

医療法人起愛会 宇佐病院広報誌

ひだまり

秋号

2009.10

編集・発行：宇佐病院広報委員会 医療法人起愛会 宇佐病院広報誌 2009年10月16日発行 8号

病院理念

宇佐病院は自然を愛し、人を愛し、地域に根ざし、
精神保健・医療・福祉に貢献します。

基本方針

緑と大気に包まれた心にゆとりのある精神科病院。
明るく、温かい、愛の心を持つ医療の提供に努めます。
全人的医療、包括医療、地域医療を目指します。
患者様の権利擁護に努め、社会復帰への継続的な支援の提供を目指します。



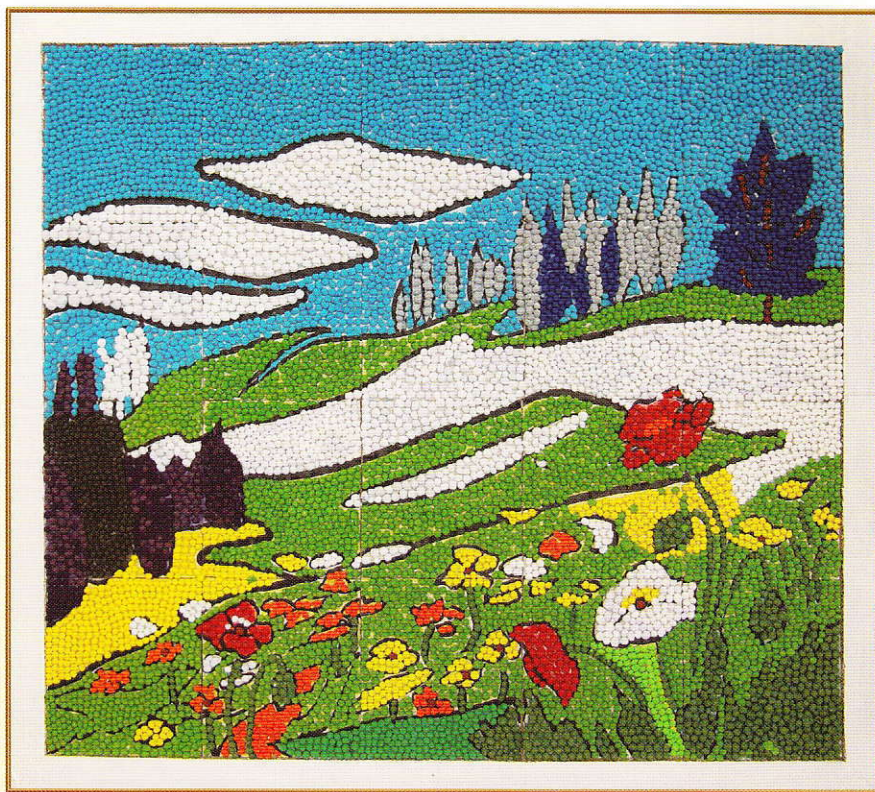
2009年 秋
OT作品

手工芸男性グループ

丘に咲くポピー (紙玉クラフト)

患者様の感想

作っている時は何の絵か
分からなかったけど、
繋げて完成した時は
嬉しかった。紙玉を作る
のが楽しかった！



この作品は.....

10月18日にハートコム大分にて開催される大分県精神保健福祉大会の作品展に
出展予定しています。

OT活動では、大きな作品から個人作品まで様々な作品を作っています。

イベント報告

当院が開催しているイベントの報告を行います。
今回は 盆踊り・ぶどう狩りの様子をご紹介します。

盆踊り

平成21年8月19日、
当院にて今年も
盆踊りを行いました。



スタッフの生太鼓の音頭に合わせてかけ声をかけ合いとても楽しそうでした。
今年は盆踊り終了後、ささやかながら花火大会を催し、大好評でした。

ぶどう狩り

大きいなあ。
おいしそう...



みなさん、きれいに実ったぶどうの房にハサミを入れる瞬間、自然と笑顔がこぼれていました。
摘み立てのぶどうを口に入れた時は、「甘い!」「おいしい!」と喜びの声がもれていました。



毎回違う当院の専門分野にスポットをあててご紹介しております。
今回の専門分野は、栄養士のお仕事についてです。

専門分野

栄養士のお仕事

健康の維持、増進と生活習慣病の予防として、個人に合ったエネルギー、栄養素、摂取基準を元に栄養計画を作成して栄養状態を維持する様に努めています。

栄養状態を把握する為に臨床情報、生化学的測定値、身体測定値に基づいて目安量を決定し、また、高齢者では咀嚼低下、消化・吸収率の低下、運動量の低下に伴う摂取量の低下を考慮しています。

