

リハビリ病院・大曲診療所でも防災訓練を実施しました!

大曲診療所 訪問リハビリチームでBCP (事業継続計画) 机上訓練と防災訓練を行いました!



大曲診療所の訪問リハビリチームでは年間計画を立てて研修会を実施しています。2月17日にBCP机上訓練と防災訓練を実施しました。BCPとは事業継続計画のことで自然災害や新型コロナウイルスが起きた場合にサービスを継続するための必要な対策をまとめた計画のことで介護事業所には作成が求められています。研修では大曲診療所版BCPの確認や、震度7の地震を想定した訪問リハビリスタッフはどのような行動をするべきなのかディスカッションを行いました。後半は防災訓練を行い非常ベルの操作や通報を実際に行い、緊張感のある訓練でした。いつ・何時起こるか分からないものなので、日々の想定や事前の備えがいかに重要なことを考える研修となりました。

災害時の食事提供訓練を行いました! (2月26日)

～出雲市民リハビリテーション病院～

災害時にも病院では入院患者さんへ食事を提供する必要があります。有事の際でも患者さんに安全な医療を提供できるようにすることが災害訓練では求められますが、これは食事も同様です。長期保存ができる災害時用の食品はもちろんありますが、まずは生鮮食品を用いて提供することが重要とされています。今回は電気や水が使えない、調理場が使えない状況を想定して食事提供のデモンストレーションを行いました。訓練ではガスボンベとコンロを用いて屋外で調理を行いました。調理したのは、おにぎりと豚汁を30名分です。実際に訓練をしてみると、どの職員でも食材や調理道具の場所がわかる必要があるなどの課題が発見できました。必要な際に必要なことが全職員できるよう、引き続き訓練を重ねます。

全日本民医連第46回定期総会に参加して

2月22日～24日の3日間、全日本民医連第46回定期総会が沖縄県那覇市にて開催され、全国から600名以上の職員が参加し、出雲法人からも3名の職員が参加しました。前回の第45回総会はコロナ禍ということもありオンラインでの開催でしたが、今回は集合開催となりました。総会の冒頭では第二次世界大戦以降の沖縄の戦いの歴史をまとめた映像を見て、改めて戦争では何も生まれないことを強く実感しました。

本総会では第45回定期総会で掲げられた方針について、各県連事業所の到達の報告が行われ、能登半島地震で被災された石川民医連の方からも被災から現在の状況について報告がありました。2日目には13グループに分かれての分散会が開催され、各事業所の成果、課題を共有し、私自身も分散会でマイナ保険証によるオンライン資格確認についての課題や懸念事項についての発言を行い他県連でも同様の状況が起きていることが改めて認識することが出来ました。



日頃は業務に追われ民医連とは何かを見失いがちですが、今回の総会を通じて改めて民医連の理念について考えさせられる良い機会となりました。(出雲市民病院 医療事務課長 井上)

左から3人目 ※民医連=当生協の病院や診療所が加盟する全国団体

おあめの一品

アスパラガスの肉巻き



春が旬のアスパラガスに豚バラ肉を巻いて、ボリュームたっぷりのメイン料理に!

材料 (2人分)

- ・アスパラガス……4本
- ・豚バラ肉……4枚
- ・サラダ油……小さじ1
- ・酒……大さじ1
- ・塩……適量
- ・コショウ……適量

作り方

- ①アスパラガスは根元部分を1cm程度切り、その根元部分の硬い皮をピーラーで剥いて5cm程度の長さ切る。
- ②豚バラ肉をアスパラガスの本数分に切り分け、アスパラガスにくるくる巻き付けていく。
- ③フライパンを中火で熱し、サラダ油を入れたら②を巻き終わりを下にして並べて焼く。
- ④表面に焼き色がついてきたら酒を振りかけ、弱火にしたら蓋をして3分程度蒸し焼きにする。
- ⑤塩、コショウを振って完成。

レシピではアスパラガスと豚バラ肉を切って使用していますが、アスパラガスにそのまま豚バラ肉を巻いて一本丸ごと焼くと見た目も豪快に仕上がります。塩とコショウの代わりに市販の焼肉のたれで味付けしても美味しいです。

