



シーサイドニュース

Medical Corporation WADOKAI
Hiroshima Seaside Hospital

2013年
夏号
vol.61



暑中御見舞い申し上げます

病院長 どこうふみお 土光文夫

今年の梅雨明けは、広島は7月8日で、例年より10日早く、それ以来猛暑が続き、日本列島の所々で熱中症が報じられている。皆さん暑さに気をつけてこの夏を乗り切りましょう。

7月21日、昨年末の第2次安倍内閣発足以来、初めての国政選挙、第23回参議院選挙が行われ、自民党が圧勝し、いわゆる「ねじれ国会」が解消された。今後1党独裁とならないように野党も頑張って安定した政治が行われることを全国民望むものである。

このニュースが配布される頃は8月に入っており、8月と言えば、広島では原爆、平和記念式典が第一である。全世界がその平和宣言に引きつけられ、誰しも平和への祈りを捧げる。そして、8月15日終戦日、私たち高齢者は、戦争を経験しているので、戦争のことを思い出すものである。戦時中に生を受けていなかった者は実感がないが、少なくとも現在75歳以上の高齢者は当時を思い出して、改めて平和の有難さを

感じるものである。

現在、当院で入院中の患者さんで(7月12日現在)、328人中75歳以上の男性が80人、24.4%で、その内戦場で戦った経験のある方が3人おられ、どなたも90歳前後の方ばかりで戦争体験を聞いた所、ある一人(Iさん)は中支戦線で通信兵として働いており、九死に一生を得たと言われた。次の一人(Mさん)は、戦争後シベリヤ、タガンロク(黒海の北)に2年間拘留、苦難の生活後帰国した。もう一人(Kさん)は、カラガンダ(中央カザヒスタン)に4年間拘留され、重労働、寒さ、飢え、そして思想教育の生活の中を生き抜いて帰国した。

これら戦争経験者の体験は、語るも涙、聞くも涙ですので、これ以上悲惨なことは述べないでおきます。

終戦後68年経った今日、平和の尊さ、核兵器廃絶を風化させないようにしなければいけないと思います。

(H25.7.28記)

注意しよう! 熱中症!!

7月に梅雨明けしてから連日の真夏日が続き、熱中症にかかる人が急増しています。

総務省消防庁による発表では、7月8日～14日の1週間に熱中症で救急搬送された人が全国で1万913人だったそうです。これは昨年の同期の1941人と比べると、なんと5.6倍。搬送された人の年齢別では、65歳以上の高齢者が全体の半数を占めたそうです。

8月に入り、更に暑い日が続くと思われます。熱中症を正しく理解して、しっかりと予防しましょう。

★熱中症とは…

- 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かないことにより、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、疲れ、暑さに体がまだ慣れていないなどの体調による影響とが組み合わされることにより、熱中症の発生が高まります。
- 屋外で活動しているときだけでなく、室内で熱中症を発症することもあります。救急搬送された65歳以上の患者のうち6割は自宅で発症したというデータもあります。

★熱中症を防ごう!

熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避ける」ことが大切です。

水分・塩分の補給

のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。また、塩分補給も忘れずに。

外出時の準備

日傘や帽子を着用し、こまめに休憩を取りましょう。

室内環境

適度に扇風機、エアコンを使用して温度・湿度を調整しましょう。無理な節電は危険です。

体調に合わせた取り組み

通気性のよい衣服を着用したり、保冷剤や冷たいタオルで体を冷やすなどして体温調節しましょう。

★注意するのは気温だけじゃない?

気温が低いと熱中症への警戒は薄くなりがちですが、気温が低くても湿度が高いと熱中症にかかりやすくなります。

環境省が発表している温度や湿度などから算出するWBGT値という暑さ指数や各天気予報の発表する熱中症注意報などを活用しましょう。

WBGT値と気温、相対湿度との関係

相対湿度(%)												WBGT値					
20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
40	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
35	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43
30	28	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42
25	27	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42
20	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
15	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41
10	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
5	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
0	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38
-5	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37
-10	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
-15	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
-20	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
-25	18	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
-30	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
-35	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
-40	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
-45	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
-50	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
-55	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
-60	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
-65	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
-70	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
-75	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
-80	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
-85	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
-90	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
-95	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
-100	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19

WBGT値
危険
31°C以上
厳戒
28~31°C
警戒
25~28°C
注意
25°C未満

(日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針」より)

- ①涼しい場所へ避難させる
- ②衣服を脱がせ、身体を冷やす
- ③水分・塩分を補給する

自力で水を飲めない、意識障害や手足の痙攣がみられる場合は、すぐに病院へ搬送しましょう。

「病院間相互協力に関する協定」を締結

平成25年6月17日県立広島病院長、事務局長、地域連携センター副センター長の来院をいただき、当院と協定を締結いたしました。今後、両病院が相互に協力することで、医療機能並びに地域医療の発展に努めてまいりたいと思います。



☆病棟紹介(7病棟)

