

こぶし

1. 各科より（相談室）
2. 新座生き生き体操・ご飯体操のご紹介
3. TMG 学会のご紹介
4. 栄養科 嗜好調査
5. 栄養科だより



タイトルの「こぶし」は、新座市の花である「こぶしの花」からつけられています。

こぶしの花は古くから住民に親しまれ、「拳（こぶし）」として団結に通じ、連帯感の象徴にもなることから市の花となったそうです。

（参考：新座市市民憲章より）

節電について

みなさんは、今年の6月下旬に「電力需給ひっ迫注意報」が発令され、節電を呼びかけられたことを覚えていますか？当時は、各メディアでも多く取り上げられていたので、意識的に節電を心がけた人も多かったのではないのでしょうか。しかし、地球温暖化が進む今、節電は日頃から心がけるべきものだと思います。そこで、今回は家庭でできる節電対策について紹介していきたいと思ます。

<エアコン>

- ・室内温度を適切にする。(推奨温度：夏季 28℃ 冬季 20℃)
※設定温度ではないので注意！
- ・風量設定は、自動運転にする。
- ・風向きの調整をする。(冷房→水平 暖房→下向き)
- ・フィルターをこまめに掃除する。
- ・室外機のまわりに物を置かない。



<冷蔵庫>

- ・温度設定を「中」や「弱」にする。
- ・冷蔵庫に食品を詰めすぎない。(常温で保存できるものは常温で。)
- ・熱いものは冷ましてから保存する。
- ・ドアの開閉は最小限にする。



<テレビ>

- ・見ていない時は消す。
- ・画面の明るさを適切に調整する。
- ・画面の掃除をする。



一人一人できる節電から始めていきましょう！！

第60回 TMG学会

はじめに

TMGグループでは、年に1度「TMG学会」という学会を開催しております。この学会は、グループの職員が日々より良い医療の研究に取り組み、その成果を発表する場として開催されています。65題の演題がございましたが、その中でも、当院職員の演題3つを紹介します。

○森田 沙佳（看護師）



表題「回復期リハビリテーション病棟入院患者の内服管理の評価」

概要：入院患者さまの中には、内服薬の飲み忘れや治ったとご自分の判断で内服をやめてしまい病気の再発を繰り返す患者さまが多くいらっしゃいました。

そこで、継続して患者さまに正確に薬を内服してもらえるよう看護師が指導を行うことで患者さまに少しでも健康に過ごす役に立てたらと思い、本研究を行いました。

結果：リハビリテーションにより認知機能や麻痺動作の改善が見られた際など、定期的に再評価していくことが大事だと学びました。また、フローチャートを導入することで、その患者さまにどのような指導が必要かわかりやすくなったと看護師からも意見を頂けました。

感想：ご自分の判断で薬に内服をやめてしまう危険性や、内服を継続してもらうことの重要性を学びました。また、その重要性を患者さま本人やご家族に理解してもらえるよう、看護師が統一した看護を提供することで健康の維持・増進に努めていきたいと感じました。

○大谷 泰史（薬剤師）



表題「カンファレンスで提案を行い薬剤総合評価 調整加算の要件を満たすことが出来た症例」

概要：ポリファーマシーとは多くの薬を飲んでいる状態のことで、本来不要である薬を服用している事が多く、国からの対応が求められています。

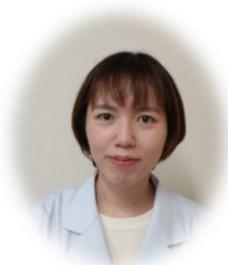
結果：処方入院時、7剤内服していた内服薬が2剤のみの内服となった。

患者さまの症状や内服状況に目を向けた介入ができ、内服状況の改善を意識した提案を行う事が重要であると考えます。

感想：多くの薬を飲んでいる患者さまは多くいらっしゃいます。不要である薬を無くし、必要な薬だけを飲んでいただくには医師や看護師等の他職での協力はもちろんの事ですが、患者さまのご協力も必要であると感じました。

