



盛岡つなぎ温泉病院だより



撮影者：雫石町 四ツ家 孝司

特定医療法人 盛岡つなぎ温泉病院

理念と運営方針

思いやりのある心で、信頼される優れた医療を目指します

- | | |
|-------------------------------|-------------------------|
| 1 医療水準の維持と向上に努め、質の高い医療を提供します | 4 優れた医療人の育成に努めます |
| 2 地域の医療ニーズに的確に対応し、医療連携を推進します | 5 人の輪を大切にする職場環境作りを目指します |
| 3 患者さんの権利を尊重し、こころの温まる医療を提供します | 6 健全な経営基盤の確立に努めます |



日本医療機能評価機構認定
付加機能リハビリテーション機能認定
日本呼吸器学会認定施設
日本アレルギー学会認定教育施設
日本感染症学会認定研修施設

〒020-0055 盛岡市繫字尾入野 64 番地 9



e-mail : wawawa@tsunagi-hp.net
ホームページ : <http://tsunagi-hp-net>

電話 019-689-2101 (代表)
FAX 019-689-2104

「思いやりのある心」で、 心のかよいあう看護の提供を目指して

副院長兼看護部長
田村ゆみえ

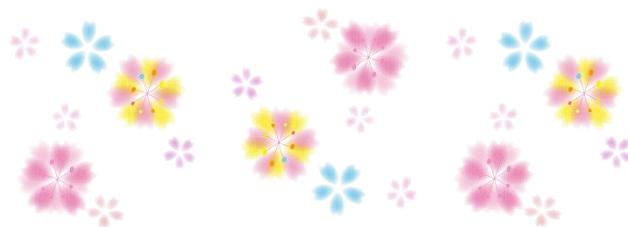


就任のご挨拶 9年間にわたり看護部を牽引されてきました菅原看護部長からバトンを渡され、この度2025年4月より副院長兼看護部長を拝命いたしました田村ゆみえと申します。これまで築きあげられたことを引継ぎ、病院理念のもと地域医療に貢献できるよう努めて参りますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

心のかよいあう看護を目指して 盛岡つなぎ温泉病院は、急性期から回復期、慢性期の患者さんが入院しており、地域に根ざした病院です。また、訪問診療や訪問看護など在宅医療も行なっており、患者さんやご家族のご希望を伺い、住み慣れた地域で暮らし続けられるよう支援しています。看護部の理念は病院理念に基づき、「私たちは思いやりのある心で、一人ひとりの患者さんに心のかよいあう看護を提供します」と掲げています。私たちが考える「思いやりのある心」とは、「患者さんの気持ちに配慮し、患者さんが何を望みどんな気持ちかを注意深く考え、接すること」です。そして、「心のかよいあう看護」とは、「患者さんと看護者がお互いに気持ちを理解しあって、通じあうこと」です。看護師は患者さんが苦しいときも辛いときも、悲しいときもいつも患者さんの傍にいます。看護の場面では治療方針や今後の療養先など悩むことが多々あります。その中で患者さん一人ひとりの最善を考え、患者さんやご家族の思いに寄り添い、誠実な心のこもった看護をすることで、患者さんに「心のかよいあう看護」を提供できるのではないかと考えています。

「人財」の育成 私は、前任の菅原看護部長から「人財」を大切にする組織作りを学びました。「人を育てる」ためには「承認」のメッセージが大切であるということや、看護職員が悩んでいるときはその方の人生を考えて支援することが大切であるということを知りました。患者さんだけでなく、職員も大切にする組織を目指して、これからもこの思いを受け継いでいこうと思います。当院では「人材育成」に力を入れており、新人看護師教育・ラダー別研修・院内外研修などキャリアアップを支援する教育体制を整えています。看護する中で患者さんから学ぶことが多くあります。看護職員が看護を通じ倫理観や豊かな人間性を育み、自ら主体的に成長していけるよう支援したいと考えています。また、当院には仕事と子育てを両立しながら頑張っている職員が多くいます。職員間で「おたがいさま」精神を持って、お互いに支え合い、いきいきと働き続けられる職場環境づくりにも努めて参りたいと考えております。





地域医療研修を終えて

岩手県立胆沢病院

研修医 千田 桃花

つなぎ温泉病院だよりを御覧の皆様、初めまして。岩手県立胆沢病院で研修医をしております、千田桃香と申します。2024年11月5日から4週間、つなぎ温泉病院で地域医療研修に携わる貴重な機会をいただき、ありがとうございました。ここで簡単に自己紹介をさせていただきます。出身は一関市で、出身大学は栃木にある獨協医科大学です。来年度からも引き続き岩手県内で働き、微力ながら地元の医療に貢献していきたいと考えております。まだまだ未熟者ではございますが、よろしくお願いいたします。

