

ホスピタリティコート hospitalityCourt 06

メディカルコート八戸西病院 広報誌



特集「青森県民の健康意識向上を目指して」
国立大学法人弘前大学 学長 佐藤 敬 氏
社長の健康塾「有限会社 柏崎青果 代表取締役 柏崎 進一」

お知らせ Information



月日	イベント・行事名	内容	時間	場所	申込方法等
8月	6日(土)	第6回 メディカルコート 夏祭り テーマ「和 〜ふれあい 笑顔 夏まつり〜」 健康相談、各種検査、糖尿病ブース 医療安全ブース、感染対策ブース、防災ブース 小学生職場体験、キッズコーナー、フリーマーケット 模擬店など ～多数のご来場をお待ちしております～ ※19時30分より花火大会を予定しています(雨天順延)	14:00 ～16:00 (屋台は 12:00～)	八戸西病院	小学生職場体験 のみ事前予約 (担当:看護部 佐々木・富田)
	20日(土)	病院見学会 平成29年3月卒業見込み者対象の見学会 対象職種:保健師・看護師・薬剤師 臨床工学技士・臨床検査技師 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士	11:00 ～14:00	八戸西病院 健診プラザ	事前申し込み (担当:事務部 藤川)
	24日(水)	糖尿病教室 知って安心!お薬の話(薬剤師)	13:00 ～14:00	交流ホール	当日自由参加
9月	9日(金)	アフタヌーン コンサート 片峰日出男様によるフルート演奏	12:45 ～13:15	交流ホール	当日自由参加
	10日(土)	平成29年度 新卒者採用試験 平成29年3月卒業見込み者の採用試験 対象職種:保健師・看護師・薬剤師 臨床工学技士・臨床検査技師 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士	8:30 ～12:30	八戸西病院	事前申し込み (担当:事務部 藤川)
	28日(水)	糖尿病教室 糖尿病の検査を知ろう!(臨床検査技師)	13:00 ～14:00	交流ホール	当日自由参加
10月	8日(土)	アートギャラリー 泰雲堂様による書道作品展示 (10/21迄)	終日	交流ホール	当日自由参加
	17日(月)	アフタヌーン コンサート 華扇会様による踊り、唄の披露	12:45 ～13:15	交流ホール	当日自由参加
	26日(水)	糖尿病教室 食事療法～基礎編～(管理栄養士)	13:00 ～14:00	交流ホール	当日自由参加

表紙のひとこと

Model: 八戸西健診プラザスタッフ

毎日、受診者様をお迎えしている螺旋階段で撮影しました。

開設直後は受診者様が一日50名ほどだったこともありまして・・・。

それが、今では年間で延べ10万人の方に利用していただいております。ありがとうございます!

健康診断は自分のからだに向き合う良い機会です。八戸西健診プラザは、みなさまとの出会いを大切に、居心地がよい空間づくりも目指しております。みなさんが笑顔で過ごすためのお手伝いをスタッフ一同、今後も頑張っております。

Comment: 八戸西健診プラザ 看護師長 五戸美智子 Photo: 佐藤悠太

特集

青森県民の健康意識向上を目指して

短命県脱却を目指す青森県だが、達成するためには県民自らが生活習慣を改善し、定期健診などを積極的に受診する必要がある。今回は国立大学法人弘前大学の佐藤敬学長と、公益財団法人シルバリーハビリティーション協会(八戸市)の田中由紀子理事長に対談してもらい、県民の健康増進を図るための意識啓発の取り組みを語ってもらった。

