



Vol.4

◆地域の皆様と所沢ロイヤル病院を結ぶ広報誌

# はなみずき

冬 号



発行 所沢ロイヤル病院 広報委員会  
〒359-1152 埼玉県所沢市大字北野2848番地  
医療法人啓仁会 所沢ロイヤル病院  
TEL: 04(2949) 3385 FAX: 04(2949) 7872  
ホームページアドレス <http://www.tl-wam.or.jp>

平成18年1月1日発行

<病院理念>私たちは安全で良質な医療、心のこもった看護・介護、地域社会との連携を目指します。

## 年頭のご挨拶

～人それぞれ思いが違う～

理事長 角岡東光



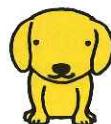
## 謹んで迎春のご挨拶を申し上げます。

昨年は、世界中で災害があったり、中近東や各地で相変わらずテロなどによる武力闘争が見られた。今年はどんな年になるのか。災害のない、平和な世界になることを希望する。平和そうに思える私たちの世界にあっても、人それぞれの思いは異なるものである。

健康で、平穏無事な暮らしに恵まれている者にとっては、思い浮かべること困難なことであるが、世の中には毎朝目が覚めて「ああ、今日もまた命があった。」と思い、その日の仕事に取り掛かる人がいるということである。また、耐え難い苦しみや悲しみ、身の切られるような孤独と寂しさ、果てしない虚無と倦怠。

例えば、治り難い病気にかかっている人、最愛の人を失った人など、私たちの周りにはさまざまな悩みハンデを背負った多くの人がいる。そんな人に接する時、私たちが注意しなければならないことは、常に相手の気持ちを推し量り、言葉を選んで会話しなければならない。相手の心を傷つけるようなことは避けるべきである。何気ない会話の間にも相手を傷つけ、苦痛を与える。

自分の思いを叶えようとして、ある。私たちは、十分に注意を払って患者と接した上で、治療にあたるべきである。話す相手の気持ちを思いやって対応したいものである。



病院から見える富士山です。今年も良いことがありますように！



# こんにちは！5階病棟です

当病棟は介護病棟です。自宅の介護が困難な寝たきりや認知症の方が入院されています。患者さまに笑顔で、できることは自分でできるように残された機能に着目して声をかけています。

鈴木師長の下、スタッフ一同心のこもったケアを心がけています。



お楽しみ会  
その月の誕生日の方を中心には、体を動かしたり歌ったり、おやつには日頃とは一味違うケーキや和菓子で舌を楽しめます。



毎週こんなことをしています。



お茶の会  
小野看護部長と一緒にお茶をたててお菓子を召し上がって頂いています。



お花の会  
毎週金曜日にお花屋さんから季節のお花が届きます。それを患者さまとスタッフで花器や花瓶に活けます。



作品は飾ってありますので是非ご覧下さい。花の名前も添えてあります。また、患者さまのご指示で活けた作品にはお名前を付けてあります。



毎月こんなことをしています。



音楽ボランティア  
ボランティアの方の演奏で歌を楽しんだり、ハンドベルを使って動かしたり、ハワイアンの音楽もあります。アロハ～。

## 健康についてのワンポイントアドバイス

まだまだ寒い季節ですが、今回のお題は「花粉症とお薬」についてお話ししたいと思います。花粉症は原因となる花粉の種類により、春～秋にかけて長い期間症状が現れます。毎年東京近辺では、2月上旬にスギ花粉が飛び始め、しばらくすると花粉症の症状が出始めます。花粉症の内服薬は大きく分けると、症状の発現を予防する「予防薬」と既に現れている症状を和らげる「治療薬」があります。これらの薬を上手に服用すると症状を軽くすることができます。

まずは「予防薬」です。これは「化学物質遊離抑制薬」と呼ばれるもので、花粉などアレルギーのもととなるものが身体の中に入ってきた時、過剰に反応しないようにするためのお薬です。このお薬は服用してから十分な効果が現れるまで2週間ほどかかるため、スギ花粉にアレルギーのある人なら1月末か2月に入ってからすぐに服用を始めると良いでしょう。（←ここがポイント！）

