



日本医療機能評価機構認定病院



医療法人光洋会

赤間病院

広報誌 No.260

こうよう

2021 年

1 月

《理念》健康を守る様々な活動を通して地域の方々に必要とされ、信頼感を得て社会貢献することの出来る病院を目指します。

健康でうししつと笑える一年になりますように！



赤間病院広報誌「こうよう」を
今年もよろしくお願いいたします

2021 年



明けましておめでとうございます。

新型コロナウイルス感染症に翻弄された 2020 年から 2021 年へ、引き続き新しい生活様式が求められ、まだまだ生活へのさまざまな制限が続いています。

新型コロナウイルス感染症は、高齢者や持病のある方々の重症化リスクが高いため、そういった方々の多い病院や高齢者施設に万一ウィルスが入ってしまうと、容易にクラスターを発生させ、多くの犠牲者を出すなど致命的となることが予測されます。そこで当病院も含め多くの医療・介護施設では、たとえご家族であっても施設内に入られることを厳重に制限せざるを得ない実情があります。

また、地域に根ざした病院を目指す当病院としては、必要な医療を提供できなくなるような事態だけは避けなければなりません。医療を必要とする全ての方に安心して受診いただけるよう、感染が疑われる発熱者には別の出入り口を設けた発熱外来を設置し、病院内での感染が起きないよう徹底した管理を行っています。

本年もコロナウィルスへの対策を徹底しつつこれまで通りの医療を継続していく所存です。厳しい制限の数々が、少しずつでも解かれていく 2021 年となりますように！

冬場に多発！ヒートショックにご用心

ヒートショックって何？

冬場の浴室に入る時、ゾクッとした経験はありませんか？

ヒートショックとは、このような家の中の急激な温度変化により血圧が上下し、心臓や血管の病気を起こしてしまうことを言います。

ヒートショックの影響を受けやすい以下のような方は要注意です

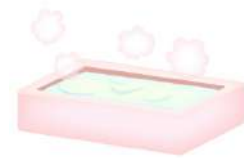
- ・ 65 歳以上の高齢者
- ・ 高血圧、糖尿病、動脈硬化、不整脈がある人
- ・ 肥満傾向の人
- ・ 睡眠時無呼吸症候群の人
- ・ 熱い風呂が好き、飲酒後にお風呂に入る人

ヒートショックの予防方法

温度差が大きいことが原因なので、住まい全体の温度差がなくなるような工夫をしましょう。

- ・ 脱衣所、トイレに簡易暖房器具を設置しましょう
- ・ 浴室は浴室暖房や浴槽の蓋を開けておくと室温が上昇します
- ・ 浴室内がまだ寒い 1 番風呂を避けましょう

簡単にできる対策で安全に冬を乗り切りましょう！



《3 病棟 副主任 原田 真由美・看護師 相良 奈見》

薬剤科だより

肌が乾燥するこの季節

保湿剤について



今やどこに行ってもアルコール消毒剤が置いてあり、手指消毒をする機会がとて増えました。アルコール消毒や手洗いを頻回にすることは、感染予防には不可欠ですが、一方で肌に必要な皮脂や潤いを奪ってしまい、バリア機能が低下してしまいます。

この冬は上手に保湿剤などを使って、乾燥しやすいこの季節を乗り切りましょう。

☆ワセリン（一般的な商品名：白色ワセリン、プロペト）

ワセリンそのものに保湿成分が含まれているわけではありません。

肌の表面を覆って皮膚の内側からの水分の蒸発を防ぎ肌の乾燥を防ぎます。

☆尿素含有製剤（一般的な商品名：ウレパール、ケラチナミン、パスタロン）

角質の水分保有力の増強作用をあらわします。

塗布部位に傷がある場合は刺激を感じる場合があるので注意が必要です。

☆ヘパリン類似物質製剤（一般的な商品名：ヒルドイド）

皮膚組織の血流増加作用があります。

水分を引き寄せてそれを保ち続けます。

抗炎症作用があります。



手先を使った小物作りの取り組み

コロナ感染症に始まった 2020 年が終わり、2021 年も感染対策は継続です。

2020 年の在宅部（つたがたけ）では、高齢者の方の脳の活性化を目的に、様々な手作業のレクリエーションを行いました。

例えば、絞り染めの布巾や父の日にはカッターシャツの貼り絵、12 月にはかわいいクリスマスツリーを作っていただきました。「できたね。」という創造の喜びを感じていただくとともに、ご家族へのお土産にと楽しんでいただいています。

今年も、利用者の皆様が元気に健やかに過ごして頂けるお手伝いをしていきたいと思います。皆様のご支援とご協力をよろしくお願いいたします。



ふきん絞り



父の日のカッターシャツ



クリスマスツリー

認知症対応型通所介護 つたがたけ
管理者：石橋弘子 TEL (0940) 32-2261



免疫力アップ! 寝たきり防止!

