

第29号

平成23年 1 月

発行 高知厚生病院  
広報委員会

◆ 高知厚生病院の理念・基本方針 ◆

理 念

私たちは、安全かつ質の高い医療を提供し、皆さまに信頼される病院を目指します。

基本方針

1. 患者さまとご家族、更に地域の皆さまの幸せのための医療を実践します。
2. 患者さまの権利を尊重し、真摯かつ温かい態度で接し、心と心が通い合う医療を実践します。
3. 自己研鑽に努め、更に発展向上を目指します。
4. 地域の医療機関や施設と連携し、効率的な医療を目指します。
5. 地球環境に留意し、災害への備えを怠りません。



## 新年の御挨拶

院長 山口 継志郎

新年明けましておめでとう存じます。正月三が日良いお天気に恵まれましたので、皆様楽しく新年をお迎えできたのではとお喜び申し上げます。テレビ報道によれば北国では大雪の被害が多発した荒天だったようですので、南国土佐の有り難さを痛感いたしました。

昨年は政権交代後の一年ではありましたが、政争にあけてくれて国民の期待は裏切られた感が強く私どもにとっては何も良くなったことはなかったように思います。

今年は卯年です。干支では辛卯（かのとう）、辛冒（しんぼう）です。十干の辛（かのと、しん）は植物が枯れて新しい世代が生まれようとする状態を意味していると言われます。又、十二支の卯冒は（う、ぼう）はその音から兎（うさぎ）が充てられています。本来は茂（ぼう）冒（ぼう）の意味で草木が茂り地面をおおうようになった状態を表すといわれます。両方あわせると植物が新たに芽吹き大きく成長して繁茂し地面を覆う様子を表しているのも非常に縁起の良い組み合わせのことです。過去でも卯年には経済面でも大きく上昇した確率が他の年に比べて非常に高いようです。

今年はこの辛卯の繁茂好運の年に期待し、ジंकスを裏切らないようにあらゆる面に於いて良き成長を成し得たいものです。そして病院の使命は患者さんの為に尽くす事にあります。今年も職員一同、心新たに努力したいと存じます。又皆様の御多幸を心より御祈念申し上げます。



平成23年1月 モネの庭にて

## アンケート調査

### 外来アンケート報告

平成22年11月19日（金）当院の外来で診療を受けた患者さまを対象にアンケート調査を行いました。集計結果の1部をご報告させていただきます。

「各スタッフの評価」については、どの項目も満足・やや満足（80%以上）で、概ね良い評価が得られました。

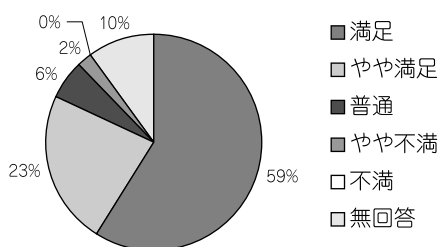
「当院の総合評価」についても（80%以上）の方が満足・やや満足、「家族や知人に紹介できる病院」も、ほとんどの方に「はい」とご回答頂きました。

待ち時間については、「検査結果待ち時間は必要時間の為、ある程度は仕方がない」と思われている方が、（85%「はい」）と納得されている一方で、「今日及び日頃に、長く負担に感じる待ち時間」については、「はい」（47%）・「いいえ」（46%）とほぼ同じ回答数の結果となりました。

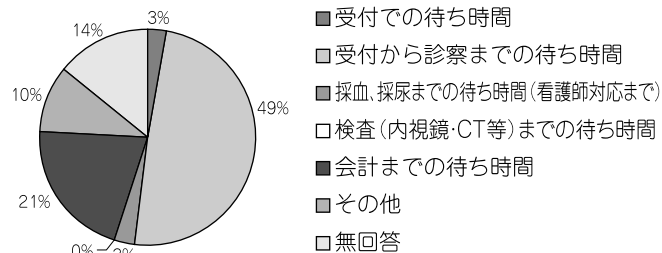
「はい」と回答された方で、「もっとも長く感じている待ち時間」は、「受付から診察まで」（61%）、次いで「会計までの」（26%）でした。実際に診察など医療行為を行っている時間については、あまり待ち時間を感じていない結果となりました。

