

2018  
NO. 88

広報

# だより 病院

特集 ▼  
便秘について



平成30年度 新入職員

# 便秘について



【内科】  
木下 雄貴

私が渥美病院へ赴任して、半年が経過しました。

当院の患者さんはご高齢の方が多いですが、元気な方が多く、毎日驚かされています。

今回は多くの方が困っている便秘についてお話しいたします。

## 便は健康のバロメーター

健康な人の便は、80%が水分で、残る20%のうち3分の1が食べカス、3分の1が生きた腸内細菌、3分の1がはがれた腸粘膜です。

食べ物や飲み物の水分量は1日約2リットルあり、これに胃や腸から分泌される消化液を加えると、大腸にはかなり大量の水分が流れこみます。

その水分の多くは、大腸を通過する際に吸収されて、便が適度な硬さとなり排泄されます。

大腸での水分吸収量が少し増えるだけでも便が硬くなり、便秘になります。

理想の便は、バナナの色と形をした便が1〜2本程度肛門からすりと出て、肛門を拭かなくても良いくらいのも便です。

1日1回、朝食後に息むことなく排便するのが理想的です。

## おなら

おならで困っている患者さんにはしばしば遭遇します。

「おならがよみへ出るのでご心配です。」

「臭いおならがよく出ますが、大丈夫ですか？」

おなら自体は病気ではありません。臭くないおならをすっきりと上手に出したいですね。

●おならを増やすもの…  
芋、豆、果物、炭水化物、炭酸飲料

●おならを臭くするもの…  
ねぎ類、にんにく、にら、肉、魚、便秘

です。

臭くないおならにするためには、肉を控えめにし、野菜・ヨーグルト・発酵食品を継続的に食べてみてください。

効果があるかもしれません。

## 便秘の定義

便秘の定義は様々です。

### ●日本内科学会

3日以上排便がないまたは毎日排便しても残便感あり

### ●日本消化器病学会

明確な定義はない。

(数日に1回の排便、硬便など)

### ●日本大腸肛門病学会

排便の悩みの一つ。

### ●日本緩和医療学会

腸管内容物の通過遅延、停滞で排便に困難を伴う。

個人的には日本大腸肛門病学会の定義が好きです。

患者さんが排便で悩んでいたら便秘と考え、日々診療しています。



## 便秘の種類

便秘の種類は以下のように分類されます。

### 1 機能的便秘

大腸や直腸の働きの異常

① 弛緩性便秘…大腸の蠕動運動(うねるような回旋運動)が弱く便を運べない

② 痙攣性便秘…蠕動運動が連続しておらず便を運ぶのに時間がかかる

③ 直腸性便秘…直腸にある排便センサーがこぼつていて肛門が開かない

### 2 器質性便秘

大腸癌や手術後の癒着などの病気により便の通過が物理的に妨げられる

### 3 症候性便秘

全身の病気(甲状腺機能低下症や亢進症、糖尿病の合併症など)の症状として起る

### 4 薬剤性便秘

抗うつ薬、喘息の薬、頻尿の薬、パーキンソン病の薬などの副作用

## 便秘の治療

便秘治療薬にはさまざまな種類があり、便秘の原因や症状によって使い分けられます。

通常はなるべく作用の穏やかな薬を使いながら、食事や運動に気をつけて、少しずつ自然に排便できるように治療します。

排便に悩んでいたら、ご相談ください。



# お薬手帳を携帯しましょう

## ▶「お薬手帳(健康手帳)」とは

いつ、どこで、どんな薬を処方してもらったのかを記録しておく手帳のことです。複数の医療機関を受診するとき・転居先・旅先等で、医師や薬剤師にお薬手帳を見せることにより、服用している薬の情報を正確に伝えることができます。また薬の重複や飲み合わせによる副作用の防止にも役立ちます。

## ▶お薬手帳の使い方



はじめにあなた自身のご記入ください  
(薬を処方されるときや緊急時に役立ちます)

アツミ	タロウ	電話	0531-22-2131
氏名	渥美 太郎	住所	田原市神戸町赤石1-1
生年月日	1950年10月1日	血液型	A型

アレルギー歴・副作用歴 (有/無)

