



日本医療機能評価機構認定病院

〒599-8263 大阪府堺市中区八田南之町277番地 ☎(072)278-0381 5(072)277-2261 URL http://www.hannan.or.jp

# 光風緑 Hannan

2010年 9月

理念 愛の心で医療に奉仕を 和の心で総力一致を 励む心で創意工夫を

# 光風緑

院内  
花  
だ  
よ  
り

院内の花が咲き競っています。  
美しい花をお楽しみください。



# 芙蓉

- 葵(あおい)科。
- 開花時期は、8/1頃～10/5頃。
- ピンク色の大型の花。枯れたあとの姿も印象的です(枯れ芙蓉)。昔から美しい人のたとえに用いられています。
- 院内では、そろそろ見ごろは終わりますが、もう暫く大輪の花を楽しんでいただけます。



## ほんなん夏祭り

一緒に歌ったり身体をゆすったり、にぎやかでした。ボイストレーナーも参加し、子どもの黄色い声に、患者さんにも一緒に楽しんでました。夕刻からの盆踊りも暑かった！浴衣姿は最近減っていますが、やぐらの周りを楽しそうに踊る患者さんや職員さん、地域の方の笑顔が印象的でした。もちろん、恒例の花火もあり、花火を楽しみに2度来院される地域の方もいらっしゃいました。患者さんだけでなくそのご家族や、地域の方、そして職員のご家族など、多くの参加があり、ほんなん夏祭りはもつ、地域のお祭りのひとつになっているのではないのでしょうか。

今夏は例年になく暑い日が続きましたが、阪南の気温がさらに上昇したのは8月20日(金)！ほんなん夏祭りです。午前中からE棟前は炎暑にガスを使う模擬店が並び、気温40℃くらいになっていったのでは？少し大げさですが、今年も盛り上がりました。模擬店は定番の焼きそば、から揚げから、イカ焼き、ポップコーン、フロット、変わったところできゅうりの浅漬けや冷奴など、16店が賑わいました。お昼からは前日組んだやぐらの前でカラオケ大会、多くの患者さんがエントリーされていました。そして、昨年が続いての話し話コンパンドのコンサートには、お招きした児童養護施設の子どもたちも

### 基本方針

- 人** 権を重んじ、患者さんやご家族の「心のふるさと」になれるよう、患者さんの立場に立ったやさしい医療をおこないます。
- 最** 新の医療知識と技術を身につけ、予防から急性期治療・リハビリテーション・在宅支援まで継続的な質の高い医療を提供します。
- 光** 「と風と緑」にあふれた、安全で快適な療養環境を提供します。
- 地** 地域の拠点病院として、行政機関や病医院・地域の方々と連携し、保健・医療・福祉に貢献します。
- 信** 頼られる医療サービスを提供するために、経営の健全化につとめ、すぐれた医療従事者を育てます。

2008.4.1 改定

### 外来診察表

外来診察時間/9:00～12:00 (受付は11:30まで)

	月	火	水	木	金	土
2 診	黒田			横田	黒田	横田
3 診	松島	野村	松島	野村	横井	横井
5 診	西側	梶本	植田	梶本	西側	植田
6 診	西村	山田	西村	三秋	相馬	小深田
7 診	村上	清水健	吉田		清水健	呉家
睡眠外来	黒田	黒田・野村	野村	野村	黒田	黒田
小児精神科外来	横田	横田		横田	横田	横田
専門外来	往診相談 外来	女性外来	口腔心身症 外来	物忘れ 外来		

専門外来(睡眠・小児・往診・女性・物忘れ・口腔)は予約制です

医療機関からの入院・転院のご相談は地域医療連携室で承ります。受診の前に下記へお電話ください。

☎072-278-0381 5072-281-6615



### 診療科目

●精神科 ●心療内科 ●内科

### 病床数

- 精神科救急入院病棟99床 (B1,C1病棟)
- 精神科急性期治療病棟60床 (E1病棟)
- 亜急性期病棟120床 (B2,C2病棟)
- メンタルケア病棟51床 (E3病棟)
- リハビリ病棟60床 (E2病棟)
- 老年性精神疾患・認知症病棟120床 (D1,D2病棟)
- 合併症病棟60床 (D3病棟)
- 精神療養病棟120床 (F2,F3病棟) 計690床

### 看護体制

精神科病棟 15:1 急性期病棟 13:1 スーパー救急 10:1  
看護師比率70%以上・看護補助 10:1

### 関連施設紹介

- 訪問看護ステーションふれあい
- 居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーションはんす
- ケアホーム/こもれび・青空・つばさ・そよかぜ  
堺市中区八田南之町277 阪南病院内 ☎ 072-278-0381
- ケアホームあんずの郷  
堺市中区八田北町309 ☎ 072-278-2233
- 地域生活支援センターゆい  
堺市中区深井東町3134 ☎ 072-277-9555

院内は敷地内完全禁煙です!

