

100歳までシリーズ! 第1回「健やかに」



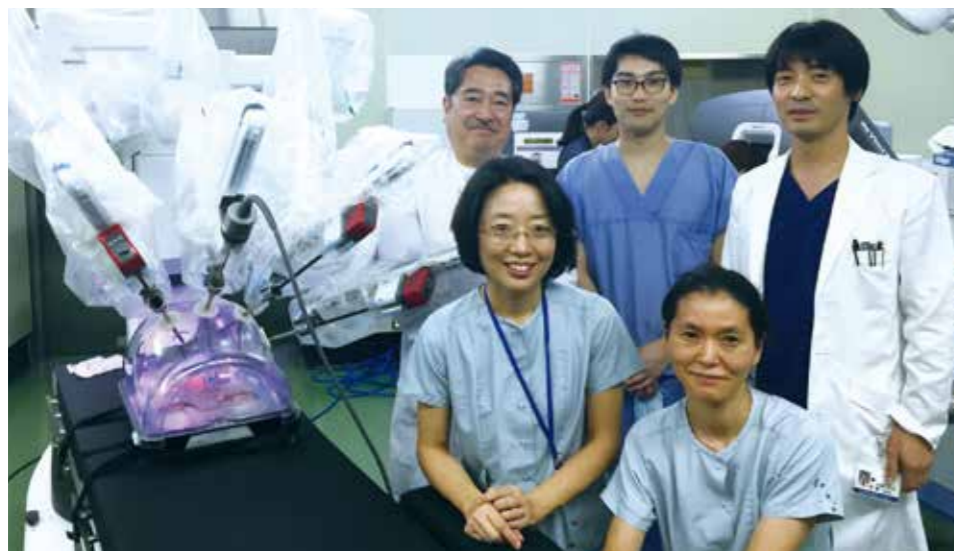
2017年の日本人の平均寿命は女性87歳、男性81歳ですが、30年後には100歳に到達すると推定されています。まもなくやってくる人生100年時代は、社会に大きな変化をもたらすと考えられています。これまでのほとんどの人生は教育→仕事→引退と同じ方向に流れてきましたが、今後はどんどん引退の時期が延び、仕事の途中で教育を受けなおすことが普通のこととなります。私たちはそのためにしっかりと準備する必要があります。中でも資金計画は重要で、長く働くことでそれはかなり緩和されますが、最も大切なものは健康、友人関係、スキルや知識などの無形資産で

す。この連載では、健康に焦点を当てて100歳まで健やかに生きるための具体的なヒントを、各専門家から皆様にお伝えしたいと思います。楽しみにしてください。



院長補佐・内科部長 満尾朗

ダヴィンチのご紹介



当院ではこの度、ダヴィンチを購入しました。ダヴィンチは患者さまの体への負担が少ない(低侵襲)手術を支援するロボットです。手術は執刀医がダヴィンチをコントロールしながら行います。これで当院は、前立腺がんに対しさまざまな治療法がそろいました。

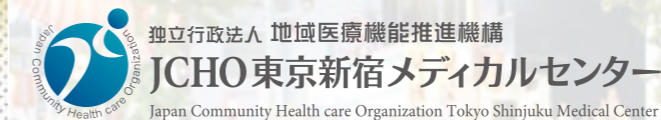


独立行政法人 地域医療機能推進機構
東京新宿メディカルセンター
(旧 東京厚生年金病院)

発行: JCHO東京新宿メディカルセンター

〒162-8543 東京都新宿区津久戸町5-1

電話 03-3269-8111 (代表) URL : <http://shinjuku.jcho.go.jp>



元気のギブアンドテイク (阿波踊り同好会)