この度、アンケートにご協力頂きました方々には、貴重なご意見を頂き、ありがとうございました。ご意見を活用し、更に「皆さまに信頼される病院」を目指していききたいと思います。

当院に対する総合評価



「検査結果待ち時間以外」で、「待たされている」と感じているのはどこですか。



## 3分間スピーチ

### ボランティア活動に参加して

立石 智子

私は、のいち動物公園のボランティア活動に参加して、4年が経ちました。

入会したきっかけは、ある日高知市広報の『あかるいまち』を見て、「仲間どうぞ」を目にしたことから始まりました。ちょうど私自信が落ち込んでいた時期でもあり、「動物が好き、子供が好き、何か一歩踏み出したい」という気持ちで入会しました。

入会した当初は何をしたら良いのかわからず、月例会に毎回参加し園のイベントのお手伝いやボランティア自主企画に参加しました。

月例会後には優しい幹事長の方が勉強会を開いて、ガイドをする時は、話すだけでも良いけれど、小道具を使うと子供達は興味を持ち寄ってきてくれる等を丁寧に教えてくださいました。そのおかげで今は好きな動物のスポットガイドが出来るようになりました。

ボランティア自主企画として、毎年行っている「動物ペンダントを作ろう」というイベントでは丸い輪切りにした木に、子供達が好きな動物の絵を描いた後、好きな色の紐を選んでもらい、

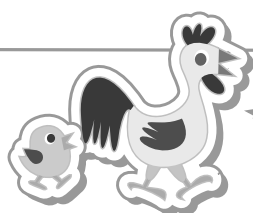
首にかけてあげる事をします。このイベントの準備が大変です。13時からのイベントなのですが、集まれる人は午前中から作業をしています。木を輪切りに切る人、紐通しの穴を開ける人、子供達が木で怪我をしないようにサンドペーパーで磨く人、木の裏にボランティアシールを張る人、何種類かの色の紐を良い長さで切る人等、様々な役割があります。

皆で協力し合いイベントを終えた日はとても充実感で一杯です。

お客さんの「楽しかった。ありがとう、大切に作るね」と笑顔で言われる一言一言が私にとっての宝になっています。

ボランティアの活動を通して、一步踏み出す勇気と自信、人との出逢いの大切さを知る事が出来て感謝で一杯です。

合言葉の「みんなちがってみんないい」を大切にこれからも活動し続けたいと思います。



## ケンコーレシピ

## ぶり大根

栄養課

プチ豪華なメニューとして、こんな献立はいかがでしょう？

材料（４人分）		作り方
ぶりのアラ	１／２匹分（１kg）	① 大根は厚めに皮をむき、回しながら斜め切りにする。 ② ぶりのアラは熱湯にサッとくぐらせ、氷水にとって汚れを洗い落とす。 ③ 鍋に材料と調味料を合わせ入れて火にかけ、アクが出てきたらすくい取り、落としぶたをして中火で約３０分間煮る。 ④ 大根に竹串を刺してスーッと通るくらいになったら、火を止めてそのままおき、冷ましながら味を含ませる。
大根	１本（１.５kg）	
生姜	適量	
<調味料>		
水	カップ３	
しょうゆ	カップ１／２	
みりん	カップ１／２	
砂糖	大さじ３	

### {効能}

#### ☆ぶり

ぶりという魚は成長していくにつれて呼び方が変わる「出生魚」です。

ちなみに呼び方としては、ワカシ、イナダ、ワラサ（ハマチ）、ブリなどと地方によって呼び名に多少の違いはありますが、このように変化していきます。ぶりやハマチの脂肪には、EPAやDHAが豊富に含まれていて、その含有量は魚類のなかでもトップクラスと言われています。

EPAやDHAは血中のコレステロールの酸化を防ぎ動脈硬化などの予防や、中性脂肪を減らす効果、脳細胞を活性化して脳の老化を防ぐ効果などがあります。

#### ☆大根

春の七草のひとつ、すずしろ。大根のことです。正月の7日に食べる七草粥の習慣は、江戸時代に定着したそうですが、邪気を払う意味ばかりでなく、正月疲れの胃腸を休める生活の知恵でもあったのでしょう。

