



ポ ー ア イ NEWS

2015 summer issue



一般財団法人 神戸マリナーズ厚生会

PORTISLAND HOSPITAL
ポートアイランド病院

発行日 / 平成27年9月

制作・編集 / 広報委員会



● 病院理念

ひかり輝く心身であれ
患者さまの
立場になって考えよ
責任をもって行動せよ

● 基本方針

- 複合施設** 都市群において、医療・介護・福祉を一体として提供いたします。
- 地域密着** 神戸市中央区、とりわけポートアイランド内の住民に対する身近な医療の安心を提供いたします。
- 後方支援** 急性期後の患者さまを在宅まで橋渡しをいたします。
- 教育実習** 学生実習・卒業後の就職の場として近隣の医療大学などと提携いたします。
- 国際交流** 主に東南アジアなどの医療・介護関連の学生を積極的に受け入れます。

● 副院長 挨拶

戦後70年

暑中お見舞い申し上げます。

この文章を書いている時、国会では安全保障法案の審議の真最中です。審議内容からすると日本はまた戦争に巻き込まれそうな雰囲気があり非常に心配です。数年前個人で韓国を旅行した際、韓国・北朝鮮の国境辺りまで行きましたが、町の中を集団で行進する韓国の軍人や、道端の地雷原を見ると朝鮮戦争が休戦状態であることを再認識しとても恐ろしく思いました。日本は平和で良いなと思うと同時に、私たち日本人は少し平和ボケじゃないかなとも思いました。

幼少期の昭和40年前後を奄美大島で育ち、遊び場の近くに防空壕がよくあり小さい頃から戦争は身近に感じていました。戦後70年も経つと第2次世界大戦当時の機密文書が公開されるようになり、太平洋戦争に対する考え方もだいぶ変わりました。本当に侵略戦争だったのか?もっと勉強していかなければならないと感じています。

人間の愚かさ・驕りの現れかと思いますが、「歴史は繰り返す」という諺があります。第2次世界大戦でひどい目にあった我々日本人はもう一度過去の戦争を見つめ直し(何故戦争を行ったのか?どういう経過で戦争を行ったのか?)と考える必要があると思います。

我々が一生懸命に頑張って助けている尊い命がたった一発の鉛弾で失うことなどまでの外です。戦争への参加は絶対に避けるべきです。

もし、戦争に加担して戦勝国に廻った場合、戦争が終わってもアメリカの様に相手国からテロ攻撃を受ける可能性があります。また、今の中国・韓国政府の様に遺恨を残すことになるかも知れません。一方、敗戦国に廻った場合、政治家・学者・医師・教師といった知識層は粛清され、女性・子供は奴隷となる(ちょっと大袈裟ですが)可能性もあります。ドイツ・朝鮮半島の様に日本が北日本・南日本となり、当然言論の自由は剥奪されユダヤ人の様に国土を失う事もあり得ます。現在の様に自由で平和な国家が根底から覆る事態になりかねません。

確かに戦争によりコンピューター、GPS、飛行機等の文明が発達し、私たちはその恩恵を受け豊かな生活を送っていますが、我が子を見ていると今の国会の議論はどこ吹く風といった感じがします。

20~30年後の日本を考えるととても不安ですが、杞憂に終わってくればなあと思う今日この頃です。



副院長 和田 哲成

医療機能評価の認定を受けました

ポートアイランド病院は、2015年6月5日付で、(公財)日本医療機能評価機構の病院機能評価の認定証の交付(一般病院)を受けました(認定期間2015年6月5日～2020年6月4日)。

上記財団が実施する病院機能評価の審査の結果、一定の水準を満たしていると認められた病院が「認定病院」です。すなわち認定病院は、地域に根ざし、安心・安全、信頼と納得の得られる医療サービスを提供すべく、常日頃努力している病院であると言えます。

当院は様々な面において、患者様の立場になって考え、これからますます充実を図っていく所存でございます。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



淡路島日帰り旅行

7月5日・12日は職員の日帰り旅行として淡路島のイングラントの丘に行ってきました。両日とも天候が心配されましたが問題なく、各日50名近くの大変多くの職員やその子どもが参加することとなりました。パン作りをしたり動物と触れ合ったり、特に昼食のBBQでは淡路牛や新鮮な野菜を広大な自然の中で堪能し、各職員とも日ごろの疲れを癒すことができたのではないのでしょうか。このような機会を通して各職員間でより良いコミュニケーションが行えるように努力いたします。