今後、できるだけ多くの患者さまに必要である薬だけを飲んでいただけるような処方提案や介入を続けたいと思いました。

○山崎 千尋（社会福祉士）



表題「地域包括ケア病棟における退院支援の課題と展望」

概要：今回、整形外科カンファレンスの取り組みについての研究報告を行いました。

当院の4F 地域包括ケア病棟は、自宅退院を目指して治療・リハビリを行う病棟です。この病棟は国から60日迄の入院期限を設けられ、その期間内に退院をするために様々な職種が支援を行っています。全ての入院患者さまについて、医師を含めた多職種が集まった退院に向けた支援の定期的な話し合い（カンファレンス）の開催の実施に向け整形外科医のカンファレンスが先行して昨年11月から始まりました。

結果：医師がカンファレンスに参加したことで、リハビリ・病棟生活状況・退院準備状況の情報だけでなく、治療方針もお互いに確認でき、皆が時間差なく共通認識を持って退院支援に取り組めるようになりました。今後、整形外科以外の医師でのカンファレンスの実施を進めていきたいと思えます。（現在、整形外科医以外のカンファレンスを開始しています）

感想：今回、初めての学会発表で右も左もわからない中、指導してくださった上司や、今回の研究に協力してくださった皆さまに大変感謝しています。地域包括ケア病棟になってまだ2年ですが、以前に増して様々な疾患の患者さまが入院するようになり、多様な支援が求められるようになってきています。学会準備をしていく中で、一人一人の患者さまがより良い退院後の生活が送れるよう、退院支援の充実を常に図っていきたいと思えます。

ミニコーナー

こぶし作成者紹介

所属部署：総務課（3年目）

こぶし作成歴：2年6ヶ月

普段は、自席でパソコンや紙類と向き合って仕事をしていますが、病棟に行つての業務も行つております。

また、皆さまが当院にお電話をいただく際の窓口も担当しておりますので、お電話にてお話をさせていただくこともあります。

「こぶし」を作成するにあたり、毎号似たようなレイアウトになってしまわぬよう心掛けております。

これからも、皆さまに楽しんで読んでいただけるような広報誌作りを続けていきます。

当院で実施した

食事のアンケート結果をご紹介します。

実施期間：2022年7月11日（月）～15日（金）

対象者：食形態が全形・一口大の食事を召し上がっている方
方法：管理栄養士の聞き取り

前回までのアンケートで、食事に不満を感じる方の多くから「味付けが薄い」との意見がありました。
薄味についての説明に、このようなポスターを掲示しています。
ポスターは昨年より見やすく直しました。

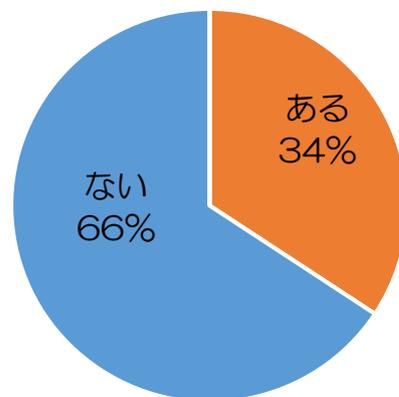


Q:なぜ、病院食は薄味なの？

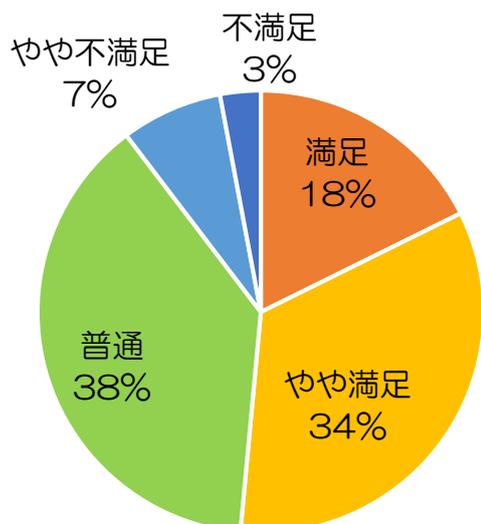
A：生活習慣病予防のため、厚生労働省で定めた塩分の目標量に沿って塩分制限食ではない方にも薄味で提供しております。
※食事摂取基準2020年版より
ご理解よろしくお願いたします。
栄養科



