

各科から一言

新しいユニフォームの紹介とともに、一言メッセージをお届けします。

看護部

優しいピンク色、または知的な雰囲気のエんじ色のユニフォームです。
脇に紺のラインが入り、細身に見えるかも！？



放射線科

濃紺にえんじ色のラインが入っています。
精密な検査機器にぴったりな、クールな感じですね。

親切丁寧に検査をおこないます。

栄養科

元気なピンク色が目印！
栄養科です！



ごはんはおいしく！
楽しく！
食べましょう♪

手術室

濃いピンク色の上下です。とても着心地が良いと評判です。



患者さんがリラックスできるよう心がけています。

リハビリテーション科

院内で、パッと目を引く鮮やかなグリーンです。
力強く、とても活動的に見えます！



リハビリ頑張りましょう！

足立東部病院野球部

グラウンドに舞う、炎のレッド！
チーム名『アミーゴ』です。



応援よろしくお願いします！

いつも笑顔で患者さんに接するようにしています！



※男性看護師はえんじ色のみです

今回紹介できなかった部署は次号に掲載します。お楽しみに！

編集後記

毎日寒い日が続き、空気が乾燥しています。この広報誌をご覧のみなさまは体調を崩したり、風邪などひいたりしていませんか？ 今回は真冬の発行ということで、『手洗いの手順』をはじめ、感染予防に重点を置いた内容となりました。みなさまの生活にお役に立てれば幸いです。

では、次号は春に発行の予定です。それまで、寒さに負けずにお過ごしください。

広報委員会一同

医療法人社団厚友会 足立東部病院
《病院理念 人権を尊重し安心と信頼の医療を提供します》

〒121-0816 東京都足立区梅島2-35-16 電話:03-3880-1221
ホームページ: <http://www.adachitobu.or.jp> 腋臭症専用ホームページ: <http://adachitobu-wakiga.com/>

【診療科目】内科 外科 整形外科 脳神経外科 循環器科 消化器科 肛門科

【診療時間】月～金 午前9:00～12:30(12:00受付終了) 午後14:00～17:30(17:00受付終了)
土 午前9:00～12:30(12:00受付終了)

休診 日曜・祝日・年末年始

※詳細はホームページまたはお電話にてご確認ください



足立東部病院だより

発行日:平成30年1月
発行:足立東部病院
広報委員会

東京都足立区梅島2-35-16
03-3880-1221



新しい年を迎えて

足立東部病院理事長 國枝博之



新しい年を迎え、寒さ厳しい日々が続きますが、皆様はいかががお過ごしでしょうか。毎年この時期はインフルエンザ等による発熱やノロウイルス、風邪症状で来院される方が多くなります。病院としてはもちろん、私自身も、感染対策に重点を置くよう心がけております。また、年末年始の疲れが出るのもこの時期です。どうか健康管理には十分に注意していただきたいと思います。

ですが、どんなに気を付けていても体に不調をきたすことはあります。さらに、小さな病気の陰に大きな病気が隠れていることもあります。自己判断せず、ぜひご来院ください。そして、医療に関することは遠慮なくご相談ください。

では、より良い医療を地域の皆様に提供できるよう、職員一丸となって職務に取り組んで参ります。本年もどうぞよろしくお願い致します。

東部病院
オペ室監修!



～ご家庭・職場・学校などの日常向け～

の手順

インフルエンザやノロウイルス、風邪が流行する季節になりました。感染予防の基本は手洗いです！ 毎日の手洗い、完璧にできていますか？今回は、高度な清潔力が必要な手術室ナースから、日常の手洗いの手順をお伝えします。



流水で手をぬらし、石けんをつけます。

手のひら、手の甲をよく洗います。

指の間もよくこすります。

指を手のひらに立ててこすり、指先と爪を洗います。

親指をねじるように洗います。



手首もお忘れなく！



流水で石けんをしっかりと洗い流します。



ペーパータオルや清潔なタオルで拭きます。

家族に病人がいるときは、タオルの共用は避けましょう。

手術室では・・・

- ・イソジンスクラブで洗浄する
- ・滅菌ブラシで指先、爪をよく洗う
- ・滅菌精製水で洗い流す
- ・指先を上に向け、水滴が指先から垂れ落ちないようにする
- ・滅菌タオルで拭く