消化酵素のジアスターゼ（アミラーゼ）が多量に含まれていることから、大根が胃もたれや胸焼けに効果があることはよく知られています。これ以外にも便秘、咳止め、利尿作用、抗がん作用があると言われています。

大根の酵素は熱に弱いので、サラダや大根おろしなど、生での使用がおすすめです。

#### ☆生姜

生姜に含まれている成分「ジンゲロン」「ショウガオール」が体を温めると言われています。

臭み消しや香りづけにちょっと使うのではなく、生姜を食べるつもりでたっぷり使い、この寒い時期を乗り越えましょう。



## 高知厚生病院 外来担当医

診療時間 午前 9時00分～12時30分(受付は12時15分まで)  
午後 1時30分～ 5時30分(受付は 5時15分まで)

			月	火	水	木	金	土
内 科	午前	1 診	計田香子	副院長 山口泰子	計田香子	計田香子	副院長 山口泰子	高知大医学部第2内科 高尾俊弘(隔週) 井上紘輔(隔週)
		2 診					高知大医学部第3内科 窪田哲也	
	午後	1 診		計田香子		外来担当医	計田香子	(休診)
消化器 外科	午前	1 診	吉本 忠	吉本 忠	吉本 忠	吉本 忠	吉本 忠	吉本 忠
	午後	1 診	吉本 忠	吉本 忠	吉本 忠		吉本 忠	(休診)
整形外科	午前	1 診	院長 山口継志郎	副院長 山口龍彦	院長 山口継志郎	岩津 理	岩津 理	院長 山口継志郎 (10時30分まで) 岩津 理 (10時30分以降)
	午後	1 診	岩津 理	院長 山口継志郎	岩津 理	岩津 理	院長 山口継志郎	(休診)
緩和ケア (予約診療)	午前	1 診						(休診)
	午後	1 診	副院長 山口龍彦			副院長 山口龍彦	副院長 山口龍彦	
禁煙外来 (予約診療)	午前	1 診						(9時～11時) 計田香子
	午後	1 診	(14時～16時) 計田香子			(14時～16時) 計田香子		

- ※ 介護保険・要介護認定等…医師にご相談下さい  
 ※ 通所リハビリテーション…月曜日～土曜日(ご利用に関しては、医師にご相談下さい)  
 ※ リハビリテーション科…月曜日～金曜日の午前、午後と土曜日の午前中  
 ※ はり治療……………毎週火曜日と木曜日の午前中で予約制です  
 ※ 緩和ケア相談……………(予約制) ※ 緩和ケア外来……………(予約制)  
 ※ 禁煙外来……………(予約制) ※ 訪問診療(要相談)、訪問看護も行っております。

日曜・祝日・土曜午後 休診

ご予約に関しては  
病院受付までご連絡下さい

**TEL:088-882-6205**

## 院内行事

### クリスマス会



平成22年12月17日 クリスマス会を行いました。  
今年もにっこりルームの子供達と一緒に過ごすことができました。

職員からは、ハンドベルを2曲披露し、赤鼻のトナカイの歌体操をみんなで一緒に行い、子供たちが歌と踊りをプレゼントしてくれました。サンタクロースからのお土産をもらって喜ぶ子供たちの姿に、皆で幸せな気分になりました。

### 編集後記

あけましておめでとうございます。  
今年もこうせい病院らしい(^ ^)広報誌を作りたいと思います。  
何卒よろしくお願いいたします。



当院は  
平成15年9月22日より  
日本医療機能評価機構  
認定病院となっております。



◆ 特定非営利法人  
日本緩和医療学  
会より認定研修  
施設として認定  
されました



◆ 厚生労働省より  
医師の午後臨  
床研修施設の  
認定を受けまし  
た



**高知厚生病院**

〒781-8121 高知市葛島1丁目9-50 Tel.088-882-6205 Fax.088-883-1655  
ホームページ <http://www.kochi-koseihp.jp>