

のびる

能美²

2020.3月

82号

隔月発行

能美市立病院サービス向上委員会



(療養病棟)レクリエーション 令和2年 新年会

1月は、令和初の新年会を行いました。まずは、年男の紹介から始まりました。続いてボランティアさんの協力もあり、みんなでかるた取り、書き初め、福笑いをしました。

「久しぶりや、習字するなんて出来るかな。」と言いながらも筆をとりお手本をちよつと見るだけでさらさらと書かれました。

「私本当は習字好きなんです。」と笑顔。「ここが口か？目か？」と問いかけながら福笑いを完成。「いい顔になった。」とほつと一息。かるたも「目がうすいからな。」と言いながら一番に取る姿もありました。普段、みられない笑顔や笑い声であふれ過ぎることが出来ました。

今年一年みんなが穏やかに過ごせますように。



国民健康保険 能美市立病院

〒929-0122

石川県能美市大浜町ノ85番地 TEL 0761-55-0560/FAX 0761-55-0815

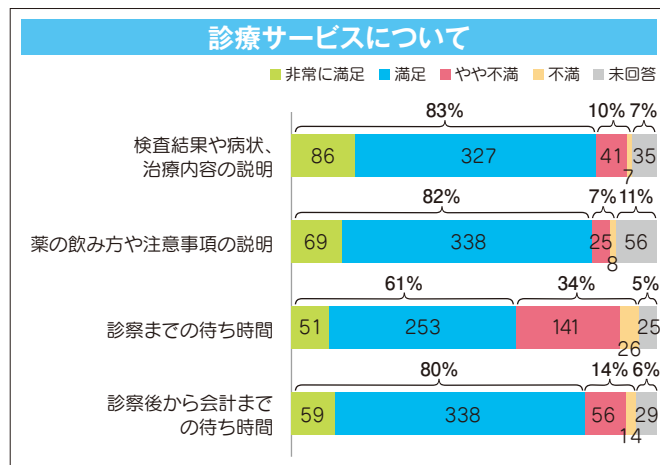
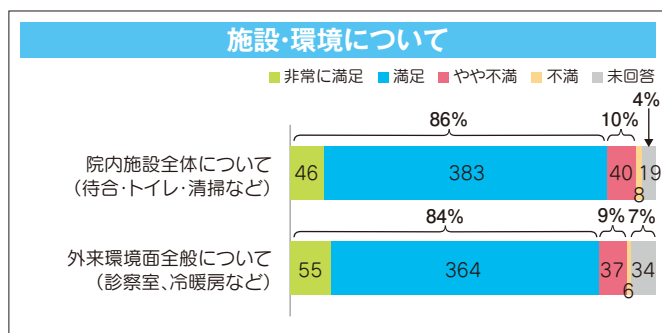
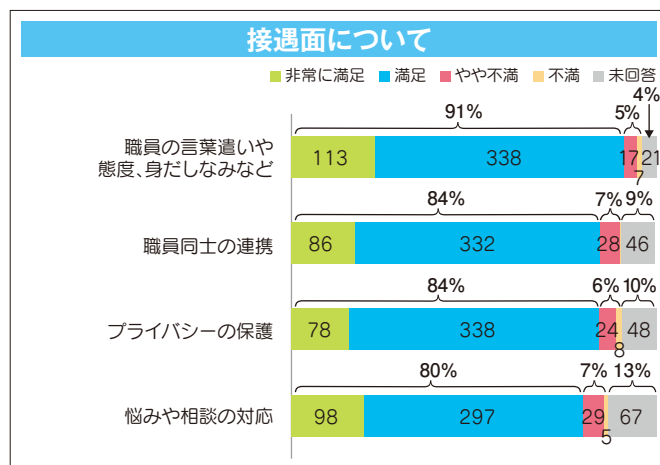
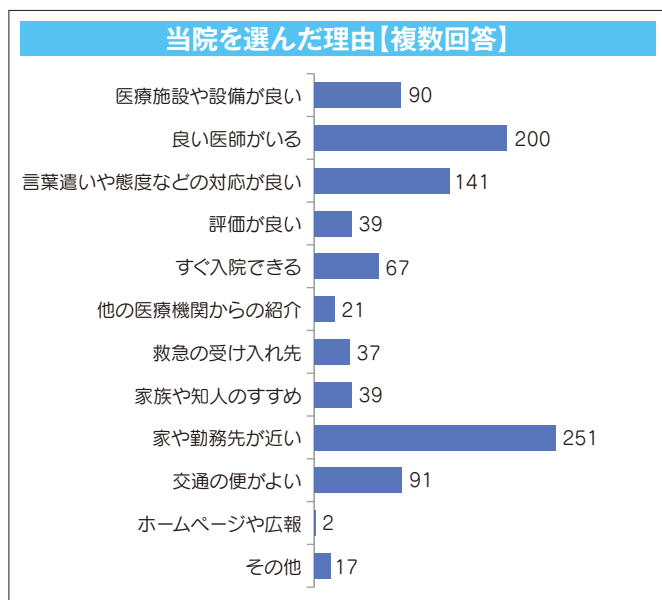
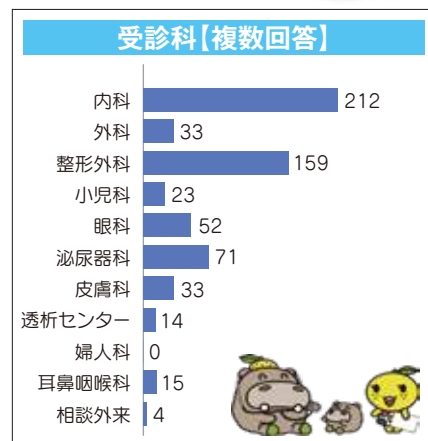
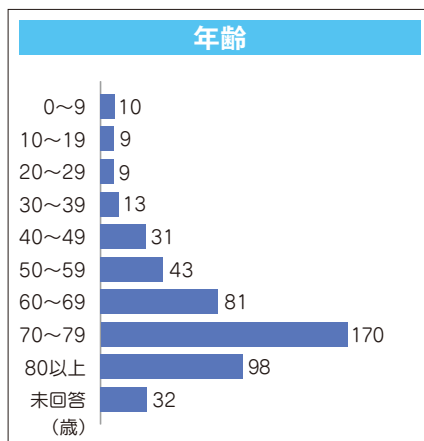
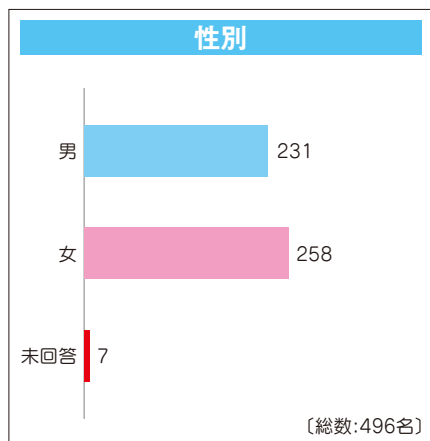
ホームページ <http://nomihsp.com/>



