

ご自由にお持ち下さい。

人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move.

+ 日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

najyodasu なじょだす Vol.40

盛岡赤十字病院広報誌 vol.40

【なじょだす】(岩手の方言)

相手の健康を気づかうなど、「いかがですか」の意味。
当院のシンボルツリーのコナラの木は、正面玄関前にそびえ立ち、
訪れる人々に「なじょだす」と語りかけているかのようです。



9月25日

ラグビーワールドカップ釜石鵜住居復興スタジアム 救護班出動

特集 ACP人生会議

連載 放射線技師のお仕事

- 「救急の日」及び「救急医療週間」
- 岩手医科大学付属病院患者搬送に当院救急車も出動！
- 連載 健康応援レシピ ● 連載 木々・草花の紹介
- 連載 医訪人 総務課医療秘書係



(いい見取り・看取られ)

11月30日は



「人生会議の日」

病気になった時の“もしものこと”を家族と考えたことがありますか？

人は誰でも、いつでも、命に関わるような大きな病気や、ケガをして、命の危険が迫った状態になる可能性があります。

しかし、命の危険が迫った状態になった約70%の方は、その後の治療やケアなどについて自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることが出来なくなると言われています。

“もしも”のときに、あなたの希望する治療やケアを受けやすくするために、前もってあなたの大切な人と治療やケアに関する話を話し合っておくことが重要です。

話し合いのポイント

STEP 1

考えてみましょう。

あなたが大切にしていることは何ですか？

STEP 2

信頼できる人が誰かを考えてみましょう。

あなたが信頼していて、いざというときにあなたの代わりとして受ける治療やケアについて話し合っほしい人は誰ですか？

STEP 3

主治医に質問してみましょう。

ご自身の病名や症状・予想される経過を知っていますか？

STEP 4

話し合いましょう。

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？

STEP 5

伝えましょう。

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？

人生会議 (ACP:アドバンス・ケア・プランニング) とは

患者さん本人と家族が医療者や介護提供者などと一緒に、現在の病気だけでなく、意思決定能力が低下する場合に備えて、あらかじめ、終末期を含めた今後の医療や介護について話し合うことや、意思決定が出来なくなったときに備えて、本人に代わって意思決定をする人を決めておくプロセスを意味しています。

心身の状態に応じて
意思は変化することがあるため
何度でも繰り返し考え
話し合いましょう。



「救急の日」及び「救急医療週間」



AEDを使用した心肺蘇生法講習



9月9日の救急の日及びこの日を含む1週間の「救急医療週間」に当院玄関ロビーにて日本赤十字社救急法指導員による「AEDを使用した心肺蘇生法講習」と『腹痛について』と題して、藤原隆雄消化器内科部長による講演を行いました。



藤原隆雄消化器内科部長による講演

岩手医科大学附属病院患者搬送に 当院救急車も出動！

9月21日（土）岩手医科大学附属病院の矢巾町への新築移転に伴い入院患者114名の搬送が行われ、当院からも救急車2台、職員6名が参加協力しました。

当院では、高度医療を担う新附属病院と今まで以上に連携を図り、地域の中核病院として良質な医療を提供し、引き続き地域の皆さんに必要とされる病院であり続けるため、努力していきます。



病院給食は、 私たちが作っています！



日清医療食品株式会社

今年の4月より食事を提供しております。日清医療食品株式会社です。

安全で安心な食事提供をモットーに男性4名、女性17名の計21名で毎日の食事提供に励んでおります。

会社が変わって「美味くなった」「良くなった」と思ってもらえるよう、団結して頑張っていきます。皆様何卒よろしくお願いいたします。



私たちが作っています！
皆様よろしくお願いいたします。



■連載

放射線技師のお仕事

低線量肺がんCT検診って、なあに？

日本人の死因第1位はがんであり、その中で肺がんの死亡数は最も多くなっています。肺がん全体の5年生存率は40%程度と不良であり、その現状を改善するためには早期発見・早期治療が重要です。一般に検診で行われる胸部エックス線検査では早期の小さながんを発見するのは難しいです。そこで、当院ではより小さな病変を検出できる低線量肺がんCT検診を始めました。次のような方々にお勧めしています。

