## さぬき市民病院だより 癒

〒769-2393 香川県さぬき市寒川町石田東甲 387 番地 1 TEL 0879(43)2521 FAX 0879(43)6469 さぬき市民病院季刊誌「癒」第19号 発行者/さぬき市民病院 編集/広報委員会 発行:2023年7月 vol.19

#### 新しく私たちの仲間になった職員を紹介します

令和5年4月1日付

#### 正規職員 医師4名、看護師7名、薬剤師1名、事務1名 計13名

#### 石橋 めぐみ

[産婦人科医]

医師は一人だけで すが、スタッフと協 力して頑張ります。

#### 海老原 楽萌

[内科医]

精一杯がんばりま すのでよろしくお 願いします。

#### 

[内科医]

精 一 杯 頑 張 り ま す! よろしくお願いし ます!

#### 平井 優美

[整形外科医]

7年振りに常勤として勤務することになりました。

#### 営脇あい

[看護師]

患者さんが安心で きるような看護を 提供できるように 笑顔で頑張ります。

#### 三好 葵

[看護師]

信頼されるような 看護師となります。

#### 松本 ももか

[看護師]

笑顔を忘れず信頼 される看護師にな れるよう頑張りま す。

#### 西岡 離奈

[看護師]

明るく笑顔で頑張ります!

#### 多曲 充筑

[看護師]

笑顔で元気いっぱ い頑張ります。

#### 南堀 唯

[看護師]

地域医療に貢献で きるように頑張り ます。

#### 湊谷 光苗

[看護師]

自身の目指す看護師像に近づけるように、 毎日笑顔と元気を意識して頑張っていき たいと思います。

#### 植田 千穂

[薬剤師]

地域に貢献できる 薬剤師を目指した いです。

#### 松本 光揮

[総務企画課]

今年度から入職しました。よろしくお願い致します。

宜しくお願いいたします!!!



#### さぬき北小学校児童会からご寄附をいただきました

3月7日(火)、さぬき市立さぬき北小学校児童会から、職員を励ます温かいメッセージの入った手作りのポスター等とともに、回収した牛乳パックなどをお金に換えてご寄附いただきました。

いただきましたポスターについては、1階エントランスホールに展示しておりますので、ぜ

ひご覧ください。

-生懸命に作成していただいたポスター









### 令和5年度 新人職員 リフレッシュ研修会

5月27日(土)、当院において新人職員リフレッシュ研修を開催し、各部署の新人職員8名が参加しました。徳田院長による"当院の沿革や役割、使命"についての講演や、笹岡副院長による災害医療・DMAT についての講演がありました。

また、三木薬剤科長による楽器演奏や、看護部によるレクリエーションなど、他部署の方との親睦を深め、職員が一丸となって地域医療を支えていく体制作りの良い機会となりました!





## 災害、災害時医療、防災について

#### 幸齢者学級「なかお大學」in 長尾公民館

6月1日(木)、長尾公民館にて笹岡副院長より災害時医療等について、43名の老人クラブの 方々に講演を行いました。

香川県における災害リスクをはじめ、県内の災害医療体制、災害医療の特徴、避難所についてなど、今後起こり得る災害に備えるため、熱心に受講されていました。



#### **『こり リハビリ庭園ボランティア活動**

6月5日(月)、当院のリハビリテーション庭園において、約33名 の職員が花の植替えや除草などのボランティア活動を行いました。

花壇を整えたのちに、サルビア、ガザニア、インパチェンス、アサガオ等の夏らしいお花を植え、かわいらしい花壇に蘇りました。







## 公口は以出口会

6月9日(金)、当院正面玄関前にてクローバーの会の皆さんと寒川小学校・石田高校の生徒さん(総勢40名)が、色とりどりのマリーゴールドを植えてくださいました、。ご協力いただきました皆さん、ありがと







# 常島日日の編集担当 栄養管理科

## 3

#### 熱中症の症状と経口補水液の注意点

気温の高い日が増え、熱中症に注意する季節になりました。 令和4年5月から9月の全国における 熱中症による救急搬送人員の累計は、71.029 人となっており前年より 23.152 人増となりました。 年齢区分別では高齢者が最も多く、発生場所別でみると住居が最も多くなっています(総務省消防 庁発表資料)。

熱中症の症状がみられた場合は、体を冷やす、経口補水液を摂取するなどの応急処置をして、それでも症状が改善しない場合は早めに医療機関を受診しましょう。

経口補水液は、スポーツドリンクに 比べて塩分やカリウムなどの電解質を 多く含み、糖濃度が低いため体への浸 透圧が高くなっています。脱水時以外 に摂取すると塩分過剰になるため、<u>普</u> 段の水分補給は水かノンカフェインの お茶にしましょう。高血圧や腎臓病、

糖尿病がある方は、医師に相談が必



厚生労働省「熱中症予防のために」リーフレット抜粋



経 口 補 水 液 1 本 (500ml)の中に、味噌汁約 1 杯分の塩分とバナナ 1 本分(100g)のカリウムが含まれています。

#### ひまわりレシピ

要です。

院内保育所の「ひまわり」に提供しているかわいいレシピをご紹介します。



#### 星のフルーツポンチ

#### 子ども1人分

粉寒天0.3gオレンジジュース20g水10g砂糖5gバナナ・みかん缶などお好みの果物 50g 程度



寒天ゼリーは多めに作る と型抜きしやすいです。

#### 七夕におすすめ!

- ① 粉寒天とオレンジジュースをボウルに 入れ、湯煎にかけて粉寒天をとかす。 バットに流し入れて冷蔵庫で冷やし、 固まったら星形に抜く。
- ② シロップを作る。水と砂糖を鍋に入れて加熱し、沸騰したらすぐに火を止め、冷ましておく。
- ③ 適度な大きさにカットした果物と①を 器に盛り、②をかける。