令和元年度 患者さんアンケート集計結果

外来

10月7日(月)から12日(土)まで実施しました外来患者満足度調査の集計結果についてご報告させていただきます。皆様方からいただきました貴重なご意見は、今後の病院運営に反映してまいりたいと考えております。集計結果は下記のとおりです。何卒よろしくお願い申し上げます。



患者さんのご意見・ご要望に対する改善と今後の取り組み

- * 院内施設全体について(待合室・トイレ・清掃など)…「汚れている時がある」「古い」というご意見がありました。気持ち良くお使いいただけるように気をつけていきます。
- * 外来の環境面について…「夏場暑過ぎる」「一日中冷房を運転してほしい」というご意見がありました。次年度に向けて冷房の時間帯や環境面について検討していきます。
- * 接遇面について…「担当によって対応が違う」「心安まる」「言葉がやさしかった」というご意見がありました。統一した対応に心掛け、今後とも患者さんが気軽に相談できるように整えていきます。
- * 診療サービスについて…「待ち時間が長い」というご意見がありました。検査から診療までの時間が短縮できるように医師・看護師・他職種との連携を強化していきます。

以上の他にも多くのご意見・ご要望をいただきましたが、代表的なものを掲示させていただきました。アンケートへのご協力ありがとうございました。

引き続き、ご意見やご要望などは、通年設置している「ご意見箱」にお気軽にご投函ください。

患者さんのご要望につきましては、実施可能なものから順に改善し、地域に密着した病院として、皆様に愛され親しまれるよう努力してまいります。今後も変わらぬご支援をお願いいたします。

