



# 食だより

ホロニクスグループ 栄養管理部 発行 2017年7月号

## 冷え症（スパイスの効能）

暑い夏、つい冷たい飲み物や食べ物を摂っていたり、エアコンの効いた部屋で過ごすことが多くなっていませんか？夏は気温が高いため冷えとは無関係に思われがちですが、その油断が実は身体を冷やしてしまっているかもしれません。



### ■冷え症と熱中症

夏場の冷え症で注意しなければならないのは、意外にも熱中症になりやすいことです。冷え症は自律神経のバランスが崩れ、体温調節が上手く働かないことによるものです。そのため、夏の暑い環境に身体が対応できず熱中症になる方が多いので注意が必要です。



### ■スパイスを上手く利用して冷え症を予防しよう

冷え症改善には、外から身体を温めるだけでなく、食事によって身体の中から温めることがとても効果的です。例えば、辛いものや温かいものを食べたときは身体の芯から温まる感覚がします。スパイス（香辛料）には身体を温める作用があると言われ、胡椒や山椒、サフラン、ナツメグ、八角、シナモン、しょうがなど様々です。特に唐辛子のもっとも身体を温める作用のあるスパイスと言われています。スパイスを料理に上手く取り入れて、冷え症を予防しましょう。



### ■唐辛子の温め作用

唐辛子はなぜ身体を温めてくれるのでしょうか？それは、辛味成分「カプサイシン」の働きによるものです。カプサイシンは、血液の流れを良くして、体温を上昇させる働きがあり、高い発汗作用もあります。しかし、唐辛子は体にとって刺激物であるため、食べ過ぎには注意しましょう。

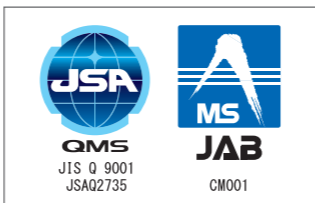


**診療科目** 内科・外科・整形外科・皮膚科・耳鼻咽喉科・人工透析内科・人工透析室（38床）・リハビリテーション科・泌尿器科（休診中）

**診察日** 月～金 午前診察・午後診察 / 水・木は午後休診  
土 午前診察 ※日曜日・祝日は休診

**診療時間** 午前診察 9:00～12:00（受付：11:30まで） / 午後診察 13:30～16:00

**地域医療連携室** TEL：0748-48-5558 FAX：0748-48-5722  
広報責任者 山本 寛人

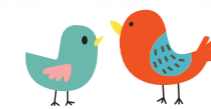


# はなてんびん

医療法人医誠会 神崎中央病院

Vol.107 2017.7

発行：地域医療連携室



Pick up photo



**みんなの畑** 神崎中央病院の敷地内に「みんなの畑」が開園しました。花や野菜など数種類を植え、今後は回復期リハビリテーション病棟の入院患者さんとリハビリテーション科・病棟スタッフらが一緒になって育てていきます。畑作業を通じて会話が弾んだり、積極的にお世話をしようとする患者さんの姿が見られました。



### contents

神崎最前線：CS部会について  
患者さんの満足度に関するアンケート結果について  
エスペラル近江八幡に「野洲のおっさん」来所 / 回り八通信 vol.3  
食だより：「冷え症（スパイスの効能）」

# CS部会について

検査科 主任 いわた ひろこ  
岩田 博子



当院には、CS部会という活動があります。活動内容は、患者さんに満足して当院に通院または入院して頂けるようにイベント等を行っております。構成員は看護部、診療部、事務部から成り立っております。

その活動のひとつが、5月10日に開催しました「看護の日」です。

看護師による健康相談や薬剤師によるお薬の相談を行い、通院されている患者さんが普段ご心配されていることについてお話をお聞きする良い機会となりました。その他に、身長・体重測定・握力測定・骨密度測定・血管年齢測定も行い、たくさんの患者さんに参加して頂きました。また「くすのき保育園」の園児による絵の展示会もあり盛況に終了しました。

毎年この「看護の日」に患者さん満足度アンケートも実施しております。アンケート内容としましては、職員の接遇状態、診療について、施設・設備についての3部門に分けて4～5項目の質問に答えて頂きました。その結果をこの「はなてんびん」に掲載しております。患者さんから直接ご意見をお伺いできる良い機会です。患者さんに医療を提供する中で、こういったご要望があるのか、改善するべきところは何かをご指摘いただいております。ご意見の中には、お褒めの言葉もあり、職員の意識向上にもつながっております。ご指摘頂きました事案につきましては、改善し、さらにより安心・安全な医療の提供を行えるよう努めて参ります。

