

こころだより

特集 冬季の感染対策について



平成26年10月26日に山口県総合保健会館にて、(一社)日本損害保険協会の助成を受け、山口県高次脳機能障害リハビリテーション講習会を開催しました。

阿部順子先生(岐阜医療科学大学教授)による生活支援に関する講義、松本方哉先生(フジテレビ解説委員)によるご家族の立場からの講義、シンポジウムなど盛りだくさんの内容で260名の参加がありました。

- * 平成27年を迎えて
- * 認知症疾患医療センター研修会のお知らせ
- * 栄養管理部おすすめレシピ
- * 診療のご案内



編集：広報委員会
発行：山口県立こころの医療センター
山口県宇部市東岐波4004-2
TEL：0836-58-2370(代表)

特集！ 冬季の感染対策について (インフルエンザ・ノロウイルスなどの流行期)

ちょっとしたことで自分の身を守る感染対策を紹介！

最近、デパートや電車のなかなど人ごみでマスクを着けている人がふえてきました・・・

これは、感染予防にいいことですが、マスクを着けているだけでは防げません！
咳やくしゃみなどで感染するよりも咳やくしゃみで出た細菌やウイルスを手で触ることで感染しているんです。
インフルエンザやノロウイルスに^{かか}っている人の手には必ずインフルエンザウイルスやノロウイルスが付着しています。



マスクの外側、エスカレーターの手すり、エレベーターのボタン、電車やバスの吊革、トイレのドアノブ、便座、トイレトーパーホルダーなどなど

触れたその手をどうしていますか？手洗いしていますか？水洗いではなく、ちゃんと石鹸で！

手洗いをする効果的な場面

- ・デパートでお食事をする前
- ・お子さんにおやつをあげる前
(お子さんがおやつを食べる前)
- ・煙草を吸う前
- ・口さみしさに飴玉を口に入れる前
- ・トイレの後

基本は、手を使って
口や鼻に物を運ぶ前です！



感染管理認定看護師 戸川 桂一

家庭での嘔吐物の処理のアドバイス

洗面器や床、テーブルなどの嘔吐物を処理する時、どのようにしていますか？
ティッシュやトイレトーパーで直接？洗面器の嘔吐物をいっぱいになるまでそのままにしていますか？
ノロウイルスやロタウイルスなどは嘔吐物が乾燥することによって、ウイルスが舞い上がりやすくなります。ウイルスを除去すること、密封することが重要！

家庭でのおすすめのアイテム

キッチン泡ハイター！



嘔吐物にまず噴きかけ、嘔吐物を密閉すること！
キッチンハイターでウイルス量は減りますので、その後、処理をします。
常にマスクを着けて処理できればいいですが、なかなか難しいものです。子供の下痢のオムツを交換する時にも応用できます。下痢の部分にキッチン泡ハイターを噴きかけ処理することも有効です。

山口県内感染症流行情報はここで！

“山口県感染症情報センター”と検索し、HPを見ると週単位で感染症ごとに感染者の発生数がわかります。インフルエンザのシーズンなど、流行具合がわかります。

平成 27 年を迎えて

明けましておめでとうございます。昨年、皆さまからいただいた温かいご支援やご協力に感謝申し上げます。新しい未（ひつじ）年が、皆さまとご家族、そして関わらせていただく全ての方々にとって、良い年となることを心より念じております。

当院は、昨年 2 月から電子カルテシステムを導入し、順調に運用を進めております。電子カルテ業者の選定では、県立病院機構から積極的な支援を受けて慎重に検討して、精神科に特化した最適のシステムが導入できたと自負しています。他県の先進的医療を実践する自治体精神科病院（岡山県、山梨県、神奈川県など）と共通のシステムであり、今後の発展性も大いに期待されます。電子カルテの活用によって、患者さんの貴重な診療情報を医療スタッフで効率的に共有する体制が確立しつつあります。ただ、面接場面で、つい PC 入力に気をとられて、画面を向きがちになる面は、我々の未熟さとして克

服して行きたいと思いますので、当面ご容赦下さい。当院は、その理念として「県民の心の健康を支える質の高い医療の提供」を掲げています。新年を迎えて、当院職員一同とともに、自らを省みつつ、矜持と使命感を高め、精進を重ねて行きたいと願っております。心の病気を抱える方々の治療や支援に関わらせていただくことは、一期一会のかけがえない機会であり、時に苦悩しつつも真摯に向き合って克服する多くの方々の姿に、私たちも日々励まされ勇気づけられています。

今後とも、医療・福祉・行政・司法の諸関係機関との連携を深めつつ、県全域の精神科医療体制を高めるために、当院に求められる役割を真摯に担って行きます。まだまだ至らないことが多々あるかと思いますが、改善への努力を怠らないためにも、皆さまから、今年も忌憚のないご意見を頂戴できればと存じます。

