

## 慈生会の理念

## 慈愛の心

- 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出会う全ての人に笑顔とやさしい言葉で接します。
- 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、日々新しい知識・技術の習得に努め、自らの成長のためにチャレンジを続けます。
- 一、職務を通して人間力を磨くとともに、多職種で協力し、組織の一員としての役割を果たします。
- 一、笑顔で働きがいのある職場造りに努めます。

## 春バテって？

○ウキウキ気分の春なのに、なぜか疲れが溜りやすく、風邪や病気になりやすい…。そのような悩みは皆様にはありませんか？

○オトナ世代が気を付けたいのが、この時期特有の体調不良＝“春バテ”についてです。気温の寒暖差やご家庭の環境の変化などの原因で免疫力の低下、自律神経の乱れなどにより、疲れやすかったり、体調を崩したりする方も多いのです。そんな季節にオススメの対処法を紹介します。

○睡眠環境を整え、良質な休息をとる。  
リラックスして落ち着ける空間と心地よい室温（1年を通して16～26℃、湿度50～60%）を保ち、入眠時の明るすぎない光と起床時の自然な光を浴びること、入眠や睡眠を妨げない音の環境、シーツや枕を清潔にする等で質の良い睡眠を得られます。

○入眠姿勢は大の字で行います。

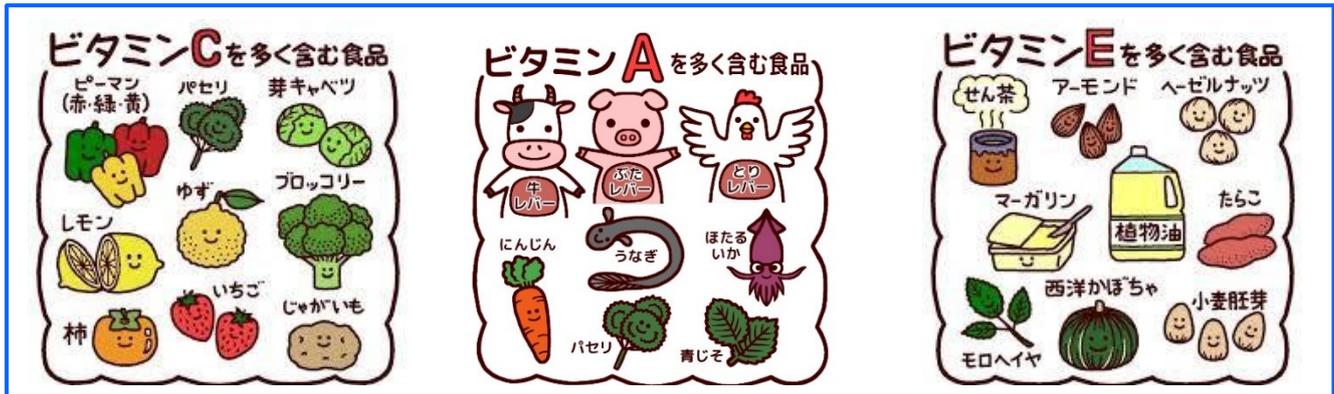


○気温の寒暖差や天気の変わりやすい日が続きます。それを踏まえて体を冷やさない服装を考え、首元に巻けるストールや手袋、カーディガン等の上着を持ち歩きます。

○食事で自律神経のサポートをします。  
バランスの良い食事を意識する。特に春は自律神経を整える作用のある、ビタミン・

カルシウム・ミネラル（鉄分・亜鉛・カリウム）を多く含んだ食材を毎日のレシピに加えるようにします。鉄分…レバー、貝

亜鉛…牡蠣、豚レバー、牛肉、納豆、卵  
カリウム…バナナ、ほうれん草、芋・豆類  
カルシウム…乳製品、豆腐、ゴマ、煮干等



★3月25・27日に院内でお花見をしました。COVID-19感染予防のため、少人数で行い、残念ながら、茶話会も取りやめて、患者様は車イスで中庭に出られる方、窓から眺められ方と分かれて、桜を想い想いに楽しまれていました。



★お花見中にメジロが2羽飛来して、桜の蜜を吸いながら飛び回り、緑色の濃い1羽と薄色の1羽の仲の良い様子は、微笑ましくまるでカップルか兄弟のように見えました。



★124年ぶりに2月2日火曜日が「節分」でした。その日に3階ハートベルホスピスで、COVID-19感染予防のため、豆まきを患者様の病室へ福男＝古口医師が赤鬼・青鬼＝看護師を従えて、訪問という形で行いました。福男は福豆ならぬ、福チョコを患者様一人一人に手渡しました。



★鬼の顔を箱に貼り、「鬼は外」の掛け声に合わせ、患者様にお手玉を投げ入れて頂きました。患者様だけではなくスタッフ達も笑顔がこぼれた節分でした。

### 患者様の鬼退治！！



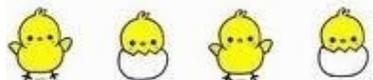
### 鬼にお手玉がヒット



★4月1日木曜日、新年度の始まりと共に、慈生会の入社式が執り行われ、病院8名、関連施設5名、13名が新たなスタッフとして、加わりました。入社式は1.開会宣言、2.祝辞：理事長、3.辞令交付、4.各部門長の紹介で進行し、理事長の祝辞では、たくさんの方が入職してくれたことへの喜び、慈生会の理念「慈愛の心」を胸に刻み、活力に満ちた皆さんが我々の仲間になることで、慈生会に新しい風を吹き込んでくれるよう期待しています。(要約)と述べました。その後、オリエンテーションに移行して、前原事務次長が当院の理念・基本方針・組織図、就業規則等の説明、公認心理師はメンタルヘルスについて、市川師長は医療安全、藤井看護部長は医療職者としての学ぶべき講義等を行いました。2日目は各部署に分かれ、看護職は病棟でAED、採血などを実際に体験したり摂食、オムツ交換等を見学したりしてオリエンテーションは終了しました。



## 2021 年度 入社式



辞令交付  
緊張 MAX



### ～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、予約制となっています。

☆健康診断は随時行っています。

☆前原病院人間ドックは、ご希望に合わせてメニューを組み合わせる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 1 日平均外来患者数：38 人

2021 年 2 月現在

の概要

平均入院日数：療養病棟 139 日、地域包括病棟 32 日、緩和ケア病棟 27 日

1 日平均入院患者数：療養病床 30 人、地域包括病床 12 人、緩和ケア病床 12 人

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☆多

芭蕉の名句に「春の雲 鐘は上野か 浅草か」があります。春=桜、雲と見間違えるほどの桜の花盛り、聞こえてくる鐘の音は寛永寺か浅草寺であろうかというのどかな句です。来年こそは皆で花見ができますようにと願います。 広報誌編集部

