

# とよさい

ご自由にお持ち  
帰りください

vol.17  
2018.12

※新病院建設ニュース

※防犯訓練・護身術講習会

※外来患者アンケート調査結果

※退院患者アンケート調査結果

※栄養管理科リレーエッセイ  
～栄養と健康～

※元気スタッフのWA!

「寒い朝」

(第六回豊浦フォトコンテスト応募作品より)

## 病院理念

- 一、「救療済生」の精神に基づき、人々に愛をもって接します。
- 一、患者様本位の良質な医療の提供を実践します。
- 一、地域の医療・保健・福祉の礎となるよう努力します。
- 一、医療を通じて、生き生きのびのびとした豊かなまちづくりに貢献します。



社会福祉法人 恩賜財團 済生会支部  
山口県済生会豊浦病院

〒759-6302

山口県下関市豊浦町大字小串7番地3

TEL 083-774-0511 FAX 083-774-2590

URL <http://www.toyoura-saiseikai.jp/>



# NEWS

## 新病院建設ニュース

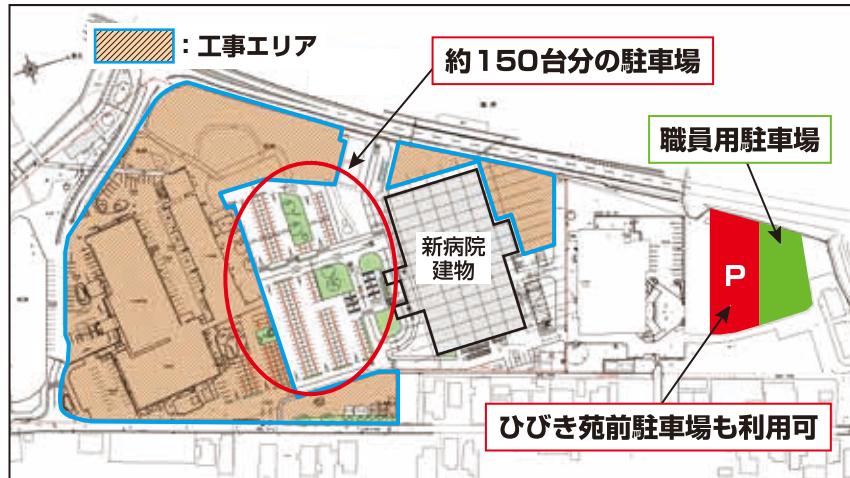
Vol.18



駐車場整備の進捗に伴い、年明けから駐車場の出入口とバスの走行ルートが変わります！ご注意ください！

### 平成31年1月～

1月からは、正面玄関前の駐車スペースが約150台分まで広がる予定です。(ひびき苑前の駐車場も合わせてご利用いただけます)