Q.ポスターを見たことがありますか



Q.食事の満足度はいかがですか



食事を普通以上に評価した方は90%いました。
治療上食事の制限がある方もいます。
今後もポスター掲示や栄養指導等で食事療法について患者様へ積極的に説明してまいります。



栄養科だより

おいしく秋バテ対策！

秋バテとは

医学的な用語ではなく、暑い夏から涼しい秋への変化に伴って起きる体調不良の総称です。暑い夏から台風などの不安定な気象や急激に気温が変化することで、自律神経が乱れることが原因と言われています。

秋バテ対策は朝晩の気温差を考慮した生活習慣、そして食事ですっきりと栄養を摂ることがポイントです。

秋バテのサイン

体がなんとなくくだるい
疲れやすい
食欲がない
眠れなくなる
下痢をする
胃もたれがする
めまい、立ちくらみ



- たんぱく質
筋肉などをつくる材料
- ビタミン・ミネラル
体の調子を整える
- 食物繊維
腸の働きを整える
などバランスよく摂り、
体力改善！！



秋バテ改善レシピ さばと根菜の無水カレー

材料（3～4人分）

さばの味噌煮缶・水煮缶：1缶ずつ、トマト缶：2缶、玉ねぎ：3個
レンコン：60g、山芋：60g、しょうがチューブ：5cm、
ウスターソース：大さじ2、オイスターソース：大さじ1/2、
カレールー：4～5かけ

手順

- ①玉ねぎをみじん切りし、オリーブオイルで炒める。※深めのフライパンで
- ②カレールー以外の材料を加え、15～20分煮込む。
- ③カレールーを加えて更に10分煮込む。



アクセス マップ



最寄りの駅

西武池袋線

ひばりヶ丘駅～
バス乗車「貝沼」下車 徒歩10分
東久留米駅～
タクシー10分

東武東上線

朝霞台駅～
バス乗車「貝沼」下車 徒歩10分
志木駅～
バス乗車「福祉センター入口」下車 徒歩12分

JR武蔵野線

新座駅～
タクシー15分

◇西武池袋線◇

ひばりヶ丘駅 ・西武バス…北口より「志木行」又は「朝霞台行」乗車→バス停「貝沼」下車→徒歩 10分
・タクシー…北口より 10分
・送迎車輛…北口「思いやり乗車場」付近より乗車 ※日曜日・祝日は運休です

◇東武東上線◇

朝霞台駅 ・西武バス…南口より「ひばりヶ丘行」乗車→バス停「貝沼」下車→徒歩 10分
・送迎車輛…南口 ロータリー付近より乗車 } ※毎日運行
志木駅 ・送迎車輛…南口 吉野家付近より乗車 } (年末年始 31日～3日は運休です)

◇武蔵野線◇

北朝霞駅 ・西武バス…徒歩で朝霞台駅南口→「ひばりヶ丘行」乗車→バス停「貝沼」下車→徒歩 10分
・送迎車輛…徒歩で朝霞台駅南口 ロータリー付近より
※毎日運行 (年末年始 31日～3日は運休です)

新座駅 ・タクシー…15分

※送迎車輛の発着時刻やご不明点等ございましたら新座病院ホームページをご覧ください。

基本理念

地域医療連携に努め、急性期から慢性期さらに在宅での療養生活まで一連の医療サービスを行います。

基本方針

- 患者様の権利及び尊厳を重視した医療を行います。
- 地域の医療機関と緊密に連携を図り、地域医療の向上に努めます。
- 自己研鑽に努め、患者様が納得できる質の高い医療を目指します。
- 親切、丁寧、正確、迅速な対応を基本とした患者サービスに努めます。
- 常にコミュニケーションを大切に安全な医療に努めます。

〒352-0023

埼玉県新座市堀ノ内 3-14-30

TEL 048-481-1611

FAX 048-481-2665

ホームページ <http://www.niizahsp.jp/>



←こちらのQRコードから
携帯サイトをご覧ください

医療法人社団武蔵野会 **新座病院**