



くまのみ通信

中谷外科病院の理念—患者様とともに歩む

-中谷外科病院広報誌-

第10号
2008.2月発行

発行元
医療法人吉備会
中谷外科病院
患者サービスマネジメント委員会
委員長 中谷 紳

〒706-0001
玉野市田井3-1-20
TEL 0863-31-2323
FAX 0863-31-8486
ホームページ
<http://www.nakatani-hosp.jp>
Eメール Goiken@nakatani-hosp.jp

診療受付時間
月～金 8:30～12:00
15:00～18:30
土 8:30～12:00

＜中谷外科病院の
基本方針＞
I:常に患者様の立場に
立ち、行動する。

I:消化器内視鏡、大腸
肛門病の専門病院として
最新・最善の医療を提供
する。

I:糖尿病など生活習慣
病の予防・治療に関する
専門医療を提供する。

I:地域医療に貢献し、
社会に開かれた医療を
行う。

I:職員同士の和を重視
し緊密なチーム医療を
実践する。

暖冬とは申しませんが、吹く風はやはり冷たく、寒さが肌をさすこの季節、体調を崩されてはいませんか？
大寒を過ぎ、当地にも何度か雪が舞い、子供たちは歓声をあげるところですが、大人は思わず肩を窄めてしまいます。
家に籠りがちになる冬の北風を吹き飛ばすように、「くまのみ通信」第10号をお届け致します。



～院長挨拶～

平成20年に入り、はや1ヶ月過ぎました。
一昨日の早朝、倉敷市にある由加山蓮台寺に行
てきました(私は玉野市医師会のお祓い担当理事を
していますが)、雪でした。知り合いの和尚さんに寺
の庭をみせていただき、急坂の日本庭園が雪化粧し
ている姿に感動しました。
昨年11月には3年来準備してきた日本医療機能
評価機構の病院機能評価を受審しましたが、色々な
ことを学ばせていただき、何よりも当院スタッフのチ
ームワークの良さには驚かされました(自画自賛!)。
今後も「患者様とともに歩む」医療機関であるよう、
職員一同努力していきたいと思ひます。
今年が皆様にとり素晴らしい年となりますよう心より
お祈り申し上げます。

平成20年1月22日

中谷外科病院
中谷 紳



～栄養教室を行いました～

昨年10月25日、当院5階メバルサロンにて生活習慣病予防のための
栄養教室を行いました。まずは実際参加者の方に当院でご用意した食
事とって頂き、普段の食事量と内容の比較をして頂きました。その後
佐藤厚子医師、管理栄養士より、生活習慣病予防について、またその
食事についてお話しし、理解を深めて頂きました。皆様の生の声に直
接触れることが出来、大変充実した教室を行う事が出来たと思ひます。
後日、お礼状とアンケートを送らせて頂き、私たちにとって、とても嬉し
い意見を多く頂きました。次回は3月13日に行う予定です。是非お誘い
あわせて参加して頂けるよう、スタッフ一同心よりお待ちしております。



～朝礼について～



当院では今年から朝礼時に「感動したこと」または「感謝したこと」を職
員が順に3分間スピーチしていく事にしました。新しい技術や知識を身
につけていくだけでなく、自分の中にある素晴らしいものを引き出して
いくために自らが感動することで、患者様に感動していただける病院と
なれるように、職員一同日々努力し、頑張っていきたいと思ひます。
私の最近感動した出来事は病院内の至るところで四つ葉のクロー
バーを発見できたことです。みなさんも探してみてください。

(編集者より)



Nakatani surgical hospital

食物が飲み込みにくくなっていませんか？ ～いつまでも美味しく食べるために～

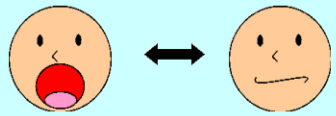
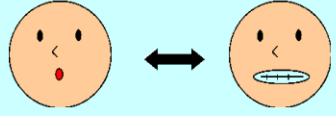





食事をすることは大きな楽しみの一つでありQOL(生活の質)には重要なものです。
 老化により「食べる、飲み込む」機能は低下し、食事中にムセたり、飲み込みにくくなったり、さらには誤嚥により肺炎を引き起こすこともあります。
 いつまでも口から美味しく食べるために、嚥下体操や発声、呼吸練習を行い、「食べる、飲み込む」機能の低下を予防しましょう。

☆当院では医師、看護師、栄養士のチームで摂食機能訓練を行っています。


- 嚥下機能回復訓練
- 食物形態の工夫
- 安全な摂食体位、姿勢
- 口腔ケア
- 安全な嚥下方法

1. 嚥下体操 (各3回程度)

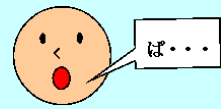
- ① 口を大きく開けて、しっかり閉じる。

- ② 唇を前に突き出し、横に引く。

- ③ 舌をまっすぐ前に出す、後ろに戻す。

- ④ 舌を前に出し、上下に動かす。

- ⑤ 舌を交互に左右の口の端につける。


2. 発声・呼吸

① 下腹部に手を当て、腹式呼吸で深呼吸を3回しましょう。



② ゆっくりと1度に5回の発声を3回、速く一度に5回の発声を3回行いましょう。どちらもしっかりと息を吸い、一息で発声しましょう。



(1) ば、ば、ば、ば、ば ば、ば、ば、ば、ば ば、ば、ば、ば、ば
 ばばばばば ばばばばば ばばばばば

(2) た、た、た、た、た た、た、た、た、た た、た、た、た、た
 たたたたた たたたたた たたたたた

(3) か、か、か、か、か か、か、か、か、か か、か、か、か、か
 かかかかか かかかかか かかかかか

(4) ばたか、ばたか、ばたか、ばたか、ばたか ...

(5) ばんだのたから、ばんだのたから、ばんだのたから



～注意事項～
口の中を清潔に保つことは、誤嚥による肺炎を防ぐ上でも最も大切です。
上記の体操を食事の前に1日3回行うと効果的です。
簡単な体操ですのでぜひご家庭でもお試しあれ！