

# 平成28年熊本地震 復興活動



4月16日

- ◎1時25分頃 熊本地震発生 震度7
- ◎発生後、直ちに患者様・職員の安否確認を行い、「災害対策本部」を立ち上げる。



4月17日

- ◎入院患者様・入所者様の避難を開始。
- ◎軽症の患者様のみ 外来診療を受け入れる。
- ◎DMATの方々の医療支援始まる。



4月18日

- ◎支援物資が届き始める。
- ◎避難場所にて入院患者様のケアを始める。
- ◎臨時診察室にて、通常診療開始。



4月19日

- ◎事業所内託児所「くるみ幼稚園」も併設のレストラン「グラスias」にて臨時開設する。
- ◎各部門も徐々に復旧し始める。



4月20日

- ◎自衛隊の方々の応援のもと、避難して頂いた患者様を各病棟へ移動する。計241名。



4月21日～25日

- ◎DMATや県内県外の病院の方々の応援を受けながら出来るだけ通常診療・入院患者様の看護を行う。

現在は、いろいろな病院や団体から看護・介護スタッフの支援を頂きながら職員  
の心のケアや生活安定の為に取り組みなど、職員への支援に取り組んでいます。応援頂いた方、支援物資を送って頂いた方など多くの皆様に力を頂き復旧を急ぐことができいております。ありがとうございました。皆様からの応援を糧に地域医療や介護支援に貢献できる病院として、より一層努力して参ります。

現在



熊本のみなさんへ  
地震で多くの方が家に帰れなかつたり、お水がなかつたり、食べ物もなかつたりしてつらい思いをしていると思います。遠くからも応援しているので、がんばってください。

皆様の  
応援メッセージ  
あたたかいメッセージ、本当にありがとうございます。災害に負けない強い気持ちでがんばってまいります。これからも宜しくお願い致します。



※「そとがき」  
外輪山を意味する古い言葉です。

医療法人社団 坂梨会  
基本理念  
よりよき人間性を  
よりよき環境を  
よりよき医療を

## 5月号 Contents

- ◆ 熊本地震からの復興活動
- ◆ 栄養課だより
- ◆ 診療日程

栄養課だより

減塩

「減塩」について気になる質問！」  
 「減塩」を意識していますか？人は年をとれば必ず血圧が上がりますが、その上がり方は食塩の摂取量と密接に関係しています。

Q1. 元気なら別に減塩しなくてもいいですよ？

A1. 血圧は20歳代の頃から徐々に上がっていき、60歳代の働き盛りの世代です。仕事第一で外食や飲酒も多く、ストレスや運動不足も重なりがちです。定期健診で血圧高めと分かっているにもかかわらず、不調を感じないので放置してしまふ。動脈硬化はひっそりと進んでいきます。このような状態に陥らないためにも、ぜひ今のうちに減塩を始めませんか。

Q2. 天然塩なら多めにとってもよいのでは？

A2. 天然塩と精製塩では主成分であるナトリウムの量はほとんど変わりません。量は同じと考えて下さい。天然塩はナトリウム量が精製塩よりやや少なく、カリウムやマグネシウム、カルシウムなどが多めに含まれています。そのため味がまろやかに感じられますが、違いはごくわずかです。使い過ぎれば食塩と同じことなので、おいしいからと、何にでも「天然塩」をかける人は使い過ぎには気を付けましょう。計量スプーン小さじ1あたりは、精製塩は6gですが、しつとりして比較的粒子の大きい「天然塩」は5g程度のものが多いようです。

Q3. 普段から薄味を心がけているので、塩分量は大丈夫ですよ？

A3. 薄味でも量を多くとれば結果的に食塩摂取量が過剰になってしまいます。献立で塩味がきいたおかずを重ねないなどバランスも大事です。また、血圧が高い・肥満・のどがよく濁くという人は、薄味を自認していても実際の食塩摂取量は多いかもしれません。薄味は慣れの問題で徐々に薄くしていくと慣れます。3週間も経つと味覚が敏感になり、薄味の方がおいしく感じるようになります。油断すると逆戻りもしやすいのでご用心を。



居宅介護支援事業所 訪問介護事業所 訪問看護ステーション **春草苑** 0967-32-4021

救急告示病院・日本病院機能評価機構認定病院 **阿蘇温泉病院** 0967-32-0881

介護老人保健施設 **愛・ライフ内牧** 0967-32-5511

緩和ケア病棟・透析センター **桃花水** 0967-32-5250

デイサービスセンター **宝泉郷** 0967-32-5488

ケアハウス **茶寿苑** 0967-32-3955

事業所内託児所 **くるみ幼稚園** 0967-32-1940

ケアプランセンター **すみれ** 0967-24-6522

医療法人社団 坂梨会

平成28年5月 阿蘇温泉病院 外来診療日程

受付時間	7:00~12:00 / 13:30~17:00
診療時間	8:30~12:30 / 14:00~17:30

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	萩原 戸上 竹村	岩下	萩原 戸上 竹村	岩下	萩原 岩下 一安 (10:00~)	重盛 一安 (~16:00)	萩原 岩下 奥野	重盛 (16:00~) 奥野 (~16:00)	竹村 重盛	戸上	戸上 一安 (10:00~)	重盛 一安 (~16:00)
神経内科					一安 (10:00~)	一安 (~16:00)					一安 (10:00~)	一安 (~16:00)
血液内科							奥野	奥野 (~16:00)				
整形外科	田崎		田崎		田崎		田崎		田崎		非常勤医師 受8:30~12:00/14:00~16:30	
腎・泌尿器科	下村		下村		下村		下村		下村		熊本医療センター又は熊大医師	
透析センター	下村		下村		下村		下村		下村		熊本医療センター又は熊大医師	
皮膚科	北		北				北		北	美容外来 (外来)	北	
産婦人科・妊娠健診	荒尾	片淵(女性) 受付 13:00~17:00	荒尾		田島 婦人科・不妊 受付 9:30~12:00	休診 手術	荒尾		荒尾		荒尾 第1・3土曜	
阿蘇健康管理センター	中川		中川		中川		中川		中川			
緩和ケア相談・麻酔科			坂梨		坂梨				坂梨			
内視鏡検査			神崎				小田(外来)				熊本中央病院医師	
小児科	松本				松本						松本	
アレルギー科	松本				松本						松本	
歯科	鮫田		森永		森永		森永		森永			
眼科(月1回)											黄	

※急患や時間外・当日の詳細なお問い合わせ等は0967(32)0881まで遠慮なくお電話下さい。