食べ物	薬
卵	ビリン
牛乳	ヨード
ゼラチン	パニシリン

※主な既往歴

<input checked="" type="checkbox"/> アレルギー性疾患	<input type="checkbox"/> 肝疾患	<input type="checkbox"/> 腎疾患
<input type="checkbox"/> 心疾患	<input type="checkbox"/> 消化器疾患	<input checked="" type="checkbox"/> 糖尿病
<input type="checkbox"/> その他 ( )		

※嗜好品 (成人の方のみご記入ください)

・お酒は 飲まない  どのくらい 1日1合

・たばこは  吸わない  吸う - 1日 本ぐらい

※体調であてはまる項目に☑をつけてください

<input type="checkbox"/> 痛みをひきやすい	<input type="checkbox"/> 寝れやすい	<input checked="" type="checkbox"/> 便秘しやすい
<input type="checkbox"/> 下痢をしやすい	<input checked="" type="checkbox"/> 不眠症	<input type="checkbox"/> リンパ腫がはれやすい
<input type="checkbox"/> アレルギーにかかりやすい	<input type="checkbox"/> 歯が強い	
<input type="checkbox"/> その他 ( )		

ID: 99999900 番号 133721 309 発行日: 平成30年3月9日  
 薬 師 渥美 太郎 様  
 診療科: 内科  
 バイアスピリン錠 100mg 1錠  
 1日1回 朝食後 3.5日分  
 ネキシウムカプセル 20mg 1C  
 1日1回 朝食後 3.5日分  
 ロキソプロフェン19%錠 60mg「日工」 1錠  
 痛む時 1.0日分  
 愛知厚生連 渥美病院

1人1冊  
にまとめて  
毎日携帯  
しましょう!

## ●手術・検査

手術や検査を受ける時、前もって服用を一時的に中止しなければならない薬がいくつか存在します。お薬手帳にご自身が服用している薬の情報を記載することで、あらかじめこれらの薬を中止することができます。複数の医療機関を受診している方は、薬の情報を1冊にまとめておきましょう。

※薬の種類によって中止する期間も違いますので、自己判断で中止するのではなく必ず医師の指示を受けるようにして下さい。

## ●震災時

平成23年3月に発生した東日本大震災では、地震・津波により医療機関や薬局のカルテ・薬歴などの情報が大きな被害を受けました。そのような状況の中、お薬手帳の活用により診察にかかる時間も大きく短縮され、スムーズに薬を受け取ることができたそうです。

## ▶さいごに

お薬手帳は、病院・薬局に行く時だけでなく、普段から持ち歩くようにしましょう。正しく活用することで、薬をより安全・効果的に使うことができます。



渥美病院の

# がんばってるさん



No.1

健康管理センター 保健師

## 本田 知里さん

今回より渥美病院で公私ともに頑張っている職員を紹介する新コーナー「渥美病院のがんばってるさん」が始まりました。

記念すべき第1回は健康管理センターで保健師として勤務する本田知里さんです。本田さんは保健師として田原市民の健康を支えつつ、オフの時は趣味のマラソンに精を出しているそうです。



**Q** まず始めに、どのような仕事をしていますか？

健康管理センターで保健師として働いています。病気の予防や健康の維持増進を目指して、特定保健指導や健康診断、各種がん検診に関わる業務に携わっています。

具体的には、健康診断による疾病の早期発見、メタボリックシンドローム予防群と判断された方への食事や運動指導を行い、病気を防ぐための支援をしています。

**Q** 走ることが好きだと伺いましたが、オフの時はどのように過ごしていますか？

マラソンにハマっています。全国各地のマラソン大会に参加し、その土地の観光スポットやご当地グルメを堪能する『旅ラン』が趣味です。また、蔵王山に登ったり、渥美半島を走って横断するなど、田原市内を走り回っています。特に、うしのけ山からの景色がお気に入りです。気軽に登れ、これからの季節、うしのけ山の麓にある「お糸神社」の鳥居の朱色とピンク色の桜とのコラボが絶景です。

**Q** 今まで色々なマラソン大会に参加されたとのことですが？

マラソンを始めた頃はハーフマラソンを完走する事が精一杯でしたが、今では楽しんでフルマラソンを完走できるようになりました。3月に開催された名古屋ワイメンズマラソンに参加し、3時間46分48秒で自己ベストを更新することができました。