医療 座談会



国立大学法人弘前大学学長

佐藤 敬氏

さとう・けい 北海道出身。弘前大学大学院医学研究科修了。専門は脳血管障害。弘大医学部長、同被ばく医療総合研究所長などを歴任し2012年2月に弘前大学学長就任。

た。このように、全県的に社会的な取り組みが少しずつ育ってきており、大変ありがたいです。

田中 「健康」は、頭で分かっているても実際の行動に移すのが難しい。どのようにして住民の協力を得たのですか？

佐藤 研究者が現場に何度も足を運び、なぜこの健康診断をやる必要があるのかを説明し続けたからだと思っています。熱心さが地域の方に受け入れてもらえた理由です。

田中さんは法人で健診施設を運営していますが、どのような取り組みをなさっていますか？

田中 施設での企業健診がメインですが、専用車両を使つての巡回健診にも取り組み、むつ市のほか弘前市や津軽地方にも出向いています。青森県は広く健診施設から遠い場所に住んでいる方も多いため、少しでも広範囲の方に健診を受けやすい環境を整えようと始めました。胸部レントゲン検査だけでなく胃の検査もできる特殊

「病氣」になる前の取り組みを強化

田中 弘前大学での健康意識啓発活動は、近年特に効果を上げているようです。

佐藤 かなり以前から生涯教育や市民公開講座を通して県民の健康意識を高める努力は続けてきましたが、2003年に文部科学省から採択を受けた革新的イノベーション創出プログラム(COI)の取り組み

車両を導入し、少しずつ整えています。巡回健診での受診者は増えており、関心も高まっていると感じています。

佐藤 二次検査の受診率はいかがですか？

田中 「怖いから行きたくない」という声はよく聞きます。我々としては、再検査の方には検査結果に黄色いはがきを同封して、受診した医療機関から返信してもらい追跡できるようにしています。毎年ひつかかる人には「今年は二次検査に行ってくださいね」と声を掛けたり電話をしたりと個別対応には力を入れています。また、本当に悪い状態であることが分かった場合にはその場で検査を受けてもらっています。

佐藤 人手と手間をかけていても、徹底するのは難しいですね。そのためには健康教育を充実させたいです。

田中 年一回の定期健診すら受けていない方も結構多いのが現状です。法人としては、地域の健康教室や健康まつりに積極的に参加して、簡単な健康チェックや糖尿病の方の食事相談会を開いています。また、地元のリビングセンターを会場に法人主催で健康イベントを開き、身体測定や食事指導で啓発に取り組んでいます。



「弘大カフェ」国登録有形文化財の旧制弘前高等学校外国人教師館にパティオのあるカフェをオープン

「地方と共にある大学」を目指す

田中 食事と言えば、「弘前大学さんの学生食堂はすごい」と聞きました。

佐藤 青森県産の食材をできるだけ使うようにしています。国立大学は東北全体で食材調達しているため、全てを変えるのは難しいのですが、学生たちに地元の食材に目を向けてもらい、「おいしいものがあるんだよ」ということを伝え

るために始めました。また、最近は朝ごはんを食べない学生が多いので、試験期間限定の100円朝食も提供しています。

田中 健康指導を本気でやるならまずは自分から。学生は大切な人材ですからね。素晴らしい取り組みだと思います。

佐藤 弘前大学は、地方と共にある大学です。青森県は広く、かつ多様性がある。青森県には青森、八戸、弘前と3つも中心城市がある。それぞれ文化も産業も違う。この多様性をお互い生かし合えるのは、青森県の特長なアドバンテージだと思いますし、大学としてお手伝いしたいと考えています。

田中 八戸サテライトの講義内容は非常に面白いですね。

佐藤 八戸とむつは、距離的な制約もあってこれまで余り活動できなかったが、八戸は地元の目線で企画できる方に客員教授となって頂けたため、講座が活性化しています。むつでは昨年11月にサテライトキャンパスを設置しました。「学」の力は大きいとは思いますが、医療と工業、医療と食品などの仲介者になれる。このような活動を通して、八戸、むつでも弘前大学の存在感を高めたいと考えています。