40歳以上の方

軽い運動などで息切れが気になる方

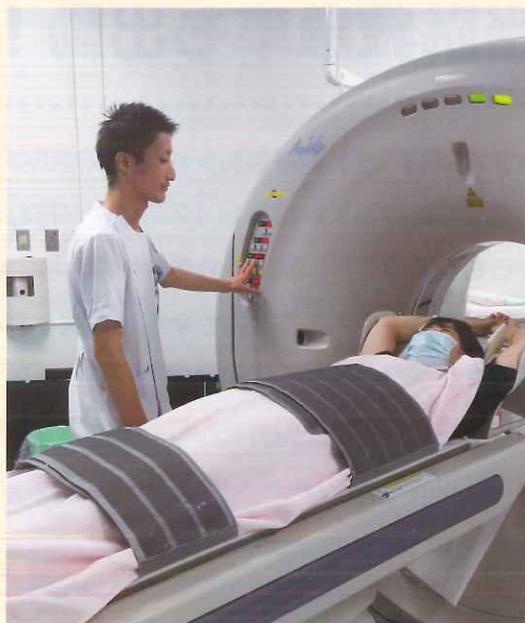
喫煙者、以前喫煙していた方

がんの家族歴がある方

など

受診するに当たって被ばくの心配をされる方もいらっしゃると思いますが、検査は肺がん検診に適した低線量撮影（通常CT検査の10分の1程度）で行います。

早期発見のためには定期的な受診をお勧めします。ぜひ当院健診部までお問い合わせください。



検査時間は5～10分程度です



飲み物の糖質について知ろう!!

自販機やコンビニ、スーパーなどでいつでもどこでも手軽に買えるジュースなどの清涼飲料水は甘くておいしいため、普段の水分補給として飲まれる方が多いのではないのでしょうか。

しかし、ジュースや缶コーヒー、炭酸飲料などの清涼飲料水には驚くほどの糖分が含まれているものも多く、飲み過ぎに注意する必要があります。

そこで今回は、清涼飲料水に含まれる糖分について、ご紹介します。

 <p>炭酸飲料 (500ml)</p> <p>エネルギー / 200~220Kcal 糖 分 / 50~55g (角砂糖...14~16個分)</p>	 <p>缶コーヒー (185ml)</p> <p>エネルギー / 50~70Kcal 糖 分 / 12~14g (角砂糖...3~4個分)</p>	 <p>栄養ドリンク (100ml)</p> <p>エネルギー / 74Kcal 糖 分 / 18.5g (角砂糖...5個分)</p>
 <p>スポーツドリンク (500ml)</p> <p>エネルギー / 120Kcal 糖 分 / 30g (角砂糖...9~10個分)</p>	 <p>缶コーヒー微糖 (185ml)</p> <p>エネルギー / 35~40Kcal 糖 分 / 8g (角砂糖...2個分)</p>	 <p>乳酸菌飲料 (65ml)</p> <p>エネルギー / 50Kcal 糖 分 / 11.5g (角砂糖...3個分)</p>

【食品の強調表示に注意しましょう。】

強調表示とは、低カロリー、低糖、減塩などの表示のことです。強調表示には基準がありますがわかりにくい場合が多いので、栄養成分表示をみて確認することが重要です。

<p>ノン・ゼロ 無・フリー</p>	<p>飲料100mlあたり ・エネルギー 5Kcal ・糖 類 0.5g 未満の場合表示できる</p>	<p>砂糖不使用</p>	<p>砂糖を食品の加工時に使用していなければ表示できる</p>
<p>ひかえめ・オフ 少・低・ライト</p>	<p>飲料100mlあたり ・エネルギー 20Kcal ・糖 類 2.5g 未満の場合表示できる</p>	<p>糖類ゼロ</p>	<p>糖類（ぶどう糖、果糖、砂糖など）が含まれていなければ表示できる</p>

当院敷地内の 木々・草花の紹介

晩秋の遣還遊庭紅葉



10月下旬には病院北側のみみじも色づき始めます。

医訪人 その34

総務課医療秘書係
中村 尚子



皆さん、こんにちは。最近、個人病院や総合病院などで診察室の中に事務員がいる光景を目にする機会が多くなってきているのではないのでしょうか。一般的にはクラークと言われることが多いですが、多忙な医師の業務負担軽減を目的として、医師の指示のもと事務作業等の補助業務を行う医師事務作業補助者という立場となります。当院ではドクターズアシスタント（以下、DA）と呼んでいます。病院によって様々な呼び名があるかと思います。

当院でのDAの主な仕事は、簡単な書類作成や外来業務に関わる診療予約・検査オーダー・診察室の中で行われた処置等の入力、患者さんの呼び込みなどを行っております。現時点では私が勤務している整形外科のほか、外科、呼吸器内科、産婦人科、泌尿器科の外来、血液内科の

病棟にDAが配属されており、業務内容は異なりますが、それぞれが医師、看護師と連携しながら、業務が円滑に進行するよう日々努力しております。と、堅苦しい言葉で綴りましたが、実際は先生や看護師さんに助けられながら、必死な毎日です（笑）。

そんな必死な毎日ですが、初めは痛みで苦痛の表情を見せていた患者様が治療によって笑顔が見られるようになったり、定期的に通っている患者さんが日常で起きた出来事を先生に楽しく伝えている様子には、ほっこりさせていただいております。

DAとしてまだまだ微力ではありますが、皆さんの縁の下の力持ちとなれるよう、これからも日々精進していきたいと思っております。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

盛岡赤十字病院

〒020-8560
岩手県盛岡市三本柳6地割1番地1
Tel.019-637-3111 Fax.019-637-3801
広報誌「なじよだす」Vol.40 2019年10月1日発行
編集／発行 盛岡赤十字病院広報委員会

盛岡赤十字病院

検索