**Q** これからもタイムアップ目指してがんばってくださいね。最後に読者のみなさんに一言お願いします。

休日は体を動かし、心身ともにリフレッシュし、職場では田原市民の生活習慣改善に向けた支援を120%本気で行っていきます。健康に関することなど、何でもお気軽にご相談ください。

29  
年度

# 患者さま満足度 アンケート調査

# 結果報告

アンケート  
回答枚数

外来

604枚

入院

992枚

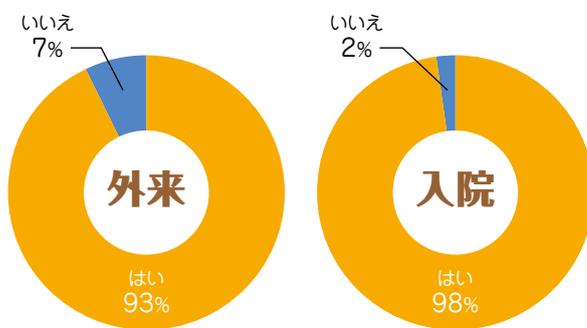
平成29年11月7日～9日の3日間にわたり実施しました「患者さま満足度アンケート調査」では、多くの方々から貴重なご意見をいただくことができました。誠にありがとうございました。

患者さま満足度アンケート調査では、入院、外来患者さま及びそのご家族さまを対象に「職員の接遇」をはじめ、「診療」「待ち時間」「施設・機能・環境」「全体の印象」に対するアンケートを行いました。結果の分析により問題点を抽出し、検討・改善を行うことでよりよい医療サービスの提供に繋げることが目的です。毎年11月に実施しており、今年で16回目となりました。

今回の評価結果では、外来で**93%（前年91%）**、入院で**98%（前年97%）**と前年に比べて多くの方に「満足」とのお答えをいただきました。

## アンケート結果抜粋

Q. あなたは総合的にみてこの病院に満足できますか



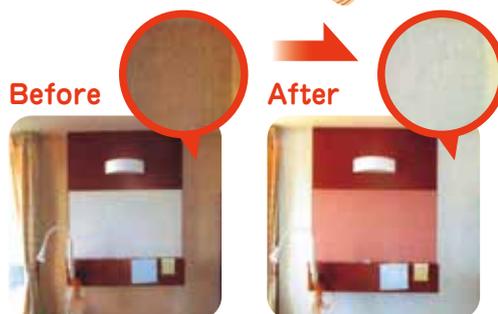
職員の言葉づかいや身だしなみなど「職員の接遇面」や「施設・機能・環境」においては、昨年同様多くの方々から「満足」との評価をいただきました。診察の待ち時間については、救急対応などで診察をお待たせする場合もあり、「満足」の割合が30%以下と他の項目と比べて低く、当院の課題となっています。こうした待ち時間を苦痛なく過ごしていただけるように、小児科待合ではお子様向けにアニメDVDを上映しております。また体調の悪い患者さまが、中央処置室で休養しながら待ち時間を過ごすことができる体制も整えております。待ち時間を短縮させることは容易ではありませんが、今後も苦痛なく待ち時間を過ごしていただける工夫を院内で検討して参ります。みなさまのご理解、ご協力をお願いします。

なお、今回のアンケート結果の詳細につきましては、どなたでも閲覧できるように冊子として、各外来窓口や病棟食堂に置いてありますので是非ご覧ください。

## 皆さまからのご意見でこんな改善をしました

当院では病院移転後18年が経過し、病室の壁紙も老朽化により徐々に汚れが目立ってきました。壁紙の汚れについては度々ご意見としても頂戴しており、患者さまやそのご家族さまに今後も快適に病室を利用していただくため、29年度より張替作業を開始しました。（平成32年度全病棟完了予定）

今後もみなさまからの貴重なご意見をもとに改善に取り組む、よりよい医療サービスが提供できるよう努力して参ります。



Doctor

# あつみでがんばります



整形外科

は せ がわ じゅん や

長谷川 純也

出身地 ▶ 名古屋市 趣味 ▶ ゴルフ  
前勤務地 ▶ 豊橋市民病院

▶患者さまへの一言

渥美半島の医療に貢献できるよう精進していきます。よろしく申し上げます。



循環器内科

おお つか さとし

大塚 智

出身地 ▶ 新潟県 趣味 ▶ サッカー  
前勤務地 ▶ 岡崎市民病院

▶患者さまへの一言

初めての土地で慣れないことも多いと思いますが、とても暖かくて住みやすい、穏やかな街だと感じました。少しでも早く皆さんのお役にたてるよう頑張りますので、よろしく申し上げます。



