

安全・良質・優しいこころの医療を、いつでも どこでも 誰にでも

# ぬくもり

2012. 02  
vol. 26  
冬号

地方独立行政法人静岡県立病院機構  
静岡県立こころの医療センター

## 特集内容

- 栄養指導室 栄養相談について
- ボランティア研修会開催
- 炊き出し訓練実施



今回は、  
薬局ですよ

承知しました



**薬剤室**は「性格はバラバラ、気持ちはひとつ」の**女性4名**です。

お薬の調剤、服薬指導をはじめとする病棟業務、薬品管理、医療安全、心理教育、家族教室など様々な場面で、職能を生かし、安全で質の高い薬物治療を提供するよう努力しています。患者さんの回復に向けて、また、退院後も通院治療が継続できるためのお手伝いを行っています。

現在、薬剤師は病棟常駐の実現に向けて動いています。当院でも病棟常駐ができる体制づくりに、みなさんの協力のもと取り組んでいきたいと思っています。

「この注射、混ぜて良い?」「排便がない、どの薬が良い?」「患者さんに薬の説明をして」、困ったこと、心配になったこと、ちょっとした何でも、その場で聞けるんです。いいかも!

私たちも患者さんの訴えや症状などを一早く知ることができます。また、良好なコミュニケーションが取れ、十分な情報共有が可能となります。これこそチーム医療!

見える薬剤師、提案できる薬剤師を目指しています。

薬のことでお困りの時は、声を掛けてください。やさしくね!

私事(浅倉)ですが、4月に赴任し、「こころ」のすばらしい桜を見る余裕もなく、あっという間の9か月でした。今春の桜を楽しみにしています。「お花見会」をしましょう!



薬剤室



# ～ 栄養指導室 ～

## 食生活に関する様々なご相談に対応しています

### 栄養相談

当センターに受診されている患者様から、「糖尿病があるのですが、食事はどのくらい食べていいの?」「これから1人暮らしをするのですが、何を食ったらいい?」などのご質問をいただくことがあります。

当センターの管理栄養士3名が皆様の病状も考慮しながら、食事について様々なご相談に対応しています。

### 入院・外来栄養相談

■入院中の患者様には病棟でご相談に対応しています。入院患者様で、栄養相談をご希望される場合は、主治医・病棟看護師までお申し出ください。

■外来受診中の患者様は、外来日にご相談できます。なお、診察前にご相談いただくこともできますので、ご希望の方は、主治医までお申し出ください。

### 集団栄養相談(病棟)

毎月1回各病棟に伺い、食事や食習慣の改善・食中毒防止などについてお話ししています。

今年度のテーマ

- 4月 肥満の予防
- 5月 手洗いで食中毒予防
- 6月 上手に選んで水分補給
- 7月 お食事が届くまで
- 8月 夏バテ防止の食事対策
- 9月 国民病“高血圧”は4千万人

**国民病「高血圧」は4千万人!**

肥満の予防

40/90mmHg以上

国民病「高血圧」は4千万人!

肥満の予防

100kcalを消費する運動

ウォーキング 45分程度  
散歩 30分程度  
掃除 20分程度  
ぼた餅 15分程度  
毎時歩 10分程度  
ジョギング 10分程度

100kcalで消費する食品

おにぎり 1個、あんぱん 1個、ポテトチップス 1袋、せんべい 10枚、バナナ 2本、ジュース 1杯、りんご 1個、ヨーグルト 1杯、お茶 1杯、お菓子 1個、お水 1杯、お風呂 10分

### 集団栄養相談(デイ・ケア)

デイ・ケアには毎月1回伺い、身体計測結果によるミニ栄養相談、食習慣についてのお話しや調理実習なども行っています。



### レッツクッキング (リハビリテーションセンター)

リハビリテーションセンターで食生活自立支援のために行われている“レッツクッキング”に参加しています。料理を計画し、調理実習をリハセンターのスタッフと一緒にしています。





# 「ボランティア研修会」開催

11月17日に、年に1度のボランティア研修会が開催されました。当日は、渡邊医師による講義・後藤作業療法士によるグループワーク等を行いました。参加者の皆さんは研修会のプログラムにとっても熱心に取り組まれました。

また、ボランティアの皆さんへの日頃の感謝の気持ちをこめて、ランチ会も行いました。平田院長手作りのきのこカレーが大変好評で、会話も弾み、楽しいランチ会となりました。

