

開棟1周年の緩和ケア病棟

東館3F

真新しい建物・備品に囲まれた緩和ケア病棟がオープンしてから1年と3ヶ月が経ちました。この間、スタッフがどんなことを考えながら日々過ごしてきたかをインタビューしてみました。

・病気をもちた患者さんとご家族の縁の下の力持ちになりたい
・患者さんがどう過ごしたいか、それをご家族がどのように考えているか、ご家族もどのように過ごしたいと思っているかを考えられるようにし

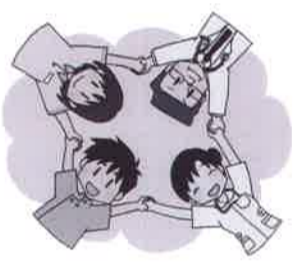


大きなツリーで気分を盛り上げて

な時間を頂いている様子がわかりました。
・お誕生日会の時に、涙ぐんでいる患者さんを見て自分も胸がいっぱい

・みんながみんな一緒になく、その人に合ったことが出来るようにしたい
他にもスタッフ自身が患者さんやご家族から大切に

・散歩の時などに患者さんのいろいろなお話を聞いて、患者さんの笑顔をみて自分も笑顔になれた
・患者さんだけではなく、ご家族ともゆつくりお話しできてうれしい
そしてスタッフ自身も、
・それぞれ意見があつてぶつかり合っている一人の方のケアについて話し合っているのがいいと思う
表現の仕方は違っているものの、それぞれが患者さんや家族の思いに込めたいという気持ちを持つと共



に、私たち自身も大切な経験をさせていただいていると感じました。まだまだ未熟な病棟ですが、患者さんやご家族の思いに寄り添わせていたがながら、私たち自身もひとつのチームになれるようにしていきたいと思えます。

健康増進! 地域活動

平和台病院リハビリテーション科では通常業務のほか、院外活動(地域活動)にも力を入れていきます。その一つとして新木、我孫子西、布佐地区で健康体操を毎月開催しています。



での健康体操について紹介させていただきます。地域高齢者の健康寿命の延伸及び地域のコミュニティの場を作る事を目的に、体操やレクリエーションを新木団地自治会館1階ホールにて毎月第4水曜日の11時〜11時45分に行っています。内容は転倒予防や腰痛についてな



ど毎回テーマに沿った講義を行い、それに合わせた体操やレクリエーションを行っています。毎回15人前後の方が参加されています。また、半年ごとに運動機能評価を実施し、評価結果をもとにリハビリテーションスタッフが必

要な運動のプランを立案し、各自にお伝えしています。参加者の方々から、健康体操を行う事で日常生活が前向きになった、健康体操は自分の身体に合っているため今後も長く続けたいとの声が聞かれています。今後もより一層地域の方々に参加していただき、地域の方々へ還元できるような活動を行ってきたいと考えています。



要な運動のプランを立案し、各自にお伝えしています。参加者の方々から、健康体操を行う事で日常生活が前向きになった、健康体操は自分の身体に合っているため今後も長く続けたいとの声が聞かれています。今後もより一層地域の方々に参加していただき、地域の方々へ還元できるような活動を行ってきたいと考えています。

パソコンウイルス対策はお済みですか?

人の体と、パソコンの仕組みは似ています。皆様は病気を防ぐ為に手洗いやマスクの着用など様々な方法をとると思います。パソコンも病気を防ぐ為に様々な対策が必要です。

①無料アプリをパソコンに入れる際に、抱き合わせで不正なアプリが混入される事例。(善意のある無料のアプリも沢山御座いますので全てが対象ではありません) 無料で配布されているアプリをむやみに信用せず、何故無料なのか配布者の

②USBメモリにウイルスが混入されている場合、パソコンに挿した際自動でパソコンへ感染する事例。特にUSBメモリは複数のパソコンとの間で抜き差しを行うことがありますが、感染しやすく注意が必要です。

③心あたりのないアドレスから送られてきたメールを開き、添付ファイルがウイルスに感染したファイルをクリックした際に感染する事例。添付ファイルがワードやエクセルのファイルに偽装したウイルスであることもあります。

編集後記
今年度より、新たなメンバーでのびのびな委員会の発足となりました。例年に比べ、発足するまでに時間がか



ネットやサイトにアドレスを登録しないこと、そもそも怪しいメールの受信を防ぐことも大切です。自身や他人の個人情報を守る為、パソコンの健康にも気を使ってみてはいかがでしょうか。

この2年間、皆様にご愛読して頂けるのびのびな委員会の発足となりました。例年に比べ、発足するまでに時間がか

カフェレストラン「イマジン」

東館へ移転して約1年。メニューも豊富になり、ますます美味しくなったカフェレストラン「イマジン」。利用している方も多いのではないのでしょうか?
そんなイマジンのオススメメニューをご紹介します!

①健康生活の第一歩を応援したいと考えた、工夫いっぱいの「9プレート」
人間ドックを受診された方へ、サービスでランチをご提供しております。その中で、人気No.1のメニューが「9プレート」。「野菜が多めのお腹に優しいメニューで良かったです」「メニュー・量・栄養などのバランスが良く、家庭での料理作りの参考になりました」など、嬉しいお客様の声もいただいております。一食分およそ500 Kcal のもの、女子にとっては嬉しいポイント☆このくらいの量でこんなメニューだと、バランス良く食べられて500 Kcal か…と参考にもなります。
ちなみに、人気 No.2 のメニューは「カツカレー」。ガッツリいきたい方にオススメです。

②東館に移転してから始まった新しいメニュー「焼き立てパン」
朝8:30から販売がスタートする焼き立てパン。人気 No.1 は「あんクロワッサン」。サクサクのクロワッサン生地であんを巻いて焼き上げています。甘さ加減がいい塩梅☆あつという間にペロリといただけちゃいます。
人気のパンはランチタイムの前に売り切れてしまうこともあるそう。天気の良い日はテラス席でモーニングも良さそうですね☆



最後に、お客様の声の中で、「スタッフの皆さんがとても優しく、病院の食堂として大切だと思いました」というご意見がありました。いつイマジンへ行っても、スタッフの方々の明るい笑顔が出迎えてくれて、「午後からも仕事頑張ろう!」という気持ちにさせてくれます。体も心も栄養いっぱいになる「イマジン」。是非、行ってみてください。