あわおどり
当院の阿波踊りを紹介いたします。当院すぐそばの神楽坂通り商店街では、毎年夏に『神楽坂まつり』が開催され、そのメインイベントのひとつに阿波踊りがあります。1972年に始まったこの大会は今年で47回を数え、地域密着型病院を目指す当院は、お祭りでも地域交流を深めることを目指して、10年前に『東京厚生年金病院連』として参入しました。現在は『JCHO東京新宿メディカルセンター連』に名前を変えて、今年は総勢80名で参加いたしました。メンバーは、今年初参加の病院長、看護部長ほか、医師、看護師のみならず、薬剤師、栄養士、リハビリ療法士、事務職ほかの多職種が参加しております。リハビリの充実を誇る当院には、幸いにも大きなリハビリ室がありますので、業務終了後に技術指導の先生をお招きして、この空間で日々の練習に勤しんでおります。参加当日には、応援くださる多くの入院

患者さまに最後の練習を見守られながらいざ出陣!です。踊り中も商店街沿道にお越しの患者さま、職員らからも応援をいただきながら、いっそう元気に舞っている姿で、みなさまに元気を少しでもお返しできたらと思います。来年以降も参加予定ですので、『踊るあほうに観るあほう』のみなさま、お待ちしております。ご参考までに、ご興味のある方は、私たちの様子をYouTubeでもご覧いただけますので、ぜひどうぞ。

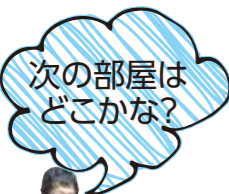




白衣記念撮影風景

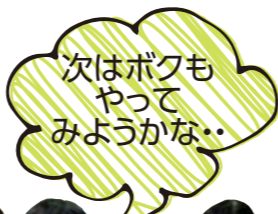


エコー



8月終わり、当院職員の子どもを対象に「わくわくドキドキ!病院探検ツアー」を開催しました。参加者は3歳～14歳の13名。このツアーは当院の仕組み・職種の多様性・仕事内容を体験してもらい、病院のPRを目的とした企画で、初回の今回は対象を職員に限ったものにしました。特別に取り寄せた子ども用の白衣を着た子ども達が目を輝かせながらエコーで心臓の動きを見たり、MRI室で磁気の強さ体験、手袋してメスでチキン切るなど体験型の盛り山な内容でした。参加者からは大変好評で、あちらこちらから「楽しかった!」の声があがりました。そして付き添われた保護者の方々、企画スタッフが一緒になって楽しんでいた事が子供達にも伝わり、とても充実した時間を過ごす事ができました。

今後は近隣の方々へ向けて探検ツアーを企画しております。どうぞお楽しみに。
(メディア編集部)



エコー体験



かぐら食について 栄養管理室 佐々木 博

この度、院内食事基準に「かぐら食」を追加いたしました。

患者さまの中には食欲低下を訴え、限られた食べ物しか口に出来ない方が多くいらっしゃいます。そこで、従来は食事基準の中から選択した食種(流動食)を活用し、アイスのみ等の単品メニューの組み合わせで、提供しておりましたが、混乱を招いてしまうという経緯もあり、新食種の導入の運びとなりました。「食べたくないのに...お粥は梅干しが付いているといいのにナー」等... (患者さまの訴え)

管理栄養士の病棟担当制の取り組みも手探り

ではありますが、確実に患者さまの声に応えられるような体制が少しずつですが整いつつあります。「かぐら食」は、食事が摂取困難な患者さまに対し管理栄養士が聞き取りを行い、「これなら食べられるかも」という患者さまの要望を取り入れた、食品の組み合わせで作った食事となっております。今後は内容の充実を図り、少しでも食事摂取量が増え栄養改善に繋がるよう、試行錯誤を繰り返して行きたいと思っております。

「かぐら食」のネーミングですが、地域の「かぐら坂」にちなみ、付けた次第でございます。



患者さまからの聞き取りにより本人が食べられそうな食品で構成されるため色々な食事形態になります。食思不振の患者さまが対象です。食べたい意欲が上がって、少しずつでも食べれる様になるといいですね。