次に「治療薬」です。これは「抗ヒスタミン薬」や「ステロイド薬」といったものがあり、既に現れている症状を和らげる作用があります。すぐに効果が出るのですが、眠気などの副作用が現れやすいのが特徴です。「予防薬」を服用しながら、短期間または症状が出たときに合わせて服用するのが効果的です。

この他にも「点眼薬」や「点鼻薬」などがあるので主治医の先生とよく相談して、症状や生活習慣に合わせたお薬で花粉症の季節を乗り切りましょう。

# クリスマス会

11月28日、12月20～28日



## アカペラコンサート

★11月28日、1階ロビーにてコンサートが開かれました。  
プロのアカペラグループ「cappellatte(カペラッテ)」の3人が美しい歌声を披露して下さいました。  
心が洗われるような歌声に、皆うっとりと聴き入っていました。



## 病棟ホールでのクリスマス

★12月20日～28日、各病棟ホールでのクリスマス会が催されました。  
毎年恒例の楽器演奏と、1年間の出来事のスライドの上映が行われました。  
どちらもリハビリスタッフが練習と準備を重ねてきたものです。楽しんでいただけたでしょうか？



来年も良い一年になりますように…



◆merry christmas!◆

# みるしる！ろいやるん♪

— 今年の元旦はいつもより長い1日だったんです —

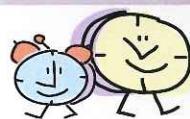
平成18年（2006年）1月1日に7年振りに「うるう秒」調整が行われ、午前8時59分59秒と午前9時00分00秒の間に「8時59分60秒」が挿入されました。

<「うるう秒」とは？>

かつて、時刻を決めるためには地球の公転・自転に基づく天文時が使われていましたが、現在では原子の振動を利用した原子時計をもとに決められるようになり、非常に高精度なものとなっています。このため、逆に天文時に基づく時刻との間でずれが生じるようになりました。

そこで、原子時計に基づく時刻を天文時と0.9秒以上ずれないように調整を行った時刻を世界の標準時として使うことにしています。今回の「うるう秒」の調整も地球の公転・自転に基づく時刻とのずれが0.9秒に近づいたために行われるものです。なお最近では7年前に挿入を行いました。

(参考) 地球の回転についての国際観測を実施している国際地球回転事業(IERS)がこの調整を決定している。



2006年はどんな年なのでしょう。少し調べてみました。

- |        |                                |
|--------|--------------------------------|
| 1月 1日  | うるう秒: 午前9時 (日本時間) 直前に1秒挿入      |
| 2月10日  | 冬季オリンピック トリノ大会開催 (26日まで)       |
| 2月16日  | 神戸空港開港                         |
| 春      | PLAY STATION3発売                |
| 4月 1日  | アジア初の世界クロスカントリー選手権開催(福岡市)      |
| 5月     | 新司法試験開始                        |
| 夏      | 携帯電話のナンバーポータビリティ導入             |
| 6月 9日  | FIFAワールドカップ2006ドイツ大会開催(7月9日まで) |
| 8月19日  | バスケットボール世界選手権さいたま大会開催(9月3日まで)  |
| 10月31日 | バレーボール世界選手権日本大会(12月3日まで)       |

**家族談話室**  
2Fのエレベーターを降りて、右側一番奥にございます。  
皆さま、是非ご利用下さい。

**新年会**  
1月19日(木)開催予定！  
毎年恒例の新年会です。  
今年も沢山の催し物を計画しています。  
お楽しみに！

**ウォーターサーバー**  
1F売店脇に設置しています。  
いつでも100%天然水がお飲み頂けます。是非ご賞味下さい。

**散髪**  
現在ご入院中の患者さまはどなたでもご利用頂けます。料金メニュー等詳細は各病棟スタッフまでお問い合わせ下さい。

## お知らせ

A HAPPY NEW YEAR

はなみずき「新年号」はいかがだったでしょうか？今回は新年を迎えて、ということで盛り沢山の内容をご用意いたしました。編集スタッフも新たな気持ちで本年も取り組んでいきますので、今後とも「はなみずき」ご愛読頂けますよう、よろしくお願ひいたします。

これから冬本番です。風邪など引かぬようお過ごし下さい。

3F 田淵

賀正  
でやんす

