


あ



SPRING/2024
vol.47

特定医療法人社団 宏仁会
寺岡整形外科病院 広報誌

- 
- 新入職員紹介
 - 病院らくご
 - スカイランニング
 - スポーツ損傷シリーズ
 - 栄養室だより
 - 入院セット導入のご案内

新入職員紹介

今年も新しい職員が仲間入りしました。
新人研修を終え、今後は皆さまに寄り添い、お役に立てるよう医療人としての役割を果たしていきます。日々頑張っていますので、温かく見守っていただけたら幸いです。



みなさま、こんにちは。

4月1日より、特定医療法人社団宏仁会 寺岡整形外科病院の副看護部長として就任しました貫意志保と申します。ご縁があり新たな出発の機会を迎えることとなり、今回広報誌「あしべ」での挨拶という貴重な機会を与えていただき、心より感謝申し上げます。

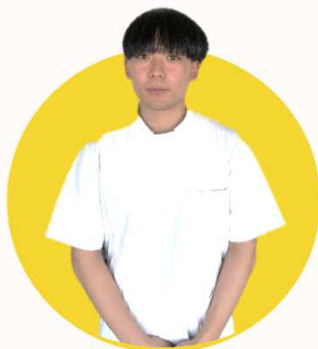
当院は、病院長をはじめ職員間のコミュニケーションがとれていて、アットホームで温かい雰囲気のある病院です。また、患者様が安心して手術やリハビリテーション等の治療を受け、元通りの生活に戻れるようサポートする急性期から慢性期に対応した病院であり、看護職員もその一翼を担っています。私たちは患者様が安全で質の高いケアを受けられるよう、常に笑顔で対応し、寺岡整形外科病院の職員として誇りと責任をもって医療、看護・介護を提供してまいります。

私自身も新しい任務において、全職員との信頼関係を築きながら、患者様・家族様から親しまれ信頼され、地域医療に貢献できるよう、私にできることを努めてまいります。

最後になりましたが、みなさまの安全と快復を第一に考え、“愛の奉仕”をさせていただきます。どうぞよろしくお願い申し上げます。



かんめ しほ
貫意志保
副看護部長



あべ てんしん
安部典眞

理学療法士

趣味 温泉

抱負

分からないことは抱え込まず、必ず周囲に確認します。



おぐに いちか
小國初愛

看護師

趣味 KPOP、動画視聴、古着巡り

抱負

先輩方とたくさんコミュニケーションをとり、日々学びを深めていきたいと思います。



かわかみ かつむね
川上克宗

理学療法士

趣味 サッカー

抱負

コミュニケーションをとり、信頼関係を築きます。





さかもと まなみ
坂本茉奈美

看護師

趣味 アニメ、ゲーム、料理、バドミントン

抱負

早く職場の環境に慣れて周囲にも目が行くようになりたいです。



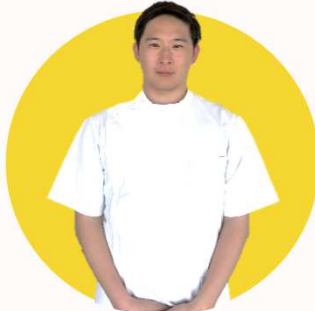
たなべ おうすけ
田邊央祐

理学療法士

趣味 KPOP、サッカー観戦、服

抱負

先輩たちや多職種の方たちと積極的にコミュニケーションをとりたいと思います。



つりや さくあ
釣屋咲愛

理学療法士

趣味 サッカー（観戦も含めて）

抱負

たくさんの人とコミュニケーションをとるようにしたいです。



ふじい りえ
藤井理永

介護士

趣味 アニメ、映画、友人との食事

抱負

分からない事はそのままにせず報告連絡相談を大切にしていきたいです。



みやはら ゆうき
宮原優輝

作業療法士

趣味 野球観戦

抱負

患者さまや多職種から信頼される作業療法士になります。

病院らくご

落語家
柳家小八
さんによる

病院
出張寄席の
ご案内

プロフィール

【生年月日】 1977年1月26日生
【出身地】 広島県福山市
【紋】 変わり羽団扇
【出陣子】 梅の栄
【自己PR】 薄く けだるく 元気よく

【経歴】
2001年3月 東京農工大学卒業
2003年2月 柳家喜多八に入門
2003年4月 前座となる。前座名「小たま」
2006年5月 ニツ目昇進。「ろべえ」に改名
2016年5月 師匠 柳家喜多八逝去。
10代目柳家小三治門下となる。
2017年3月 真打昇進。「小八」に改名