各科診療日および担当医一覧

☆毎月第1・第3土曜日は休診です☆

最終受付は、診療時間終了の30分前となっております。ご協力をお願い致します。

(第5土曜日は診療を行なっています)

※学会、手術などで休診・代診になる場合があります。

令和2年3月1日現在



	各科診療時間 [受付は終了30分前]		月	火	水	木	金	土	備 考
内 科	午 前 8:30~12:00 (9:00~12:00)	1診	水野 恭嗣	水野 恭嗣	水野 恭嗣	—	水野 恭嗣	水野 恭嗣	※第5土曜日は2診体制 (2人)で診療 ※月曜日の3診、 金曜日の2診のみ 午前9時からの診療
		2診	高枝 正芳	高枝 正芳	高枝 正芳	高枝 正芳	水野 史朗 (9:00~12:00)	高枝 正芳	
		3診	中本 美郁 (9:00~12:00)	村本真一郎	村本真一郎	村本真一郎	村本真一郎	村本真一郎	
	午 後 3:30~5:00		村本真一郎	高枝 正芳	村本真一郎	高枝 正芳	水野 恭嗣	—	
外 科	午 前 9:00~12:00	1診	前澤 欣充	山村 浩然	前澤 欣充	前澤 欣充	山村 浩然	山村 浩然	※検査等の有無は 問い合わせ
	午 後 1:00~5:00		検査等がなければ、山村医師が診療					—	
整形外科	午 前 8:30~12:00 (9:00または10:00~)	1診	角口 孝文 (予約のみ)	—	角口 孝文 (予約のみ)	角口 孝文 (予約のみ)	角口 孝文 (予約のみ)	角口 孝文 (予約のみ)	※物理療法は火曜日と木曜日の 午後がお休みです。 ※引地 俊文先生(第1・3・5金曜日) 北川 亮先生(第2・4金曜日) ※初診の方の予約はありません。 ※第4月曜日の午後はお休みです。
		2診	長田 龍介 (10:00~12:00)	—	植田 修右 (9:00~12:00)	—	交代 引地/北川 (9:00~12:00)	—	
	午 後 2:00~4:00		長田 龍介	—	—	—	—	—	
小 児 科	午 前 9:00~12:00		三谷 裕介	清水 正樹	清水 正樹	岡島 道子	東馬 智子	交代制	※土曜日の診療は交代制 ※午後の予防接種の受付 は16時まで
	午 後 1:30~4:30		—	黒田 梨絵	—	藤木 俊寛	—	—	
眼 科	午 前 8:30~12:00		藤井 茂	藤井 茂	藤井 茂	藤井 茂	藤井 茂	藤井 茂	※午後2時~3時は予約検査優先 ※木曜日の診療は手術の ある時は休診となります。
	午 後 2:00~5:00		藤井 茂	藤井 茂	藤井 茂	手術日 藤井 茂	藤井 茂	—	
泌尿器科	午 前 8:30~12:00		島村 正喜	島村 正喜	島村 正喜	島村 正喜	島村 正喜	交 代 島村/飯島	※飯島将司先生(第2土曜日) 島村正喜先生(第4土曜日) 代診(第5土曜日)
	午 後 2:00~5:00		手術・検査等の為休診					—	
皮 膚 科	午 前 9:00~12:00		—	—	松下 貴史	—	加納 美優		
	午 後 1:30~4:00		—	—	松下 貴史	—	加納 美優		
婦 人 科	午 後 2:00~5:00		—	—	—	—	松本多圭夫	—	※金曜日の午後のみ診療
耳鼻咽喉科	午 前 9:00~12:00		田守亜希子	—	—	青木 蓉子	脇坂 尚宏	—	※月・金曜日の午前のみ診療 に加え、木曜日の午前も診療
禁煙外来	午 後 3:30~5:00		村本真一郎	—	村本真一郎	—	—	—	※月・水曜日の午後のみ診療(要予約) 受付窓口は内科外来
もの忘れ 相談外来	午 前 8:30~11:30		—	—	須藤 哲 (第2・第4のみ)	—	—	—	※金曜日の午後、第2・第4 水曜日の午前のみ診療 (要予約) 受付窓口は地域医療連携室
	午 後 1:30~4:30		—	—	—	—	須藤 哲	—	

