



～石鹼洗いとアルコール消毒の使い分け～

冬期間に流行するとされている感染症には、インフルエンザ・ノロウイルス・溶連菌感染症・RSウイルス等がありますが、どれも接触感染或いは飛沫感染で拡散するものです。予防策として手洗い・うがい・マスク着用・適度な湿度と温度の維持・バランスのとれた食事・十分な睡眠となっています。接触感染については各自が手指衛生に心掛ける事で、かなり防ぐこともできます。効果的な使い方や手順をおさらいして、自分たちができる予防に努めましょう。

○石鹼手洗い

日常生活で行っている一般的な方法ですが、目に見える汚れや蛋白性の汚れがある場合に向いていて、殺菌剤配合のハンドソープや石鹼で擦り、流水で十分にすすぎます。正しく行えばウイルスや細菌を除去することができ、ノロウイルスにも効果的です。

○アルコール製剤による手指消毒

除菌効果に優れていて、皮膚乾燥も速く、保湿剤も含まれているので手荒れの心配がありません。手指衛生の為の時間短縮ができますが、洗浄効果はありません。

衛生的手洗い方法として、医療従事者や福祉関係者、食品関係従事者などがウイルスや細菌を極力排除する為に「石鹼と流水」+「アルコール製剤による手指消毒」を実践していますが、日常生活の中で常に実践するのは不可能です。繰り返す石鹼洗いで手荒れを起こした場合には、細菌が手に付着し易く除菌が難しい状態となってしまいます。目に見えて汚れがひどい時には石鹼手洗いを選択し、他はアルコール消毒での除菌を選択して、消毒が必要なタイミングを逃さない事が大切です。

◇正しい石鹼洗いの手順

流水で手を濡らし、石鹼やハンドソープをよく泡立て、洗浄成分を汚れになじませます。汚れが残りやすい部分、手の甲・指先や爪の間、指の間、親指、手首など、30秒かけて洗います。すすぎは流水で20秒、乾いたタオルでしっかり水分を拭き取ります。

◇正しい手指消毒の手順

アルコール消毒液を両手全体に行き渡る十分な量、ポンプを下まで押した量が目安です。消毒液を乾いた手のひらに取り、初めに両手の指先に擦り込みます。後は手洗いと同じく隅々まで乾くよう擦り合わせます。15秒程度で十分な除去効果があります。

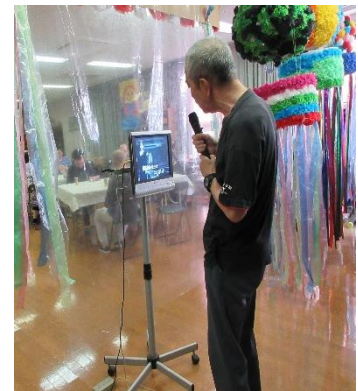
※繰り返しの使用で手がべたつくと汚れが付着し易くなる為、流水で手洗いをしましょう※

レクリエーション行事

～夏まつり～

7月26日、屋内での夏祭り開催です。館内に音楽を流して、1ヶ月間練習した盆踊りを各病棟廊下とデイケア棟で一緒に踊って頂きました。紅白幕を張り巡らせて提灯を飾り、縁日さながらにお囃子に包まれたメイン会場(作業療法室)で、お菓子や日用品が当たるくじ引きコーナー、綿菓子・カップアイス・缶ジュースを提供する喫茶コーナーを設けて、希望者にカラオケを歌って頂きました。毎日盆踊りの練習に参加してくれた方と、カラオケを歌ってくれた方に「参加賞」を提供しました。

各病棟やデイケア毎に時間調整して会場入りするため、少人数で盛り上がるか心配していましたが、くじ引きの沢山の景品に驚いたり喜んでくださったり、あちらこちらから笑い声や楽しげに話す声も聞かれて、夏のイベントを楽しんでもらえたようです。



レクリエーション行事

～レクリエーション大会～

暑かった夏からやっと涼しさを感じるようになった9月20日、恒例のレクリエーション大会を開催しました。例年は中庭を使って小さなスポーツ大会という感じで行っていましたが、今年は高齢者の方が増えたため、屋内で各病棟や作業療法室で各々ゲームを楽しみました。

