

Vol.4

# にこにこ

前原病院 広報誌

発行日 平成 31 年 4 月 15 日

医療法人 慈生会 前原病院

院長 前原 敬悟

## 慈生会の理念

慈しみの心と、  
真心の医療。

- 一、すべての人の人生を平等に大切に考えます。
- 一、私達はどんなときにも患った人々に笑顔と優しい言葉で接します。
- 一、私達は健康に良い美しい環境造りに努めます。
- 一、私達は地域との連携を図り、患者様の社会生活を支えます。
- 一、新しい医療・介護の知識・技術の習得に努め、日常の業務に反映します。
- 一、笑顔で働きがいのある職場作りに努めます。

## 春のふらつき

◎春から初夏に移り変わる頃、気候が不安定な日が続きます。こんな時は、体調が崩れやすくなり、特にシニアの方々は、「ふらつき」に要注意です。

◎ふらつきの原因で意外と多いのは降圧剤の影響です。高血圧で降圧剤を飲まれている場合、シニアでは血圧が下がりすぎて、そのため体がふらふらと揺れる動揺感が起こり、脳貧血にも繋がりがやすくなります。  
その他、春から夏と暖かくなるにつれ体は血圧低下の傾向になりがちです。

◎急に立ち上がった時に起こる立ちくらみやトイレで意識をなくす排尿失神も体全体の急な血圧低下によって一過性の脳貧血になることで起こります。これらは全身の循環の問題であり、通常脳には異常はありません。

◎不安定な気候から体調を守るためには？

- ・副交感神経を優位にさせる為に吐く息を意識して、ゆっくりと深呼吸をします。
- ・睡眠は、心身のリラックスに最適です。夜に連続して6時間眠るように心掛けて体の疲れやストレスが激しかった日は、1~2時間、睡眠時間をプラスします。
- ・いつもより、長めにゆっくりと時間をかけて食事を摂ります。
- ・この時期に体を労わる食材は、根菜類、きのこ類、山菜、緑葉野菜、玉ネギ、長芋、生姜などがお薦めです。その他、柑橘類、イチゴ、スモモの果物や酸味のある食べ物が最適です。
- ・天候の良い日は、散歩や軽い運動をします。それでも体の不調が続くようなら医療機関を受診しましょう。



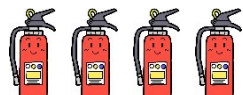
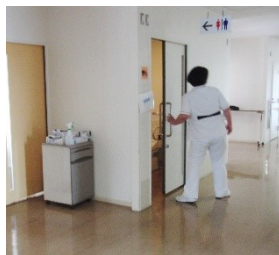
◆1月22日火曜日、アンサンブルグループ「ピアニッシモ」による中国の楽器二胡の演奏会を行いました。「茉莉花」「童謡メドレー」「早春賦」「蘇州夜曲」「見上げてごらん夜の星を」など多彩な曲をお聴かせ下さいました。患者様、ご家族から歌声が溢れたり、にっこりされたり、二胡の抒情を誘う音色に、心癒される演奏会でした。



◆2月4日月曜日、院内で「豆まき」を行いました。患者様に季節を感じて頂けるように四季折々の行事をしています。福男（院長）福女（副院長、浜田 Dr.）鬼（スタッフ）に扮して病室を回って、「福は内、鬼は外」の勇ましい掛け声とともに、福豆ならぬ福チョコを患者様にお渡ししました。



◆3月26日火曜日、火災避難訓練を行いました。火災発見→初期消火→消防署へ通報、患者様、ご家族の避難誘導、院内放送、逃げ遅れた方がいないか確認など、スタッフそれぞれの分担を決め、素早く行動しました。その後避難訓練の一環として、実際に担架やシーツを使用して患者様を安全な場所に移動する方法も体験しました。





◆3月9日土曜日、「第9回遺族会」を開催しました。院長の開会挨拶から始まり、スタッフの自己紹介、ご遺族の紹介、メモリアルメッセージカードの説明、茶話会、副院長の挨拶で閉会しました。当院に来られることは、ご遺族にとって悲しみや苦しみなどの複雑なお気持ちがおありなつたと思います。それを乗り越えて、ご参加下さつたことにスタッフ一同心から感謝申し上げます。



メモリアルメッセージカードに亡くなつたご家族を偲びながら、その思い出を書いて下さいました。



ご遺族の方は、ご家族の思い出に涙をこぼされたり、笑顔になられたりしながら、スタッフと話をされていました。



★当院スタッフ「臨床心理士：渡辺 明日香」さんが、国家資格である「第1回公認心理師」に合格しました。主として法律で定められている、心理査定（アセスメント）、心理面接（カウンセリング）、関係者への面接、心の健康に関する教育・情報活動」の4つの業務を行います。患者様やご家族、スタッフなどの心理に関する支援が必要な方々に、資質が維持された専門職として関わりたいと決意を新たにされています。



～お知らせ～

※毎週月曜日 10時から(祝祭日は除く)無料のリハビリ教室を行います。

☆予防接種は、予約制となっております。

☆健康診断は随時。

☆前原病院人間ドックは、ご希望に合わせてメニューを組むことができますので、ご相談下さい。

☆特定健康診査、乳癌検診、福山市がん検診(胃がん、肺がん、大腸がん)実施医療機関です。

前原病院  
の概要

1日平均外来患者数：43人

1日平均入院患者数：療養病床 40人、緩和ケア病床 9人

平均入院日数：療養病棟 65日、緩和ケア病棟 31日

平成31年  
3月現在

内科・胃腸科・放射線科・緩和ケア内科・リハビリテーション科  
慈生会 前原病院

※福山市手城町一丁目 3-41 TEL(084) 925-1086 FAX(084) 923-4504

診療受付時間

午前 8:30～12:30 / 午後 15:00～17:30  
※木・土曜日午後、日曜日、祝祭日は、休診です。



＜バスでお越しの方＞

中国バス：鋼管方面行き

バス停「千間土手西」下車、南へ徒歩3分

＜車でお越しの方＞

国道2号線を岡山方面へ進み、

「千間土手西」交差点を右折

☆多編集後記☆

新年号「令和元年」となり、皇位のご譲位も行われます。色々な災害に見舞われた「平成」でしたが、「令和」は、皆様にとって安寧で安楽な年になりますように願っております。

広報誌編集部一同