## 糖尿病教室

● 8:30~14:00  
予約・お問合せ先／内科外来

- 5月28日(月)
- 7月30日(月)
- 11月26日(月)
- 1月28日(月)

## 糖尿病調理教室

● 9:00~14:00  
予約・お問合せ先／内科外来

- 9月10日(月)

## 高血圧教室

● 8:30~13:00  
予約・お問合せ先／内科外来

- 5月19日(土)
- 9月 1日(土)
- 12月15日(土)

**場所** 2階講義室 (玄関を入り右手階段を上がってスグ右) ※都合により、日程を変更することがございます。

**費用** 食事代 ● ¥300 (税込み) ● 集団教室は全て予約制です。予約・お問い合わせは内科外来までお願いいたします。



## 病院モニター会議より報告

開催日 ● 2月17日(土) モニター15名参加

今回は「高齢者の栄養管理」についての講演、2グループに別れての意見交換を行いました。

講演では、あつみの郷の管理栄養士より超高齢社会の中で高齢者が健やかに暮らしていくための食のあり方についてお話しし、介護食料理教室でご紹介している「簡単アレンジ介護食」を試食しました。意見交換では、ご意見やご要望だけでなく感謝のお言葉もいただきました。より良い病院づくりのため、職員一同、より一層努力していきます。モニターの皆様、1年間ありがとうございました。



## 発信あつみの郷

### 老健 ご家族さま意見交換会の開催

あつみの郷介護老人保健施設(老健)では、より良い介護サービスの提供のため、直接ご家族さまからご要望やご意見を伺い、また施設の方針や介護保険に関する情報の提供等をお伝えする機会として、平成23年度より意見交換会を開催しています。7回目となる今年度は3月8日(木)にあつみの郷にて開催し、10名のご家族さまが参加されました。平成30年4月には医療・介護報酬同時改定があること、介護保険者が『東三河広域連合』となる旨をあわせてお伝えさせていただきました。

地域の皆さまに、老健は『在宅復帰支援施設である』という役割が徐々にご理解されてきているように感じました。いっそう地域に貢献できるよう役割を果たしていきたいと思えます。

参加された皆さまから、多数のご意見をいただきましたので一部をご紹介します。



- ベッドから車椅子、車椅子から椅子への移乗など、自分でできることが増えて嬉しく思っています。
- 親が倒れた時、会社を辞めなければと思ったが支援してくれる施設があったので辞めずに済みありがたかった。現役世代の者たちに介護について啓蒙する必要があると思います。
- 介護教室では『家庭でできるリハビリテーション介護』について教えていただいたが、直接介護する際の介護者への負担軽減できる方法なども教えてほしい。

#### あつみの郷より▶

基本的な介護方法がありますが、一人ひとり力の入れ方、体の動きが違うので、その方に合った方法が一番だと思いますので相談して下さい。

### 介護教室開催

意見交換会に先立ち、介護教室を開催しました。今回は『家庭でできるリハビリテーション介護』をテーマに理学療法士より筋トレやストレッチの方法を学びました。要介護者の方と介護者の方どちらにも役立つ内容で、普段使わないような筋肉を動かすことができ爽快でした。



### にぎり寿司バイキング

昼食には『にぎり寿司バイキング』を催し、ご家族さま・利用者さまも久しぶりに同じ食卓を囲み、とても和やかな時間を持つことができました。また、同じテーブルについてご家族さま同士で情報交換もされていました。いつもにも増した利用者さまの笑顔と、年に一度のお寿司に喜ばれる姿をみて、職員も嬉しく思いました。



## 梅シソつくね

エネルギー **167kcal**  
たんぱく質 **13.4g**

鶏ひき肉	50g	①	卵	10g
おから	20g		片栗粉	小さじ1
玉ねぎ	15g		しょうゆ	小さじ1/2
梅干し	1個		酒	小さじ1
シソの葉	2枚		油	大さじ1/2
			ミニトマト	2個