作業療法室ではボウリングと魚釣りゲームを行いました。ボウリングのピンが通常のものより大きかったり、魚釣りゲームの魚がお金だったり、いつもと違う様子がおかしかったり、新鮮な気持ちで楽しめました。

病棟ではボウリングを行いました。沢山の患者様が参加してくれて、張り切ってプレイしていました。ADL(日常生活動作)に合わせて、車椅子の方も傾斜台を利用して投球が出来ました。倒れたピンを立てる時にも患者様の活躍が見られて、普段あまり笑わない患者様が笑っていたり、普段あまり動かない患者様が活動していたり、日常と違った顔を見せてくれて、患者様も職員も一緒に楽しめた大会となりました。



お知らせ

外来お正月みについて

- 12月28日(木) / 1月 4日(木) 通常どおり診察します。
12月29日(金) ~ 1月 3日(水) 外来診療はお休みです。

◎初めて受診される方へ

初めての受診の時は、電話予約をお願いいたします。予約が無い場合、ご希望の日に受診できない事もありますので、ご注意ください。

~こころの相談室よりお知らせ~ ~こころの悩みは十人十色、あなたの心に寄り添います~



平成23年10月1日から法人公益事業として、さくら病院相談室内に「こころの相談室」を開設し、多くの方から様々な御相談が寄せられています。今後も、是非お気軽に活用していただきたく、改めてご案内をいたします。

- ※ 予約受付日 毎週月曜日・火曜日・木曜日・金曜日
- ※ 予約受付時間 午前9時30分~午後3時30分(昼休み午前12時~午後1時)
- ※ 申し込み 事前に電話で御予約ください。電話 0178-70-2011
- ※ その他
 - ①電話相談は行っておりません。
 - ②御相談内容の秘密は、厳守いたします。
 - ③精神保健福祉士が対応いたします。

外来担当医師予定表

月	火	水	木	金
青 木 青 木(啓)	青 木 青 木(啓)	休 診	奥 野 武 内	奥 野 武 内
診療時間	9:00 ~ 12:00 (午後の外来診療は、行っておりません)			
受付時間	8:30 ~ 11:30			
診療科目	精神科、心療内科、内科			
休 診 日	水・土・日、祝祭日			



当院へのご意見・ご要望について

当院では、院内4ヶ所〔外来待合ホール・各病棟デイルーム〕に投書箱を設置し、患者さんやご家族の皆様のご意見・ご要望が述べやすいよう工夫しております。入院療養に際しまして、当院へのご意見・ご要望などがありましたら、お気軽に投書箱をご利用ください。

なお、口頭でのご意見・ご要望にも病院スタッフが対処できるようにしておりますので、その際は、スタッフに直接申し出ください。

皆様から寄せられたご意見・ご要望は、専門の委員会(苦情処理対策委員会)にて、定期的に協議した後、院内4ヶ所の掲示板に回答を掲示します。

さくら病院理念

- ・ 人間愛と科学的根拠に基づく医療

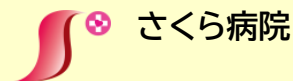
基本方針

- ・ 患者さんに安らぎと幸せを提供する病院
- ・ 地域に貢献する病院
- ・ 職員が誇りを持って働ける病院

〒039-1105

青森県八戸市大字八幡字上樋田8番地1

一般社団法人 信愛会



さくら病院

TEL 0178 (70) 2011

FAX 0178 (70) 2191

<https://sinai-sakura.com>

E-mail: sakurahp@circus.ocn.ne.jp

編集後記

連日の猛暑や記録的な豪雨など、地球規模の天候の変化に振り回されている間に、今年も残りわずかになりました。年末に向けて益々忙しい日々になることと思いますが、しっかり感染予防を実践して乗り切りましょう。

色々と制約はありますが、自分にとっての楽しみも探してみましよう。

編集スタッフ

発行責任者 青木 直人

広報委員長 石鉢

副委員長 櫻庭

中村 鈴木(里)

松橋(加) 鈴木(安) 斉藤

松橋(サ) 工藤