栄養管理された食事を患者様に提供する

上で、まず、基本として

「温かいものは温かく、冷たいものは冷たく」を心掛け、温冷配膳車を使用しています。

また、患者様には、食事を単なる栄養摂取だけでなく、季節を感じてもらえるものとなるように努めています。



ストレス社会と言われる現代において

ストレスに強い身体作り にお勧めの食品を紹介します。

- 玉葱：疲労回復、精神安定 食欲不振に効果的
- ニラ：ビタミンAが豊富なので風邪をひきやすい方にお勧め
- しそ：強い解毒作用があるので食中毒・下痢予防、不眠症の改善に効果的
- ごま：ストレスやイライラを鎮め、ビタミンEが豊富なので老化防止に効果的

当院からのお知らせ ~インフルエンザについて~

この春新型インフルエンザが発生し、感染拡大しつつあります。
加えて冬季には例年同様に季節性インフルエンザの流行が予測されます。

一般的には高熱・咳・鼻水・倦怠感・関節痛・筋肉痛・下痢嘔吐・腹痛等の症状がある場合はインフルエンザが疑われます。

このような症状が出た場合、まず、かかりつけ医に電話連絡し相談しましょう。
患者様やそのご家族には普段から、感染予防の為に手洗い、うがいの励行をお願いしたいと思います。

また、咳やくしゃみ等の症状があるときはマスクを着用しましょう。
鼻水や痰等を含んだティッシュやマスクは直にポリ袋に入れ、口を閉めて捨てた後、手洗いを忘れないようにしましょう。

どんな感染症も体力が低下し免疫力が低下した場合にかかりやすくなる事から、普段の生活から規則正しく十分な食事や睡眠をとり病気にかかりにくい身体作りに努めましょう。

例年通り、患者様の希望者には予防の為にワクチン接種を予定していますがワクチンを接種すれば絶対に感染しないとは言えません。
かからない、うつらない、うつさない、感染した場合に重症化しない為に普段からの予防対策が必要です。

こういった状況から入院患者様の面会につきましては、面会者の健康状態や入院患者様の状態によって、制限させていただく事もありますのでご理解、ご協力をお願い致します。

なお気になる点があれば気軽に病院スタッフにご相談下さい。



池田師長

シェフIKEDAの
おすすめ一品料理

じゃがいもとチーズの重ね焼き

材 ◆じゃがいも…中(3~4個) ◆なす(中)…1本
◆エリンギ(又はしいたけ)…2本 ◆たまねぎ…1個 ◆ベーコン…2枚
料 ◆油…大さじ1.5 ◆シュレッドチーズ…120~150g
(2人前) ◆塩・コショウ…少々 ◆ピザソース…大さじ1

作り方

- ①じゃがいも、ナスはくし切り(5mm位)にし、水にさらしておく。
- ②たまねぎをくし切りにし、油で炒め、しんなりしたら、じゃがいもを加えて炒める。表面が透きとおってきたら、エリンギ、ナスを加え、さらに炒め、弱火にしてフタをして蒸し焼きにする。
- ③火がとおったらチーズを入れてもう一度焼く

一言コメント

お好みで材料を変えてみても
おいしいですよ!



外来診療のご案内

■月曜～金曜/午前 8:30～11:00 午後13:00～16:00
■土曜/午前 8:30～11:00 ■休診/土曜午後・日曜・祝祭日

診療科	曜日		月	火	水	木	金	土
	午前・午後							
精神科 神経科 心療内科	午前	初診	西市小 口岡関	西市 口岡	宇都宮 森永関 小	西市 口岡	市岡 森 (第一を除く)	宇都宮
		再診	西市小 口岡関	西市 口岡	宇都宮 森永関 小	西市 口岡	市岡 森 (第一を除く)	宇都宮
	午後	初診	西市 口岡	市岡	森永 小関	山下	市岡 小関	休診
		再診	西市 口岡	市岡	森永 小関	山下	市岡 小関	休診

編集後記

秋号発行にあたって

インフルエンザが猛威をふるっており、冬が近づくにつれ、ノロウイルス等の心配もあります。イベントの開催、参加や外出に悩むことが続いています。閉じこもってしまって、気分転換もできにくくなるとそれはそれでつらいものです。

十分な対策に励みつつ、季節の移り変わりを楽しく過ごしたいものです。

広報委員

精神科・神経科・心療内科・内科

医療法人 起愛会 **宇佐病院**

〒872-0102 大分県宇佐市大字南宇佐1655

TEL 0978-37-0485(代)

FAX 0978-37-0256

■宇佐病院へのアクセス

- バスをご利用の方は「神宮前バス停」下車が便利です。
- 宇佐駅より神宮前バス停まで約10分、神宮前バス停より徒歩約5分