### 駐車場出入口とバス停・バス走行ルートの変更について

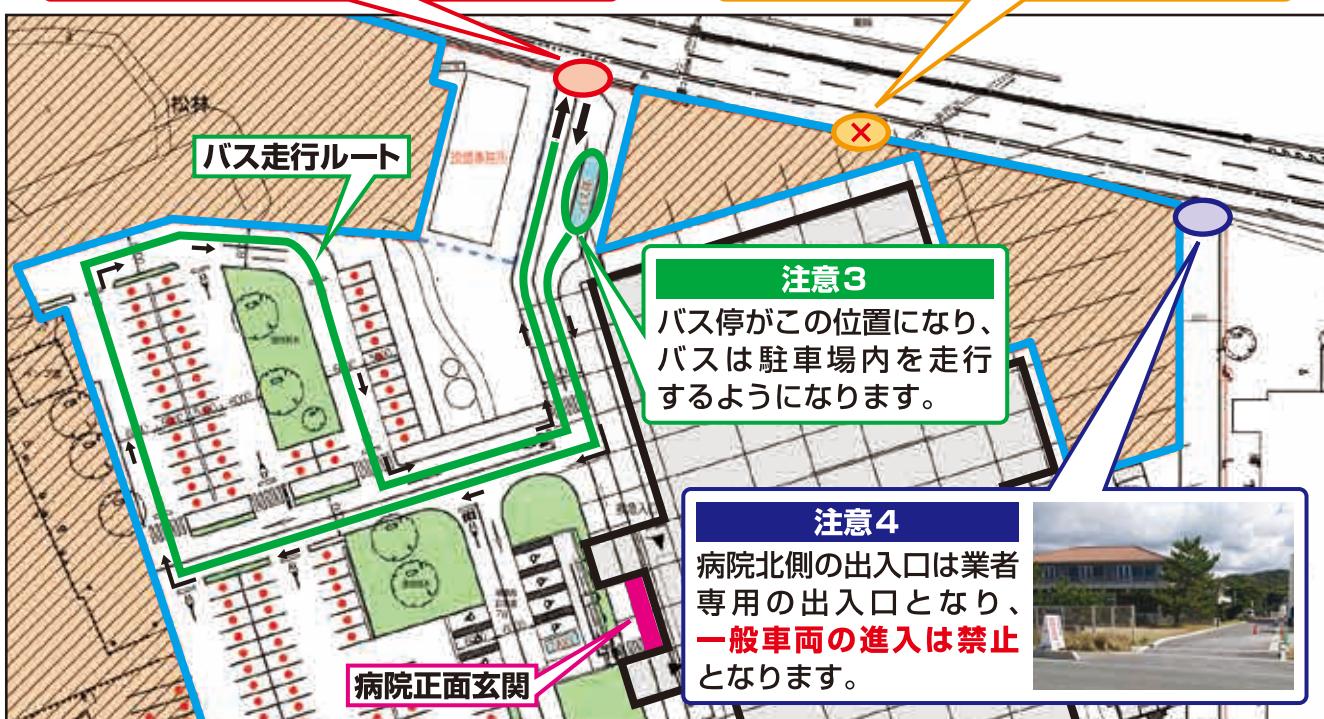
#### 注意1

現在出口専用のところが**出入口**となります。



#### 注意2

現在使用している車両入口は**封鎖**されます。



# 新病院にて初 防犯訓練



11月14日(水)新病院にて、防犯意識の周知徹底と実技の向上を図り、当院の防犯体制の万全を期する目的で、実防犯に即した防犯訓練を実施しました。

防犯訓練は、旧病院で実施した昨年に引き続き今年が2回目で、新病院での対人対応、通報体制、避難経路の確認等行いました。昨年の反省を活かし、今年は防犯訓練前にALSOK山口株式会社の方より“さすまた”的正しい持ち方や使い方、誤って落とした際の対処方法等をご指導いただいた後、小串警察署ご協力のもと防犯訓練に臨みました。

## 防犯訓練

防犯訓練では、不審者に扮した小串警察署の方に対し男性職員が“さすまた”で立ち向かっていったものの、小串警察署の方の迫真的演技にやや圧倒された様子で、事前の演習通りにはいかず“さすまた”をはねのけられている姿が見られました。

防犯訓練終了後の講評では、「危機意識共有のため、不審者がナイフを出したらまず誰かが大声で『ナイフ』と言うとよい」「“さすまた”はあくまで身を守るための道具なので不審者には近づきすぎない」等の反省点を挙げていただきました。



## 護身術講習会

防犯訓練後は、引き続き小串警察署ご協力のもと、病院職員約40名が集まり、大会議室にて護身術講習会を実施しました。腕を掴まれたケースや後ろから抱きつかれたケース等を想定して行われ、職員同士でデモをしながら身を守る術を学びました。護身術講習会後には、「一番大事なのは、危ない所に近づかない、立ち寄らないこと」「万が一襲われたら、まず大きな声を出す」「鞄等の身の回りにある物を使い振り払う」等といったアドバイスをいただきました。



今年度の防犯訓練も反省する場面は色々ありましたが、訓練を重ねることにより、実際起きた場合に患者さんの安全確保を第一に、次に自分の安全確保を行えるよう訓練の大手さを学びました。今回の防犯訓練、護身術講習会での気づき、反省点、学んだことを参考に、防犯体制の強化に努めていきたいと思います。



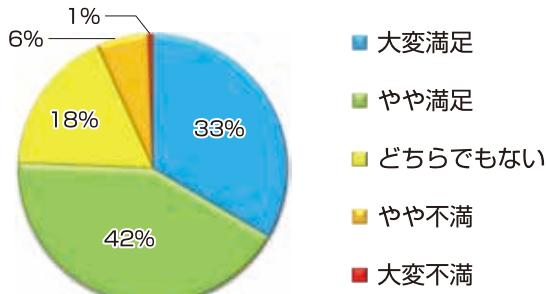
# 平成30年度 外来患者アンケート調査結果

実施時期：平成30年10月15日(月)～  
平成30年10月19日(金)

