

# IZUTOKU TIMES



## WINTER SOLSTICE



今月のトピックス、レポート - 02  
医療エンタメ、健康講座 - 03  
インタビュー、お知らせ - 04

TOPICS, REPORT - 02  
ENTERTAINMENT, COURSE - 03  
INTERVIEW, NOTICE - 04



## MONTHLY TOPIC

## 今月のトピックス

## 外来からのお知らせ

## 出雲徳洲会病院 年末年始の診療予定について



年末年始の外来診療予定について、それぞれ下記の通りご案内いたします。

☆各診療科一般外来 期間：年内12/30(火)まで。年明け1/5(月)より開始。

診療科によって年内の最終日が異なります。病院ホームページやロビーに設置している外来予定表案内をご参照ください。

★発熱外来（要予約）期間：年内12/30(火)まで。年明け1/4(日)より開始。

時間：8時半より受付開始。9時～16時までの枠で診察。

※総合診療科による時間外診察、また救急対応は年中無休となっております。

## REPORT

## 「出雲徳洲会病院 医療講座」開催のお知らせ

## 11月の医療講座

更年期から老年期に

発症する女性の病気について

講師：婦人科 吉野直樹 医師 / 作業療法士 有馬OT

10月の医療講座は、第1部を婦人科の吉野医師による「更年期から老年期に発症する女性の病気について」についての講演、第2部をリハビリテーション 作業療法士による「認知症予防体操」の開催となりました。ご参加ありがとうございました！



医療講演の様子です

今回は更年期から老年期に、比較的女性が発症リスクのある病気とその対策予防や通院療法、また自身でもできる訓練などを学ぶ講義内容となりました。



認知症予防体操の様子です

複数の動作を同時にを行うことで、脳の働きを活性化させる体操を、時には歌や手拍子を交えながら楽しく実践しました！



スタンプをためてプレゼント

医療講座にご参加いただくと、スタンプカードをお渡しいたします。スタンプがたまると、オリジナルグッズのプレゼント！

## EPISODE

## みんなの笑顔があふれるほっこりエピソードをお届けします♪

## インフルエンザワクチン接種 子供の方が痛みに強い？

先月から開始しているインフルエンザ予防接種、我々も医療従事者として毎年接種しております。とはいっても、毎年ながら、上手な先生方や看護師さんに打ってもらうとはいえ、痛いときは痛いのです…。職員家族も希望がある場合は当院でも接種予約を取ってもらい実施しておりますが、子供達には有無を言わさず、ですね（笑）

大丈夫かなあ泣いちゃうかなあと心配する親を尻目に、ストンと椅子に座ってさつと腕を出して、ハイ終わったよーと看護師さんの声を聞くや否やバイバーイと抜けていく子供達。しつかり「注射頑張ったよ！」のジュースをおねだりに行かれるのでした。



## スタッフイチオシ！医療にまつわるおススメのエンタメ作品



## — 小説「処方箋のないクリニック」 仙川環 著 発行：小学館

『感染』で第1回小学館文庫小説賞を受賞された、医療ミステリーの第一人者仙川環さんが紡ぐ新境地の作品。「こんな先生に診てもらいたい！」書店員さん絶賛の医療小説。月刊『本の窓』連載中から「我が家の事のよう」と話題を呼んだ作品が待望の単行本化され、現在までにシリーズ3作が発行されています。

## — あらすじ

東京郊外にある古びた洋館。そこには先端科学では治せない患者と家族の「人生」を治療する名医がいる。凄腕、イケメンだけど、ちょっと変わり者の医師 青島倫太郎。病気のみならず様々な考え方や難題を抱えた、そんな患者を持つ家族たちはどうしたらいいのか。スイーツと紅茶の香る古い洋館の診察室を訪れた患者と家族は、青島と話をするうちに、隠していた心の内を打ち明けてしまう…。現代の赤ひげ先生が、鮮やかに患者と家族のトラブルを解決するハートウォーミングお医者さん小説です。

## — スタッフコメント

病気だけではなく人と向き合いたいという信念の元、採算度外視で医療相談の総合内科を始めた青島倫太郎。処方箋は出ないが、患者さんの悩みに真摯に向き合う倫太郎の姿勢に好感が持てます。しかしやはりそのやり方には異を唱える方も…医療の理想と現実の狭間も考えさせられる作品です。