- ① 玉ねぎはみじん切りにする。梅干しは種をとり、包丁でたたいて梅肉にする。
- ② ボウルに鶏ひき肉、おから、玉ねぎ、梅干し、①の調味料を入れ、練り混ぜる。まとったら、2等分にし、小判型に整えてシソを巻く。
- ③ フライパンに油を熱し、②の肉だねを並べて焼く。焼き色が付いたら、裏返す。両面に焼き色が付いたら、蓋をして3分程蒸し焼きにする。
- ④ 器に③を盛りつけ、ミニトマトを添える。

## 切り干し大根の酢の物

エネルギー **41kcal**  
たんぱく質 **1.2g**

切り干し大根	5g	①	酢	小さじ1
カットわかめ	1g		砂糖	小さじ1/2
きゅうり	10g		しょうゆ	小さじ1/2
長ねぎ	5g		すりごま	小さじ1/2
一味唐辛子	少々			

- ① 切り干し大根を水に20分程浸してもどす。水気を絞り、3cmの長さに切る。
- ② カットわかめは水でもどし、水気を切る。きゅうりは薄い輪切りにし、長ねぎはみじん切りにする。
- ③ ボウルで①の調味料と長ねぎを合わせ、切り干し大根、わかめ、きゅうりを加えて和える。
- ④ 器に盛り、一味唐辛子をふる。



健康のために  
① 食物繊維を多く含む食品を十分にとりましょう。  
② 脂質のとりすぎには十分注意しましょう。  
③ 1日350g以上の野菜をとりましょう。  
これらを意識して、適正エネルギーでバランスのよい食事をとりましょう。

レシピは1人前の分量です

## 玄米チャーハン

エネルギー **361kcal**  
たんぱく質 **11.6g**

玄米ごはん	120g	①	油	大さじ1/2
ハム	10g		塩	小さじ1/4
人参	10g		こしょう	少々
にんにく	3g		しょうゆ	小さじ1/2
万能ねぎ	10g		生姜	2g
レタス	30g		かつお節	少々
卵	1/2個			

- ① ハムと人参は5mm角のさいの目の目、にんにく、万能ねぎはみじん切り、レタスは一口大に切る。卵はボウルに割り入れ、溶いておく。
- ② フライパンに油を熱し、にんにくを炒める。香りが立ったら、ハムと人参、万能ねぎを加えて炒める。
- ③ 卵を加えて大きく混ぜ、玄米ごはんを入れパラパラに炒め、レタスと調味料①を入れてさっと炒める。
- ④ 器に盛り、かつお節をまぶす。

## たけのこの中華スープ

エネルギー **14kcal**  
たんぱく質 **1.5g**

たけのこ(水煮)	25g	①	水	200cc
にら	10g		鶏ガラスープの素	小さじ1/2
しいたけ	1/2個		オイスターソース	小さじ1/2

- ① たけのこは千切り、にらは3cmの長さに切る。しいたけは石突きを取り、薄切りにする。
- ② 鍋に水、①、たけのこを入れて火にかける。ひと煮立ちしたら、しいたけとにらを加え、火を通す。

肥満対策  
の基本

「標準体重」から「1日に必要なエネルギー量」を求めます。

- 標準体重(kg)……………身長(m)×身長(m)×22
- 1日に必要なエネルギー(kcal)……………標準体重×25~30

今回の  
メニュー

エネルギー **583kcal**  
たんぱく質 **27.7g**

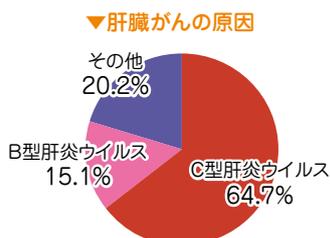
# 肝炎ウイルス検査

は、もう受けましたか？

血液検査で早期発見、早期治療で肝硬変や肝臓がんのリスクを回避しよう！

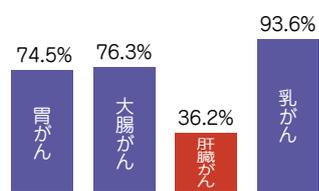
## 肝臓がんの原因は肝炎ウイルスです

肝臓がんの原因の約8割をB型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルスが占めています。全国のがんによる死亡者のうち、肝臓がんは5位で年間約3万人の方が亡くなられています。肝臓がんの5年生存率は他のがんと比べてかなり低いです。



