

月刊 ととろ



独立行政法人国立病院機構
いわき病院

第226号

令和5年7・8月発行

National Hospital Organization Iwaki National Hospital

信条

- ◆ 患者さま本位の医療を行います
- ◆ 患者さま及び家族の生活を大事にします
- ◆ 科学的根拠に基づいた質の高い医療を提供します



8月4日(金)、「いわきおどり小名浜大会」に参加しました。参加人数は30名と、前回参加時の半分の人数でしたが、一人一人の熱気がすごく、大いに盛り上がりました。

今年は新型コロナウイルス感染症が5類に移行したこともあり、約4年ぶりの参加でした。とても久しぶりの参加で、初めての人がほとんどだったため、一週間前から2回の練習を重ねて本番に挑みました。

当日は3部に分けて合計約70分間おどりました。30度を超える暑さの中、けが人や体調不良者を出さずに、無事踊りきることができました。

参加して下さった職員の皆さん、お疲れ様でした。来年も多くのご参加よろしくお願いたします!

庶務係：柳沼 星空



家族面会を再開しました

新型コロナウイルス感染症の位置付けが 5 類に移行されて 3 ヶ月が過ぎました。少しずつではありますが、新型コロナウイルス感染症が流行する前の生活が戻ってきたように感じています。

当院では 2020 年より新型コロナウイルス感染症を防止する対策として、面会を中止（条件付きの面会を実施していた期間もありました）していましたが、今年 6 月 26 日より、予約制の面会を再開致しました。①一家族月 1 回 15 分まで②一家族 2 名まで③健康状態チェック（ワクチン接種 or 面会前 1 週間の健康チェック）などの面会についての条件はありますが、病棟での面会が出来るようになりました。

久しぶりに我が子と対面し涙ぐむ家族や、お兄さんやお姉さんに久しぶりに会い、笑顔を見せる患者さんなど、皆さん、家族との面会を大変喜んでいらっしゃいます。

面会する姿を通じ、家族と患者さんの強い絆を感じると共に、当たり前の日常を大切に想う気持ちを忘れずにいようと感じています。

まだ、新型コロナウイルス感染症が消えたわけではありません。この非情なウイルスと共存していく日々が続いていくのだと思います。これからも、感染対策に力を入れて患者さんの安全と健康を第一に考え支援させていただきます。

療育指導室 主任保育士：小野寺 亜紀



食事を変えたら身体が変わる！熱中症対策

熱中症対策といえば、水分補給や直射日光を避けるなど、様々な対策があげられますが、食事も重要な対策の一つです。

バランスの良い食事で、熱中症に負けない丈夫な身体を作りましょう！

熱中症対策に有効な栄養素

① カリウム

汗をかくことで失ってしまうため、補給が必要です。

野菜や果物にも含まれていますので暑い夏でも さっぱり食べられますね。

(トマト・カボチャ・ほうれん草・じゃがいも・バナナ・キウイフルーツなど)

② ビタミンB₁

暑い季節は麺類やアイスクリーム、ビールなど、糖質を摂取する機会が多くなるため、糖質の代謝に利用されるビタミンB₁が不足しやすくなります。ビタミンB₁が不足すると、身体のだるい・疲れやすいなどの症状が出るため、積極的に摂取したい栄養素です。

(豚肉・うなぎ・そば・ピーナッツ・枝豆など)

③ ビタミンC

抗酸化作用やコラーゲンの合成、疲労回復に効果的な栄養素です。不足すると、身体のだるさや食欲低下につながります。また、紫外線が気になるこの時期には、シミの原因を抑えてくれる作用も期待できるため、意識して摂取してみましょう。

(ピーマン・キャベツ・じゃがいも・レモン・キウイフルーツ・パイナップルなど)



しっかり食べて熱中症を予防しよう！

管理栄養士：小田 雪乃

自己紹介

第1病棟 看護師 吉田 真美

8月1日より第1病棟で勤務しております吉田真美と申します。

毎日患者さん一人一人の特徴を覚えることや、業務内容を覚えることに必死ですが、自分の行動に責任を持って行動し、個性のある看護を行えるように努力していきたいです。そして、最近の趣味はUFOキャッチャーです。YouTubeを子供たちとみて実践しています。

よろしくお願いします。

第2病棟 看護師 猪狩 明日香

8月から入職し、2病棟に配属になりました猪狩明日香です。

患者さんやご家族に寄り添い、コミュニケーションを大切にして個性に合わせた看護実践ができるよう努めていきたいです。

早く仕事に慣れ、スタッフの一員として活躍できるよう頑張ります。ご指導、ご鞭撻の程よろしくお願いたします。

「スマート脳ドック」のご紹介

現在当院は、スマートスキャン株式会社の運営する脳ドックサイトの契約検査病院となっております。スマート脳ドックは Web 上で申込、検査前後の連絡を受け取り、受診者様は当日当院にお越しいただき MRI 検査のみ行って頂きます。

詳しくは <https://smartdock.jp/>にてお問合せ下さい。



スマート脳ドックとは 脳の異常を早期発見できる検査です!

- 受付からお帰りまで30分!
- 継続しやすい価格 19,250円(税込)
- 検査結果は2人の専門医がチェック!

検査のご予約はコチラ
※検査当日! 優秀エリートが全国最大!

累計 12.2万人が受診!!
※2018年1月~2022年9月

いわき病院の診療体制等について

- 診療科目 内科、脳神経内科、外科、脳神経外科、小児科（小児神経疾患）、リハビリテーション科
- 外来受付 8:30~11:30(ただし、急患につきましては電話にてご相談下さい。)
- 診療時間 8:30~17:15

外来担当医師診療日程表 【令和5年4月~】

区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
午前	内科 診察① 鈴木 栄 診察② 尾澤 康彰	内科 診察① 鈴木 栄 診察② 尾澤 康彰	内科 診察① 鈴木 栄 診察② 佐藤 宏	内科 診察① 鈴木 栄 診察② 佐藤 宏	内科 診察③ 尾田 宣仁	
	脳神経内科 診察③ 尾田 宣仁	脳神経内科 診察③ 尾田 宣仁	脳神経内科 診察③ 尾田 宣仁	脳神経内科 診察① 尾田 宣仁 診察③ 関 晴朗	脳神経内科 診察① 尾田 宣仁 診察③ 関 晴朗	
	外科			外科 診察② 田崎 博		
専門外来(完全予約制)						
午後	区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
専門外来 (診察室①)	第2・第4週のみ (小児神経外来) 柳沢 俊郎		(神経難病) 関 晴朗			第2・第4週のみ (小児神経外来) 柳沢 俊郎



お知らせ

◆患者相談窓口

患者さんやお見舞いの方などからの苦情・相談については、『患者相談窓口』と『ご意見箱』で対応しています。なお、皆様にお知らせした方が良い内容のものは、外来掲示板に掲示しています。

◆当院受診について

他の医療機関に通院中の方は、主治医の先生に当院地域医療連携室を通して診療予約をとって頂いた上で来院願います。



発行元 **独立行政法人国立病院機構 いわき病院**
National Hospital Organization Iwaki National Hospital
責任者 石井 亜紀子
所在地 〒971-8126 福島県いわき市小名浜野田字八合 88 番地 1
TEL 0246-88-7101 FAX 0246-88-7075
ホームページ <https://iwaki.hosp.go.jp/>