日時 2024年3月26日（火）13時
場所 寺岡整形外科病院6階講堂

入場無料

特定医療法人社団宏仁会
寺岡整形外科病院

この度病院慰問企画として、柳家小八さんの出張寄席を行いました。福山市出身の落語家さんということもあり特別な機会でした。今回落語を取り上げたのは、患者様やスタッフの心身のリフレッシュを図るためです。入院生活では見ることのできない生の落語に会場は大変盛り上がりました。出張寄席は通常の娯楽とは異なる特別な体験を提供することができ、患者様やスタッフにとっていい思い出になりました。

笑いの力は免疫力アップにつながると言われています。笑いは血行を良くし、細胞や組織への酸素や栄養素の供給を促進し、体の健康状態の向上をサポートします。そのため笑いは健康維持や免疫力アップにつながると言われています。



今回普段触れることのできない落語を間近で楽しむことができました。もっと敷居の高い娯楽だと思っていましたが、取っつきやすく、知らない世界を知ることができ貴重な体験をしました。流れるような話は、流石プロの噺家であると感銘を受けました。



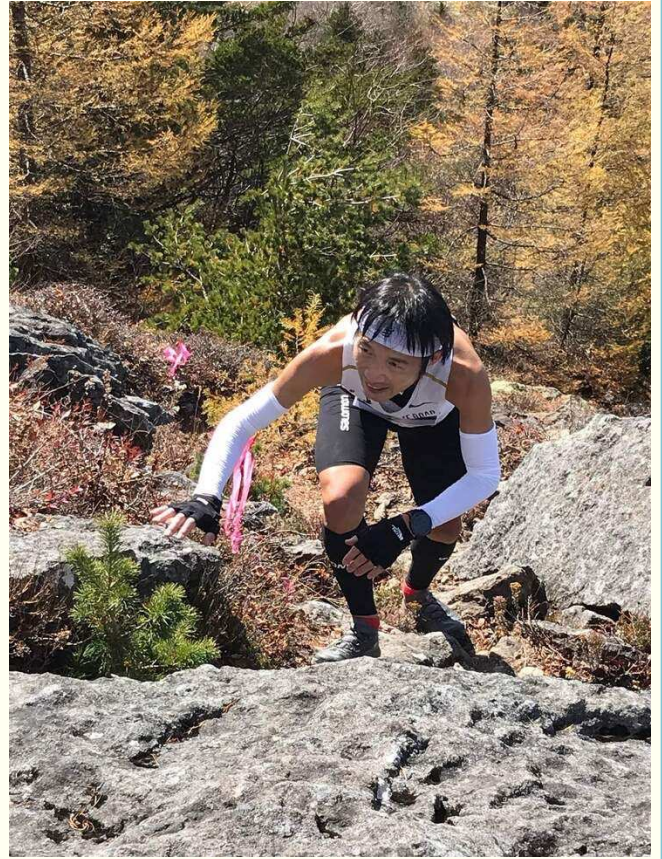
感染対策に伴う制限は徐々に緩和されてきました。病院内でも活気が戻りつつあります。患者様やスタッフの心のケアを目的とした様々な企画を積極的に開催したいと思います。



スカイランニング 世界選手権出場

超高層ビルやランドマークタワーの階段を駆け上がる「パーティカルランニング」の第1回全日本選手権大会に医事課の高前さんが出場しました。パーティカルランニングは、世界的に人気が高まっている都市型スポーツで海外では年間300以上の大会が開かれています。初代全日本チャンピオンを決める選手権には予選大会で上位に入った選手ら計34人が出場し、男女の部に分かれ東京スカイツリー展望回廊までの階段2552段を駆け上がる速さを競います。2019年大阪市のあべのハルカスで行われた「ハルカススカイラン」の一般エリート男子の部で優勝し出場権を獲得しました。

