

サークル紹介

フットサル愛好会

ぼくたち「フットサル愛好会」は、職員の健康づくりとコミュニケーションの場として週1回程度の頻度で活動しています。



勝敗を目的とした試合への出場などは行わず、「楽しむこと」と「怪我をしないこと」

をモットーにしています。経験者はもちろん、フットサル未経験の方や運動が苦手な方も大歓迎で、職種や年齢の垣根を越えて、皆でボールを追いかけて心地よい汗を流しています。

日頃の運動不足解消はもちろん、仕事中には見せない意外な一面を知ることができ、部署間の風通しも良くなると好評です。

皆で協力し合うフットサルを通じて培われたチームワークは、病院全体でのより良い医療・サービス提供へと繋がっています。興味を持たれた方は、ぜひ一緒に汗を流しませんか？

令和八年を迎え、私たちがあらためて心に刻むのは「地域に必要とされる病院づくり」です。宇和島徳洲会病院は、地域の皆様が住み慣れた場所で、安心して生活ができるよう、また、皆様一人ひとりのライフステージに合わせたサポートができるよう、看護師の専門性向上にも力を入れてまいります。

看護部一同、精一杯努めてまいりますので、何卒ご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます、新年のご挨拶とさせていただきます。

看護部長 梶原 優子

謹んで新春のお慶びを申し上げます

旧年中の皆さまからの温かいご支援に心より感謝申し上げます。

本年の干支「馬」のごとく、力強く一歩一歩あゆみを進め、地域医療の充実により一層努めてまいります。馬が駆ける姿は前進と希望の象徴です。私たちもその精神を胸に、患者さま一人ひとりに寄り添い、安心と信頼を築いていきたいと存じます。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

新年あけましておめでとうございます

院長 松本 修一



地域の皆様におかれましては輝かしい新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます

事務局長 金城 晋

旧年中は当院の運営に対してご理解とご協力、そして温かいご厚情を賜り、職員一同、厚く御礼申し上げます。

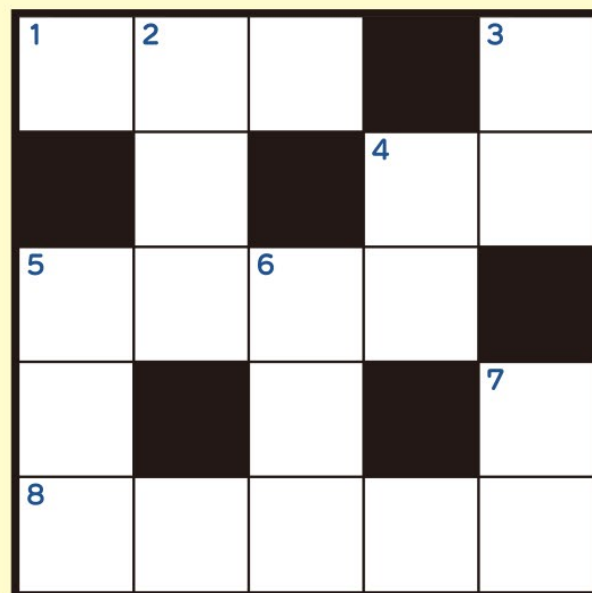
この度、令和七年十月二日付で事務責任者に就任いたしました。地域の皆様の「生命」と「健康」を守るという重責を改めて認識し、身の引き締まる思いでまいります。

事務部門としましては、経営の透明性向上と効率化を図り、良質な医療を提供するための安定した基盤を整備すること、また行政、地域の医療・介護機関の皆様との連携をより一層強化し、切れ目のない医療・介護サービスを実現することに邁進して参りたいと思っております。未熟ではございますが、地域の皆様が安心して暮らせる社会の実現に貢献できるよう、病院長および全職員と丸となり、職務に誠心誠意取り組んでまいります。

つきましては、本年も変わらぬご指導、ご鞭撻、そして温かいご支援を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。



手づくりクロスワードパズル



タテのカギ

- ▼ 2 ●●●の水兵さん(海鳥の一種)
- ▼ 3 大阪の名物●●焼き
- ▼ 4 海のミルクと呼ばれる貝(同じ名前の果物も存在する)
- ▼ 5 カラオケで使う道具
- ▼ 6 ネズミを英語で言うと
- ▼ 7 座るために使用する家具



ヨコのカギ

- ▶ 1 愛媛の特産の柑橘といえば？
- ▶ 5 “鬼は外、福は内”といいながらする節分の行事
- ▶ 8 12月25日といえば？(12月24日はイヴ)



〈質疑応答の様子〉

第14回改善活動大会 ～大切なものは何かを意識する～

今回は「大切なものは何かを意識する」というテーマのもと18サークルが参加し、各部署が取り組んだ活動の成果を発表しました。審査員は院長、看護部長、事務長、副看護部長、事務主任の5名が担当しました。

