

白十字総合病院 広報誌

Haku ≈ Navi

Vol.3

2025
January



2025年 年頭のごあいさつ
～新たな年を迎えて～

特集

新病棟完成

Take
Free

ご自由にお持ちください

全体階層 構成図

4階	4階東病棟 (急性期) 4階西病棟 (産科・急性期)		5病棟 (療養)				
3階	3階東病棟 (急性期) 3階西病棟 (急性期)		3病棟 (療養)				
2階	管理部門	手術室	健診センター	薬剤科	2病棟 (地域包括ケア病棟)		
1階	外来 救急外来	放射線科・検査室 内視鏡室・リハビリ 栄養相談室	総合受付 売店	医療福祉 相談室	歯科 診療室	感染対策 診療室	1病棟 (急性期)

本館

新館



4階療養病棟



3階デイルーム



大 部屋



機械浴室



2階スタッフステーション



個 室



2025年 年頭のごあいさつ ～新たな年を迎えて～

明けましておめでとうございます。
2025年の年頭にあたり、謹んで新年の寿ぎをお慶び申し上げます。

特集 新病棟完成

当院は、2023年3月より新築化工事をしております新病棟が、昨年11月に完成いたしました。地域の皆さまに多くのご支援とご協力を賜り心より感謝しております。

新病棟は鉄筋コンクリート造りの4階建てで、4階と3階は長期的な入院が必要な患者さまを受け入れる療養病棟です。2階は急性期治療後の在宅復帰に向けた準備やリハビリを行う回復期病棟（地域包括ケア病棟）で、レスパイト入院※の受け入れなども行っております。3階と2階には、冷房完備の機械浴室を設置しており、利用される患者さまの安全性と快適性はもちろんですが、スタッフの負担軽減にも配慮した入浴機器を導入いたしました。1階には急性期病棟と感染症対応診療室、歯科診療室を設置いたしました。また、医療と介護の連携推進という観点から、医療福祉相談室をリニューアルし、ソーシャルワーカーや入退院支援看護師



病院全景

が他の医療機関や介護施設などと連携して、患者さまやご家族に寄り添った支援を行っております。

今後も救急医療の充実はもちろんの事、高齢化が進む中、在宅療養を望む方、あるいは入院での長期療養が必要な方への支援と、地域の皆さまそれぞれにとって必要な医療を提供する病院を目指して参ります。

※レスパイト入院
在宅で介護をしているご家族など、介護者の休養を目的とした短期入院



歯科診療室



医療福祉相談室

TEAM!

医師・看護師をはじめとした多職種チームが活動しています。今回は「栄養サポートチーム (Nutrition Support Team : NST)」をご紹介します。



栄養サポートチーム

Q1 栄養サポートチームとは、どのようなチームですか？

医師や看護師、薬剤師、管理栄養士、作業療法士の多職種で構成された医療チームです。病気や手術などで十分な食事が取れない患者さまに対して、適切な栄養管理を提供することを目的としています。

Q2 チームの活動内容を教えてください。

毎週、チームで病棟回診を行い、対象となる患者さんの状態観察や、栄養状態の改善方法の検討、栄養療法の提案と評価を行っています。

Q3 それぞれの職種の役割を教えてください。

看護師：患者さまのいちばん近くにいる職種として、患者さまの全身状態の把握や、飲み込みの状態、食事量などの情報をチームへ共有しています。

薬剤師：点滴での栄養補給が必要な場合など、患者さまに最も適切な薬剤を提案しています。また、飲食物と薬剤の飲み合わせや、薬剤による食事への影響も確認しています。

管理栄養士：必要な栄養量を補給するにはどうするべきか、食事内容の調整はもちろんです。栄養剤の選択や点滴の提案も行っています。また、情報の取りまとめやチームのディレクター(調整役)として、回診日時の調整や連絡も行っています。

作業療法士：患者さんの飲み込み状態にあった、食形態(きざみ食、ミキサー食など)や食事の際の姿勢の検討を行っています。また、栄養状態の評価のひとつとして、筋肉量の計測もしています。



症状がある場合は、病院に受診し、適切な診断を受けましょう。

治療の方は、「肩の健康自己チェックシート」で病期を確認してみてください。(図3)

日常生活のなかでも工夫をすることで、症状をやらわげることができます。たとえば、衣服の袖は痛みのある肩(腕)から通し、脱ぐ際は痛みのない肩(腕)から脱ぐ。また、重たい荷物などを持つことは避ける、スーパードライなど買い物をする際は、カートを使用するなど、肩への負担を減らす工夫をしてみてください。



今回の担当者
リハビリテーション科
作業療法士
森越 亮

かた かん せつ しゅう い えん
肩関節周囲炎
(四十肩・五十肩)

リハナビ

肩関節周囲炎は、通称「四十肩」や「五十肩」とも呼ばれています。40歳〜70歳の年齢層に発症し、特に40歳〜60歳の女性に多いと言われています。肩の関節を構成する骨、軟骨、靭帯や腱などが老化して、肩関節周囲の組織に炎症が起きることが主な原因と考えられています。(図1) 肩関節の動きを促すのが「肩峰下滑液包」や「肩峰下液包」が癒着するようになると動きが悪くなります。