対象者：外来患者様及び付き添いの方

回収枚数：354枚

## 今回の外来に関して満足なさいましたか？



## ▼今回の外来についての具体的なご意見

### 対応について

- とも皆さん親切。
- 看護師の対応がとても良かった。いつも説明等をよくしてくれる。
- 言葉遣いが優しい。
- 具合が悪く電話したところ、すぐ対応していただけたので良かった。
- 穏やかに接してくれた。安心してお願いできる。
- 声かけが丁寧。
- 玄関から診察室まで車椅子に乗せてもらいたい。一番奥なので歩くことが出来ない。
- 丁寧に行く場所を教えてもらった。
- 受付が分かりやすく教えてくれる。
- わからないことがあっても聞きやすい。

- 先生には大変満足だが、MRの男性技師には不満足。声を一言もかけず説明もなく、とても荒っぽかった。
- 採尿室で採尿が長いと言われ、「泌尿器科にかかればいいのに」と言われて嫌な思いをした。
- 受付が以前よりも良くなった。
- 今透析をしているが、楽しそうに大声でしゃべるスタッフ、皆に平等にしてほしい。あまりしゃべらないほうがいいと思う。患者さんは皆真剣。優しくしてほしい。
- 駐車場案内の人との態度が良くない。以前電話で確認してから来たのに、受付で受診できないと言われた。結局受診できた。
- 看護師さんが他の病院に比べて皆優しくて明るく親切。
- 駐車場の方が親切だった。
- 皆さん気持ちよく送り迎えしていただくことが大変有難いと思っている。
- 駐車場の誘導の人が何を言っているのかわかりにくい。

### 診療について

- 話をよく聞いてくれる。こちらの体調等に合わせて診察してくれる。
- 詳しく説明してくれる。
- 夜間にも関わらず親切に見てもらいたい。
- 血圧が高いので内科等で見てもらいたいと思ったが、他所の病院にかかっているので断られた。
- 病院スタッフさんが優しいが、検査の結果が分からぬので「大変満足」にはならない。
- 先生の話、検査もとてもわかりやすかった。病院も明るくてよい。
- 症状が改善してきた。●説明がわかりやすい。

- 内科の先生方は説明をしない。自分達だけが分かっても仕方ない。もう少し気持ち良くやり取りしてほしい。
- 元々糖尿病の検査で通い始めたが、最初は糖尿病を知らない先生でどうにもならなかった。その後糖尿病に詳しい先生に変わったが、今度は糖尿病以外は分からないと言って一切診てくれない。
- 先生に理解してもらえない。
- 先生の対応に少し不安を感じる。
- 診察が長い。診察後に入れる時間が長い。
- 病名をはっきり言ってもらえない。
- 日曜日に受診したが、看護師1人では不足ではないか。待たされる。
- 先生達、横着。必要のある検査をして欲しい。説明不足。

### 設備について

- ゆとりがあり、静かでいいと思う。●掲示板が高齢者にはわかりにくい。
- 新病院はきれい。●広く、明るく、清潔に感じられる。
- 新しく建て替わってわかりにくくなつた。●受付がわかりにくい。
- 駐車場の段差がベビーカーでは通りにくい。
- 正面玄関のドアが閉まっていて表示も無いのでわかりづらい。
- 診察室と番号表示はわかりやすいが、表示時間が少し短すぎるように思う。高齢者はついていけないように感じる。
- 入院したけどシャワーが無かったので、あつたら良いと思う。
- 案内がわかりやすい。
- 自動精算機があれば少しは時間短縮になるのでは。
- 駐車場に段差があり、雨の日に見えづらくて転びそうになった。
- 診察室の表示は出っ張ったものの方が分かりやすい。