田中 最近カフェをオープンさせましたね。とてもかわいい建物で素

敵です。狙いはなんですか？

佐藤 大学は、実は地域となじみが薄いです。我々としては、市民や観光客にもっと大学に親しんでほしい。だから、市民や観光客がもっと多く大学に入ってくるための拠点としてカフェを整備しました。特に土曜日は駐車場も空いているため、どんどん来てほしいですね。

田中 「地域への貢献」という点では私たちも思いは一緒です。青森県内で今後も少しでも多くの県民に健康意識を啓発し、健康を増進させる一助になりたいと考えています。

トピックス

「健康意識啓発に役立てて」弘大に1千万円寄付

健康に関する教育や意識啓発活動に役立ててと、シルバリーハビリティーション協会は2月、弘前大学に対して1千万円を寄付した。同協会から弘大への寄付は今回が初めて。弘大内で行われた贈呈式では、田中理事長が佐藤学長に目録を手渡した。弘大は今回の寄付金を、県内各地での教育活動や地域活性化事業などに使う予定。

手芸の匠



ホテルウーマンやりました！

リハビリテーション部 作業療法科 助手
小泉 三紀栄（こいずみ みきえ）
最終学歴：光星学院高等学校 商業科

リハビリ訓練室の一角に、季節を感じさせる貼り絵や、折り紙細工や簾細工の
かご等が飾られています。これらは全て、作業療法科の小泉さんがアイデアを出し
て設計し、入院患者様と一緒に作り上げた作品です。丁寧な指導技術や楽しいお
しゃべりは、患者様をいつも笑顔にしてくれます。完成した作品のクオリティ
も高く、まさに「手芸の匠」。退院後も「手芸の先生はいますか」と訪ねる患
者様もいるほど、人気があります。

推薦者 作業療法科 佐々木科長

凄腕職員

病院には様々な職種の職員がいます。
上司が自信を持って推薦する各部署の凄腕職員を紹介します！

新人看護師研修

5月14日に吸引や膀胱留置
カテーテルの挿入、口腔ケア、
看護記録の書き方に関する研修
が行われました。患者役も経験
し、技術だけでなく、患者様が
どのように感じるかを学びました。



理学療法科勉強会

5月10日に佐々木義肢弘前支
店の工藤さんに講師を依頼し、
義肢・装具の給付に関わる制度
について学びました。健康保険
制度と、総合支援法を利用する
場合について説明を受けました。



新入職員研修

4月4日～6日に、院内にて理学療法士、
作業療法士、言語聴覚士、看護師、検査技
師の新人を対象とした研修が行われまし
た。各部署の業務内容、診療報酬、リスク
管理、感染予防対策、吸引、個人情報管理、
接客についての講義と、感染源の処理の仕
方や手洗いの仕方の練習、実際の器具と人
形を使用した吸引の練習を行いました。



研修後記

院内研修会報告 凄腕職員を目指して！

サービス向上委員会

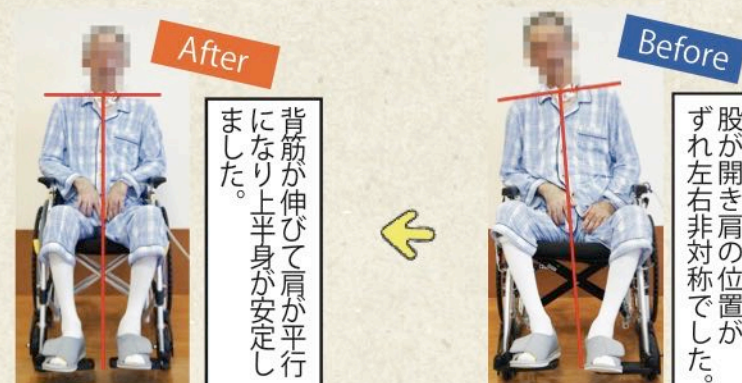
サービス向上委員会では、皆様に安心してご来院頂けるよう、院内環境を改善し、質の向上を図っています。