より厳重な手洗いで、感染防止に努めています！



手洗いにアルコール消毒するとより効果的です。

※ウィルスには無効なので注意！

帰宅時・トイレ後・調理前・食事前には必ず手を洗いましょう！
ウィルスなどの病原体からカラダを守ろう！

院内コンサートを開催しました

平成29年9月30日(土)14時より、3階患者食堂兼談話室にて、ギタリスト須古典明さんをお招きし、院内コンサートを開催しました。

患者さんやご家族のみなさま、地域の方、職員を含め63名の方がご参加くださいました。

「ギターの音色で心が安らぎました」「曲目がとてもよかったです」「長く生きてきて良かった」「ブラボー・ブラボー・アリガトウ」など、多くの方から感謝の言葉をいただきました。

1階ロビーで音楽を流しています



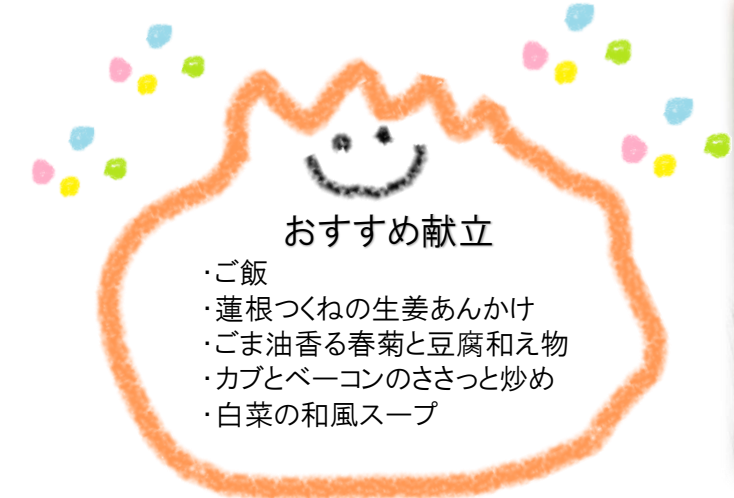
1階ロビーにて、当院職員がおすすめする音楽を流しています。(午後 1時間ほど)
病院BGMにふさわしい、心地よいメロディーをお届けしています。

また、CDアルバムの紹介や職員によるおすすめポイント、音楽に対する熱い思いをボードに掲示しています。

診察やお会計の持ち時間にお楽しみください。

栄養科だより ～ぽかぽか風邪予防レシピ～

風邪予防には体温を上げて免疫力を高めてくれる生姜やネギがおすすめです。生姜あんはお魚やお豆腐などにも合うのでこの冬活用してみてください！



おすすめ献立

- ・ご飯
- ・蓮根つくねの生姜あんかけ
- ・ごま油香る春菊と豆腐和え物
- ・カブとベーコンのささっと炒め
- ・白菜の和風スープ

シャキシャキ蓮根つくねの生姜あんかけ

A	・鶏ひき肉	150g	B	・生姜(粗みじん切り)	1片
	・蓮根(みじん切り)	100g		・醤油	大1
	・ネギ(みじん切り)	5cm		・みりん	大2
	・片栗粉	小1		・だし汁	1カップ
	・醤油	小1		・水溶き片栗粉	
	・みりん	小1			

1. 蓮根、ネギ、鶏肉とAを混ぜ合わせ、6等分にし、楕円型に形を整える。
2. フライパンに油をひき、1を焼く。
3. 焼いている間に、Bと水溶き片栗粉で生姜あんをつくる。
4. つくねに生姜あんをかけて完成。



