

園芸活動 (作業療法室)

作業療法では、リハビリの一つとして園芸活動を取り入れています。園芸活動というただ植物を育てるだけと捉えられるかも知れません。しかし、植物を育てる過程の中には、土を作り、種をまき、育て、収穫し、食べる、といった様々な活動が含まれています。

また、育てた花を見たり、香りを嗅いだり、野菜を食べたりといった五感に働きかける要素も多く含んでおり、身体を動かすという運動機能だけではなく、気持ちを穏やかにするなど、精神的な効果もあるといわれている活動です。



当院では毎年園芸活動を行っており今年で9年目になります。昨年まではプランターでの育成が中心でしたが、今年度は花壇を作成し、そこで花や野菜を育てることが出来るようになりました。患者様によっては、花壇まで手を伸ばす事ができない場合や、車椅子のまま参加される場合もあります。そのような時は、立って作業が出来る方には花壇の手入れをしてもらい、そうでない方にはプランターの花のお世話をしてもらいなど、その方の状態に合わせて作業を行いやすいように工夫しながら活動を進めています。暖かい時期は外での活動が中心になりますが、収穫が終わってからも一年の集大成として園芸新聞を作成するなど、植物を育てる以外の作業活動も行おうと考えています。元々、庭の手入れや畑作業が好きだったという方も多く、普段は物静かでも園芸活動になると表情が明るくなる方も多く見られています。入院していると外に出ること自体が難しくなってしまうため、外の空気を吸えるだけで気分転換になると話される方もいます。



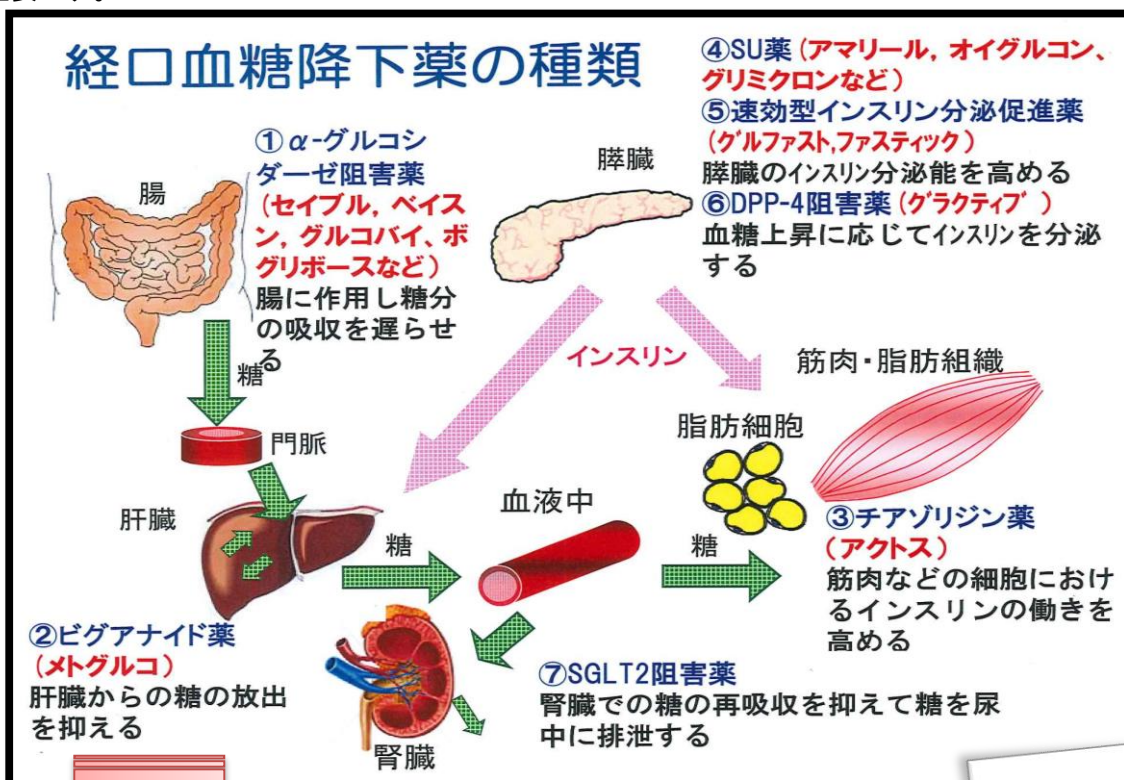
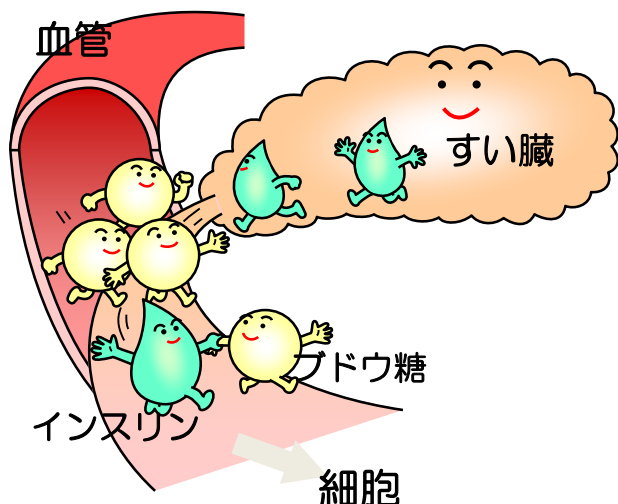
ポスターや園芸通信を各病棟やリハビリ室前に掲示し、園芸活動に参加出来なかった方でも植物の育成状況を見ることが出来るようになっていきます。是非、ご覧ください。