- 病院の外周どこかにベンチが欲しい。少し休憩できる椅子があればいいなと思う。
- 時計があるといいと思う。お年寄りが多いので、スマホ時代ではない方には親切だと思う。
- 院内はわかりやすいと思うが、高齢の方にとっては分かりにくいかもしれない。
- 玄関から待合スペースまでの距離が遠い。
- トイレが臭い(検査室)。
- エリア内にたばこを吸うところがあればいい。エリア外からの患者のポイ捨てが目立つ。
- エレベーターの表示がわかりにくい。
- 病院では難しいと思うが、フードコートにあるような順番が近づいたらお知らせするような小さな受信機を各々の患者さんに貸し出せたら待ち時間の気分的な軽減にならないか。
- 玄関の場所や検査の場所が分かりづらいが、慣れれば今まで通りスムーズにいくと思う。

### アクセスについて

- 駐車場が遠い。近い駐車場は狭くてとめられない。
- 駐車場を早く完成させてほしい。
- 線路沿いの道路と早くつなげてほしい。
- 薬局が以前の場所のままで車使用でないと行くまでの時間がかかる。

- 足が悪くて近くの駐車場に車をとめさせてほしいとお願いをしたのに、駐車場のスタッフの許可しないと言われ、一番遠い駐車場にとめさせられて、不快な思いをした。
- 駐車場は、進捗は広報誌で分かっているので、仕方ないし、よいと思っている。
- 駐車場が遠くて不便だが、みんなでその話をすると余計に広まるのかもしれない。前の病院と色々比較してしまうが、慣れれば解消すると思う。
- 小串駅から正面玄関までのルートがわからない。駅前に看板等があればありがたい。

### 予約制度・待ち時間について

- 待ち時間が少し長い。●予約の時間にすれがでないのはとても嬉しい。
- 以前より待ち時間が長く感じる。●予約時間に診てもらえない。
- 待ち時間がわかりやすくなつた。●待ち時間が短い。スムーズ。
- 待ち時間が長いが、予約変更したので仕方ないかも。

- 予約時間をかなりオーバーした。
- 予約票に受付時間があるが、予定より時間がかかり過ぎる。
- 検査後の時間がかかる。待ち時間がはんぱなく長い。3時間以上待つても受診できないし、30分以上番号が変わらず、説明もなくイライラした。
- 予約はいいが再診の時手続きがかりめんどくさい。
- 予約の配分は難しいと思うが、病気によって時間がずれることを考えてほしい。

### その他

- 夏場は寒かった。エアコンが効きすぎ。●ロビーに新聞があると良い。

- 薬局への処方箋のFAXは今後も継続してほしい。
- レストランがPM2時までとは早い。せめて3時までにすべき。あと、せまいと思った。
- レストランを2階以上にして海を見られるようにしてほしい。

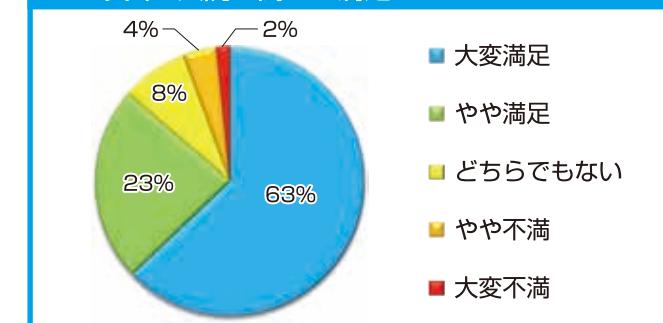
# 平成30年度 退院患者アンケート調査結果

実施時期：平成30年10月 1日(月)～  
平成30年10月31日(水)

対象者：退院患者様及びそのご家族

回収枚数：124枚

今回の入院に関して満足なさいましたか？



## ▼今回の入院についての具体的なご意見

### 対応について

- 視覚障害があり不安だったが、スタッフの皆様が優しかったので安心して入院できた。
- 看護師の皆さんの対応が良かった。
- 先生をはじめ、助産師さんや看護師さんがとても親切で、心あたたかく、安心して入院生活を送れた。
- 褥瘡防止のため体位の変更等を適宜実施していただいたら、スタッフの皆さんが声掛けをしていただいて、面倒をよくみてくださったことに感謝している。
- 患者が不穏になった時、電話をして下さり、話をさせていただいた。他のスタッフも声掛けしてもらい、気持ちよく退院することができた。
- 母が疲れているのではないか気遣いがすごく良かった。小児の世話も良くやって頂いた。感謝しかない。
- 家族の思いを受け止めいただき、感謝している。
- 個室に入院していたが、掃除の人人がシャワー・WCを掃除しながら、大変だ、髪の毛が、とツヅツ言っていた。とても気分を害した。
- 対応は皆様一生懸命で感謝している。
- 各階、日勤、夜勤により、スタッフの対応にバラつきあり。