「五十肩」の経過をたどるのか？

典型的な肩関節周囲炎の場合、3段階の病期を経て、1〜3年〜5年ほど回復することが多いです。(図2)

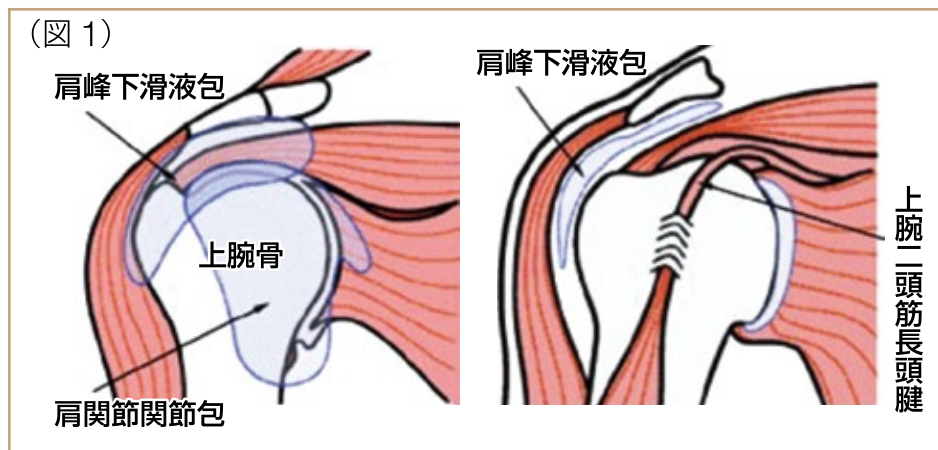


図2 「五十肩」の経過
個人差があります。

急性期	発症から1〜3か月間	○痛みが強い時期。着替えや洗顔などのちょっとした日常動作が行えなくなる
拘縮期	急性期の後1〜6か月間	○炎症が治まり、痛みが軽くなる ○肩を動かせる範囲が狭まる
回復期	拘縮期の後6か月〜1年	○痛みはほぼ治まる ○日常生活の不便はなくなるが、発症以前に比べると、肩の動かせる範囲が狭くなっている

図3

1	夜間痛がある	はい	いいえ
2	朝起きた時に痛みがある		
3	反対側の肩が触れない		
4	脇をしめて外に開かない		
5	背中が触れない		
6	おへそが触れない		
7	着替えがツライ		
8	髪を洗うのがツライ		
9	肩より上の作業がツライ		

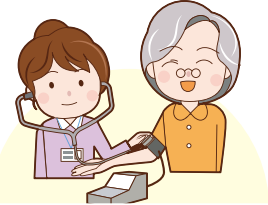
1か2が「はい」、3〜9の「はい」が3つ以下 炎症期
1か2が「はい」、3〜9の「はい」が4つ以上 拘縮期
1か2が「いいえ」、3〜9の「はい」が1つ以上 寛解期

※あくまで目安です。

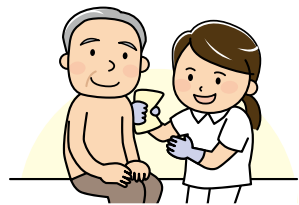
◎訪問看護とは？

看護師等がお宅に訪問して、その方の病気や障がいに応じた看護を行うことです。住み慣れた地域で、その方らしい療養生活が送れるように、健康状態の悪化防止や、回復に向けてお手伝いします。

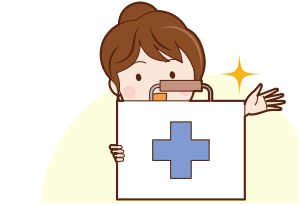
訪問看護の内容



病状の観察



在宅療養のお世話



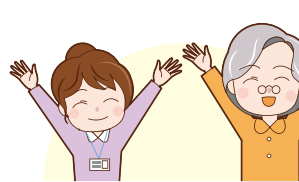
医療機器の管理



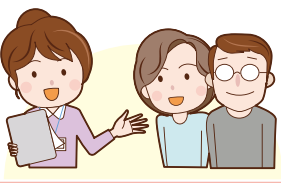
服薬管理



医師の指示による医療処置



介護予防



ご家族への介護支援・相談



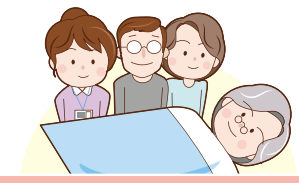
床ずれ予防・処置



認知症のケア



在宅でのリハビリテーション



ターミナルケア
(がん末期や終末期を自宅で過ごせるよう支援)

訪問看護の利用方法

赤ちゃんから高齢者まで病気や障がいのある方で、訪問看護が必要な方にご利用頂けます。(介護保険、医療保険の適用があります。また、主治医の指示書が必要となります。) ご相談は、当ステーションもしくはケアマネージャー、かかりつけの医療機関へご連絡ください。



