



2023

地域医療スピリット・イン・さぬき



令和5年8月18日(金)から19日(土)の2日間、地域医療スピリットを開催し、自治医科大学と香川大学医学部より、23名の学生が参加しました!

徳田病院事業管理者や井原感染管理認定看護師の講演をはじめ、多和診療所での研修や白熱したグループワークなどを行い、学生同士だけでなく、現場で働く医師や看護師とコミュニケーションを図る良い機会となりました。

このイベントを通して、さぬき市に対する興味や関心がさらに高まることを期待しています。

地域医療スピリットとは・・・

地域医療振興協会が主催する地域の医学生を対象とした研修です。

地域医療に携わる医師や地域住民と交流し、香川を愛する医学生を一人でも多く育成することを目的としています。

ミニレクチャー『かかりつけ医と病院の役割』

講師：さぬき市民病院事業管理者・さぬき市民病院院長
徳田 道昭



医師になるうえで、どう地域医療に携わったら良いか明確になり、有意義であった。

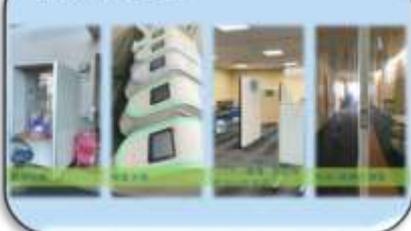
講演『地域における医療を考える』

講師：感染管理認定看護師
井原 由弘



認定看護師が多岐にわたり患者さんのケアの上で非常に重要な役割を担っていることを知った。

感染対策の姿容



現地研修

『さぬき市国民健康保険直営多和診療所』



僻地での診療の様子が知れた。
周辺住民にとって大変必要であり、
将来診療所で働く際は、様々なこと
に目を向けたい。

グループワーク

『居宅サービス提供書を作成』

地域見学

『ドルフィンセンター』



帰宅後を考える機会がなかった
ので、非常に良かった。グルー
プワークを行うことで、意見交
換や先生のアドバイスを聞くこ
とが出来た。他のグループの意
見も新鮮だった。



香川にこのような場所があるとは
知らなかった。

第61回 香川県国保地域医療学会が開催されました

メインテーマ『食の支援によるまちづくり』

8月27日(日)に第61回香川県国保地域医療学会が開催されました。

昨年度に引き続き、本会場は「ホテル パールガーデン」でしたが、WEB サテライト会場が当院含む、県内国保病院4会場に設けられました。

本題の研究発表において、全13演題中、当院からは3演題発表し、次の演題が優秀賞に輝きました!!!。

「造影剤を急速注入するCT検査における放射線作業従事者の被ばく線量について」

演者 画像情報科 ○矢野佳海、黒田かれん、有馬孝宏、泉谷尚吾、星川恵美子、玉久亮、三木博文、井原正治

優 秀 賞

「災害時における栄養管理科の役割」

演者 栄養管理科 ○蓮井洋子、尾形浩司、安富緑、朝倉昌弘、土佐富美代、松村美里、三宅瑞希、木下亜紀子、西山睦子

総合防災訓練に DMAT が参加しました



9月3日（日）、徳島文理大学香川キャンパスにて行われた総合防災訓練に『DMAT（災害派遣医療チーム）』が参加しました！

災害対策基本法などに基づき、防災関係機関との連携強化、自主防災組織の育成強化や、県民の防災意識の向上などを目的に行っています。

今後も積極的に参加し、防災意識の向上に努めてまいります！



献 血

9月7日（木）、当院にて香川県赤十字血液センターによる献血を行いました！
19名の方から受付をいただき、そのうち14名の方から採血頂きました。
ご協力いただきました皆様、ありがとうございました！



大規模地震時医療活動訓練



9月30日（日）、当院にて、国と地方自治体等が協力し『南海トラフ地震における具体的な応急対策活動に関する計画』に基づく、南海トラフ地震の発生を想定した訓練が実施されました。当院では、災害対策本部の設置や、院外DMA Tの受入れなど、防災関連機関が相互に連携して、有意義な訓練となりました！



ふれあい看護体験



今年は高校生6名の方が参加してくれました！

このイベントは、手術場体験や沐浴体験などの看護体験を通して、これからの保健医療福祉について考えるきっかけになるよう企画したものです。

実際に体験された学生さんからは、「医療関係の仕事がしたいと思っているため参考になった」「貴重な体験ができ、今後の進路に活かしたい」などの声を聞くことができました。中高生の方に限らず、一般の方も参加可能です。

興味のある方、お待ちしております！！



令和5年6月『香川県危険物安全大会』及び『大川地区危険物安全協会の30周年記念式典』にて、当院の職員が表彰されました！

総務企画課 秋朝 昭仁

香川県危険物安全協会連合会
会長表彰（保安功労者表彰）を受賞

総務企画課 山下 和則

危険物保安功労者を受賞



栄 養 コ ラ ム

2023年

11月

さめき市民病院
栄養管理科発行

間食の、すすめ ライフスタイルに合わせて間食を取り入れよう！

「間食」というと「太るから控えるべきもの」とイメージを持つ人が多いかもしれませんが、多様化しているライフスタイルに、「間食」は役立つものであり、現代人がかかえる食の課題を解決するひとつの方法になります。

大事なのは1日に食べる総量。「適切な間食」を取り入れましょう。

- 一、おやつとは位置づけが違うことを理解する
- 一、自分にとって一日に必要なエネルギー・栄養素の量を把握する
- 一、一日に食べる総量は変えない
- 一、ライフスタイルに合わせて取り入れる
- 一、管理栄養士・栄養士に相談する

間食の取り方 五か条

ケース1 仕事で帰りが遅くなる
課題 昼食と夕食の間があく

寝ている時以外で、食事と食事の間が6時間以上あくときは、昼食と夕食の間におにぎりやパンなど、主食メインの間食をとり、夕食時は「間食」で補給した分の主食を減らしましょう。

ケース2 朝はギリギリまで寝ている
課題 朝は食べる時間がなく、午前中お腹がすく

朝食は、午前中活動するためのエネルギーや栄養素を補充するために必要です。家でエネルギー食品・栄養機能食品でエネルギー補給として、会社についてから牛乳や野菜ジュースを追加するのもおすすめです。

ベストなメニューを選択する！

不足する栄養素を補給できる間食を選びましょう！



参照：(公社) 日本栄養士会発行 栄養 Wondar BOOK

ひまわりレシピ

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。

星のミートソース

子ども1人前



チーズは、お子さんと一緒に型抜きすると楽しいですね！

調味料A	
スパゲッティ 45g	ケチャップ 24g
牛並肉ミンチ 30g	ウスターソース 3g
たまねぎ 60g	砂糖 3g
油 3g	コンソメ 0.9g
小麦粉 3g	水 90g
とろけるチーズ 6g	塩 0.3g

- ①たまねぎは、みじん切りにする。
- ②スパゲッティは、規定の時間どおり茹でる。
- ③フライパンに油をひき、牛並肉ミンチを入れ炒め、色が変わってきたらたまねぎも入れ、さらに炒める。
- ④③に小麦粉を入れて炒めて、調味料Aを入れて少し煮込む。
- ⑤味が調ったら、②のスパゲッティを入れて和える。
- ⑥⑤を器に盛り、星形にくりぬいたとろけるチーズを盛り付けて完成。

お食事に関してわからないこと等がありましたら、遠慮なく管理栄養士におたずねください。

