



平成フォーラム

医療法人社団 幸仁会

北淡路病院



基本理念

「こころあたたかな医療の実現」
良質な介護と適切な医療サービスの提供を心がけ、患者様・ご家族様・地域の皆様にできるかぎり満足していただける病院を目指します。

基本方針

- ・満足と信頼が得られる病院
- ・十分な説明と納得(インフォームドコンセント)に基づく医療の実践
- ・常に安全に配慮した医療環境の実現
- ・医療・福祉全般にわたる継続的サービスの実施
- ・患者様の権利・尊厳の尊重

患者権利憲章

当院ではインフォームドコンセント(十分な情報提供に基づく患者様自身の選択)を大切にしています。

- 1、 人種、国籍、宗教、病気の種類、社会的地位などにかかわらず平等に治療を受けることができます。
- 2、 病状の説明、医療の内容、今後の見通しについて主治医から分かりやすい言葉で説明を受け、十分な納得と同意の上で適切な治療を選択して受けることができます。
- 3、 治療、検査、リハビリ、看護、介護、食事などに希望がある場合は申し出ることができます。
- 4、 患者様のプライバシーや情報は保護されます。
- 5、 苦情、相談がありましたら、お申し付けください。

メタボリックシンドロームに

メタボって最近話題となっていますが、皆さんはメタボリックシンドロームについてどのくらい知っていますか？

そもそも、メタボリックシンドロームとは病気なのでしょうか？ いえ、病気ではありません。シンドロームとは、これが原因でいろいろな病気にかかりやすくなる状態のことをいいます。さて、メタボは病気ではないため、直接死に至るものではありません。しかし、心筋梗塞、動脈硬化などになりやすいため、間接的に死に至ってしまいます。

メタボ＝肥満と思っている方も多いと思いますが、肥満にも2種類あります。

1つめは**内臓脂肪型肥満**でもう1つは**皮下脂肪型肥満**です。

内臓脂肪型肥満とは、糖尿病・高血圧・心筋梗塞・動脈硬化の原因になりやすい肥満で、お腹に内臓脂肪が溜まっているのが特徴です。

また、**皮下脂肪型肥満**はお腹周りに脂肪が溜まっているのが特徴です。特徴としては、睡眠時無呼吸症候群が発生しやすい、腰や膝の負担が増えて痛みが発生しやすい、循環不良により脚の血流が滞って血液の塊である血栓が生じ、動脈を閉塞してしまう危険があるのが特徴です。

病気になりやすい肥満タイプは？～どんな人？～

お腹がぼっこりである人 血糖値が高い、高脂血症の人 脂っこいもの甘いものをよく食べる人 アルコールをよく飲む人 以上の方は要注意が必要です。

メタボは突然起こるものではない！

よくない生活習慣を毎日積み重ねた結果(高カロリーな食事の積み重ね 運動不足)内臓脂肪が貯蓄し、病気のリスクが高くなります。

メタボの人に多い食生活の特徴

1回の食事が30分以上、食事は満足するまで食べる、間食をよくする、スナック菓子・アイスクリーム・甘味飲料を好む、緑黄色野菜が嫌い、料理に砂糖をよく使う人はメタボリックシンドロームに注意が必要です。

これみんな 160kcalです

ご飯茶碗に軽く1杯(100g)、食パン1枚、ポテトチップス1/3袋、ビール小ジョッキ1杯(400ml)、カステラ1切れ、大福餅1個、くし団子1串

この運動で 160kcalです

早歩き46分、ラジオ体操46分、ゆっくり歩く107分、サイクリング48分、階段昇り降り34分、水泳20分、ジョギング19分

メタボは改善の余地があります！！近年急激にメタボ患者が増えているように、内臓脂肪はたまりやすいもの、しかし、内臓脂肪はたまりやすい一方で減らしやすい脂肪でもあります。しかし、上記の160kcalを消費するのは容易ではないため、内臓脂肪を貯めないような食生活をおくる必要があります。

□□ インドネシアからの研修生 □□

デスティ サストリ アイシャ さん

デスティ サストリ アイシャ 看護師

はじめまして、デスティ サストリ アイシャ さま。デスティ と申します。
私は看護師です。インドネシアのベカンからまいりました。
日本語は少ししか話せませんが、今から日本語を一生懸命元氣を引
ります。



デミー トレスノワティ さん

デミー トレスノワティ 看護師

はじめまして、デミーです。インドネシアから
まいりました。今は北淡路病院で働いて
います。色々な患者様にお世話をしたい
です。日本語はまだ上手ではありませんが
毎日一所懸命勉強しています。



ヌルハヤティ さん

ヌルハヤティ

はじめまして、インドネシアのヌルハヤティと申します。
北淡路各病院で看護師の経験をした
と思います。日本語がまだまだですから、大変ですが、頑張
り勉強していきます。宜しくお願いします。



第1回健康セミナー

平成22年 4月17日(土)
【テーマ】 『脳卒中にならないために』
【講師】 北淡路病院 医師 進藤 秀樹
【時間】 14:00~15:00
【場所】 北淡路病院 4F

短時間デイ

H21.4月より短時間デイ(1時間以上2時間未満利用)
のデイケアがスタートしました。要介護認定をもって
いらっしゃる方ならどなたでも利用可能です。
自宅まで送迎サービスとリハビリの利用が可能
担当:北淡路病院 デイケア 広瀬まで

発行/医療法人 幸仁会 北淡路病院
住所/兵庫県淡路市小倉新小倉 153
TEL/0799-80-2166 FAX/0799-80-2111
ホームページアドレス <http://kitahp.jp/>
メールアドレス info@kitahp.jp