- 具合が悪いのに患者に寄り添ってくれなかった。
- 1日の日程が本人に伝わっていない。歩けるのに付き添われて嫌だった。
- 何かに対して嫌な人がいた。ただ1人がいけなかった。
- 予供が腹痛で泣くと、ナースコールしない間にも「大丈夫ですか？」と見に来て下さり、心強かった。
- 病院は新しいし、職員の対応も非常に良い。これを持続させてもらいたい。
- 約2週間の入院生活だったが、病気に対しての私の不安や疑問を丁寧に優しく聞いて頂いた。資料を持って来てくれたり、わかりやすく説明もして頂いた。看護師さん達の優しさがすごく伝わった。
- 清掃のおばさんの態度が悪かった。
- スタッフの連絡がゆき届いていない時があり、不安な時があったので、確認し合って欲しい。
- 外来・病棟スタッフの方、売店の方にとても良くして頂いた。付き添いの食事など注文(?)できるととても助かると思った。子供が寝ている間を見計らって売店まで行くのも一苦労だった。病棟では、点滴の名前の確認の仕方、着替えの時のルートの処理、手袋をする、しないなどスタッフの方々で差があった。もう少し統一されると安心。
- 病院が新しくなっても、スタッフの質が落ちたと思う。これでは他の病院に受診したいと思った。

### 診療について

- 手術前の心配なことや不安なことに、ていねいに答えて下さったことや、術後のケアもよかったです。

- 病状説明がきちんとされていないし、医師が時間を守らない。入院下着をかけてもらったのが3回、体は毎日自分でふいたようだが、あまりにもひどいと思った。
- 担当先生とのコミュニケーション(病状等)をもっととれていれば良いかと思った。

### 設備について

- 部屋がキレイ。 ● 清潔で明るい。 ● 部屋が快適だった。
- 病室からの景色が良くて、談話室が近くなつて、色々と便利。自販機も近くで良い。
- 点滴を打つとトイレが近くなるが、トイレが少ない。人が入っててもうまでトイレを探しに行く場合がある。

- シャワー付き個室だったが、付き添いの身としても使い勝手(物を置く場所や足拭き等)が悪く、入院し自分で使用するのは結構難しいのではと思った。病室は眺めも良くきれいで満足。
- ユニットシャワーについて。シャワーを使用する時に部屋の鍵がないので不安。入浴中の私は作ってもらったが、個室なので鍵があつてもいいのではないか。また、着替えを置く台等がなく不便。

### 食事について

- ご飯(食事)の品数など多くて驚いた。おやつもある。 ● 食事が美味しかった。 ● 食事が良くなかった。

### その他

- 掃除について、モップで拭かれても、まだ髪の毛が落ちているので、少し気になった。
- 入院しているときに思ったが、トイレットペーパーの予備が少なかった。朝が困ったことがあった。

## アンケートの御協力有難うございました。

この結果を参考に更なる地域に親しまれる病院作りを目指し頑張って行きたいと思います。

※ご意見は原文のまま掲載させていただいております。

なお、皆様から頂戴したご意見をできるだけ多く紹介するため、文中の文字が小さく見づらくなっていますが、何卒ご容赦ください。



## 栄養管理科リレーエッセイ～栄養と健康～

## vol.3 「健康に生きるための栄養の重要性」

栄養管理科 管理栄養士 桑原里佳



前回は5大栄養素についてお話しをしましたが、今回は必要エネルギー量についてご紹介します。

みなさんは、1日にどのくらいの量の食べ物を口にしているでしょうか。どのくらい食べるとちょうどよいかは、身長、体重、身体活動量により個人差があります。自分に合ったエネルギー量を知るために、体重と身長を用いて計算できる**BMI(体格指数)**が目安です。

あなたの**BMI(体格指数)**を計算しましょう！BMI  
計算式

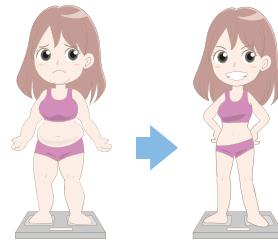
$$\text{体重} \div \text{身長} \div \text{身長} = \text{BMI}$$

