



# くすの木

基本理念：地域に信頼され親しまれる病院を目指します。

野村病院だより「くすの木」は、管理栄養士による「ヘルシーレシピ」や病院スタッフの紹介など野村病院や健康に関する情報満載の季刊誌です。

Vol. 75  
2017.1



## 謹賀新年 初あそび

新年あけましておめでとうございます。  
お正月といえば、たこあげ、こま回し、そして羽子板ですね。ペーパークイリングという作り方で羽子板の飾り作りにチャレンジしました。画用紙を1cm幅に切り、丸めて、それを並べて貼りつけて絵を作っています。是非、見学に来てみてください。今年も利用者様、職員一同、新しい事に取り組み頑張っていきたいと思っております。昨年同様、よろしくお願ひいたします。

(野村病院デイサービスセンターぎおん 利用者・職員一同)

## 外 来 診 療 担 当 医 一 覧

科目	時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前	平野	中村		齊藤	中村	石原
	午後	石原	中村	石原		影本	
循環器科	午前	中山		久保		東	
	午後		松田				
外科	午前	井上	井上	伊藤	井上・伊藤	吉屋	井上
	午後		伊藤			伊藤	
乳 腺 <small>女性医師不在時は男性医師が代診 しますのでご了承ください</small>	午前		木村			木村	
	午後						
整形外科	午前			増田 (11:30まで)		藤岡 (11:30まで)	増田 (11:30まで)
	午後	庄司 (16:30まで)					
皮膚科	午前	野村 (第1・3)	野村	野村		野村	野村
	午後	野村 (第1・3)	野村	野村		野村 (第1・3)	
神経内科パーキンソン専門外来	午前						森野 (第2・4・5)
脳神経外科	午後		広島大学 (16:00まで)			木下 (16:00まで)	

## 外 来 診 療 の ご 案 内

- 内科(消化器・循環器・呼吸器・内分泌・神経・内視鏡)
- 外科(消化器・肛門・乳腺・呼吸器)
- リハビリテーション科 ●皮膚科 ●麻酔科
- 脳神経外科 ●整形外科

**受付 TEL 082-875-1111**  
受付時間/午前8:30~12:00 午後13:00~17:00

午前中の診療は予約制です。ご予約のない患者様は担当医以外の診察となる場合がありますのでご了承ください。

### 総合診療科 診察時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休
午後 14:00~17:00	○	○	○	休	○	休	休

※ただし初診および急患は予約の有無に限らず随時診察いたします。

## アクセスMAP



- 広交バス「祇園出張所前」下車・徒歩6分
- 可部線「下祇園駅」下車・ゆめタウン方面へ徒歩6分

# 新年のごあいさつ

## 新年明けましておめでとうございます。

平成29年新春を迎え一言ご挨拶申し上げます。

今年も基本理念「地域に信頼され親しまれる病院」を念頭に、職員一同、多職種でチーム医療を行い、皆様に満足していただける医療・介護サービスを提供できるよう一層努力して参ります。

「何か体調がおかしい」と皆さんが感じた際に、「野村病院を受診しよう」と思っただけのような病院になろうと努力して参ります。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



理事長 井上 秀樹  
院長

## 新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

今年も「地域」に選ばれる優しい病院を目指して、手術を含めた急性期医療の充実と、医療から介護の境目のない連携を目標に職員一丸となって取り組んで参ります。

本年が皆様にとって良い1年となりますように心より祈念いたします。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