今後のCS部会の活動としましては、9月に「敬老の日」、12月に「クリスマス会」を予定しております。たくさんのご参加をおまちしております。

当院に入院・通院頂く中で多岐にわたり、満足していただけるような活動を継続できる様、今後も精進していく所存でございます。



## エスペラル近江八幡に「野洲のおっさん」来所



4月24日、「野洲のおっさん びわ湖1周行脚2017」がスタートしました。

野洲のおっさんはびわ湖放送のcaituburiを模したキャラクター。行脚は7月1日の「びわ湖の日」をPRするためにびわ湖1周約200kmを歩いてまわる取組みで、今年で7回目を迎えています。

6月16日と17日には道中に医療法人医誠会の介護老人保健施設エスペラル近江八幡に立ち寄り、野洲のおっさんを目見ようと施設ご利用者やご家族、大勢の地域住民の方々が駆けつけました。



## 回りハ通信

Vol.3



### 6月 糖尿病教室

昨年度までの糖尿病教室を一変させ、新たに日本糖尿病療養指導士1名、滋賀県糖尿病指導士5名のもとで、集団、個別指導を行えるような体制作りをしています。筋質点数が測定可能な最新の体組成計を用い、運動療法指導を行いました。今後も、入院、外来患者さんへの治療、予防の一環として活動を行ってまいります。