出雲市民病院・患者サポートコーナーより



2022年7月より正面玄関付近にて来院者が相談できる窓口として、「患者相談コーナー」を設置し、週に1回9:30～11:00まで担当者を配置。相談対応を行っております。

その中では「誰に相談したらよいか分からない」「医療費、生活費、福祉制度の利用方法を知りたい」、「退院後の生活や介護のことが心配」などの相談がありました。

この場では担当者がまず相談を伺い(相談内容によっては別室で対応)、その後専門となる部署へつなぎ改めて電話で返事、面談するなど対応しています。医療費の心配に関しては、当院で実施している無料低額診療事業が利用できそうであれば、その説明も行っています。相談コーナー設置日については、玄関にポスター掲示、また病院機関誌「すこやか」にも記載しお知らせしています。医療介護に関するお困りごとについて気軽に相談ください。(地域連携センター課長 引野)

院所長の交替のご案内

4月1日付けで、出雲市民病院と大曲診療所の所長が交替となりました。宜しくお願いします。

- <出雲市民病院>病院長
- 高橋 賢史(たかはし さとし) 現・副院長
 - 専門：家庭医療専門医・指導医
- 出雲家庭医療学センター(ICFM)センター長



<ご挨拶>
前院長の小松先生の後任として、2024年4月より出雲市民病院院長を拝命しました家庭医療科の高橋賢史と申します。私は2005年に初期研修医として当院で働き始め、これまで家庭医として外来・病棟・訪問診療を行って参りました。

出雲地域において地域包括ケア病院としての役割を当院が果たすようスタッフ一同尽力していく所存です。元気なときも、そうでないときも、出雲医療生協の取り組みを通じ、この地域で皆さまが安心して生活していくことが出来るよう、病院として支えて行きたいと考えます。何卒よろしくお願ひ申し上げます。



- <大曲診療所>所長
- 能美 雅之(ののみ まさゆき) 医師
 - 専門：家庭医療専門医・指導医
- ※能美先生の挨拶は次月号で紹介いたします。

第54回 出雲医療生協グラウンド・ゴルフ大会

日時：2024年6月18日(火) 受付8:30～
会場：出雲ドーム 参加費：1人800円
申込締切：2024年5月17日(金)まで
※申し込み後のキャンセルは返金できません。
申込先：出雲医療生協事務局(原、妹尾、三島)
TEL (21) 8108 FAX (25) 0622



能登半島地震災害への義援金についてご協力で御礼申し上げます

1月1日(月)に発生した能登半島地震災害への義援金を2月末を目途に呼びかけを致しました。多くの皆さまからご支援をいただきました。御礼申し上げます。義援金等は2月末に下記の団体へ送金を致しました。(専務)

- 日本医療福祉生協連関係分(支部、組合員関係) ……267,664円
 - 全日本民医連関係分(事業所) ……264,728円
 - 全日本民医連・職員被災者への見舞金 ……100,000円
- 総計：632,392円



聴覚障がい者の会「サークルベーターベン」でフレイルチェックを開催



「サークルベーターベン」は聴覚障がい者の会です。2022年に「健康寿命をのばすお口の話し」(オーラルフレイル予防学習会)のご依頼をいただいてから、2月18日(日)で3回目の学習会開催となりました。

良い関係づくりも出ており、今回はフレイルチェックを実施しました。フレイルチェックでは、9つの項目をもとに自身のフレイルの状態をチェックします。チェック項目の「健口くん」や「握力測定」で計測者としてお手伝いくださったのは「要約筆記者」のみなさんです。要約筆記者とは発言者の言葉をその場で書きだす人で、今回のような学習会では書いたものがスクリーンに投影され多くの方に見てもらえるように配慮されています。また、ヒアリンググループ(磁気ループ：難聴者の聞こえを支援する設備)を使い音声磁場を作りました。今回は、要約筆記者のみなさんにも一緒にフレイルチェックを受けていただくことができました。

多伎地区「小田町サロン」でオーラルフレイル予防学習会

小田町サロンで初めての学習会の依頼がありました。2月21日(水)は27名の方が参加してください、短時間ではありましたが楽しく学習会ができました。3月には、コミュニティセンター大ホールで多伎地区社協さんら主催で「楽しくできる お口の健康づくり」と題した学習会も開催することとなりました。参加者の皆さまと「3月にも会いましょう!」とお約束してお別れしました。



第17回「つながり食堂」で「イートイン」が始まりました!