～糖尿病とお薬について～

薬剤師 久保田 泰永

糖尿病とは、インスリンの作用不足により高血糖(血液中のブドウ糖が多い状態)が続き、血管や神経を痛めてしまい、様々な合併症(目の病気、手足の神経の病気、腎臓の病気、血管が硬くなり詰まったりする病気など)を引き起こす疾患です。インスリンは血液中のブドウ糖を全身の細胞に取り込んだり、肝臓や脂肪に蓄えたりして血糖値を下げます。しかし、インスリンの分泌量が少なかったり、インスリンはしっかり分泌されているのに、その働きが弱かったりすると(インスリン抵抗性)、高血糖になってしまいます。

糖尿病のお薬には、このインスリンの分泌を増やしたり、抵抗性を改善したり、インスリンを直接注射したり、またインスリンとは関係のない働きで血糖値を下げるものなど様々なタイプの物があります。それぞれに特徴や注意点を理解し、医師の指示を守って使用することが重要です。



例えば

α-グルコシダーゼ阻害薬や速効型インスリン分泌促進薬というグループのお薬は、食事をする直前に服用しなければ効果が弱くなったり、低血糖が起こったりします。インスリン注射も決められた時間とタイミングで使うことが非常に大切です。

糖尿病治療の基本は、あくまでも食事療法と運動療法、すなわち生活習慣の改善です。これをおろそかにして薬物療法を行っても、血糖コントロールはうまくいきません。



こちらのバッチを付けている職員は、糖尿病療養指導士の資格を取得しています。

当院には日本糖尿病療養指導士の資格を持つスタッフがおります。医師の指示のもとで、患者様の生活を理解し、適切な自己管理が行われるように援助していくのが目的です。糖尿病に関してわからないこと、聞いてみたい事などあれば、お気軽にお声掛けください。

キレイで気持ち良い街を 今年もゴミ拾い実施しました

平成27年4月28日(火)サービス向上委員会では、お昼休みの時間を使ってボランティアにて病院周辺の「ゴミ拾い」を実施いたしました。

これからの医療・介護といった場面では地域のみなさんとの繋がりが非常に大切になります。病院がある元町をはじめ、函館の西部地区が、そして函館全体が元気であるよう、小さな活動ですが病院として地域に何が出来るか、地域と共に歩んでいけるよう、活動を継続したいと思います。



ご存知!夏の風物詩 ほうらいフェスタ2015 開催のお知らせ

8月23日(日)に法人全体の夏祭り企画『ほうらいフェスタ2015』を開催致します。

今年も例年通り、日本テレビ系列24時間テレビのチャリティとタイアップし、催し物はダンスサークルの発表や空手演武、盆踊り大会など行います!
露店には、たこ焼き、焼きそば・焼き鳥・かき氷などをご用意しております!
尚、館内ではゲームコーナーにて遊ぶ事も可能ですのでお子さまにも満足していただけると思います!

