



# ハーモニー

このタイトルは職員公募により選定されたもの。精神的・身体的・社会的に調和(ハーモニー)のとれた医療人、そして病院でありたいという願いが込められている。[題字/理事長 森山 領]

第114号

発行所 医療法人 元生会 森山病院

旭川市8条通6丁目左10号  
〒070-0038 ☎0166-22-4151

編集者 元生会企画広報学術委員会

元生会ホームページ

<http://www.moriyama.or.jp>



森山理事長より森山グループの説明を受ける出席者



各施設・各部署から役職者の紹介がありました



コミュニケーションゲームでなごやかに

その後のオリエンテーションでは、元生会の歴史や概要、就業規則などの講義やレクリエーションが行われました。緊張感の中に笑顔も見られ、医療人としての心構えなどを感じてもらえる一日になったのではないかと思います。(企画委員 山本大輔)

平成30年4月2日(月)に新入職員就任式並びにオリエンテーションが行われました。今年度は昨年度の中途採用者も含め64名の新人職員を迎えることとなりました。森山理事長から「医学とは病気自体を治すために学ぶこと、医療とは医学を使って多くの人々を救うためのも

## 新たな一歩

のです。ここは医療を提供する場所です。私自身が患者という立場を経験した時、気持ちが悪く落ち込むこともありましたが、事務員や看護師など職員の方々の笑顔で心が救われました。皆さんにも職種に関係なく、いい笑顔をお返ししてほしい。白衣を着たからと言って偉くなったわけではありません。人間性を豊

かに育て上げなければ医療人は務まりません。人として豊かさを育て上げるためにも多くの失敗を経験して、反省し、謙虚な姿勢で人の言うことに耳を傾けて素敵な医療人になってください」と訓示がありました。また、新入職者代表二名が挨拶し、「仲間とともに切磋琢磨してチーム医療に貢献

していきたい」と誓いの言葉を

を述べていました。



新入職員に激励の言葉をかける森山理事長

新入職員就任式&オリエンテーション

## 介護予防リハビリテーションセンターにおける取り組み



あさひかわリハビリ体操指導士養成講座の場面

今後の社会課題の一つに、健康意識を高めて健康寿命を延ばすとともに、生活においても介護予防の視点が求められていくかと思われま。元生会リハビリテーションセンターでは早くから介護予防事業に着手し、市の事業を中心に取り組んでまいりましたが、地域からの要請が高まる中、平成29年4月より訪問リハビリテーション事業所内「介護予防・地域支援事業を担当する部門をつくり、地域からの様々な要望に対応しています。現在の主な業務は、市の事業として住民に対しての体操指導や自主サークルをつくることを中心としたちよきんクラブ、筋肉ら

くらくアップクラブがあります。また地域リハビリテーション活動支援事業の一環で、市内20ヶ所を超える自主サークルを対象に、体力測定や指導なども行っています。その自主サークルが住民を主体として運営できるようにリーダー育成を行う「あさひかわリハビリ体操指導士養成講座」も市内に少しずつ広がりをみせています。そのほかサロンからの講話依頼にも対応しており、多くの専門分野のスタッフにご協力いただいで、転倒予防や認知症予防等、健康に過ごしていた

だくためのノウハウや病気になる時の対応等もお伝えしています。元生会地域ケア支援センターにおいても、要介護や要支援者のサービス対応に加え、予防医学や介護予防に対応するため地域や住民を巻き込みながら動き始めています。元生会だからこそできる形を作っていければと思っています。『いつまでも自分らしくいられるよう』、それはいつか街づくりにつながっていくかと思えます。

（森山メモリアル病院地域ケア支援センター小林 浩）

旭川市の高齢化率は今年5月に32・6%となり、その数は11万人を超えました。いつまでも健康で長生きすることは万人の願いですが、健康寿命との間には開きがあり、健康寿命全国ランキングで北海道は低い状況にあります。