出典:日本肝臓研究会  
第19回全国原発性肝癌追跡調査報告

## ▼がんの5年相対生存率(男女計)



出典:公益財団法人がん研究振興財団  
がんの統計'16 全国がん(成人病)センター協議会  
加盟施設における5年生存率(2006-2008診断例)

## 肝炎ウイルス検査

この2項目でOK  
●HBs抗原(B型肝炎)  
●HCV抗体(C型肝炎)

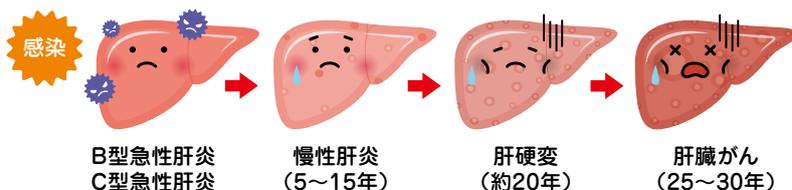


## 血液検査を受けましょう

肝炎ウイルスに感染しているかどうかは、血液検査で簡単に調べることができます。

肝炎ウイルスに感染した場合、自覚症状がないまま病気が進行し、慢性肝炎、肝硬変、肝臓がんへと進行する可能性があります。感染がわかった場合は、適切な治療を行えば、肝硬変や肝臓がんの発症を予防することができます。40人に1人が肝炎ウイルスに感染していると言われています。

「これまで肝炎ウイルス検査を受けたことがない方」や「健康診断の肝機能検査(AST、ALT値)で異常を指摘されている方」、「ご家族に肝臓がん又は肝炎ウイルスに感染している患者がいる方」は、一度、検査を受けてみることをおすすめします。



肝炎ウイルスの感染から発がんまでの間、数十年と長いことから、肝臓がんは中高年以上の世代に多く発症します。

## ワクチン接種を受けましょう

B型肝炎はワクチン接種で感染予防ができます。

「血液や体液に接する可能性の高い医療従事者」や「保育施設・高齢者施設に勤務される職員の方」、「ご家族の感染がわかった方」はワクチンの接種を受けることが望まれます。

また海外渡航をするときもワクチン接種をおすすめします。

※予防接種の電話予約受付時間:13:00~14:00、接種時間:11:00

## 各種健康診断、特定保健指導のお申込み・お問合せ

渥美病院健康管理センター ☎0531-22-9698(直通)

受付時間 ● 10:00~12:00 / 13:30~16:00 / ※休診日:第2,4,5土曜日、日曜日、祝日、年末年始 ※午後は平日のみ

電話が混雑しつながりにくい場合がございます。ご迷惑をおかけ致しますがご了承下さい。ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せ下さい。

▶ 職種紹介

# 病院を支える こんな職種

## No.7 調理師

「知っているようで意外と知らないかも?!  
調理師ってどんな職業??」

### Q 病院での調理師の仕事とは

**A** 病院で提供される食事は、患者さまひとりひとりの疾患に合わせた指示に基づき、管理栄養士が献立を作成します。その献立に沿って、調理、提供を行うのが調理師の役割です。病院の食事は、主に大量調理という方法で作っています。渥美病院では、スチームコンベクションオーブンなど特殊な機器や大釜を使用し、一度に200食を調理しています。出来上がった食事は、温かいものは温かく、冷たいものは冷たく提供できるように温度管理し、患者さまの元まで自分たちの手で配膳しています。

### Q 調理師になるためには

**A** 調理師として働くためには国家資格である調理師の免許を取得する必要があります。調理師法で定められた養成施設を卒業するか、調理師法で定められた施設で2年以上の実務経験を経て調理師試験に合格することで調理師免許が取得できます。



2年目 ● 壁谷

### Q 調理師を目指したきっかけ

**A** 高校生の頃にしていていた飲食店のアルバイト経験がきっかけです。当時、仕事にも慣れておらず、怒られてばかりの毎日でした。しかし、ある日常連のお客様の一人が、私の作った焼きそばを食べて、「美味い！成長したな！」と初めて褒めてくれたさりと、涙を流して喜んだことを覚えています。それ以来、その言葉が忘れられず、調理師になろうと決意しました。