病院の初診に関するお知らせ

初診時に紹介状を持たずに受診すると医療法の規定では、一般病床数が200床以上の病院に受診した場合初診に相当する特別料金を徴収することになりますが、当院は100床(届出数)の病院のため特別料金は徴収いたしません。



国民健康保険 能美市立病院

〒929-0122 石川県能美市大浜町ノ85番地
TEL 0761-55-0560 FAX 0761-55-0815
ホームページ <http://nomihsp.com/>

〈見やすい所に貼ってください。〉



運行日：毎日(ただし、1月1日・2日・3日は運休)

正面玄関発（連携バス）				東玄関発（循環バス）							
辰口方面（東行）	9:17	根上方面（西行）	8:55	吉原釜屋方面	9:16	赤井方面	8:02	山口方面	—	中ノ江方面	8:45
	10:44		10:21		11:57		10:43		10:00		11:26
	12:37		11:39		15:28		14:14		13:31		14:57
	13:32		13:18		—		—		16:12		—
	14:47		—								
	16:02		15:40								
	—		16:38								



**注意：連携バス及び循環バスの停留所が
異なりますのでご注意ください。**

※令和 2 年4月より大幅な見直しが実施されます。

詳しくは、

市役所地域振興課（電話：0761-58-2212）へお問い合わせください。
FAX：0761-58-2291



※のみバスの利用者に
乗車券をお渡ししています。



能美市立病院では、「のみバス」で通院された方に往復の乗車券をお渡ししています。

バスを利用して来院された時は、
会計精算時に「受付」の職員に
その旨をお伝えください。



12月23日(月)に開催したコンサートは、通算して第15回目となりました。今回も多くの入院患者さんをはじめとして、ご家族の方や地域の方にもお越しいただき、年末の何かと慌ただしい折、少しでもゆつくりとした楽しい時間をともに過ごすことができました。