患者様に合わせて 車椅子を 調整しています



シルバーレンタルサービス
福祉用具専門相談員

当院では、座幅や高さが調
整できるモジュール車椅子を
八十台導入しています。車椅
子で日中過ごされる方にとっ
て、車椅子が体に合っている
ことは大切な事です。
シルバーレンタルサービスの
スタッフがシートの張り具
合や座る部分の幅、高さの調
整（シーティング）を行って
います。調整した車椅子を入
院当初からご利用いただくこ
とにより、早期離床やリハビ
リ効果を高めることに繋げて
います。



健診プラザ受診者様の声

～お弁当配布場所について～



がん健診後にお弁当
を貰えると聞きまし
たがどこで貰えるの
か分かりません。



すぐ分かる

お弁当のお写真を配布場所に設置し、遠くから
でも配布場所が分かるようにしました。内容や
カロリーも表示しているので楽しみながらお好
きなお弁当を選べるようになりました。

健診プラザ受診者様の声

～健診受付について～



プレミアムドックを
受けて健診プラザに來
ましたけどどこで受付を
したらいいですか？



優先受付

⑥番の受付へどうぞ。スーパーブラザドック・
ブラザドック・トータルドックの方は、一般
の健康診断の方とは別に優先して受付出来る
ようにしました。



病院見学



4月23日に病院見学会を開催しました。看護師、保健師を目指す13名の学生さんが参加してくださいました。病院や看護部の説明、八戸西病院と八戸西健診プラザの施設見学、先輩職員との交流等の場を設けました。

健康講話 いこいの家

5月11日に老人いこいの家青山荘にて健康講話と料理教室を開催しました。



管理栄養士が「認知症になりにくい生活習慣」をテーマに、生活習慣改善ポイントなどについて講話しました。今回は13名の方に参加して頂き、和やかな雰囲気で行うことが出来ました。

看護の日

5月14日に1階交流ホールで「看護の日イベント」が行われました。今年は、「骨のはなし」について当院整形外科の久木田医師から講演がありました。健康長寿のためには骨折予防が大切であるとのお話があり、みなさん熱心に聞いていらっしゃいました。



「骨折予防の体操」としてみなさんで「相撲の四股」を踏みました。骨折予防を考える一日となりました。



骨密度測定は簡単に数値が見られて人気でした。



ホスピタリティ

入社式

4月1日にグランドサンピア八戸にてSGグループの入社式が開催されました。今年は90名の新卒職員が入社しました。



平成二十八年度 SG グループ 入社式



公益財団法人シルバーリハビリテーション協会の新人職員の皆さん

入社式の後、平成27年11月に行われたSG研究大会の表彰式が行われました。



作業療法士の向井裕一さんがテーマ「上肢ADL訓練に随意運動介助型電気刺激が有効であった回復期片麻痺の一例」という研究で優秀賞を受賞しました。

アフタヌーンコンサート オカリナ演奏



オカリナ演奏



35 ガールズ

5月17日にオカリナの小比類巻として様、パークッションの前田なるみ様によるコンサートがありました。「昂」や「コンドルは飛んでいく」などの、なじみのある曲やオリジナルの曲も披露されました。

6月23日には35ガールズ7名のみなさんがお面をつけたり仮装をしたりして唄と踊りを披露されました。観客の笑顔が絶えませんでした。

舞披露



5月31日に京都先斗町のお茶屋「井雪」の舞妓、久桃さんが華麗な舞を披露して下さいました。質問コーナーもあり、着物やかんざしについて答えて下さいました。また、最後には記念撮影にも笑顔で応じて下さいました。

初めての臨床実習であり、慣れない臨床の現場での実習により不安な緊張でいっぱいでしたが、患者様や指導者・病院スタッフの方々が優しく温かく、また熱心なご指導のおかげでも充実した日々を送っております。設備環境が整ったとても良い環境下で、実際に患者様に触れ、リハビリテーションを行う中で、様々な体験をして沢山のことができた。患者様に信頼される作業療法士になれるよう、今後も日々精進していきたいと思っています。