編集・発行 医療法人杏和会 阪南病院 地域医療連携室&総務課広報「光・風・緑」チーム

## 第6回 研究発表会

9月11日(土)第6回院内研究発表会が開催されました。  
 今年は診療部、看護部、リハビリ部、付帯事業部、管理部より計11題の発表がなされました。

6回目となった今年、ある程度の研究期間が窺える内容と、スライドなど駆使したプレゼンテーションに、質の高い研究発表となりました。参加者も延べ150名と多く、資料を追加コピーしながら配布しました。採点は理事長、院長をはじめとした8名。内容、プレゼン、時間といった項目で採点がなされました。審査員からは鋭い指摘や質問も飛び交い、そこへの的確な返答もポイントが上がる要素でした。17時からの懇親会(表彰)では、厳正な審査の結果が発表されました。

● グランプリは、E2病棟 板原雅さん

「お薬自己管理チャレンジシートの有効性〜服薬アドヒアランスを高めるために〜」  
 準グランプリは、F2病棟 桑野香里さん、山本由香里さん

「個別看護の充実に向けて個別看護の充実に向けて」  
 ～プライマリ看護を導入してみえたこと～

でした。審査発表では、どれも甲乙つけがたい内容であったこと、新たな視点での有効的な研究が多かったことなどが説明されました。  
 年々、レベルアップしている研究発表会、来年の研究発表会が楽しみです。



## 疲れ目に効くあれこれ

今年は思いのほか暑い夏でした。それが、9月も半ばを過ぎるとウソのように涼しくなりましたね。

皆さん!夏の疲れは出ていませんか?急に気温が変化すると風邪や体調不良などを起こすこともあるようです。

目の疲れも同じ。今回は疲れ目解消法をご紹介します。

### ショボショボした疲れ目は 血行不良のサイン。 温パックが効果的

熱めのお湯でしぼったタオルで目を覆うようにパックしましょう。目の周りの血管が広がり、血行が良くなります。(やけどに注意!)

### 充血した疲れ目は 冷パックですっきり

充血は、眼が炎症を起こしている状態。冷やすのが効果的です。ショボショボして充血したら冷・温パックを交互に繰り返してリフレッシュ。

### 疲れ目防止「ピント合わせ体操」

1. 近くのを10〜20秒見つめる
  2. 次になるべく遠くの物に目を移し5分間、ぼんやりと眺める。
  3. これを数回繰り返す。
- パソコン操作が長い方などは、近い位置に常にピントを合わせている状態なので、一日数回この体操をすることで、気分もリフレッシュできますよ。

### 疲れ目に効く食品

肩こりや首のこり、ショボショボ目など、血行不良にとっても効果的な目の健康にお薦めな食品

- ブルーベリー
- 黒酢
- 青魚
- ニンニク



こういったものが効果的。

### 規則正しい生活を!

不規則な生活は目にも体にも良くありません。栄養をしっかりと摂って、ゆっくりお風呂に入って、体も心もリラックスしましょう。イライラしているとまばたきの回数も減るそうです。お風呂の蒸気は、目も潤してくれます。そして、リラックスして質の良い睡眠を心がけましょう。

## 新棟完成

いよいよ新病棟(H棟)が完成します。10月は、引渡し後、什器・備品搬入、病棟引越しなどを経て、11月1日より本格稼働いたします。新病棟は地上3階、地下1階建ての病棟です。1Fには、患者数増に対応するため外来エリアを配置しました。これまでの外来と合わせて利用することで、病医院の先生方からのご紹介をスムーズにお受けできるよう対応してまいります。



上記は新棟の構成図ですが、1Fに外来とMPU病棟(精神科合併症治療病棟)、2・3FにEPU病棟(精神科救急病棟)、地階に薬局・検査を配し、地域からの要請に即応すると共に、次世代の精神科医療に十分対応でき得るハードを目指しました。

今後は先生方はじめ、近隣の皆さまや行政の方々のご助言、ご協力をいただき、新棟に魂を入れていきたいと願っております。今後とも、ご指導賜りますようどうぞ宜しくお願い申し上げます。

## 敬老の日スペシャルメニュー

食療課ではクリスマス七夕などの行事食にも力を入れています。もちろん、食べておいしいということが重要ではありますが、入院生活では食べることは大きな楽しみの一つです。

いつもと器が違う、目にも鮮やかな料理、そういった要素が食に与える影響は小さくありません。患者さんにも楽しそうに召し上がっておられました。



「敬老の日」のスペシャルメニュー

## 停電工事

新棟建設に伴う、電気の配線切替工事におきまして、一時停電といたしました。

8月1日(日)という猛暑の中、日中約3時間の停電、ミネラルウォーターやうちわを用意し臨みましたが、患者さんはじめ、ご面会のご家族様にもご協力いただき、無事に工事は終了しております。

ご協力誠にありがとうございました。



◆敷地内禁煙にご協力ください◆