昨年に引き続き出演いただいた「はまゆうコーラス」の皆さんには、季節にちなんだ歌や地元ゆかりの歌などを披露いただきました。

今回はアンコールにもお応えいただき、「栄冠は君に輝く」をみんなで力強く合唱し、令和時代で迎える初めてのお正月と新年に向けて気持ちを新たにしました。



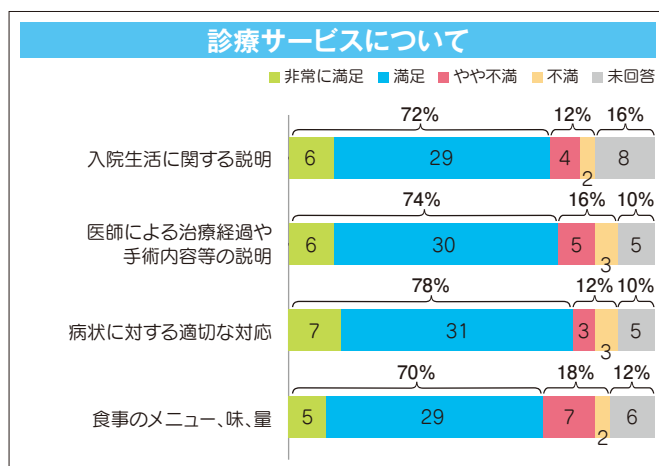
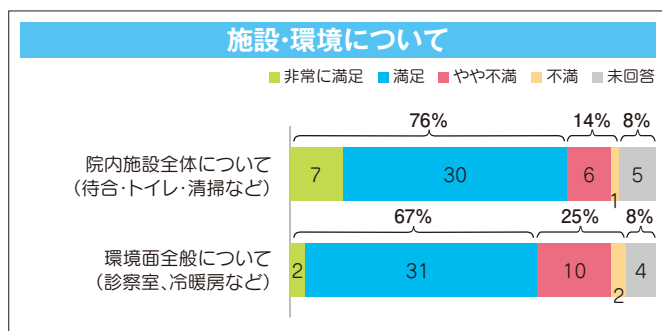
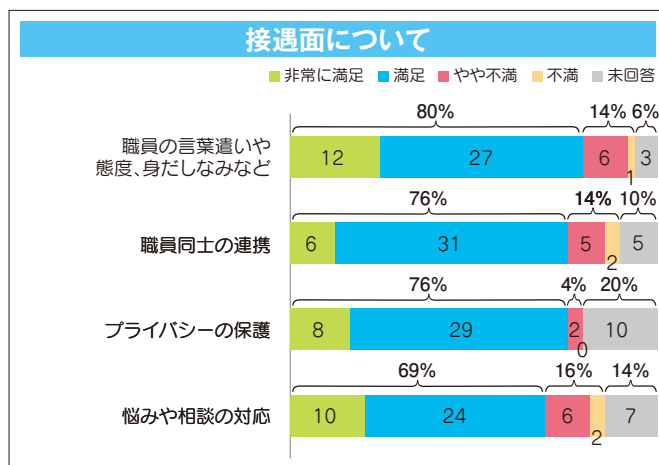
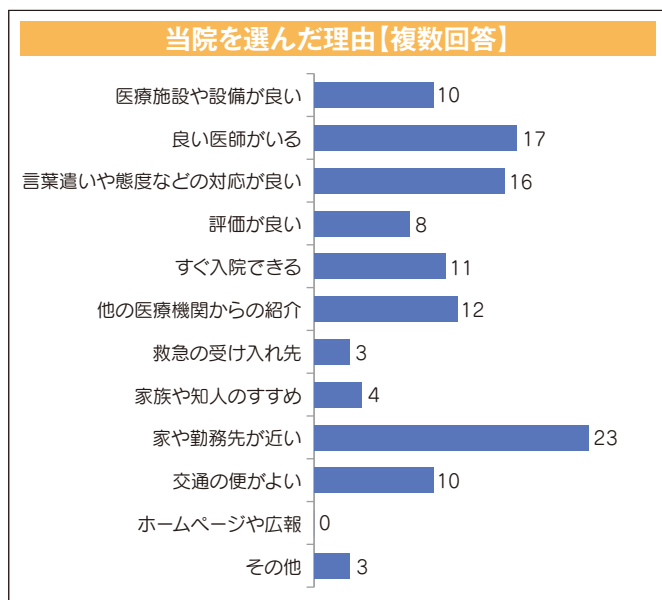
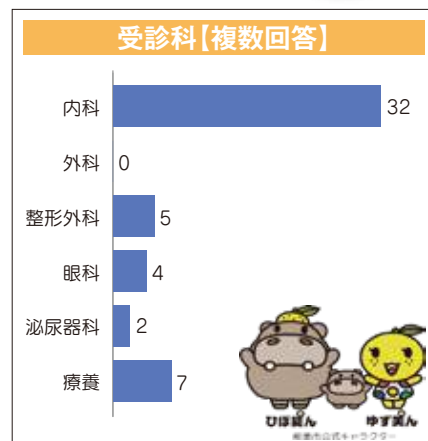
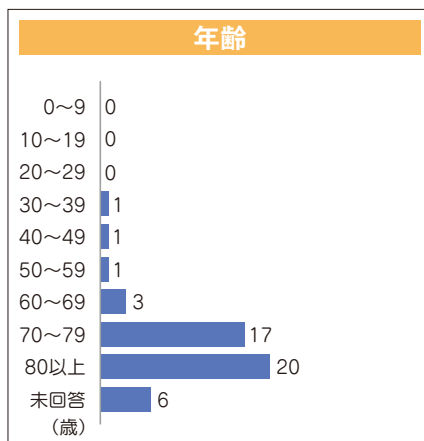
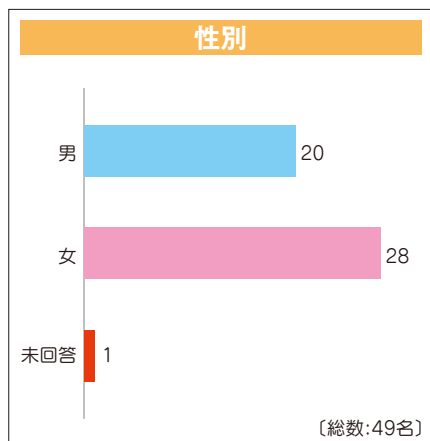
年末ふれ愛★
コンサートを開催