2023年7月末イタリアでの第1回マスターズスカイランニング世界選手権出場を決めており、また5月20日からステアクライミングジャパンサーキットのエリートカテゴリーでの出場と、それに向けてのトレーニングも順調でしたが、5月初旬の事、別のレースに出場していた際に右足を捻り「バギッ、ボギッ」と聞こえた瞬間倒れこんでいました。骨折とは信じたくなく「捻挫捻挫」と自分に言い聞かせましたが立ち上がり、スカイランニングで初めてリタイアを経験しました。なんとか福山まで帰り、そのまま当院の夜間診療を受診した結果、右足関節外果骨折、右第5中足骨基部骨折でした。完治を目指すため寺岡院長による手術を受け、ただちに復帰に向けた歩行トレーニング、筋力トレーニング、走力回復へのリハビリを開始しました。院長先生やリハビリスタッフが大会出場に向けて全力でサポートをしてくれたおかげで、手術から2か月半後のイタリアでの大会に出場、完走することができました。



医事課 高前直幸副主任



5月8日手術をして5月13日に退院、6月19日ギブスが外れて全体重をかけて歩こうとしましたが全く歩けず、大会には間に合わないと思いました。ゆっくりと動かせるようになったのは7月3日くらいからでしたが、依然痛みは続き、良くも悪くもならず焦りが強くなりました。6月19日から毎日休まずリハビリと自主トレーニングを続けました。筋力と走力は目に見えて落ちていました。それでも世界選手権に出場する事だけを目指してリハビリ担当の高橋君としっかり話し合いながらトレーニングをした結果何とか出場することができました。現地入りし、念願だったイタリアの山々を目の当たりにした時は、あまりの壮大さにしばらく魅入ってしまいました。最高標高3000メートル越えて、スタートして10キロもたたないうちに早々に左足首を捻ってしまい、さらには右足首も捻った状態となり手持ちのテーピングで補強しながら走るも脳裏には棄権の事や制限時間のことがよぎりました。



チームメイトに励まされながら何とか12時間30分で走り切ることができたときには思わず涙ぐんでしまいました。5月のレースから止まっていた時を進めることができました。結果としてはチームジャパンは4位で惜しくもメダルは逃してしまい、もっと走れていればと思うと悔しい気持ちもありますが本当にとっても楽しい時間を過ごすことが出来ました。足が折れても2か月半でここまで回復し、世界と戦える舞台に戻ってこれたのは寺岡先生を始めスタッフのサポートがあってのことと感謝しています。

今シーズンの残りをどうするかは自分の足と相談しながらになりますが、やっぱり悔しかったのでもう一度世界に挑戦したいと思っています。この気持ちを忘れずに今後も頑張ります。

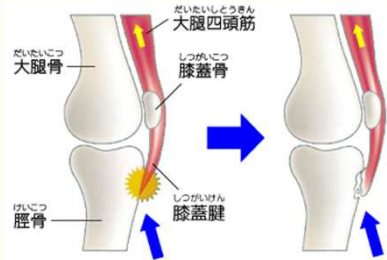


スポーツ損傷シリーズ オスグッド病

監修：日本整形外科スポーツ医学会広報委員会
制作：三笠製薬株式会社

症状と経過

小学高学年から中学の発育期のスポーツ少年のお皿の下の方(脛骨粗面)が徐々にできて、痛みを生じているものを言います。スポーツで、特に飛んだり、跳ねたり、またボールを蹴る動作の繰り返しにより生じてきます。休んでいると痛みは無くなりますが、スポーツを始めると痛みが再発します。成長期に特徴的な痛みです。診断は上記症状とレントゲン検査で判ります。



治療

成長期の一過性の病気です。この時期はスポーツを控えましょう。症状を強くさせないためには、大腿四頭筋を伸ばすストレッチや痛いところのアイスマッサージなどを行い、痛みが強いときのみ薬を飲んだり湿布をします。



