



※「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・介護を

発行

医療法人社団 坂梨会 広報課

7月号  
Contents

- ◆ オンライン de 坂梨会 ◆ 機能評価について
- ◆ 消防訓練 ◆ 医事功労者表彰 ◆ 夏を乗りきるために
- ◆ 茶寿苑通信 ◆ 栄養科だより ◆ 外来診療日程

オンライン de 坂梨会

新型コロナウイルス感染症の対策として、通常の見学会・説明会・面接等と並行して、時間・距離に関係なく就職活動が行えるようパソコン・タブレット・スマートフォンを利用した、オンライン見学会・説明会・面接を開始いたしました。

- ・ 見学会・説明会・面接日程  
【予約受付…9時～17時】
- ・ 面接時間 …最大40分
- ・ 対象者職種  
看護師・助産師・准看護師  
介護福祉士・社会福祉士  
理学療法士・作業療法士  
言語聴覚士・ケアワーカー  
ケアマネジャー
- ・ 使用アプリ…ZOOM  
※ご希望がありましたら受付時承ります



- ・ お時間になりましたら、当方よりお掛けします。
- ・ 着信側にも通信料が発生する為、WiFi環境でのご利用をお勧めします。
- ・ 詳しいご利用方法については、お気軽にお電話ください。
- ・ ZOOMのご利用では、予めアプリのインストールをお願いします。
- ・ ご利用にあたり、頂いた情報は本サービス以外の目的では使用致しません。

ご予約は **0967-32-0881** | 採用担当  
Mail:office2@asospahp.jp 人事課 村上まで

日本医療機能評価 S 評価

阿蘇温泉病院では、医療の質の維持・向上のため、第3者機関による日本医療機能評価を定期的に受審しています。20年前に第1回目の認定を受けて以降、5年ごとに定期的に更新審査を受けており、2019年3月に4回目の更新の為の訪問審査を受審しました。訪問審査では90項目の評価項目について、『S:秀でている』『A:適切に行われている』『B:一定の水準に達している』『C:一定の水準に達しているとはいえない』の4段階で評価され、C評価の項目が1つでもある場合は、日本医療機能評価認定病院として認められません。

今回、日本医療機能評価機構から『病院機能評価データブック2018年度別冊「評価Sの事例」』が発行され、『地域の医療に関する教育・啓発活動を行っている』という評価項目について、阿蘇温泉病院の事例が『S評価(秀でている)』として掲載されました。

緩和ケア研修会の定期的な開催、愛・ライフ内牧の「いきいきクラブ」の開催、阿蘇健康管理センターでの各種健診への取り組み、訪問リハビリ等の在宅療養への取り組み、地域住民参加型のイベントの開催等の各種活動を高く評価する、という評価内容でした。

今回の掲載を励みにして、より一層の活動の充実を図り、地域の皆様から身近に感じていただける病院にしていきたいと思えます。



## 阿蘇温泉病院 消防訓練

今回の訓練については、新型コロナウイルス感染症拡大予防で三密を避けるため、また、消防署からの派遣も自粛中であったため、各病棟職員の火災時の行動について再確認することを目的に少数で実施する内容とし、西側病棟職員を1班、東側病棟職員を2班とし、従来の一連の流れで行う訓練ではなく、火災発生からの初動を班別に説明確認をしながら実施しました。

まず最初に、東西の病棟それぞれの参加者（夜間想定で2名体制）で、出火時の初動対応行動の確認、消防署への通報と全館に放送要領（出火場所の周知、避難の指示）を行い、次に、従来の防火戸を手動で閉める以外の動作、防火シャッターエレベーター前の防火スクリーンの閉鎖方法等、防火区画の形成の仕方について説明し最後に、業者（熊本総合管理）の方から、屋内消火栓からの放水について指導していただきました。今回は通常の消防訓練とは進め方が違いましたが、通常の訓練で行う動作の意味を理解することができ有益な訓練になりました。



## 熊本県医事功労者表彰

当院の2階東病棟看護師、江村彌生さんが60年を超える看護職としての功績を評価され熊本県から医事功労者の表彰を受けられました。

「私が小学校の時に、母が入院していた時に、看護師さんがとてもやさしく、親切に対応していた所を見て看護師になりたいと思いました。ここまでこれたのも周りの方に支えられたおかげなので皆様には感謝しています。これからも頑張っていきます。」



## 暑い夏を乗り切るために

◆注意したい夏バテ症状◆  
体が重い・熱っぽい  
食欲がない・気力がない  
めまい・便秘など



### ◆夏バテを防ぐ食事の仕方◆

1. 1日3食 規則的に食べる。食欲がなくても、主食、主菜、副菜を少量ずつバランスよく食べる。
2. 冷たい物ではなく、温かい食べ物や飲み物をとって、胃腸の負担を減らす。
3. 夏バテを防ぐ栄養のある食材、食欲を増進させるものを献立にする。

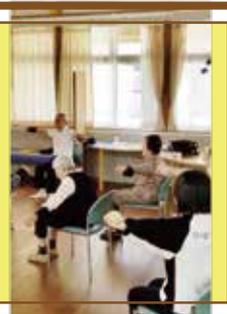
## 坂梨会フアイト!!

愛・ライフ内牧では、入所者の方々が、リハビリの一環として、ペットボトルのキャップの色分けをしてボンンドで1個づつ貼り付けて制作活動を行っています。最近、利用者様から、「こんな時だからこそ完成させよう」という話があり、ようやく見事な作品が完成しました。坂梨会スタッフへの感謝の気持ちとエールを送りたいという、利用者の方々の気持ちが込められているということなので、大切に掲示させていただきます。



## 7月の予定

新型コロナウイルス感染防止の為、中止にさせていただきます。ご迷惑をおかけしますがご了承のほど宜しくお願い致します。



予約不要

無料

どなたでも参加OK!