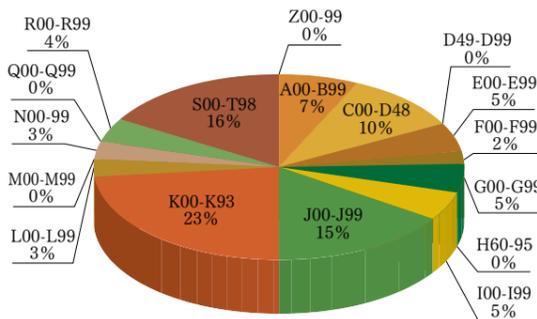
副院長 石原 浩人

# 統計資料

平成28年9月～11月の病気分類別退院患者の割合です。

Vol.3

## 病気分類別退院疾患割合



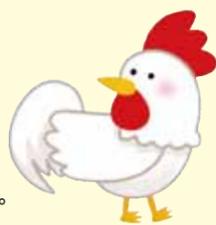
A00-B99	感染症及び寄生虫症 14件
C00-D48	新生物 21件
D49-D55	血液疾患 1件
E00-E99	内分泌、栄養及び代謝疾患 11件
F00-F99	精神及び行動の障害 4件
G00-G99	神経系の疾患 10件
H60-95	耳および乳突突起疾患 1件
I00-199	循環器系の疾患 11件
J00-J99	呼吸器系の疾患 32件
K00-K93	消化器系の疾患 49件
L00-L99	皮膚および皮下組織の疾患 7件
M00-M99	筋・骨格系及び結合組織の疾患 1件
N00-99	泌尿器疾患 7件
Q00-Q99	先天奇形、変形および染色体異常 1件
R00-R99	症状、徴候および異常臨床所見・異常検査所見で他に分類されないもの 8件
S00-T98	損傷、及び外因の影響 33件
Z00-99	健康状態に影響をおよぼす要因および保健サービスの利用 0件

# ちょこっと豆知識

## 今年の干支「酉」について

「酉」は「[[糸酉]]」(しゅう:「ちぢむ」の意味)で、果実が成熟の極限に達した状態を表していると考えられています。後に、覚え易くするために動物の鶏が割り当てられたそうです。また、「とり」は「とりこむ」と言われ、商売などでは縁起の良い干支です。

十二支の守り本尊って知ってますでしょうか。人にはそれぞれ一生一代の守り本尊があり、十二支に基づき八体のご本尊が配られて、それが信仰の対象とされていました。酉年生まれの守り本尊は「不動明王」です。初詣は2017年の干支「酉」にゆかりのあるお寺や神社に行くのも良いかもしれませんね。干支の特徴は、親切で世話好きだそうですよ。



# いいきい ヘルシーレシピ

## お餅のなめこおろしかけ

- 〈材料(2人分)〉 1人分: 208kcal 脂質0.8g たんぱく質5.3g 食塩0.8g
- 餅…………… 3個
  - 大根…………… 100g
  - なめこ…………… 半袋
  - 桜えび…………… 大さじ1
  - 柚子皮…………… 適量
  - だし汁…………… 1/2カップ
  - しょうゆ…………… 大さじ1/2
  - みりん…………… 大さじ1/2

- 〈作り方〉
- ①餅は1/6に切り、オーブントースターで焼く。
  - ②鍋に大根おろし、なめこ、桜えび、だし汁、調味料を入れ、煮立たせる。
  - ③器に餅を入れ、②をかける。上に柚子皮をのせて完成。



切餅1個分のエネルギー量は、茶碗半膳分のご飯(70g)に該当します。大根には消化酵素が含まれており、胃腸の動きを整える効果があるので、食欲がない時にもおすすめです。



管理栄養士 山本 智美

リハビリ室から  
言語聴覚士(ST)  
林 小夜香

# 飲み込みの力をつけて、おいしくご飯を食べよう!

## ～誤嚥とは?～

通常、食物は口から咽頭を通過して、食道へ運ばれます。ところが何らかの理由で食物が誤って気管に入ってしまうことがあり、この現象を誤嚥と呼びます。誤嚥をすると誤嚥性肺炎になる可能性もあり注意が必要です。

## ✓ 食事の際のチェックポイント!!

- 食事中にむせたり、せき込んだりする。(特に水分)
  - 飲み込んだ後に、呼吸が苦しい。呼吸数が増える。
  - 飲み込む時に上を向く。
  - 噛んでいる途中で口から食べ物がこぼれる。
  - 口の中に食べ物が溜まってくる。
  - 食事で疲労する、時間がかかる。
  - 飲み込んだ後に、痰がからんだようなガラガラ声になる。
- ※複数の項目が当てはまる方は、医師に相談してみましょう。



## 誤嚥を予防しよう!!

### ◎食事の時の正しい姿勢

#### 「椅子等に座って食べる時」



両足を床にしっかり着けて踏ん張りましょう!!

【引用・参考文献】 矢守麻奈監修:リハビリテーション加賀八幡温泉病院 嚥下障害研究会編著:ステップ方式で学ぶ摂食・嚥下リハビリテーション、P.16・P.27、日経研出版、2001

### ◎お口の体操でリハビリ

#### 「舌の運動」

※一部ご紹介します。食事の前に口を動かしやすいようにしましょう!!



舌の運動を各5～10回程度行いましょう。

#### 「パタカラ体操」

「パ」「タ」「カ」「ラ」を大きな声で各5回ずつ連続して発音します。5セット程度行いましょう。



# ボランティア募集

※詳細は担当者にお問い合わせください。

デイサービスセンター「ぎおん」 TEL.(082)832-3857  
通所リハビリテーション TEL.(082)832-2255