地域に根ざした、楽しいお祭り目指しておりますので、どうぞよろしくお願いたします。

24時間テレビ タイアップ企画!!
※賞金額も設置しております。

日時:平成27年8月23日(日)
時間:10:30~14:30
場所:介護老人保健施設ゆとり

■プログラム

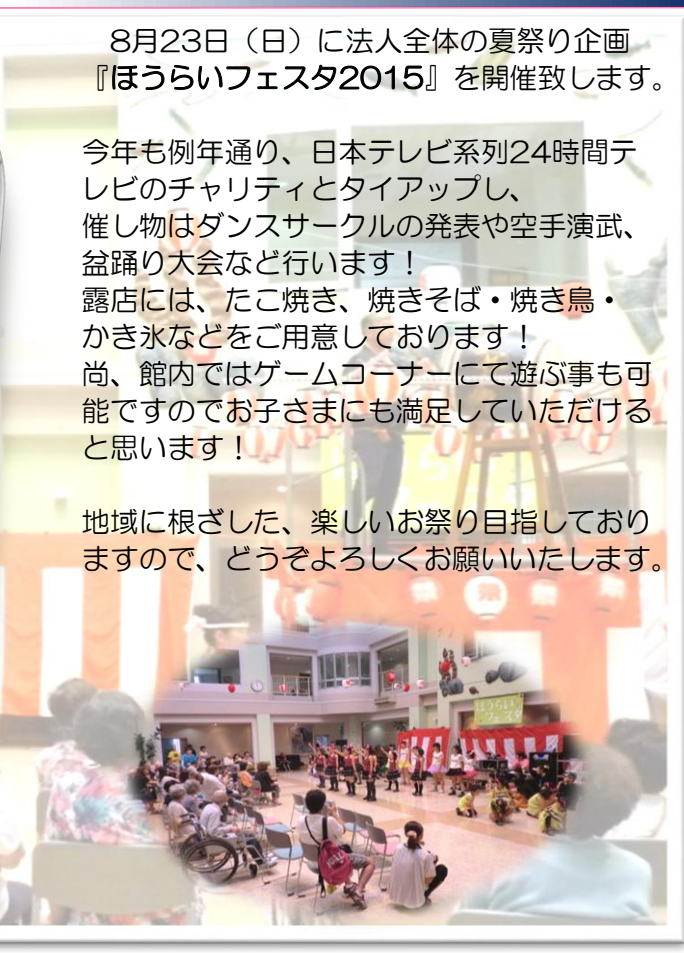
- 10:30 開会の言葉
- 11:00 空手演武 (函館空手スクール)
- 11:30 エアロビクスダンス (ADS)
- 12:00 昼休み (BGM)
- 12:30 昼膳 (台榭)
- 13:20 エアロビクスダンス (ADS)
- 13:40 三輪車・段乗 (宝来町会)
- 14:10 大盆踊り大会 (函西様)
- 14:30 閉会の言葉

■飲食販売

生ビール、ジュース、たこ焼き、焼きそば、焼き鳥、わたあめ、炒り餅、枝豆・・・他
※ゲームコーナーもありません!

8/23日

ほうらいフェスタ2015



スイーツレシピコンテスト入賞

管理栄養士 丸山 様子

当院栄養管理室では北海道の食材を使用したレシピコンテストへ定期的に応募しています。応募した作品は、入院中の皆様へ食べて頂けるようにアレンジして提供しています。この度、第2回 病院レシピコンテスト(スイーツ部門)へ2作品応募し、プロ部門83作品、学生部門39作品、合計122作品の中から2作品とも入選する事が出来ました。入賞した作品は、今後、北海道新聞社からレシピ本として発行される予定もあるようです。今後も日々皆様においしく食べて頂ける献立を考えていきたいと思ひます。

“イチオシ”ポイント(レシピの特徴等)



1個100kcal以下とカロリーを抑えましたが、ぷるぷるもちもちの食感と、クリームチーズのコクで満足感のあるデザートに仕上げました。季節の果物と一緒に盛り付けることで様々な場面で応用出来るデザートです。また1個でカルシウム約144mg摂る事が出来るので幅広い年齢層の方に食べて頂きたいデザートです。

市販のホットケーキミックスを使用しているので、誰でも簡単に作る事が出来ます。ほうれん草の胡麻和えをイメージした和風パウンドケーキです。ごまの香りが香ばしくほうれん草臭さがない為、野菜嫌いの子供でも食べられます。1個で鉄が約2.1mg入っていますので特に女性、成長期の子供にお勧めですが、どの年代の方でも満足して食べて頂けるデザートに仕上げました

編集部からのお知らせ

《病院祭(無料健診)及び、呼吸健康教室合同開催のおしらせ》

平成27年10月10日(土)の午後を予定しております。お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。



- 次回の『日和坂』は11月発行予定です。
- 『日和坂』につきましてご不明な点などございましたらお気軽にお問合せ下さい。

0138-23-7221 平手(総務管理課)まで



高橋病院の基本理念

地域住民に愛される、信頼される病院

高橋病院の方針

- 一、生活を支えるリハビリテーション医療を提供いたします。
- 一、チームワークのとれた魅力ある職場をつくります。
- 一、思いやりとおもてなしの心をもったサービスを提供いたします。
- 一、地域に根ざした連携文化を育みます。



患者様の権利

1. 適切な医療とケアを受ける権利
2. 人格を尊重される権利
3. プライバシーを尊重される権利
4. 医療上の情報、説明を受ける権利
5. 自己決定の権利
6. セカンドオピニオンを求める権利