イスを使った貯筋運動「ふくらはぎの筋トレ」



- ①肩幅に足を開き、つま先は正面に向けます。
- ②2 秒かけてかかとをゆっくりと背伸びをするようにあげましょう。
- ③2 秒かけてゆっくりと下ろします。
- ④10 回繰り返しましょう。(余裕があれば2～3セット)

【注意点】

ももの内側を締め、足の親指に体重を乗せるように行いましょう。
呼吸を止めず、数を数えながら行いましょう。
反動を付けずにゆっくりと行いましょう。
必ず背もたれなどを利用しましょう。

※痛みを感じる時は、無理をせず中止しましょう。

資料：(公財)健康・体力づくり事業財団

安心してご来院いただくために

当院の感染症対策や取り組み

○面会の制限

院内でオンライン面会（予約制）を実施しています。
詳しくは、電話又はホームページでご確認ください。

○発熱者専用外来(風邪症状、熱のある方)を設置

症状のある方は、必ず受診前にお電話ください。



○来院される方に体温測定の実施

○マスクの着用

○手指の消毒

○透明シートの設置

○一定の距離を保つ

○定期的な院内の換気や消毒

○職員の検温や健康状態の確認

※国や県の感染状況等により、内容を変更することがあります。



発熱者専用外来は、一般外来とは別の区域で診療しています。



混雑緩和のために「再診の予約制」を行っています。

《再診の方へ》・予約時間は、お守りいただきますようお願いいたします。
・検査のある方は、早めにご来院ください。



当院は日本医師会の
「みんなで安心マーク」
を取得しています。



皆様のご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。



医療法人光洋会

赤間病院

TEL (0940) 32-2206

FAX (0940) 33-5957

- ★診療科目 内科 循環器内科 呼吸器内科 消化器内科 糖尿病内科 心療内科 整形外科
皮膚科 放射線科 リハビリテーション科
- ★診療時間 月曜～土曜 午前9時～12時 午後1時～5時（日祝日は休診）
★受付時間 午前8時40分～11時45分 午後1時～5時
- ※急患の方は、夜間や日祝日も受け付けいたします。どうぞ、お電話のうえご来院ください。

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	内科	○	○	○	○	○	○
	循環器内科	三宅 陽		三宅 陽	三宅 陽		△三宅 陽
	呼吸器内科	城戸優光	城戸優光	根本一樹	丈達陽順	城戸優光	□週毎に交替
	消化器内科		松永高志 竹山泰守	姫野修一	松永高志		高松祐治
	糖尿病内科	姫野利隆				姫野利隆	
	心療内科 整形外科 皮膚科 ペースメーカ外来		伊津野 巧 (心療内科)		安部治彦 (ペースメーカ外来)		△山中芳亮 ◇宇都 麗
午後		浦野 久	常勤医師 喜多省太郎	姫野修一	姫野利隆	小林貴大	*三宅 陽 ☆松永高志

○印は当日の診療科担当医師で行ないます。

ピンク色は女性医師です。緑色は予約制

《診療日》□⇒第1・2・3・5週

*⇒第1・3・5週 ☆⇒第2・4週

□⇒立和田・千葉・川口

△⇒整形外科午前11時半受付終了

◇⇒皮膚科第4土曜午前9時半～

地域医療連携室 TEL (0940) 32-2304

居宅介護支援センター TEL (0940) 32-5224

デイケアセンター TEL (0940) 38-0590

訪問看護ステーション TEL (0940) 32-3600

吉武・赤間・赤間西

地域包括支援センター TEL (0940) 32-2235

《関連施設》

城山庵 TEL (0940) 33-8966

つたがたけ TEL (0940) 32-2261

城山之荘 TEL (0940) 36-9004