地域の様々な要望に応えていきたいと思えます



森山メモリアル病院ホールでのふれあいサロン

## CT導入、森山メモリアル病院

平成30年5月7日(月)より森山メモリアル病院に16列マルチスライスCTを導入しました。

ご存知の方も多いと思いますが、エックス線を用いて身体のスライスCTを撮影することができます。



導入された16列マルチスライスCT

装置です。詳細な診断はもちろんです。地域連携への一助として役立てていきたくと思えます。（企画委員 山本大輔）

## 旭川医科大学早期体験実習が今年も行われました！

5月22日(火)から25日(金)まで、未来の医師と看護師8名が看護師の業務を体験するための実習が行われ、各病棟と手術室を見学しました。

姿も見られ、学ぶことが大変多かったとの意見も聞かれました。2日目は久保名院長との

会食。貴重な話もでき、楽しいひと時となったようです。実習に来られた皆さんの明るい将来を期待したいと思えます！（企画委員 太田千悦子）

医療の現場を間近に見るの緊張気味でしたが、患者様や看護師と笑顔で話している



# 食中毒を予防しよう!!

食中毒は1年中発生しますが、湿度や温度が高くなる初夏から秋にかけては、特に食べ物が痛みやすく、食中毒の件数が多くなります。屋外で食事をする機会も増える行事シーズン、楽しい食事でも食中毒になっては悲しいですね。

【ポイント1】つけかない  
まず、食品に細菌をつけないためには手や調理器具はこまめに洗うことが大切です。魚や肉、野菜など生ものに触ったあと、お刺身やかまぼこなど直接口に入れるものに触れる前はこまめに手を洗い、使う器具も洗いましょう。また、調理の前、トイレの後の手洗いは、石鹸を使って丁寧に洗いましょう。（写真1）

【ポイント2】増やさない  
冷蔵庫や冷凍庫で保存すべきものは、買ってすぐに冷蔵庫に入れましょう。冷蔵庫の中は、詰めすぎないようにして、余裕をもって入れるようにしましょう。

【ポイント3】増やさない  
カレーやシチューなどは菌が繁殖しやすいため、常温に放置するのは



写真3

危険です。翌日に持ち越すときは、すばやく冷まして冷蔵庫で保管し、早めに食べるようにしましょう。【ポイント3】

【ポイント3】ほとんど菌は熱に弱いので、よく加熱することによって菌を死滅させることができます。食品は75℃で1分以上、中心部までよく加熱しましょう。特に肉類、卵および魚介類は十分加熱し、スープやシチューのような食品は沸騰するまで加熱します。

ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。特に、肉や魚、卵などを使った後の調理器具は洗剤でよく洗い、台所用の殺菌剤を使用して菌をやっつけましょう。（写真2）

これらのポイントを守り、家庭から食中毒をなくしましょう。最近では、1年中ノロウイルスによ

る感染症が発生していき、家族に嘔吐や下痢などの症状がみられたとき、適切に対処すること、家族内の感染を防ぐことが大切です。また、このようなノロウイルス用セットなどを自宅に1セット用意して、美（養部管理栄養士 山本瑠す。写真3）

## 『看護の日』〜看護の心をみんなの心に〜

5月11日、「看護の日」のイベントを開催しました。看護の日は、看護の祖「フローレンス・ナイチンゲール」の生誕の日（5月12日）を記念し、老若男女問わず看護と助け合いの心を持つを目的に制定されました。

今年も多くの方々に、長・体重・体脂肪測定、栄養相談、揭示物に加え、血管年齢測定とお薬相談を実施しました。その中でも特に血管年齢測定が大変好評でした。お薬相談では、普段疑問に思っていたことをゆっくりと聞けた、という感想をいただきました。

（森山病院 4階病棟 西崎朱里）



写真1



写真2



看護師と健康のためのさまざまな相談も



栄養相談コーナーでは食生活のお話

# 第19回 敬生会夏まつり 盛大に開催!

6月30日(土)、「第19回敬生会夏まつり」に参加しました。

まず、会場の広さと来場者の多さに驚きました。ボランティアスタッフも多く、地域の方々のつながりを感じました。私は縁日風のくじ引きコーナーを担当。何が当たるかわ



知らない「ワクワク感」

を子供たちとともに味わうことができ、楽しい時間を過ごしました。

今回初めて参加

しました。が、同じくループ内での活動を知る良い機会となりました。来年も楽しみにしています!

(愛生病院看護部 渡辺 美智子)



恒例となった元生会が担当するくじコーナー

## ふれあい看護体験



感染予防のための手洗いを体験

5月10日、高校生を対象とした「ふれあい看護体験」が行われました。実際の職場での体験を通して、看護の理解や関心を深めると、進路選択の一助と



ストレッチャーへの移乗・移送を体験

(森山病院3階病棟 棟野口穂奈美)

なることを目的としており、今年も11名の高校生が参加しました。今回のふれあい看護体験では、各階で学んでいた高校生でしたが、体験を通して次第に笑顔も見られ、「病院で働くのは怖いイメージがあったけど、楽しかった」「大変な仕事だと思ったけど、病

院で働いてみたくなった」との感想も聞かれました。今後の進路を考える高校生にとって、充実した1日になったのではないかと思います。

私たちも高校生のフレッシュな感性に触れ、自分の看護を見直す機会となり、看護職の素晴らしさを再確認することが出来ました。



趣味・特技など元生会の職員たちの話題コーナー!!