(kg)                  (m)                  (m)                  (kg/m<sup>2</sup>)

例えば、体重65kg 身長170cm(1.7m)の人は、 $65 \div 1.7 \div 1.7 = 22.5$ になります。

## 目標とするBMIの範囲(18歳以上)

年齢(歳)	目標とするBMI(kg/m <sup>2</sup> )
18～49	18.5～24.9
50～69	20.0～24.9
70以上	21.5～24.9



1日にどのくらい食べればよい  
か、エネルギー量の目安は表1  
を参考にして下さい。

表1 推定エネルギー必要量(kcal/日)

性別	男性			女性		
	低い(I)	ふつう(II)	高い(III)	低い(I)	ふつう(II)	高い(III)
身体活動レベル						
18～29歳	2,300	2,650	3,050	1,650	1,950	2,200
30～49歳	2,300	2,650	3,050	1,750	2,000	2,300
50～69歳	2,100	2,450	2,800	1,650	1,900	2,200
70歳以上	1,850	2,200	2,500	1,500	1,750	2,000

- 身体活動レベルは、低い、ふつう、高いの3つのレベルとして、それぞれI、II、IIIで示します。
- 低 い(I)**…生活の大部分が座位で、静的な活動が中心の場合
- ふつう(II)**…座位中心の仕事だが、職場内の移動や立位での作業・接客等、あるいは通勤・買い物・家事、軽いスポーツ等のいずれかを含む場合
- 高 い(III)**…移動や立位の多い仕事への従事者、あるいは、スポーツ等余暇における活発な運動習慣を持っている場合

体を動かすエネルギーは「低い」より「ふつう」を目指す方が健康でいられるための秘訣だと言われてるワン!! 今より体を動かしてみよう!!



## まずは日常生活を振り返ってみましょう。

ペットの散歩や買い物、自治会活動や地域の行事などに参加することもよい運動になります。1日の中でウォーキングや体操を行う時間を決めておくことも大切です。1日3食の食事と日中は少しでも動くように心がけ、夜はしっかりと寝るという生活リズムを作り健康の維持・増進を目指しましょう。食事についてご相談があるときはいつでも管理栄養士にお尋ね下さい。



# 元気スタッフの WA!

## 「私の趣味」

4階西病棟 看護師

高木 奈都美



こんにちは。4階西病棟看護師の高木です。今回は私の趣味についてお話しをさせていただこうと思います。

小学生の頃、友達に誘われてスポ少のバレーを始め、体を動かすことが好きだった私はその後もバレーをずっと続けており、今でもソフトバレーをしています。一緒にに入った友達はとっくにやめてしまったのですが中学校でも高校でもバレーに打ち込んできました。高校の頃は来る日も来る日もバレーをする毎日で、苦しいこともたくさんありましたが、チームメイトと励ましあいながら過ごしたおかげで忍耐力も養えた気がします。そんな日々を過ごしているといいことも!!(o^-^o)県大会で頑張ったおかげで全国大会にも出場することができたのです。全日本でキャプテンを務められた荒木選手の高校と対戦し、みごと大敗しました・・・が、大切な仲間との良き思い出です。

社会人になってからはゴム製でできた少し大きいボールを使う、ソフトバレーをするようになり、バレー好きの様々な年代の方との交流を深めることもできました。試合に出場する



### 患者様の権利

当院では患者様の個性・人格を尊重し、病院の理念に基づいて良質な医療を提供し、患者様の権利を保障します。

- 一、ご自身にあった最良の医療を受けることができます。
- 一、病気・検査・治療については気兼ねなく、納得のいくまで説明を受けることができます。又、主治医とは別の医師の意見を聞くことができます。
- 一、十分な説明を求め、ご自身の治療法などをご自身で決めることができます。
- 一、個人情報の秘密は守られます。
- 一、ご自身の診療録(カルテ)の開示を求めることができます。

ために県内各地や県外にも足を運び、楽しく、時に激しくバレーをしています。しかし、仕事の合間にをぬって週に1~2回の練習をする程度になると、毎日部活に励んでいた学生の頃のように体が動くはずもなく、数年前に前十字靭帯を損傷する怪我を負ってしまい、再建手術・リハビリのために1ヶ月間入院することもありました。その後も、懲りることなくソフトバレーに励んでおり、運動不足・ストレス解消となっています。