東北メディカル学院
作業療法学科
4年 田中 雄奈

臨床実習では技術だけではなく、作業療法士としての考え方、広い視野、様々な視点から患者様に接することの難しさを体感しています。作業療法士の先生方からは熱心にご指導を頂き、様々なことを学ぶと同時に自身の生活に貢献できるように努力する機会となっています。この実習を通して、将来自分が担当する患者様のため、技術や知識、考え方を吸収し、人の人生に関わる職種としての自覚を持ち、患者様の生活の助けになれる作業療法士に近づければと思います。



東北メディカル学院
作業療法学科
4年 糸坂 甚彦

学生の声

高齢の方や噛む力が弱い方は牛肉を薄切り肉にすると食べやすいです。その際はタレの量を多くしすぎないようにしましょう。味が濃く感じるかもしれません。玉葱を繊維に逆らって切ると余計な水分や辛みが出ず、甘みがより感じられ食べやすくなりますので是非試してみてください。



介護老人保健施設 とわだ
管理栄養士 根岸 玲子

食材

- 1 牛バラスライス 200g
- 2 玉葱 1個
- 3 ごま油 小さじ2
- 4 白ごま 小さじ4

調味料

- 1 濃い口 醤油 大さじ2
- 2 酒 大さじ1
- 3 おろしにんにく 5g
- 4 おろししょうが 30g
- 5 コチュジャン 6g
- 6 はちみつ 大さじ1
- 7 すりおろしりんご 1/4個

調理時間 15分
目安 3人分

バラ焼き



作り方

- 1 牛バラ肉は、調味料1〜7を混ぜたタレに2時間位漬けておく。
- 2 その間に、玉葱を少し厚めにカットする。繊維に逆らって切る事がポイント！
- 3 フライパンや鉄板にごま油をひいて玉葱を中火でじっくり炒める。
- 4 牛肉と白ごまを加えてさらに炒める。加えるタレの量はお好みで加減する。
- 5 火が通れば出来上がり。

健康ひとこと

牛肉は良質なタンパク質と鉄分・ビタミンB群を豊富に含む食材です。赤身部分には、脂肪の分解を促進する作用のあるカルニチンが多く含まれます。玉葱には、涙が出る原因である辛辣成分アリシンが含まれます。アリシンには、肉疲労・食欲不振の回復を手伝うビタミンB1の吸収を高めてくれる効果があり、一緒に食べると夏バテ予防に有効です。

メディカルコート八戸西病院
管理栄養士 岩間 優子

1人分

エネルギー:371kcal / 蛋白質:12.4g / 脂質:26.9g / 塩分:2.0g

Hello Baby! お誕生おめでとうございます。



やちる
八千留ちゃん
健康推進科
小山さんの長女

平成28年
3月28日



れん
蓮くん
リハビリテーション部
鳴海さんの長男

平成28年
4月12日



ゆう
侑ちゃん
リハビリテーション部
小ヶ口さんの長女

平成28年
6月1日

東北メディカル学院
作業療法学科 4年
糸坂 甚彦です。



東北メディカル学院
作業療法学科 4年
田中 雄奈です。

キャンパス

今回は、東北メディカル学院から
当院リハビリテーション部作業療法科にきた
実習生をご紹介します。



患者様を担当させて頂き、
通常のリハビリの他に学生
が立案した訓練メニューを
患者様に実施して頂いて
います！



スタッフと一緒に
朝のミーティングに
参加します！



実習指導者から細かな
実技指導も受けて
います。



スタッフと一緒に
お昼ご飯♪



作業療法士は、ご病気になられた方の自動車運転再開についても携わります。



実習内容を毎日ノートに
まとめ、レポートとして
提出します。



沢山の患者様から困っている
ことや、リハビリをして出来
るようになりたいこと等、
お話を聴かせて頂いています。