充実したリハビリテーション つなぎ温泉病院での研修でまず一番初めに驚いたことは、リハビリの充実です。通所リハビリはスポーツジムのように多様な器具が用意されており、運動をしながら眺める御所湖の景色は心を穏やかにし、快適な空間になっています。私もいくつかの器具を体験させていただきましたが、見た目以上に難しく、自分の体力・筋力不足が恥ずかしくなると同時に、リハビリを受けている患者さんの姿は、患者さん自身の努力や継続力、周囲のサポートの成果なのだと感じました。また、病棟に和室やキッチンの備わった作業療法室があることにも衝撃を受けました。日常に繋がるリハビリを行うことで、患者さん自身が日常に戻ることに自信や勇気に繋がるのだと感じました。更に、医師の許可次第で温泉に入ることができるというのもこの病院ならではの魅力であると感じました。このような環境や携わっている多くのスタッフがいることで、患者さん一人一人に合ったリハビリを提供することができるのだと感じました。

幅広い視点と柔軟な対応力 また、訪問診療・看護では実際に患者さんの暮らしている家や施設に伺いました。患者さんの住み慣れた場所で診療や看護を受けられることは、患者さんにとって大きな安心感が得られるのだと思います。病院では分からない患者さんの日常生活の様子やご家族の支援状況などを知ることができ、それらを考慮して治療計画を立てる必要があり、医療者にはより幅広い視点が求められると感じました。つなぎ温泉病院では病棟が急性期一般、回復期リハビリテーション、療養と分かれており、訪問診療・看護も合わせて、それぞれの段階で求められることが異なり、それらに柔軟に対応する力がとても重要であると実感しました。

最後になりますが、小西理事長先生をはじめとするご指導頂いた先生方、スタッフの皆様にご場をお借りして心より感謝申し上げます。また、研修期間の途中で体調を崩してしまい、ご迷惑をおかけしましたこと心からお詫び申し上げます。予定された日程での研修が叶わず、非常に残念に思っております。短い期間ではありましたが、貴院で地域医療を学ぶことができ大変有意義な時間となりました。このたびのご配慮に深く感謝申し上げます。今回の経験を生かし、今後とも日々精進して参ります。本当にありがとうございました。

リハビリテーション

だより

QOL評価 はじめました

盛岡つなぎ温泉病院

公認心理師 朴田 伸助

■『QOL（クオリティ・オブ・ライフ）』という言葉をご存知でしょうか？

『QOL』とは日本語では『生活の質』と訳され、「単に疾病（病気）がないということではなく」、自分らしさを発揮しながら「身体的、精神的、社会的、文化的に満足できる豊かな生活」を送ることができること、とされます。



山に登る、手芸をする、家族や地域のために役割を担うなど、“自分らしさ”とは人それぞれですが、身体的・精神的に問題がない状態であればこそ、自分らしさを発揮できるといえますね。

盛岡つなぎ温泉病院では 2024 年 10 月より、回復期リハビリ病棟に入院された患者さんを対象として、『QOL』の質問紙調査が本格的に開始されました。

実際に実施・評価している場面で感じられることとしては、治療・リハビリに臨まれる 患者さんの個性や個別性に配慮するという病院側の姿勢を、『QOL』の評価を通じてお伝えすることができるのではないかと考えています。

また治療・リハビリによる『QOL』の向上を、調査の結果（数値）でお伝えできることが、患者さんの笑顔や自信に繋がっているように思われます。



『QOL』評価を通じて、患者さんやご家族の方に「つなぎ温泉病院に入院してよかった」と感じていただけることを願っています。

ふぉと・ぎゃらりい



回復期リハビリ病棟の廊下には写真が掲示されており、小生の作品も一部含まれています。
堅苦しい文章が続きましたので、自然の景色を眺めて一息ついていただけると幸いです。

秋田駒ヶ岳の白いコマクサ
撮影：2024年6月

念願叶って去年に撮影することができました。

時期が合えば、何か所かで見つけることができます。



白いコマクサは通常のコマクサと比べて、葉が黄緑色に見えますね。



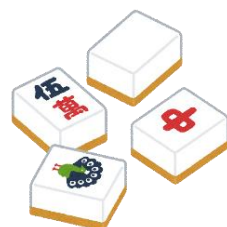
「モルゲンロート」とは、早朝に山肌が赤く染まる、朝焼けの現象を指す登山用語です。