7病棟は44床の介護保険療養病床です。“患者様の立場に立ち、患者様の満足する看護・介護が提供できる”を目標に、日々、看護、介護スタッフで協力し頑張っています。



医療安全の活動として
ポスター作成中



できあがり!
廊下や詰所に貼り
指差し呼称を心がけています



季節や行事ごとに患者様と一緒に
貼り絵をしています



女性患者様へ
母の日のプレゼント



男性患者様へ
父の日のプレゼント



女性患者様へ
母の日のプレゼント

リハビリセンター長 松田 誠

— 地域包括ケアシステム —

2025年に向けて、地域包括ケアシステムの整備が進みつつある。地域包括ケアシステムとは、人口1万人程度の日常生活圏域（小、中学校区レベルで30分以内に移動できるエリア）で、高齢者や要介護者が、住み慣れた地域で可能な限り在宅生活が継続できるよう、医療・介護・予防・生活支援・住まいを一体的に提供できる体制のことである。

その中心的役割となるのが、2012年の介護報酬で改定された「定期巡回、随時対応型訪問介護看護」である。これは短時間の巡回を中心に、24時間体制で訪問介護・訪問看護を提供する地域密着サービスである。「定期巡回、随時対応型訪問介護看護」を推進する為、公募制、協議制を導入した市町村もある。上記で導入された事業所は、その地域で事実上の業務独占の可能性もある。介護報酬が低いものの、訪問介護、訪問看護事業者は24時間体制で連携しつつ、定期巡回、随時対応型を提供していかなくてはならない。

又、訪問系、通所系、ショートステイ等の事業者は、今後サービスエリアの拡大より、日常生活圏域のサービスエリア内で利用者の獲得を図り、サービス内容の充実に取り組まなくてはならない。このことが、地域包括ケアシステムにとって最も重要なこととなる。



記憶が改善!!

有酸素運動を行いながら頭を使うという体操を実施したところ、記憶力の改善が確認できた!!

さあ!
やってみよう!!

理学療法士
古川 陽子

- しりとり踏み台昇降(踏み台で足を上げ下ろしながら、しりとりを行う)
- 引き算歩行(歩きながら引き算を行う、引き算は他の人に問題を出してもらう)



信頼される医療・福祉をめざして…

■基本理念

◎常に患者様とご家族の立場に立って行動し、医療・保健・福祉の分野で連携充実を図り、地域のニーズに応えるよう、職員一同頑張ります。

外来案内のご案内 休診日／土・日曜日、祝祭日、盆、年末年始

●内科・リハビリテーション科・放射線科

診療時間	月	火	水	木	金
9:00～11:30	岡田	上杉	池田	山本	中村
13:00～16:00			沖田		上松瀬

●神経内科

診療時間	月	火	水	木	金
9:00～11:30	湯川	湯川		湯川	

医療法人 和同会

広島シーサイド病院

診療科目／内科・神経内科・リハビリテーション科・放射線科

療養型医療施設／医療157床・介護173床

〒734-0012 広島市南区元宇品町26-20

TEL (082) 255-1010 FAX (082) 255-6826

<http://www.ss.wadoukai.jp>

- 通所リハビリテーション TEL (082) 252-2781
- 訪問看護ステーション ハローナースシーサイド TEL (082) 255-1424
- ショートステイ元宇品 TEL (082) 255-1221
- 元宇品居宅介護支援事業所 TEL (082) 255-1422
- グループホーム元宇品 TEL (082) 255-1239
- デイサービス元宇品 TEL (082) 255-1271

■基本方針

- ◎信頼され、安全性の高い医療サービスを目指すため、職員の研鑽と協調に努めます。
- ◎患者様、ご家族、職員がお互いに尊重し合い、ともに喜び、生きがいがもてるようチーム医療を推進します。
- ◎地域に根ざした、住民とともに歩む病院を目指します。
- ◎病院の質を高め、健全経営に努めます。
- ◎職業を通して、社会人としての豊富な人間性を養います。



- バス／広島バス21号線(宇品線) シーサイド病院入口バス停より徒歩5分
- 電車／広島電鉄宇品線元宇品電停より徒歩10分
- タクシー／広島駅より元宇品方面へ約30分

編集後記

今年も暑い夏がやってきました。

しかし、暑い!! 今年は梅雨明けが7月8日でしたが、これは平年より10日早く、観測史上4番目の早さだそうです。梅雨明けが早かった分だけ夏が長く感じられます。早く秋にならないかなあ…(ーー)

さて、7月も終りに近づき、我らがカープといえば…5位(7月23日現在)勝てない日が続き、今年もだめか~と半分諦めがちな人も多いとは思いますが、3位までのゲーム差はわずかです。何とかクライ

マックスシリーズに行ってほしい! そして、出来れば日本シリーズに…なんて淡い期待を抱いています。

一方、サンフレッチェは堂々の首位! 開幕直後はなかなか勝ち星に恵まれなかったものの、その後は怒濤の追い上げで1位まで勝ち上がっています。このままの勢いで頑張ってほしいですね!

まだまだ暑い日が続きます。シーサイドニュースの熱中症予防の特集を読んで(笑)、元気に夏を過ごしましょう!