令和元年度 患者さんアンケート集計結果

入院

10月7日(月)から10月11日(金)まで実施しました入院患者満足度調査の集計結果についてご報告させていただきます。皆様方からいただきました貴重なご意見は、今後の病院運営に反映してまいりたいと考えております。集計結果は下記のとおりです。何卒よろしくお願い申し上げます。



患者さんのご意見・ご要望に対する改善と今後の取組み

- * 設備について**…「トイレが古い」「浴室の近くに脱衣所があると良い」「部屋に洗面所があると良い」「収納ボックスが大きめが良い」というご意見がありました。
機械浴の脱衣所は、病棟再編と同時に設置ができました。不自由をおかけしました。設備が古く不自由をおかけしています。整理整頓・清掃に努力します。
- * 食事について**…「味が薄い」「味が甘く感じる」というご意見がありました。
皆さんに美味しく食べて頂けるように嗜好調査を実施しながら、味付けの見直しや献立の工夫に取り組みます。
- * 患者さんへの対応について**…「悩みをゆっくり聞いてくれない」「医師より説明がされていない」というご意見がありました。
病院では患者さんの声に耳を傾ける事が大変重要であると日頃から認識しています。実施している接遇研修の内容をさらに充実させ、改善に努めていきます。
- * その他**…「一人の患者としてとても優しく気遣いされるのが嬉しかった」「病棟が変わっても引き続きケアしていただけると言われた時、嬉しかった」などのお褒めの言葉をいただきました。
病院としてはうれしい限りではありますが、日々振り返りさらなる改善点を探求していきたいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。

近年、幅広い世代で健康な体作りを実践する方が増えています。今回、健康効果の高さから注目されている腹式呼吸について効果と簡単な方法を紹介します。

私たちが普段行っている呼吸には胸式呼吸と腹式呼吸があります。

胸式呼吸とはラジオ体操をイメージするとわかりやすいです。胸を大きく開いて息を吸って胸を閉じて息を吐きます。眠たい朝や仕事を前によくされていますね。これは交感神経が刺激され、活性化することで体の覚醒を目的としています。

腹式呼吸はお腹の筋肉を使って行われる呼吸法です。息を長く吐くことでお腹に力が入り凹みます。吐き切った後、自動的にお腹が膨らみます。このお腹の運動で内臓に溜まった血が循環され血流が良くなり、内臓のマッサージ効果で消化吸収能力が向上します。便秘の解消も期待できます。

お腹の奥にある横隔膜や腹横筋、骨盤底筋などのインナーマッスルが鍛えられ、体幹が安定し、姿勢の改善や天然コルセットとして腰痛に効果があります。

副交感神経が優位に働き、精神をリラックスさせ、全身の筋の緊張を和らげます。気持ちが落ち着かないときに意識的に行うことでリラックスを促すことができます。

腹式呼吸の方法

椅子に座って行う方法を紹介します。

背もたれに寄りかからないで浅く腰掛けて姿勢を正します。鼻から息を吸って口からゆっくり息を吐き切ります。ゆっくり長く吐くことが重要です。

顎を引きながら頭のてっぺんが天井に上がるように(背筋がわずかに伸びます)息を吐きます。息を吐くことでお腹がしまって力が入ってきます。吐き切る最後にお尻の穴を閉めます。息を吐き切ると自動的に息を吸い込みやすくなります。吸うときにお腹が膨らみます。

(背筋がわずかに縮みます)

リハビリテーション科

ストレスがかかると交感神経が優位となり胸式呼吸で浅く速い呼吸になる傾向にあります。そうすると横隔膜が十分働かず肩や首の筋肉が過度に働き、顎の前に出た不良姿勢や肩こりの原因になります。

心の状態や姿勢の状態によって自律神経が乱れてしまうことがありますが、呼吸を意識的にコントロールすることで自律神経を整えることができます。

普段は無意識に行っている呼吸ですが、腹式呼吸を意識的に行ってみましょう。



〔能美市立病院〕

基本理念

思いやりのあるあたたかい心で、質の高い医療サービスを提供し地域住民の健康を守ります。

基本方針

1. 医療倫理を守り、患者さんの権利を尊重し信頼される医療を提供します。
2. 地域医療の推進と貢献に努めます。
3. 地域に密着し、医療、保健、福祉に及び地域包括医療を実践します。
4. 安定した経営基盤の確立に努めます。
5. 安全管理の徹底に努めます。