社会福祉法人 白十字会
神栖訪問看護ステーション

〒314-0134 茨城県神栖市賀2148-26

電話 **0299-93-1174**

看護師を募集しています

訪問看護にご興味のある方は、お気軽にご連絡ください。



看護師6名 作業療法士1名 理学療法士1名

関連施設紹介

社会福祉法人 白十字会
神栖訪問看護ステーション

白十字のおいしい病院レシピ

ハク♥レピ

「おいしい!」と喜ぶ顔がうれしい!お気に入りのレシピを紹介! 患者さんの食事や職員食堂にも登場しています。

豚肉とカブの ゆずこしょうおろし和え

~さっぱりゆずこしょう風味で召し上がれ~



材料(2人分)

豚小間肉	100g	(A)	
料理酒	少々	大根(おろし)	60g
塩	少々	ゆずこしょう	少々
カブ	60g	白だし	小さじ2
長ネギ	40g		
しめじ	20g	栄養価(1人分)	
赤パプリカ	15g	エネルギー	157kcal
おろししょうが	少々	たんぱく質	11.0g
油	2g	脂質	8.5g
豆苗	3g	塩分	1.2g

作り方

- ①カブは葉を切り離し、皮をむいて半分に切って、薄切りにする。(5ミリ幅)
- ②豚肉に料理酒・塩で下味をつける。
- ③フライパンにサラダ油とおろししょうがを入れて熱し、豚肉を入れ、肉の色が変わるまで中火で炒める。
- ④カブを加えてしんなりするまで炒め他の野菜も炒める。(A)を加えて炒め合わせる。
- ⑤皿に盛り付け豆苗をそえる。

カブの栄養

- 根：カリウム、ビタミンC、食物繊維
- 葉：β-カロテン、ビタミンC、ビタミンE、カリウム、カルシウム、鉄、食物繊維



《ゆずこしょう小ネタ》

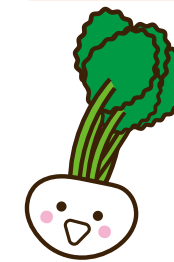
ゆず胡椒って胡椒じゃないのはご存じですか？
ゆずと唐辛子を使った調味料なんです。



プランターで小カブを育ててみませんか？
採れたて新鮮!



カブの葉と一緒に炒めるのもオススメです。
栄養価もアップ!



栄養アドバイス

スマート・ライフ・プロジェクト「健康寿命をのばそう」をスローガンにした国民運動旬の野菜を食べましょう

私たちの体調は、季節の変化に強く影響を受けます。体が冷えて血液循環が滞ったり、暑くて汗をたくさんかいたり、乾燥して空咳が出たり、皮膚がかさかさになったり…季節の野菜は、それらの症状を緩和する力をもつものが多いと言われています。人間も野菜と同じ命あるものとして同じ自然環境の中で育った野菜の力をいただくことで体調を整えることができます。

冬が旬の野菜

- カブ
- 白菜
- ほうれん草
- ブロッコリー
- 長ねぎ

今回のレシピ担当は 深山明美(写真前列右)です

新しい検診車を 導入しました!



検診車は巡回健診(30名以上)
で使用しております。

最新鋭のデジタルX線装置搭載

多言語(10カ国語)での音声案内も可能です。

巡回健診ってなに?

受診者さまが病院に足を運ぶ代わりに、当健診センターが事業所などに出向いて行う健康診断です。

- 仕事が忙しく、社員を病院まで行かせる時間がない。
- 社員が多く、健診の予約を取ることが大変。
- 病院で受診すると時間がかかるので、短時間で健診を終了させたい。
- 病院で健診を行うと、受診率が上がらない。
- 病院に各自で健診に行かせると、受診したかどうか把握することが大変。

こんなお悩みをお持ちの企業・事業所の健診ご担当者さまがいらっしゃいましたら、ぜひ一度ご相談ください。当健診センターでは、乳腺及び腹部超音波・有害物質・3交代勤務などの健診にも対応しています。

健診センター (巡回健診専用)

TEL.0299-94-3779



職員を募集しています

当院では看護師、薬剤師、診療放射線技師、臨床検査技師、看護補助者の募集を行っています。ご興味のある方は、お気軽にご連絡ください。

お問い合わせ (担当: 業務課) TEL.0299-92-3311(代表)
詳細は当院ホームページ、「職員募集のお知らせ」をご覧ください。

当広報誌の
読者アンケートを
実施しています。

皆さまのご意見・
ご感想をお寄せ
ください。➡



救急外来の受診について

当院は二次救急医療施設として、
夜間・休日に救急外来を行っています。

医師1名体制となるため、受診をご希望される際は、
事前にご連絡をいただけますようお願い致します。

救急外来

土曜午後・夜間・日曜・祝祭日
年末年始(12月30日~1月3日)
TEL.0299-92-3311(代表)



社会福祉法人 白十字会
白十字総合病院

〒314-0134 茨城県神栖市賀 2148
TEL 0299-92-3311
URL: <http://www.hakujuuji.jp>
発行責任者 院長 鈴木善作
発行日: 2025年1月1日