ボランティアの皆さん、いつも本当にありがとうございます！



## 函南町民生委員の皆さんが来院されました

函南町民生委員地域福祉部会の方々が当センター視察のため、10月28日に来院されました。

当センターの概要について平田院長の説明を聞いていただいた後、2グループに分かれて、デイケアセンター・リハビリテーションセンター・病棟の見学をしていただきました。



## 平成23年度 炊き出し訓練



12月9日に、地震により電気・ガスが使えない状況を想定し、かまどセットを使用した炊き出し訓練を実施しました。副院長をはじめ、看護部、栄養指導室、事務部、委託職員が協力し、かまどを準備し火をおこすところから、アルファ米などの防災食の調理、運搬までを行いました。近年、炊き出し訓練を実施していなかったため、被災時における食事の提供に不安がありましたが、予定時間より大幅に早く運搬まで終わることができました。

防災食の試食会には70名を超える職員が参加し、「案外おいしかった」「野菜が多い方がいいと思う」などの意見がありました。来たるべき東海地震に備え、今後も炊き出し訓練を続けていきたいと考えています。







# 日精看愛知県支部の皆さんが来院されました



日本精神科看護協会愛知県支部から施設見学の依頼を受け、11月21日に実施しました。愛知県内の11施設から31人の参加がありました。

院長はじめ看護部・よろず相談の担当者が当センターの概要を説明した後に、4グループに分かれて院内を案内しました。

質疑応答では、活発に意見交換ができ、最後に当センター職員と一緒に記念撮影をして半日のスケジュールが無事終了しました。



## 診療のご案内

### 一般外来

外来受付 午前8時30分～午前11時（予約制）  
 診療日 月曜日から金曜日まで  
 休診日 土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始  
 診療科 精神科  
 その他当センターを利用する方々のための内科・外科・歯科外来があります。

### 専門外来

老年期こころと物忘れ外来 <60歳以上の方>  
 老年期のこころの悩みや物忘れなど、老年期特有のこころの専門外来です。

◆一般外来・専門外来とも、全て予約制となっています。予めお電話でご予約下さい。

予約受付日：月曜日～金曜日  
（祝祭日を除く）

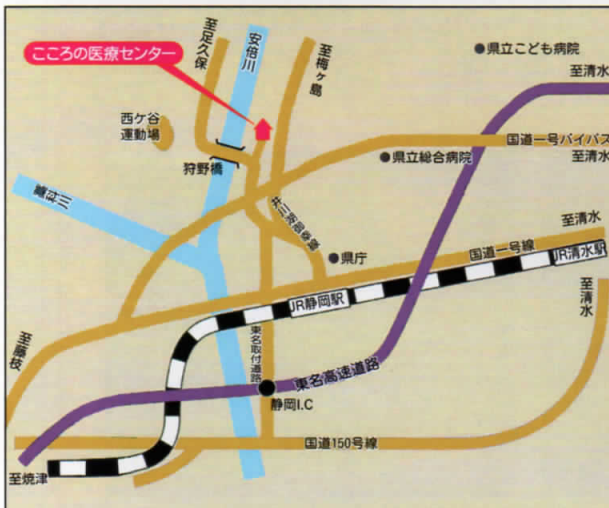
予約受付時間：午前9時～午後4時  
受付先：よろず相談スタッフ  
電話：054(271)1166

◆現在、他の医療機関に通院されている方は紹介状をお持ちください。

### 外来担当表

診察室	月	火	水	木	金
第1	村上直	平田	伊藤	村上直	
第2		五條	渡邊	鈴木	鈴木
第3	阿部	大橋	阿部	大橋	五條
第4	救急	救急	救急	救急	救急
第5	新患	新患	新患	新患	新患
第6	梶塚	梶塚	村上牧		村上牧
第7	内田	櫻井	仲田	仲田	内田

## 病院周辺図及び交通のご案内



### 交通のご案内

バス/美和大谷線 静岡駅より約25分  
（静岡駅前9番のりば 美和、足久保団地方面行き秋山町下車、徒歩5分）

くるま/静岡駅より約15分

### 地方独立行政法人 静岡県立病院機構 静岡県立こころの医療センター

（財）日本医療機能評価機構認定病院  
 〒420-0949 静岡市葵区与一4丁目1-1  
 電話：054-271-1135（代表）  
 FAX：054-251-6584  
 URL：http://www.shizuoka-pho.jp/kokoro/