## GYMNASICS 出雲徳洲会病院 健康講座

## 感染症が流行するこの季節に向けて 「正しい手洗い・手指消毒のポイント」

## 【なぜ手洗い・手指消毒が大事なのか？】

手指など皮膚からウイルスが体内に侵入することはありません。  
手指で触った目、鼻、口の粘膜がウイルスの感染経路となります。人は生活している中で無意識に顔を触ることが多いため、手洗いを正しいタイミングで行なうことが感染予防につながります。



## 【なぜ指先手洗いではダメ？】

目に見える汚れがなくても、手指の様々な場所にウイルスがついています。  
指先だけでなく、手のひらや甲、指の間なども正しく洗浄しましょう。

## 【いつするべき？手洗い・手指消毒のタイミング】

- 外出から戻った時
- 公共交通機関使用後
- 共有物を触る前後
- お店に入る・出るとき
- 食事の前後



## 【正しい手洗い方法】

- ①流水で汚れを落とす
- ②手の平と手の平をこすりよく泡立てる
- ③手の甲を片方の手でこすり洗う
- ④指を組んで両方の指の間をこすり洗う
- ⑤親指は片方の手で包み込んで洗う



- ⑥他の指先は手の平でこすり洗う



- ⑦手首をつかんでこすり洗う



- ⑧流水ですすぎ水気を拭き取る  
(ペーパータオルまたは清潔なタオル)



## INTERVIEW

## 入職1年目の若手が語る、医療現場のやりがい

看護部 K さん（入職1年目）

療養病棟勤務



## — Kさんは現在どのような働きをされていますか？

私は、今年から新人看護師として療養病棟で働き始めました。入職した頃は何も分からぬ状態でのスタートでしたが、先輩看護師や周りのスタッフの皆さんのお支えにより、徐々に知識も身につき、一人立ちに向けて日々頑張っているところです。

## — 実際に現場で働いてみて、どんなときにやりがいを感じますか？

療養病棟では、患者様のケアだけでなく、一通りの看護手技を学ぶことができます。その為、自分でできる看護技術も徐々に増え、やりがいを感じることができます。自分の知識が浅い箇所については先輩方に聞き、理解するように心がけています。病棟の雰囲気も明るくとても働きやすいです。学ぶことが多い時期ですが、これからに向けて看護師としての自覚を持ち、努力していきたいです。

## — 先輩看護師からのメッセージ

入職された頃は雰囲気に慣れず、戸惑うことも多かったと思います。  
プリセプターさんや、他のスタッフさんと一緒に仕事をされ、  
できることが徐々に増えているところを見ると成長を感じます。  
引き続き一緒に頑張っていきましょう！



## NOTICE

## 出雲徳洲会病院の大切なお知らせをお届け！

## ラジオ番組「トク徳元氣！スタジオ」放送のお知らせ

出雲徳洲会病院では、皆様のお耳のサプリになるような  
「チケット情報」をラジオにてお届けしています！

\* FMいつも80.1MHzで聴くことができます。

バックナンバーはYouTubeにて配信中です。

## 【放送日程】

第1・3月曜日14:00～14:30

第2・4土曜日12:00～12:30（再放送）

ぜひお聴きください！バックナンバーはこちらから☞



## REQUEST

## 患者様の意見を大募集！ぜひアンケートにご協力ください

## より良い医療の現場環境に向けて、患者様の皆様のご意見をお聞かせください

皆さんが安心して当院を選んでくださるよう、外来・入院アンケートを実施しております。

「外来診療でのお気づきの点」「入院中のご要望」「患者ご家族の面会時対応」など、皆様のご意見をぜひ聞かせてください！また、ご相談は1階の『患者相談窓口』でも受け付けております。

- 回答方法 病院受付の「外来・入院アンケート」から
- 回答締切 随時受け付けております
- 対象 当院診療にかかる患者様・ご家族

当院INSTAGRAM  
「徳尊くん」からの  
病院情報もぜひチェック  
してください！