みなさんの中にも健康寿命を延ばすために運動をする方や、今から何か始めてみようかな、という方もおられるのではないかと思います。ですが、自分の今の体力を過信することなく事前のストレッチは欠かさず行ってくださいね。



### 教室 案内

興味のある方は  
お気軽に問い合わせ下さい。  
TEL : 083-774-0511(代)

#### ■糖尿病教室 (あなたの食事は大丈夫??)

2月26日(火) 13:00 ~ 14:30

#### ■安産教室

毎月第4木曜日 13:00 ~

医師や看護師、栄養士が分かりやすく病気や予防についてお話しさせていただきます。どうぞお気軽にご参加下さい。

### 基本方針

- 一、患者様と一緒に考え、一緒に病と闘う、心のこもった納得のいく医療を心がけます。
- 一、明るい職場から生まれる、温かく思いやりに満ちた心で患者様に接します。
- 一、常に知識・技術向上のための研鑽を積み、質の高い医療を提供します。
- 一、地域社会のニーズに応え、住民の心身の健康増進に努めます。
- 一、健全な運営と療養環境の充実を図り、地域社会から信頼される病院を目指します。

# 診療案内

再診は全科予約制となります(小児科を除く)

初診の方は医事課 新患受付までお申し出ください

平成30年10月1日現在

診療科		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
内科	午前	長澤俊明 (療養内科)		橋本興 (療養内科)	長澤俊明 (療養内科)	長澤俊明 (療養内科)
		橋本興 (療養内科)	川田泰伸	長澤俊明 (療養内科)	中辻理子	川田泰伸
		千原龍夫 (健診ドック)	千原龍夫 (健診ドック)	千原龍夫 (健診ドック)	高橋徹郎 (健診ドック・内科)	千原龍夫 (健診ドック)
		高橋徹郎	弘津喜史	高橋徹郎	弘津喜史	弘津喜史
	午後	橋本興 (療養内科)	川田泰伸	橋本興 (療養内科)	長澤俊明 (療養内科)	担当医
		高橋徹郎	弘津喜史	高橋徹郎	弘津喜史	
(専門外来) 糖尿病・メタボ 外来	午前 9:00~12:00	北島敬一				
	午後 13:00~16:00	北島敬一				
神経内科					清水文崇	
心療内科	午前			中田信浩		野村道次
小児科	受付 8:30~11:30	中司謙二	中司謙二	有吉平	元永貴大	市来章裕
(専門外来)		小児神経外来 星出まどか (第1・第3) 13:00~予約制	乳幼児健診 13:45~15:00	慢性疾患・ アレルギー外来 14:30~16:30	小児腎臓外来 橘高節明 (第3) 14:00~予約制	
		予防接種 14:00~15:00	予防接種 14:00~15:00	予防接種 15:00~16:00		
外科・消化器		荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博
整形外科		橋口彰	橋口彰	市原佑介	橋口彰	岩永隆太
脳神経外科	午前	長次良雄	長次良雄	長次良雄	長次良雄(第2)	長次良雄
	午後			長次良雄		
皮膚科				沖田朋子		
泌尿器科		上領頬啓	小松宏卓	上領頬啓	安井平造	小松宏卓
産婦人科	午前	岡田理	岡田理	岡田真希	杉野法広 岡田理	岡田理
	午後	岡田理	産後検診		岡田理	岡田理
眼科	午後	福村美帆		布佳久		
耳鼻いんこう科	午前	山本陽平				廣瀬敬信
リハビリテーション科					長次良雄 11:00~(第2)	橋口彰 9:00~

＜受付時間＞ ※小児科外来受付 8時30分～11時30分

※心療内科診療時間 8時30分～12時00分

※予約の変更は月～金曜日11時～13時に各科外来までご連絡下さい 083-774-0511(代)

※土・日曜日・祝祭日は全科休診となります。但し、急患はこの限りではありません。



## 敷地内禁煙について

新病院への移転に伴い、豊浦病院は平成30年7月1日から**建物内、駐車場等含め、病院敷地内が全面禁煙**となっております。ご理解、ご協力のほどよろしくお願い致します。