リハビリテーション科  
理学療法士 かわしま だいすけ  
川島 大資



6月8日(木) 第1回糖尿病教室開催風景

# 患者さんの満足度に関する アンケート結果について

神崎中央病院では、来院される方々が当院にどのような印象をお持ちなのか、どのようなことを期待されているかについてアンケートを行いましたので、結果を報告いたします。

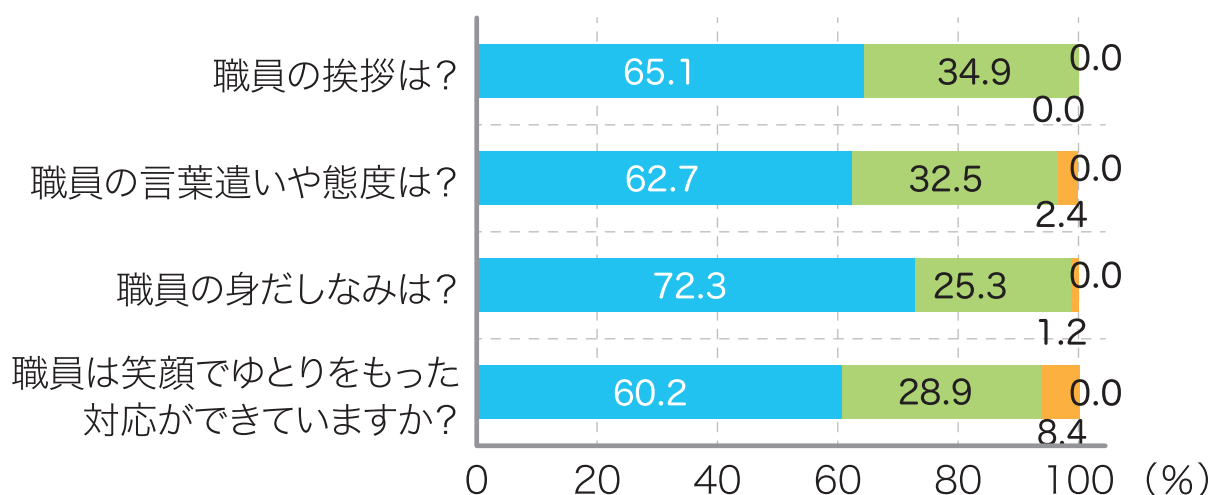
## アンケート方法

- 対象者 外来患者さん
- 回収場所 正面玄関前
- 実施期間 2016年4月24日～5月31日
- 回答人数 83人

## 1. 接遇面満足度

■満足 ■どちらかといえば満足 ■どちらかといえば不満 ■不満足

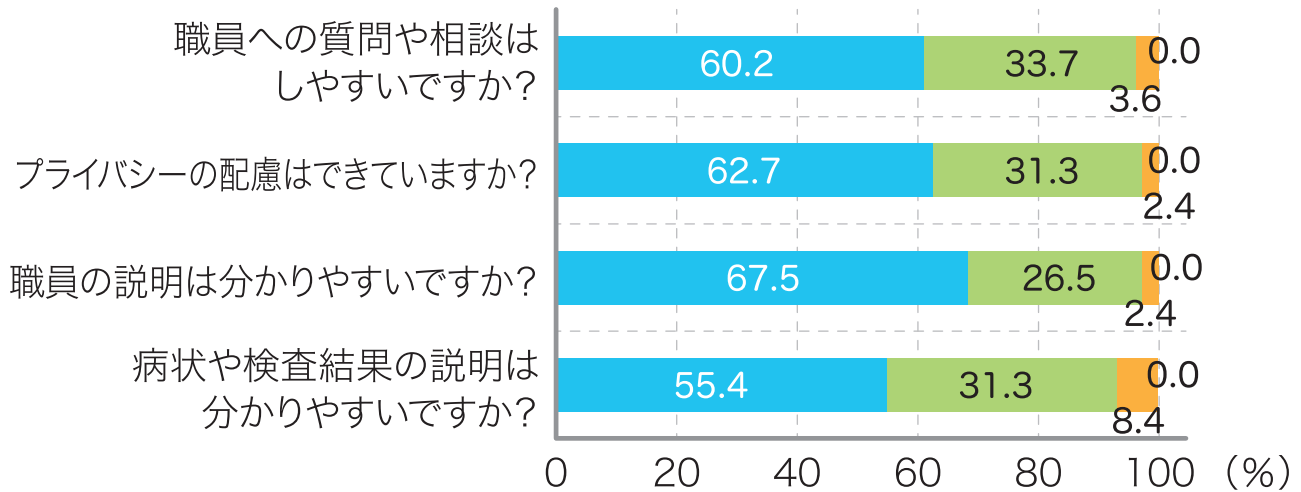
### 接遇面満足度



## 2. 診察サービス満足度

■満足 ■どちらかといえば満足 ■どちらかといえば不満 ■不満足

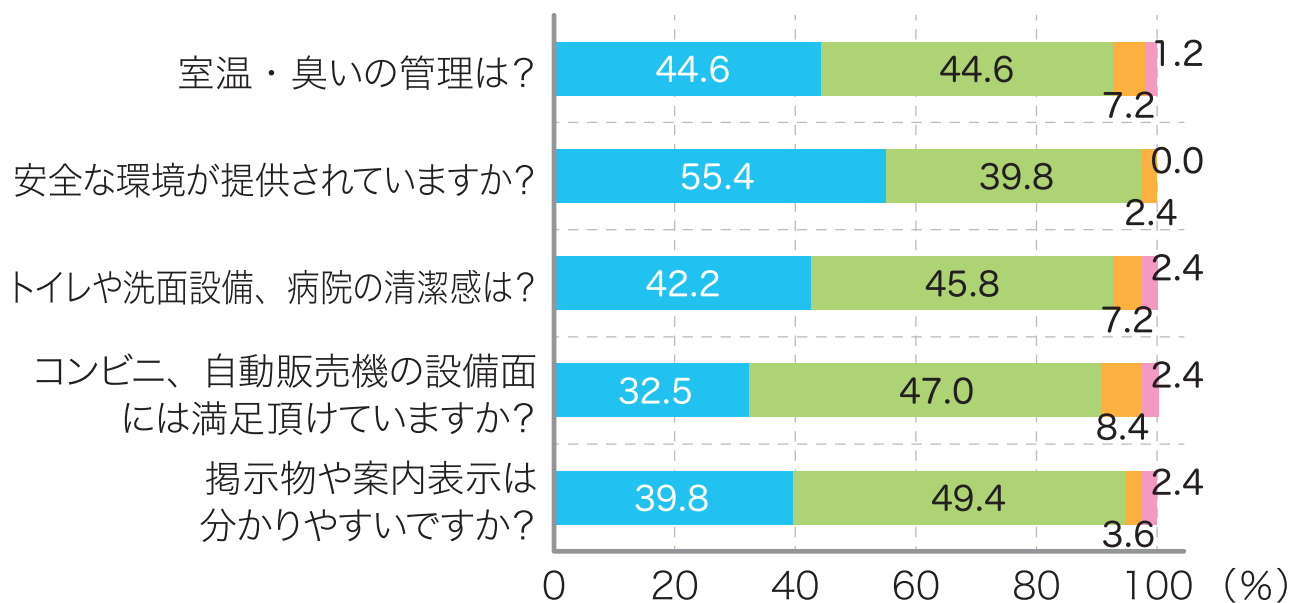
### 診察サービス満足度



## 3. 施設面満足度

■満足 ■どちらかといえば満足 ■どちらかといえば不満 ■不満足

### 施設面満足度



今後も定期的にアンケートを実施予定です。

また、アンケートの自由記載欄に記入いただきました個別のご意見・ご指摘につきましては、病院全体で改善に向けて取り組み、当院への満足度向上に努めてまいります。

このたびは、貴重なご意見をありがとうございました。