熱中症とは

暑い環境で生じる障害の総称であり、病型として

①熱失神②熱疲労③熱けいれん④熱射病にわけられます。



①熱失神 ②熱疲労

吐き気やめまいを伴う。

対応方法

涼しい場所で水分補給をする。また足を高くし、手足を末梢から中心部にかけてマッサージするなど有効的です。

③熱けいれん

大量に発汗し水分補給したが塩分が不足したため起こる。

対応方法

生理食塩水を補給すれば有効的なことが多いです。

④熱射病

体温上昇により中枢神経に異常をきたす。

対応方法

頸部、腋下、ソケイ部など大きな血管を直接冷やしたり、全身に水をかけたり、濡れたタオルを当てながら扇ぐほうが直接皮膚を冷やすよりも効果的になります。

熱中症危険度 ○×クイズ

Q 湿度が低い方が熱中症の危険性が高くなる?

×: 高い方が危険です。汗には体温を低下させる働きがありますが、湿度が高いと流れ落ちる汗(無効発汗)が増加します。無効発汗は皮膚から体温を下げる働きを妨げるので、体温が上昇しやすくなります。

Q 室内では熱中症の危険性が低い?

×: 昼間の屋外だけでなく、夜間や室内でも多発しています。特に重症化するケースには熱帯夜の室内など多く見られます。

水分補給のポイント

汗をたくさんかいたときは、スポーツドリンクなど塩分や糖分のあるものが良いですが、日常的にスポーツドリンクやジュースを摂取し続けると、飲み物に含まれる糖分の過剰で高血糖の症状をきたす恐れがあるので、普段通りに食事ができていて、たくさん汗をかいてないときは水やお茶で十分です。暑い夏場は水分補給の習慣をつけることが大切となります。



- 飲む時間を決める**: (起床、食事中、入浴前、就寝前など)
- 喉の乾いた時に水分補給**: そばに水分を置いておく(特に就寝時)
喉が乾いた時点で脱水が始まっています!!
- 家族や仲間と一緒に飲む**
- 水分の種類を増やす**: お年寄りや水分を苦手とする方は多いので、ジュースやスープ、ゼリーなど飽きのこない工夫も大切です。ちなみにアルコールでは補給にならないのでご注意ください!
- クーラーを上手に使う**
※持病のある方、詳しい解説は当院医師または医療スタッフまでご相談下さい。

第20回 地域医療セミナーを開催しました

「『認知症かな?』と思ったら・・・」を開催。多くの反響を頂きました。

去る7月4日(土)、当院会議室におきまして、第20回地域医療セミナー「『認知症かな?』と思ったら・・・」を開催しました。

平成24年の開院時から数えて記念すべき20回目の開催は、西谷医師が講師を務めました。さまざまなタイプの認知症の特徴や、ご家族の方が認知症になったときの対応など、約1時間にわたる講演でした。

聴講者数は地域の方々を中心に49名と、非常に多数のご参加をいただきました。アンケートによると、「大変わかりやすかった。」「認知症の方への接し方がよくわかった。」等のお言葉を頂戴しました。それとともに、次回も是非参加したいといったご意見も多数いただきました。有意義な会になったと思います。病院スタッフより心より御礼申し上げます。

次回は10月開催予定です。まだ参加されたことのない皆様も、是非一度足を運んでみられてはいかがでしょうか。

セミナー委員会



“トマトと卵の炒め物”

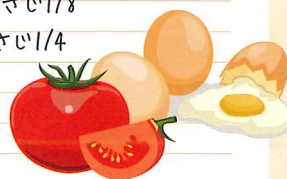
トマトという呼び名は「膨らむ果実」を意味する「マトウル」からきています。はるか昔、メキシコ湾をのぞむベラクルス地方のアステカ人がこう呼んだのが始まりです。マトウルとは元来「ホオズキ」を指し、メキシコではホオズキを煮込んで料理に使っていたところから、形がよく似たトマトも同じ名前と呼ばれたようです。



1人当たり
190kcal
塩分1.3g

材料(1人分)

- トマト・・・1/4個
- 卵・・・1個
- 塩・・・少々
- 長ネギ・・・1/8本
- 砂糖・・・小さじ1/8
- 醤油・・・大さじ1/4
- 油



作り方

1. トマトはへたを取りくし形に切る。長ネギは斜め1cm幅に切る。
2. 卵は溶きほぐし塩を混ぜる。
3. フライパンに油を熱し強火にして卵液を流し入れ、ヘラで大きくかき混ぜながら火を通いって取り出す。
4. フライパンに油を足して中火で熱し、長ネギをしんなりするまで炒める。トマトを加え砂糖、塩をふり強火にしてトマトが少し煮くずれて中が熱くなるまで炒める。
5. 卵を戻してざっと合わせ、醤油を回し入れ手早く炒め合わせて器に盛る。