第1位 … 医師事務・診療情報管理

『検査数UPで早期発見!! ～ミャクミャクが叫ぶ「オーダー入りまゐす」～』

医師事務は、医師の負担軽減と診療補助の一環として、定期検査の実施もれを防ぐ取り組みを展開しました。

この取り組みの結果、医師事務の意識が高まり患者様への声掛けが徹底されたことで、エコー検査の実施もれが減少し、病気の早期発見に繋がりました。また、異常所見のある患者様には半年ごとのフォローアップエコー検査を推奨するなど、検査とフォローアップの体制が強化されました。

今後も医師が患者様の疾患に応じた検査や診療を円滑にできるように、「大切なものは何か」を常に意識しながら、病気の早期発見に貢献する業務に邁進してまいります。



〈第1位/医師事務・診療情報管理室〉



〈第4位/5階北病棟〉



〈第5位/4階北病棟〉



〈ユーモア賞/外来〉



〈奨励賞/総務課〉

第2位 …… CE・透析室

『透析患者の除水間違いを0へ ～Excelで体重計算システムを作ってみた～』

Excelを用いた体重および除水量の計算システムの運用を開始しました。運用開始後、計算間違いおよび除水量の設定間違いは発生しておらず、患者誤認リスクの低減と業務効率改善に繋がりました。



〈第2位/CE・透析室〉

第3位 …… 臨床検査科

『生命だけは大切だ ～南海トラフは怖いよ～』

大切な命を守るために災害発生時の行動について活動しました。特に地震発生時の初動シミュレーション訓練は、検査科での行動の見直しや改善により、検査科全員が活動前よりも不安なく避難行動できるようになりました。



〈第3位/臨床検査科〉

第4位 …… 5階北病棟『看護の大切なものを意識した指導体制と業務の統一化 ～安心・安全・信頼をはぐくむ職場作りを目指して～』

第5位 …… 4階北病棟『笑顔あふれる病棟を目指して ～レクレーション始めるてや!～』

ユーモア賞 …… 外来『わたしが変(化)われば あなた(患者)も変わる ～ユマニチュード技法で「疲れた～あ」をなくす～』

奨励賞 …… 総務課『最上級にしんどいの ～分業じゃダメですか?～』

今回の改善活動大会では、各部署が異なる角度から「大切なものは何か」を深く掘り下げており、各部署が思う様々な「大切なもの」を見ることができました。

各部署の優れた工夫や効率化の知恵が部署内だけに留まらず、意識改革と改善の成果を病院全体に波及させることが大切だと感じました。患者様の満足度向上、医療安全の強化、そして職員の働きがい最大化できるよう、引き続き改善活動に取り組んでまいります。

クロスワードパズルの答え

1	ミ	2	カ	3	ソ	タ
			モ		4	カ
5	マ	メ	6	マ	キ	
	イ		ウ		7	イ
8	ク	リ	ス	マ	8	ス

栄養科の旬彩レシピ

～高血圧予防の減塩食～ サッパリ! あったか! レモン鍋

材料 (3～4人分)

昆布だし……700ml	
酒……大さじ1杯	
① 白菜……1/6株	② レモン汁……大さじ3杯
③ タラ……2～3切れ	④ 塩……大さじ1/2杯
えのき……1/2株	しょうゆ……小さじ1杯
しめじ……1株	

市販の昆布だしで代用すると大変簡単ですが、昆布10gと水700mlを沸騰直前まで温めて作ると一層美味しくできます。



作り方

- 1 白菜はざく切り、えのき・しめじはいしづきを取り、裂いておく。
- 2 タラはそのままだと臭みがあるため、バットに砂糖を軽く敷き、その上にタラを置く。更に上から砂糖を振り、ラップをして20分ほど置いておく。その後、流水で軽く洗い流し、キッチンペーパーで水気を取る。
- 3 鍋に昆布だし、調味料各種を入れ、煮立たせる。
※沸騰させ過ぎないように注意。
- 4 火の通りにくい白菜の芯の部分から、タラ、えのき、しめじと入れていき、煮る。全体に火が通ったら完成。

一人前の栄養成分

エネルギー 379kcal	炭水化物 13.5g
たんぱく質 30.6g	食塩相当量 2.0g
脂質 22.9g	



完成!



料理について

今回は旬の白菜とタラをはじめ、貝だくさんの鍋料理です。昨今は一年を通して食材が手に入るため、「旬の食材」というものが薄れがちですが、日本にはせつかく「四季」があるので大切にしていきたいですね。

「血圧高めだから塩を控えたいけど、美味しいものは食べたい…」

「寒い時期は鍋が美味しいけど、塩が多いから…」

そんなお悩みにこそ、実は鍋料理だったりします! 市販の鍋の素を使うと一人前約3～5gほどの塩分が含まれています。しかし、今回のレシピのようにひと手間加えると、2g前後に抑えることが可能です。

そのほか、練り製品や肉加工品はほどほどに、カリウムが多い野菜や海藻類を入れましょう。(腎臓の疾患がある方は避けましょう。)

管理栄養士/中川 理恵