院長 かねゆき ひろし
兼行 浩史

研修会のお知らせ

認知症疾患医療センター研修会

日時：平成 27 年 2 月 15 日（日）13 時 00 分～16 時 50 分

場所：山口県総合保健会館 2 階 多目的ホール
山口市吉敷下東 3 丁目 1-1 TEL 083-934-2200

13：00～13：40 《座長》原田医院 副院長 原田 和佳
『広島県における認知症サポート医養成を通じた取り組み』
国立病院機構 柳井医療センター 副院長 宮地 隆史

13：50～15：20 基調講演

《座長》山口大学大学院 高次脳機能病態学分野教授 渡邊 義文
『認知症の理解とケア』

—患者さんは障害を体験する私たちは障害を観察する—
《講師》東京都立松沢病院 院長 齋藤 正彦 先生



15：30～16：50 一般発表

1) 『困難事例から学ぶ認知症地域連携の多彩な局面』
山口県立こころの医療センター 院長 兼行 浩史

2) 『地域連携における認知症疾患医療センターの役割』

県内 5 箇所の認知症疾患医療センター（いしい記念病院、泉原病院、山口県立総合医療センター、山口県立こころの医療センター、下関病院）における活動報告と今後の課題

対象：医療・福祉専門職

主催：医療法人新生会いしい記念病院、医療法人愛命会泉原病院、山口県立総合医療センター、山口県立こころの医療センター、医療法人水の木会下関病院

共催：山口県、山口県医師会、山口県神経精神科医会

お問い合わせ：山口県立こころの医療センター内、認知症疾患医療センター（橋本・枝村） TEL: 0836-58-5950

おせち料理に飽きたらこちら！！

栄養管理部おすすめレシピ

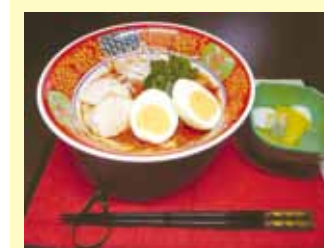
★市販の調味料や加工食材を使った献立

◎トマトラーメン <1人当たりの材料（g）>

・中華麺（冷凍）	1 玉	・おろししょうが	1
・トマトベースソース	100	・サラダ油	2
（レトルトパウチ）		・若鶏むね肉皮つき	60
・水（鶏肉の茹で汁）	250	・鶏卵	1こ
・食塩	2.5	・ほうれん草	20
・おろしにんにく	1	・長ねぎ	10

<作り方>

- ① 鶏むね肉は茹でておき、茹で汁は残しておく。
- ② 卵は茹でて皮をむき、半分に切っておく。ほうれん草も茹でてしぼっておく。
- ③ 鶏肉の茹で汁にトマトベースソース、おろししょうが、おろしにんにくを入れて加熱し、食塩、油で調味する。
- ④ 中華麺を茹で、③の汁を入れて具を盛り付け、白髪ねぎを飾る。



トマトには

近年、動脈硬化やガンなどの疾病の予防に効果があることが分かってきた「カロテノイド」が含まれています。

◎みりんの琥珀ゼリー <1人当たりの材料（g）>

・本みりん	20	<準備・下ごしらえ>	
・水	35	① ゼラチンを少量の水で戻しておく。	
・上白糖	3	② 材料を計量する。	
・ゼラチン	1	<作り方>	
・レモン汁	5	① 鍋にみりん、上白糖、レモン汁、水を入れ沸騰させる。	
・白玉粉	7	② 火を止めてから、ふやかしておいたゼラチンを入れてよく混ぜ溶かす。	
・みかん（缶詰）	20	③ 余熱がとれたら器へ注ぎ、白玉やみかんを入れて冷やし固める。	

診療のご案内

外来診療担当医						
初診			再診			
月	（物忘れ、一般） 兼行 浩史	（一般） 角田 武久	磯村 信治	兼行 浩史	藤田 実	宮野 康寛
火	（児童・思春期、一般） 村田 由紀		三好 俊彦	吉田奈緒美	大賀 由紀	青島 真由
水	（児童・思春期） 加来 洋一	（高次脳） 兼行 浩史	村田 由紀	兼行 浩史	新造 竜也	青島 真由
木	（アルコール依存、一般） 藤田 実	（一般） 新造 竜也	兼行 浩史	角田 武久	宮野 康寛	
金	（物忘れ、一般） 宮野 康寛	（児童・思春期） 青島 真由	藤田 実	加来 洋一	吉田奈緒美	

初診・再診とも予約制となっております。予めお電話でご予約されてご来院ください。
外来直通電話：0836-58-2327

交通のご案内



お車 / 山口宇部道路「宇部東 IC」より丸尾方面へ約 5 分
電車 / JR 宇部線「丸尾駅」より徒歩約 15 分
バス / 宇部市営バス「東岐波中学校前」より徒歩約 10 分

地方独立行政法人山口県立病院機構
山口県立こころの医療センター

〒755-0241 山口県宇部市東岐波 4004-2
TEL：0836-58-2370（代表）
：0836-58-2327（外来直通）
FAX：0836-58-6503



こころの医療センター

検索

<http://www.y-kokoro.jp/>