姫神山の山頂から望む、
岩手山のモルゲンロート
撮影：2020年12月

日の出前からの冬山の登山には鍛錬と道具が必要です。

しかしながらここでしか得られない“心の栄養”があります。

趣味を長く続ける為にも、心身の健康づくり・健康管理が大切ですね。



食と栄養だより

☆テーマ☆

中食の選び方

中食とはスーパーやコンビニなどでお惣菜やお弁当を買ってきたり、デリバリーなどを利用したりして家庭外で調理・加工したものを自宅で食べる事を言います。

中食のメリット⇒**単身・共働きの家庭や1人暮らしの高齢者に便利！**

- ・調理の必要が無く、家ですぐ食べられる
- ・食べたいものを食べたいだけ買える
- ・食べきれる量で買えるので、作りすぎや食べ残しの無駄が減る
- ・普段家で作れないようなメニューも手軽に買えて、外食より安価な物が多い

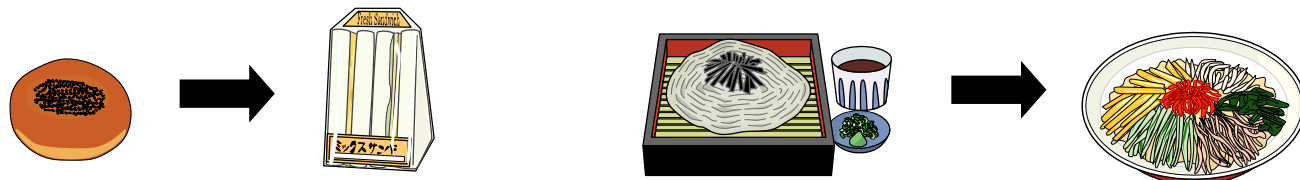
中食のデメリット

- ・好きなメニューに偏りがちになる
- ・味付けの濃い物・高エネルギー・高脂肪の物が多い
- ・野菜が不足・栄養が偏るなどのおそれがある

⇒**選び方に工夫が必要！**

中食の選び方

- ・**主食**（ご飯・パン・麺・芋類）・**主菜**（肉・魚・卵・大豆製品）・**副菜**（野菜・海藻・きのこ類）をそろえて食べましょう！最低でも糖質だけの食事は避けましょう。



- ・食塩の摂り過ぎに注意しましょう！

（1日の塩分摂取目標量：男性 7.5g 未満 女性 6.5g 未満）

主菜がつまったオードブルやお弁当などは塩分が多くなりがちです。

1食当たりの主菜からの塩分摂取量は1gが目安になりますが…

例えば、唐揚げは3個、塩鮭（甘口）は1/2切れ、焼き鳥は2本で塩分は約1gです。

主菜は1食あたり1品、多くても2品までにしましょう。

丼物や麺類も塩分が多くなりがちです（1人前3～5g）

麺の汁は飲み干さない、野菜の多いものを選ぶ、副菜を組み合わせる時は、味付けがないもの（トマトなど）や塩分が少ないもの（サラダ・ピクルス・酢の物など）にしましょう。