原因と病態

急激に骨が軟骨から成長する時期に、膝を伸ばす力の繰り返しにより大腿(太もも)の前の筋肉(大腿四頭筋)と繋がる脛骨の付着部の骨端軟骨が剥離するために生じます。

症状と経過

痛くなければしてもかまいませんが、この時期3~6カ月はスポーツをすると症状が強くなるので、スポーツ前後にストレッチやアイスマッサージ、治療要ベルトの装着などをしたうえでスポーツになります。

栄養室だより 春雑炊で糖質をバランスよく

参考文献
全国健康保険協会



栄養価
エネルギー200kcal
塩分1.5g

材料(2人分)

- ご飯……100g
 - たけのこ……60g
 - にんじん……40g
 - 新じゃがいも……60g(中玉半分)
 - 絹さや……20g
 - 油揚げ……10g(長方形半分)
 - だし汁……500ml
(粉末顆粒5g+湯500ml)
 - ごま油……小さじ1/2
 - しょうゆ……大さじ3/4
 - 塩……一つまみ
- <卵液>
- 卵……1個
 - 砂糖……小さじ1/2
 - しょうゆ……大さじ1/4

脳や筋肉のエネルギー源である糖質は夜寝ている間も消費されます。朝から快適に体を動かすために、糖質は朝食に不可欠な栄養素です。糖質が多く含まれるご飯やじゃがいも、春の野菜(たけのこ、にんじん、絹さや)、手軽にとれるたんぱく質である卵を使った雑炊です。にんじん・たけのこをごま油で炒めることで、にんじんに含まれるビタミンAの吸収率を高め、コクのある味になっています。

作り方

- ① だし汁を作っておく。たけのこ・にんじんは5mm角に、油揚げ・じゃがいもは8mm角に切り、絹さやはへたとスジをとり、2mm幅の斜め千切りにする。また卵はよく割りほぐし、しょうゆ、砂糖を入れて卵液を作る。
- ② 鍋にごま油をひき、中火でたけのこ・にんじんを2分程炒め、1のだし汁を400ml入れる。さらにじゃがいもと油揚げを加え、沸騰してきたら中火にして約5分煮込み、しょうゆを加える。
- ③ ②に絹さやとだし汁100mlを加え、くつくつ煮立ってきたところに卵液を流し入れ、箸でかき混ぜて卵がふわっと固まってきたら、最後にご飯を入れ、米粒が固まらなようにかき混ぜ、ひと煮立ちさせる。だし汁が煮立ったところで卵液を入れることで、卵がふわっと固まります。ご飯を入れるときは、卵のふわふわをつぶさないようにしましょう。



入院時必需品 洗濯付きレンタルシステム

アメニティセット

入院の際に必要な衣類、タオル類、日用品、紙おむつ類を日額定額制のレンタルでご利用いただけるサービスです。



基本セット

Aタイプ

- ・ 寝巻類〔ドライメッシュパジャマ〕
- ・ タオル類〔バスタオル・フェイスタオル〕
- ・ 日用品〔下記参照〕

日額395円（税込435円）

Bタイプ

- ・ タオル類〔バスタオル・フェイスタオル〕
- ・ 日用品〔下記参照〕

日額275円（税込303円）

下記の日用品の必要なアイテムを必要のつどご利用いただけます
 リンスインシャンプー・ボディーソープ・歯ブラシセット・入れ歯洗浄剤・入歯ケース・吸飲みコップ・メモリ付コップ・ストロー・食食用エプロン・ヘアブラシ・ウェットティッシュ
 ティッシュ・イヤホン



おむつセット

紙おむつ〔パンツ式・テープ式・尿取りパッド〕

日額660円（税込726円）



お支払方法

ご請求は、毎月末日締または終了日締で、ご請求は「締日後から約3週間前後」で請求先に郵送させていただきます。
 ※アメニティセット利用料は入院会計とは別のお支払いとなります。