介護老人保健施設 愛・ライフ内牧

**いきいきクラブ**

13:30~15:00

電話：32-5511

# 茶寿苑通信 「いきいき百歳体操」

茶寿苑で毎月第三火曜日に阿蘇温泉病院の理学療法士によって行われる熊本県バージョン「いきいき百歳体操」をみなさん楽しみにされており、体力維持と健康の為に熱心に取り組まれています。今年四月の「体力測定」では、各種目毎の測定に若者顔負けと感じる様な姿が見られ、驚く程でした。その中でも、いちばん元気で活躍されたのが八十九歳の女性の方で、「早歩きの数値」の際のあまりの速さにみなさん驚かされていました。普段から、体操等健康にも気を付けられる方が多く、健康管理の大切さを感じます。

「継続は力なり」ではありませんが、継続する事が、自分の為でもあり、それが若さの秘訣かもしれません。



## てんちゃん 簡単調理

### おしながき「茶碗蒸し」4人前

#### 材料

- ① 中位の卵3個
- ② 白だし 大さじ2杯
- ③ 水 400CC
- 竹輪・蒲鉾・人参薄切
- 山芋 短冊きり
- 好みのギンナン等

#### 作り方(1人前)



\*ビニール袋に100ccずつ入れて、空気を出して口をしっかり結び熱湯で湯せん5〜8分で出来ます。具は竹輪・蒲鉾が入っていれば、美味しいです。冷えたらそのまま冷蔵庫内で冷やせば冷たくて美味しいですよ。

## 栄養科 だより

### 本格的な夏を迎える前に

夏は体力を消耗する季節ですが梅雨の時期でも油断はできません。暑さへの対応には、夏に入る前から準備が必要です。今から生活リズムを作っておきましょう。

「食べることを、体を動かすこと、眠ること」基本的な生活リズムを作っておくことは、食中毒や熱中症に対する抵抗力を作るだけではなく、夏バテに陥らない体を作ります。

#### 食べる

##### ◎しっかり食べる

夏場の水分補給はとても重要ですが、しっかり食べ、必要な栄養を摂ることも重要です。良質なたんぱく質やビタミンを摂るようにしましょう。

##### ◎基本は「主食＋汁二菜(主菜、副菜)」

ご飯やパン、麺といった炭水化物(主食)と、肉や魚、卵、大豆などのタンパク質(主菜)、野菜や芋、きのこなどの各種ビタミン、ミネラル(副菜)をバランスよく摂りましょう。

#### 体を動かす

本格的な夏が来る前に汗腺と自律神経系を鍛えておきましょう。ウォーキング、軽いジョギング、筋トレ等の適度な運動を普段から心がけると、夏を快適に過ごせます。

#### 眠る

毎日同じ時間に起きるようにする。

就寝時間を決めておくよりも、起床時間を一定の時間にしておくほうが、リズムを作っていく上では重要です。

★短時間の昼寝は有効

夏は寝苦しく、睡眠不足に陥りがちです。生活のリズムを崩さない範囲で、短い(20〜30分程度の)昼寝をおすすめします。



# 阿蘇温泉病院 外来診療日程

受付時間  
7:30～12:00  
13:30～17:00

診療時間  
8:30～12:30  
14:00～17:30

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

	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	福島	萩原		萩原	宮野	萩原	福島	横山	西本	戸上 25日休診 25日福島	
	戸上				宮野		宮野	福島	福島		4・11・25日 堤 一安 9:30～ 18日 上野 18日 岡田	
	横山		戸上						福島			
脳神経内科				徳本		徳本			徳本			
腎・泌尿器科 診療 10:00～12:00	下村		下村				熊本大学病院				非常勤医師	
透析センター	西本		西本		西本		西本		西本		熊本医療センター または熊大医師	
内視鏡検査			横山		横山		小田 (外来)				横山	
産婦人科	窪田	窪田	荒尾	荒尾	窪田	窪田	窪田	窪田	荒尾	荒尾		
	荒尾 受付8:45-11:30 診療9:00-12:00	片剥 受付13:00-17:00 診療13:00-17:00										
皮膚科 (完全予約制) 8:30～17:00	北	北	北				北		北	北	北 25日休診 8:30～12:00!	
耳鼻咽喉科 受付～16:30	中林	中林	中林		中林				中林	中林	熊本総合病院 7:30～12:00/13:30～15:30	
整形外科	井	井	井		井		井		熊本機能病院 受付13:00-12:00		西日本病院 (第2) 7:30～12:00/13:30～15:30	
小児科			松本				松本					松本
アレルギー科			松本				松本					松本
麻酔科・緩和ケア外来 診療 9:30～12:00			坂梨		坂梨				坂梨			
歯科	絞田誠也	絞田誠也	森永博臣 (口腔ケアのみ)	森永博臣 (口腔ケアのみ)	森永博臣 (口腔ケアのみ)	絞田誠也	絞田慎也	絞田誠也				
阿蘇健康管理センター	福島	福島	坂梨	坂梨	徳本	徳本	福島 第3のみ徳本	戸上	戸上		横山	

## 大募集

**看護師・准看護師・介護福祉士・ケアワーカー**

詳しい内容のお問い合わせは、0967-32-0881 (担当：人事課村上)

毎月第4水曜日モヤイカフエ～寄り合い・助け合い～

新型コロナウイルス感染症防止の為、中止にさせていただきます。ご迷惑をおかけしますがご了承承のほど宜しくお願い致します。

場所：阿蘇温泉病院敷地内