院内の「おひなさま」

足湯前
職員からの寄贈



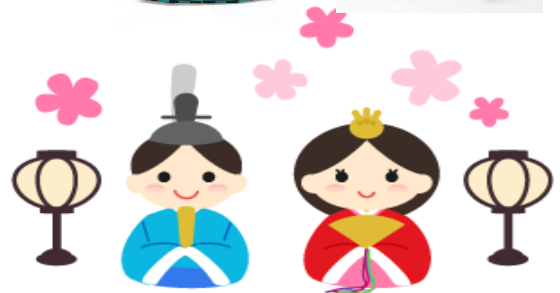
ひまわり病棟



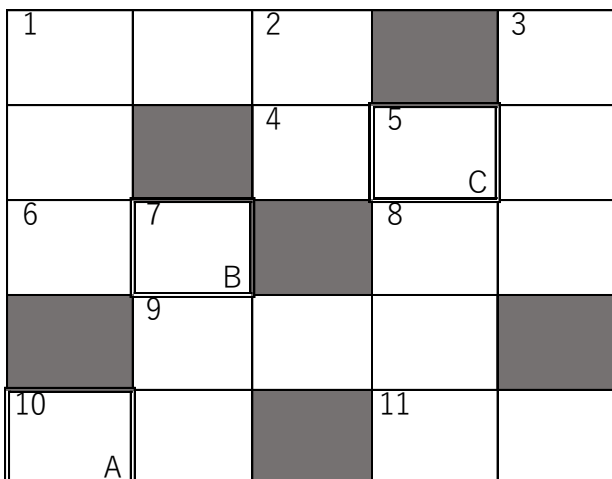
回復期リハビリ病棟
職員による作成
漫画本「鬼滅の刃」の主役2人。



外来窓口



クロスワードパズル



答え	A	B	C
----	---	---	---

クロスワードを解いて、
A～Cにあらわれる言葉が「答え」です。
答えは、最後のページに。

【タテのかぎ】

- これをかけると文字が良くみえます
- 家で虫に刺されないように吊るします
- 〇〇〇県の特産品のひつは牛タン
- 旅行に行くといっぱい買ってしまう
- 春になると日本にやってくる身近な野鳥は？

【ヨコのかぎ】

- 日本の小川などにすむ小型の魚。
観賞用として人気があります
- 野菜は〇〇〇で買おうと決めています
- 〇〇が上がって体調が悪いなあ
- 左と言えば、
- シンデレラはかぼちゃのコレに乗って、お城へ。
- 長寿の縁起物。鶴と〇〇
- 浴衣の履物

< 表紙の写真 > アカショウビン

繁殖のために 6 月に東南アジアから日本に渡って来て、子育てが終わる 8 月には帰る渡り鳥です。良く茂った広葉樹林に生息し、なかなか見る事が出来ないのも、バードウォッチャー憧れの野鳥です。見れば一瞬で心を鷲掴みにされてしまいます。

撮影者 四ツ家 孝司

皆様の作品を大募集しています！

俳句・川柳・詩・エッセーなど、本誌に掲載する作品を募集しています。掲載させていただいた方にはQuoカードを差し上げます。

お名前、ご住所、お電話番号、ご希望の方はペンネームを明記の上、郵便、FAX又はメールにて、下記までお願いいたします。

〒020-0055

盛岡市繁字尾入野 64 番地 9

盛岡つなぎ温泉病院 広報委員会

TEL 019-689-2101

FAX 019-689-2104

MAIL wawawa@tsunagi-hp.net

クロスワードパズルの答え

1	め	だ	2	か		3	み
	が		4	や	5	お	や
6	ね	7	つ		8	み	ぎ
		9	ば	し	や		
10	か	め		11	げ	た	

答え	A	か	B	つ	C	お
----	---	---	---	---	---	---

外 来 診 療 担 当 医 表

※6月1日より変更となっております。
ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

内 科

	午 前	午 後
月	小西・三浦	関
火	大澤・谷藤	及川
水	古和田・小西・川村	古和田
木	谷藤・斗ヶ澤・川村	毛利
金	古和田・関・大澤	及川
土	第1週 大澤・川村(再来のみ) 第3週 谷藤・川村(再来のみ)	

整 形 外 科

担当医：八幡 月・火・木・金 午前のみ

禁 煙 外 来

担当医：小西 月・水 午前のみ

< 受付時間 >

平 日 8:30 ~ 11:30
13:30 ~ 16:30

第1・3土曜日 8:30 ~ 12:00

※ 第2・4・5土曜日、日祝日は休診です。

盛岡つなぎ温泉病院メディケアプラザ

訪問診療 電話 019-689-2101

訪問看護ステーション 電話 019-689-3513

訪問リハビリテーション 電話 019-689-2101

通所リハビリテーション 電話 019-689-3512

居宅介護支援事業所 電話 019-689-3511

各事業所共通 FAX 019-689-3514

メディケアプラザ中央通り

クリニック（内科、禁煙外来、健康診断、予防接種）
受付 8:45~17:00 電話 019-654-3781
日曜・祝日休診 FAX 019-653-1355
ホームページ <https://www.mpcvuo.jp>

居宅介護支援事業所 訪問看護
通所リハビリテーション 訪問リハビリテーション
メディカルフィットネス
各事業所共通 電話 019-654-3782
FAX 019-654-3783

編集後記

4月に新入職員を迎え、新体制でのスタートを切りました。フレッシュマンの成長を眩しく見ているうちに、季節は梅雨を迎えようとしています。雨の日が続くと何かと億劫な気がしてしまい、食事ササッと済ませてしまいがちです。今号の中食の選び方を参考にして、少しでも日々の食事に気を付けてみたいと思います。（裕）

盛岡つなぎ温泉病院だより第76号
令和7年6月発行

（発行・編集）
盛岡つなぎ温泉病院
広報委員会