コンビニ・郵便局でのお支払

- ・ 請求書送付時に払い込み用紙を同封させていただきます。
 - ・ お手元に届きましたら、期限内にお近くのコンビニエンスストアもしくは郵便局でお支払いをお願いいたします。
 - ・ 請求書の裏面に記載しております、キャッシュレス決済もご利用いただけます。
- ※お支払時、請求金額とは別に払い込み手数料が発生いたします。

口座振替

- ・ 別紙「自動振込利用申込書」へ必要事項をご記入ください。
- ・ 振替日は毎月末日となります。（給仕の場合は翌営業日）
- ・ 口座氏名や金融機関届出印の相違等でご登録が遅れた場合は払込用紙を送付させていただく場合がございます。

別紙「申込書兼同意書」にご記入の上、病棟スタッフまでご提出いただきますようお願い致します。

申込書をご提出されたその日からセットをご利用可能です。

問合せ先:株式会社アメニティ お客様相談室
 電話番号:0120-918-859
 営業時間:9:30~17:00(土・日・祝日は休み)

詳しくは院内売店のアメニティショップまでお問合せ下さい

外来診察担当医師のご案内

診察科		日	月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	寺岡	池田	寺岡	池田	寺岡	池田	午後 診療 予 約 制 休 診
	午後	寺岡	池田	辻	池田	松下	池田	
形成外科	午前午後	衛藤	衛藤 小野	衛藤 小野	衛藤 小野	衛藤 小野	小野	
脳神経外科	午前							
	午後	川崎医科大学 第3日曜日のみ	第1・3・5 胡谷 第2・4 菅原	鎌田				
耳鼻咽喉科	午前午後	田口	田口	田口		田口	田口	
内科 循環器	午前		吉水	品川	吉水	品川	吉水	
	午後		吉水	吉水	吉水	吉水	吉水	
内科 呼吸器・糖尿病	午前	立本	立本	立本	立本	立本		
	午後							
脳神経内科	午前				三原			
麻酔科 (ペインクリニック)	午前	坂本		坂本				

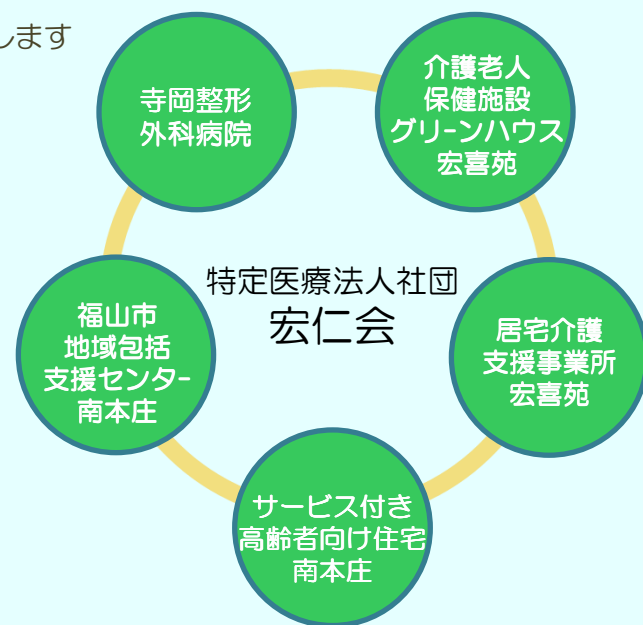
※手術・救急・学会などにより担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承ください。
 ※救急の患者さまは24時間受付ております。まずは、病院受付TEL084-923-0516へご連絡ください。

病院理念

医の倫理を守り、親しまれ信頼される病院を目指します。

病院基本方針

- ・ 救急医療から在宅医療までリハビリテーションを通じ地域医療に貢献します
- ・ 患者様から信頼と安心を得られる良質な医療を提供します
- ・ 患者様の喜び・悲しみ・苦しみを共感できる医療人を育成します
- ・ 健全経営の確保に努めます



特定医療法人社団 宏仁会 寺岡整形外科病院 〒720-0077 広島県福山市南本庄3-1-52

診療時間：午前9：00～12：00 午後2：00～6：00

総合案内：TEL (084)-923-0516 FAX (084)-923-1178

地域連携室：TEL(084)-920-1020 FAX (084)-920-1113