

伊豆市在宅医療連携拠点事業とは

住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを最後まで続けることができるよう、地域の様々な方や医療・介護の関係団体が連携し、在宅医療・介護を一体的に提供していくことを目指しています。平成28年度より伊豆市から委託を受け、市民の医療・介護についての様々なお悩み・不安に対して解決策を見つけていこうという事業です。



○悩み・不安の事例

- ・病気や治療についての説明がわからない
- ・在宅での高齢者の介護方法について
- ・訪問診療、訪問看護を希望しているがどうしたらいいかわからない

看護師・保健師・社会福祉士が丁寧にどんなことでもご相談に応じますので是非お気軽にお電話ください。

お問い合わせ

伊豆赤十字病院 在宅医療・介護相談窓口
☎ 0558-72-2182 (直通)

【なお相談受付時間は月曜日から金曜日、9:00から15:00までとなります。】

炊き出し名人

包装食袋でつくる非常食

非常食であっても、おいしくて、ヘルシーなものが食べたい。そこで、赤十字病院の管理栄養士が、豊富な経験からカンタンにできて、栄養のバランスがいい炊き出しメニューを考案。包装食袋を使えば、一人ひとりの健康状態、アレルギーに対応した食事が可能です。

炊き出しメニューレシピの一部をご紹介します。パンフレットをご希望の方は当院までお声掛けください。

ひじきご飯 ゆで時間 30分



- 【材 料】 米：75g
水：100cc
芽ひじき(干)：大さじ1
白ゴマ：小さじ1
南高梅干し：1粒(種を抜く)
和風だし(顆粒)：小さじ1/2

【仕上げ】 大葉：刻んでトッピング

【ポイント】 材料をすべて袋に入れた後に、梅干しをほぐすように混ぜ具が偏らないようにする

具材や調味料を変えて
チャーハンやピラフなどもオススメです！



赤十字では地震などの被災に備え、救護活動の支援準備を整えるとともに、避難所が開設されてからの炊き出しのサポート体制にも力を入れています。炊き出しを支援するのは、赤十字奉仕団などのボランティアになりますが、現状ではどうしても人手が足りません。そこで、炊き出しリーダーを増やす活動、地域で炊き出しができるようにする活動をすすめています。

マカロニナポリタン ゆで時間 15分



- 【材 料】 マカロニ(9分タイプ)：60g
水：80cc
レトルトナポリタンソース：70g

【ポイント】 尖ったマカロニを使用すると袋が破けてしまったり、空気を抜く作業が手間なので、丸くなったマカロニを使用する

家にあるもので手軽にできます。
ミックスベジタブルを入れてもよいです。

1ヵ月間の地域医療研修を振り返って

研修医奮闘記

初期研修医2年目の6月、私はここ伊豆の地で様々な貴重な体験をしました。入院患者さんの大半は後期高齢者、治療は効いているはずなのにどうしてもご飯が食べられない。これまでの研修では経験してこなかった医療がそこにはありました。

毎日刻一刻と変化する患者さんの治療に四苦八苦していましたが、元気にご飯を食べて元の居場所に戻っていく患者さんたちを見ると「また頑張ろう」と改めて仕事のやりがいを感じました。どんな時でも優しくご指導頂いた先生方、看護師、薬剤師、コメディカルの方々、短い間でしたが、大変お世話になりました。皆様と過ごした中身の濃い1ヵ月を糧に、これからも一生懸命頑張ります。



みなと赤十字病院初期研修医 重松嵩朗

臨床研修指導医
上田 研 内科部長



私が医師になった頃は卒業と同時に専門を選択し、特定の科の特定の病気しかみないのが一般的でした。その結果専門分野の病気はみてもそれ以外がわからない医師が増え、問題とされてきました。医師になってまもなくはさまざまな病気をみるのが良いとの考えから、平成16年に制度が変わり、卒業後2年間は内科・外科・救急・小児など複数の科の研修を行うことが義務付けられました。この2年間の研修の中に1ヶ月間地域医療研修として地域の医療機関に外向することになっています。昨年までは前任地の相模原赤十字病院(神奈川県)でみなと日赤から研修医を受け入れ、指導をしておりました。

今年度からは私の異動に伴い、みなと日赤は当院で地域研修をすることになりました。年間12000台以上の救急車が搬送されるみなと日赤で鍛えられて優秀な研修医が1ヶ月交代で赴任します。特に地域に根ざした医療として、往診や訪問看護など都会では学べないことを習得するのを目標にしています。また、標準的な治療でも目の前の患者さんにふさわしい治療かどうかを一緒に考えていこうと思います。是非伊豆の皆様とともに一緒に育てていただければ幸いです。

こつそしょうしょう 第2回骨粗鬆症教室 ~骨活はじめませんか?~ Report!



6月27日に院内会議室において第2回骨粗鬆症教室を開催しました。骨粗鬆症専門医の小松医師から『骨粗鬆症とは何か』から始まり、普段の生活の中でできる体操や専門外来での治療についての講話がありました。また、当院骨粗鬆症マネージャー・菅間看護師からは、骨粗鬆症と歯周病との関連性や毎日のケアの必要性、磨き方を教わりました。最後の質問コーナーでは、サプリメント・食生活・専門治療についてなど多くの質問があり、管理栄養士を交え個別にも対応しました。

今回は、第1回目の参加人数を大きく上回る55人の方にご参加いただきました。今後も講話内容を変えて開催を予定しています。また、当院では毎週水曜日午後専門外来を開設しており、専門医や専門マネージャーが丁寧にアドバイスしますのでお気軽にご相談ください。