### Q 病院の調理師として働いてみて感じること

**A** 調理師として病院への就職が決まった時に恩師に言われた言葉があります。「ヒトは食べた物でできている。調理師はヒトを作る仕事だよ。」この言葉が調理師としての私のモットーになりました。また、患者さまにとって食事は楽しみの一つであると先輩方から教えられました。その期待に応え、疾患に合わせた質の良い食事を提供し、患者さまに笑顔になっていただくことが私にとってのやりがいです。

2年目の私には出来ることも限られています。自分の切った野菜が料理に変わり、患者さまに提供されていることへの責任を感じています。今後患者さまに少しでも笑顔になっていただけるよう努力を欠かすことなく従事していきます。

今回は…

## 言語 聴覚士

楽しみにしていて  
くださいね♪

# 新入職員紹介

この春から渥美病院で働く職員をご紹介します！



**臨床検査技師 石田 愛**  
**臨床検査技師として**

幼い頃より人の役に立ちたいという思いがあり医療職に就きたいと考えていました。馴染みのあるこの地で夢のスタートラインに立つことができたことに喜びの気持ちでいっぱいです。同時に、臨床検査は病気の診断や治療を行う上で欠かせないものであるという責任の重さに不安も感じています。臨床検査技師は直接患者さまと関わる場面が限られているとは思いますが、縁の下の力持ちの一員として患者さまにも他の医療スタッフの方にも信頼される臨床検査技師になれるよう日々精進していきたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。



**看護師 高橋 知華**  
**看護師として**

3年間の学生生活を終え、4月から渥美病院に勤めさせていただきます。初めてのことが多く不安ではありますが、今まで学んできた知識や技術を確実なものとしてできるよう日々勉強に励み、どんな状況でも笑顔で明るく、患者さまに寄り添える看護師を目指して精一杯頑張りたいと思います。至らない点も多いとは思いますが、先輩看護師のご指導のもとで患者さまにより良い看護を提供できるよう日々頑張りますのでよろしくお願い致します。



**看護師 小木曾 唯乃**  
**看護師として**

身内が入院した際の看護師さんの気遣いに感動し、いつの間にか看護師になることが夢となっていました。かねてから地域医療に貢献したいという思いがあったため、地域に根ざしたこの病院で働くことに喜びを感じる一方で、命の尊さや責任感への不安と様々な思いが入り混じっています。ここまで支えてくださった方々への感謝を忘れず、元気良く笑顔で、患者さまやご家族と接し、不安や痛み、喜びに寄り添える看護師になることが目標です。また、知識と技術を自分のものにし、出来る事を一つでも増やせるよう努力しますのでご指導の程よろしくお願い致します。



**事務一般職 山本 美香**  
**今開く新たな扉**

生まれ育った愛着のある田原市で唯一の総合病院であり、大きな存在である渥美病院で事務として働けることを大変嬉しく思います。利用される沢山の地元の方と直接ふれあい、多くの人を笑顔にし、地元に貢献していきたいです。社会人という新たなスタートを目前にし、期待と不安が募りますが、先輩方を見て学び、自分で考えながら日々努力し、信頼される事務員に成長していけるよう頑張ります。これまで支えてくれた人たちに感謝し、恩返しできるよう、社会人としての意識を持ち、丁寧な対応を心がけ精一杯頑張りますので、ご指導の程よろしくお願いいたします。

## 渥美病院 ● 診療日カレンダー / 2018.4月 ▶ 2018.9月

□は休診日です。[第2-4-5土、日、祝祭日] / 第1-第3土曜日の午前中は診療しております。8月15日は、厚生連設立記念日のため休診とさせていただきます。

4月							5月							6月							7月							8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	・	・	1	2	3	4	5	・	・	・	・	・	1	2	1	2	3	4	5	6	7	・	・	・	1	2	3	4	・	・	・	・	・	・	1
8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
29	30	・	・	・	・	・	27	28	29	30	31	・	・	24	25	26	27	28	29	30	29	30	31	・	・	・	・	26	27	28	29	30	31	・	23	24	25	26	27	28	29

## 編集後記

春風がとても気持ちの良い日々となりました。みなさんはいかがお過ごしでしょうか。新年度に入り、渥美病院にも新しい仲間が加わりました。春は歓送迎会やお花見などで生活習慣を乱し体調を崩しやすい季節でもあります。規則正しい食生活や睡眠時間をしっかり確保し体調管理に努めましょう。