## 和進会釣り部 in 朱鞠内湖



たのしい釣り体験ができました



大自然のなかで感動的な釣りでした!

こんにちは、和進会釣り部代表の森泉です。昨年は、釣り部メンバーが借用出来る船釣りの道具を準備しましたが、海の状況が良くなく1回も使えませんでした。そこで3月下旬、希望者を誘って朱鞠内湖へワカサギ釣りに行って来ました。

早朝に旭川を出発し、朱鞠内に到着した時にはすでに多くの人がワカサギ釣りを始めていました。天候はまあまあ。先ずはポイント探しからスタートです。駐車場から近くの場所を見つけ、氷に穴を開けて仕掛けを下ろすと、竿先に魚の反応が。先ずは1匹確保。他のメンバーにもアタリが始めました。

来年は、お土産も確保できるくらい釣れることを願っています。初経過すると魚の反応が心者の方も歓迎します。遠のき、11時近くに終了。メンバーが食べる分は確保できました。釣ったワカサギは幌加内町(森山メモリアル病院副院長 森泉茂宏)

朱鞠内に到着した時にはすでに多くの人がワカサギ釣りを始めていました。天候はまあまあ。先ずはポイント探しからスタートです。駐車場から近くの場所を見つけ、氷に穴を開けて仕掛けを下ろすと、竿先に魚の反応が。先ずは1匹確保。他のメンバーにもアタリが始めました。



おいしくいただきました

## 『観桜会』を終えて

### 家庭でできるリハビリテーションの会

今年も5月19日(土)に、アートホテル旭川で観桜会が開催されました。今年も参加者によるカラオケ、ビンゴ大会、そして森山領理事長によるミニコンサートという内容で、参加者とともに楽しい時間を過ごしました。

今回のカラオケは、例年になく参加希望者が多く、8名の方に自慢の歌声を披露して頂きました。お世辞抜きで上手な方々ばかりで、参加者はもちろん、役員・ボランティアス



ミニコンサートでは参加者とのデュエットも披露

も熱烈的なオファーがあり、今回その希望に応えてデュエットの恋の物語を歌いました。一緒に歌ったファンの方



今年も参加者とのあたたかな交流がありました

観桜会で思い出になったと話していただきました。今年も大変盛り上がり、年々パワーアップしている観桜会。興味のある方は是非、来年の参加をお待ちしています。8月26日(日)に開催される『家庭でできるリハビリテーション』の会も宜しくお願い致します。

## 和進会観桜会&会長挨拶

今年度の和進会会長を務めさせて頂く事になりました。森山病院看護部の鹿本健太です。役員としてもまだ2年目の若輩者ではありますが、会員の方々の為、ひいては元生会の発展の為に努力していきたいと思っておりますので、皆様1年間宜しくお願い致します。

5月に行った観桜会ならびに新入職員歓迎会は、会員の皆様の協力により盛大に終えることが出来ました。今年度の和進会主催の行事は10月に観楓会、12月に忘年会を予定しています。観楓会では参加賞付きのカラオケ大会や、豪華景品を用意したビンゴ大会、忘年会では豪華な景品付きの余興大会を実施予定です。私も以前何度か余興大会に参加しましたが、見ている側とは違ったステージ上だからその楽しさを感じました。やってみたいと思う方は是非、周りの人を誘って参加して下さい。



今年度と進会役員です。よろしく！



緊張した様子で挨拶をする鹿本新会長

## 編集後記

昨年より、自宅の小さな畑で家庭菜園を始めました。トマトや茄子・きゅうり等の苗を買い、見よう見まねで植えてみたところ、思いのほか順調に実をつけ、我が家の食卓の名脇役として大活躍してくれました。今年も数種類の野菜の苗を買い、収穫を楽しみにしていましたが、6月の寒さのせいか植えたばかりの野菜は、ほぼ全滅状態となってしまいました。今は、来年のために、ネットや本を読んで勉強しています。(工藤)

和進会の規約には、職員同志の親睦を深め元生会の発展に寄与する事を目的とする」とあります。規約の通り和進会が本来の役割を果たせる様、役員一同尽力してまいりますので、宜しくお願い致します。(森山病院看護部 鹿本健太)