り、歯茎や舌、口の天井など全体を拭きましょう。義歯は洗い、就寝時は外して水(できれば義歯洗浄剤を入れて)につけておきます。

食事前後の口腔ケアも心がけ、日常的にきれいで潤った口腔状態を保つことが必要です。皆様には誤嚥性肺炎の予防に努め、一日でも長く経口でおいしく食事を摂取していただき、健康長寿につなげてほしいと思います。



新入職者紹介 ～よろしくお願ひします～



<経営企画> 吉田麻里

1月に入職し、窓口業務をしています。病院勤務の経験はありませんが、今までの経験を活かし、努力していきます。

<4階病棟看護師> 梅田さやか

安心できる、質の高い看護ができるよう日々勉強し、患者様に温かい態度で接していけるよう頑張ります。

<2階病棟介護職> 田口朝子

一つ一つしっかり覚えて、間違いのないよう心がけたいと思います。患者様に思いやりを持って接したいと思います。私の唯一の趣味は、映画鑑賞です。

<つるかめ訪問看護ステーション管理者> 植原節子

在宅療養をされる利用者様、ご家族様の想いに寄り添い、支えることのできる訪問看護師でありたいと思います。そして、スタッフの方々と共に、ますます信頼されるステーションにしていきたいです。

♪ 私たちと一緒に働きませんか？ ～介護職～

仕事内容は、「入浴介助」「食事介助」「移乗介助」等です。初めは資格がなくても働けますので、再就職をお考えの方など、これからの介護を支える一員となりませんか。勤務日や勤務時間など雇用形態は相談に応じます。



(お問い合わせは、太田病院 Tel 0574-26-1251 人事担当：山田 まで)

【介護スタッフの声】

◎ 介護職に関心をもったきっかけ

祖母が要支援の認定を受け、日常生活に介護が必要になった時期に、漠然と幸福とは何かを考えたことが「福祉」の仕事に関心を持ったきっかけです。

◎ 介護職として働く中で一番魅力に感じたこと

普段の何気ない生活の中にある利用者様の「笑顔」です。会話が盛り上がった時やコーヒーを提供したとき、リハビリ体操をやりきったときなどに、ハツラツとした表情を見せてくださり、介助する側も嬉しい、楽しい気持ちをもって仕事に取り組むことができます。

◎ 録三会で働いてよかったことや嬉しかったこと

実は体調を崩してしまったことがあるのですが、同僚に勤務のフォローをしてもらったばかりか、復帰後には優しい言葉までかけてもらいました。

また、24時間体制のあゆみ保育所があるので、夜勤もある仕事ですが子育てしながら働いているスタッフも多くおり、働きやすい環境だと思います。

☆太田メディカルクリニック休診のお知らせ☆

- ・坂井 昇 医師 3/ 8(金), 3/22(金) 午前診療
- ・尾下 英史 医師 3/25(月)～3/30(土) 休診
- ・佐々木 智浩 医師 4/ 1(月)～4/ 6(土) 休診
- ・渡邊 友純 医師 4/ 6(土) 午前診療 (代診：佐々木 晃 医師)
- ・佐々木 英 医師 4/20(土) 午前診療
- ・佐々木 晃 医師 4/27(土) 午前診療 (代診：渡邊 友純 医師)

※休診は変更する場合がありますので、受付窓口近くの掲示板でご確認ください。

…ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひ致します…



あとがき

寒さも和らぎ、少しずつ春の訪れを感じますね。

春を探しにお出かけしてみませんか。

次号の発行は5月7日の予定です。

経営企画室