A-TOBU LIVE



「赤とんぼ」「ふるさと」の演奏では会場の皆と一緒に歌い、一体感のあるLIVEとなりました



ご来場ありがとうございました！

現在までのラインナップ

外科 相馬医師おすすめ
『AUTMUN(オートム)』
優雅な雰囲気ピアノソロアルバムです。

薬剤科 清水科長おすすめ
『Passage』『LATE NIGHT GUITAR』
清水科長の青春の思い出がつまったアルバムです。

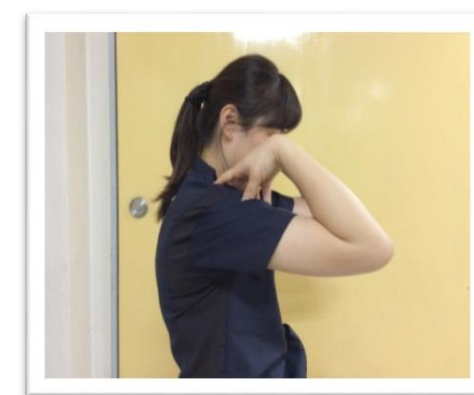
看護部 藤野部長おすすめ
『和魂 NIGIMITAMA』『YURAGI』
やすらぎと癒しの波長が奏でる、シンセサイザーの楽曲集です。



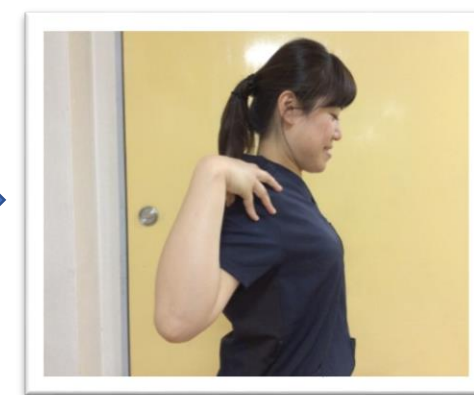
スマホ首予防体操！

皆様、こんにちは。日常生活では、仕事や読書、スマートフォンの操作等、長時間同じ姿勢でいる事が多いです。そして、知らず知らずのうちに肩へ負担がかかり、重苦しいと感じている方も多いでしょう。

そこで、私達がお勧めするのは、10秒で誰でも出来る「スマホ首予防体操」です！ この体操をこまめに行う事で、肩周囲の筋肉がゆるみ、重苦しさが解消されます。



① 肩に手を当て、両肘を合わせるように近づけます



② 肘を後方に引き胸を張ります

これを数回ゆっくりと繰り返しましょう

なんだか肩が重苦しいなど感じた時に、ぜひお試しください！

専用シート(優先席)のご案内

～発熱及び消化器症状の患者様へ～

当院では、発熱患者様専用シート及び消化器症状のある患者様専用シートを設置しております。上記症状のある方は、来院されましたらすぐに受付へお申し出ください。

感染対策へのご理解とご協力をお願いいたします。



発熱患者様専用シート(専用ストープ付き！)

マスクをつけてお待ちください

研修・勉強会でレベルアップ

職員に向けた研修・勉強会を定期的で開催し、より高度で安心安全な医療の提供、職員の意識向上に努めています。就業後の勉強会にも多くの職員が参加しています。



看護部研修『褥瘡管理』

療養病棟のつぶやき

Vol.6 元気なうちに話し合っておこう

「いよいよの時、人工呼吸器や心臓マッサージなどの蘇生処置を希望しますか？」

どこの病院でもこのことを尋ねられることが多くなりました。それもそのはずです。昔は一秒でも長く延命できるよう、医療が施されてきましたが、延命することで本人が辛い思いをすることも多いことが分かったからです。

ご高齢で本来の天寿だった場合は尚更です。医療を続けることが体にとって負担となってくるのです。

急性期の病院も、臨機応変に対応してくれるようになりました。ただ、皆様にお伝えしたいのは、いよいよの時はある日突然にやってくるということです。

その時になって初めて判断を委ねられるご家族の負担は計り知れません。大切なご両親、配偶者、そしてご自身のことも、お元気なうちによく考え、話し合っておかれることをお勧めします。



内科 浅岡 京子