2022年の7月に立ち上げた「つながり食堂」も出雲の地域に根付いてきました。2月17日(土)は、たくさん注文が入り、すぐに予約枠が埋まってしまいました。今後の予約の取り方などに課題を残しつつも、新たなことにも挑戦をはじめました。コロナウイルス感染症の影響で、持ち帰りのみにしていたお弁当ですが「イートインコーナー」を設け、お弁当を食べて帰ることができるようにもしました。イートインの場合ご希望で、味噌汁も20円で提供します。この日は10名の方がお弁当を食べて帰られました。お弁当を食べながら、スタッフとの話も楽しんでもらい、居場所づくりへの第一歩となりました。

また当日は、ワークスコープさんと出雲医療生協が共同で取り組む「つながり食堂」に組合員さんがどのように関わっているのかなど、生協総合研究所からの取材もありました。



大曲診療所 おおつ保育園で保護者向けBLS(一次救命措置)の取り組み



3月9日(土)に園医をしている、おおつ保育園で保護者向けのBLS(一次救命措置)講習会を行いました。吉村先生を中心に、当日は大曲診療所の医師と理学療法士、おおつ保育園の先生、看護師、さらに島根大学医学部医学科の学生さん8名がインストラクターとして参加しました。

まず全体でBLSの説明を行い、その後少人数に分かれて実技を行いました。今回は小児、乳児に対するBLSだったので、力の入れ具合などインストラクターに質問をされながらみなさん熱心に取り組まれました。最後に窒息解除の方法も学び、約1時間の講習会はあっという間でした。

支部で年間成果の表彰式が始まっています!

支部の1年の振り返りや支部独自の表彰制度をもとに、仲間ふやしなどの表彰式が行われました。



大津支部 (3月5日)



上津支部 (3月11日)



有償ボランティア「虹」☆支援者交流会を開催!

2月9日(金) 生協管理棟2Fを会場として支援者交流会を行いました。今回は市民病院の調理師の武島さんを講師として会場に来ていただき、13名の参加で恵方巻作りをしました。具材の椎茸・人参・かんぴょうの煮しめ、ほうれん草、卵焼き、桜でんぷんを使った。具材の調理や味付けも皆さんで行い、恵方巻と一緒にとろろ昆布と三つ葉と麩のすまし汁も作りました。さすが手際が良く、余った食材で違う品を作られる方もおられました! 初めて参加してくださった方もおられました。皆さん楽しんで話しながら協力して作っていただきました。最後は、自分で作った美味しい恵方巻やすまし汁を食べながら、支援についてだけでなくさまざまな話を楽しく時間を過ごすことができました。

稗原支部 新年会を開催しました



2月19日(月)稗原交流センターを会場に新年会が行われました。稗原支部では今年度新しく運営委員になられた方も多かったため、まず初めに小澤常務から医療生協についてのお話しをしていただきました。「とても分かりやすいお話しだった」との感想をいただき、少しでも医療生協について理解していただけるいい機会となりました。その後運営委員会を行い、昼食の前に4チームに分かれてスカットボールをしました。前にも挑戦したゲームですが、今回は前にも増してとても白熱しました。身体を動かした事でお腹も減って美味しくお弁当会食をし、「今年も1年楽しく元気に頑張りましょう!」と、とてもいいスタートをきることができました。

健康ウォーキング開催!!



3月8日(金)、寒空ではありましたが、第2回目となる健康ウォーキングを開催しました。今回は3kmの道のりを、ミッションビンゴをしながら巡る「ゆったりコース」と4kmの道のりを自分のペースで黙々とウォーキングする「本格コース」の2コースにわけて行いました。2コースあわせて19名の方が参加され、どちらのコースもお知り合いとお話をしながら楽し気にウォーキングをされていました。「次は暖かい時期に!」という声を多数いただきましたので、来年度は11月頃に開催予定です。 ※ミッションビンゴとは、ビンゴマスの中に数字ではなく、簡単な目標が書かれており目標を達成しビンゴを目指す企画です。

雲南支部 ゲートボール大会開催

2月18日(日)ゲートボール大会が開催されました。優勝：八睦 2位：たちばら 3位：松笠

