

# 水府病院 だより

2020年10月  
秋号

## 地域医療連携室 Vol. 13

### 1. 新型コロナウイルス感染症について

水府病院では、感染者と非感染者が混在しない空間確保が困難なため、新型コロナウイルスの感染症患者を受け入れておりません。しかし、インフルエンザ流行の時期になると、インフルエンザか新型コロナウイルスかの鑑別が必要な場合があります。医師が必要と判断した場合のみ、抗原定性検査(簡易キット)やPCR検査(外部委託)を行うこともあります。希望による検査はできかねますので、ご理解いただけますようお願いいたします。感染者との濃厚接触や流行地域に行かれた後の発熱や呼吸器症状の場合は、直接ご来院はせず、まずはお電話にてお問い合わせくださいますようお願いいたします。

**新しい生活様式**により、新型コロナウイルスとともに、インフルエンザや他の病原体の感染も予防することができます。**3密を避ける、正しいマスクの着用、手洗い**などの他、**健康状態・行動記録\***をつけることもお勧めします。

\*健康状態・行動記録については裏面をご覧ください。

インフルエンザの予防接種をご希望の方で、市町村から届く**予防接種券**がある方は、忘れずにご持参ください。**ご予約は不要**です。

◆厚生労働省より接種時期ご協力をお願い

10/1～ 65歳以上の方

10/26～ 上記以外の方

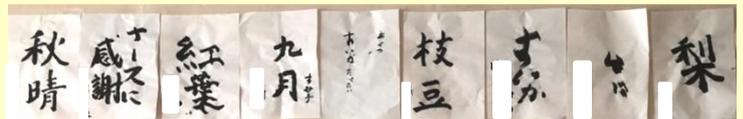


### 2. 院内サロンの紹介

地域包括ケア病棟は、急性期治療を経過し病状が安定した患者様に対し、在宅や介護施設への復帰支援に向けた医療や支援を行う病棟です。当病棟にはご高齢の方が多く、骨折や肺炎、脳卒中の疾患を抱えた患者様が入院されています。退院後に、安心して住み慣れた地域で自分らしい生活をしていただけるよう、身体機能や生活能力の維持・向上、コミュニケーション能力や心の回復を目指す**院内サロン**を開催しています。平日午後で開催しており、活動内容としては、ラジオ体操や風船バレー、カラオケやカレンダー作り、習字や塗り絵、セラピストによる体操などです。1月には正月遊び、3月には雛人形作成、5月はこいのぼり作成、7月の七夕には願い事を書き手作りの笹に飾ったり、夏祭りやクリスマス会等、密を避け、感染防止に細心の注意をはかりながら開催しています。現在は感染防止の為、集合したり大きな声を出しての活動は、一時中止しております。

少し前のことですが、ある患者様のご希望により「ひょっとこ踊りの披露会」を開催いたしました。患者様の夢を叶えてあげたいという思いを抱き、病棟スタッフやセラピスト等の協力の元、実現することができました。開催するまでは患者様ご本人もスタッフも不安はありましたが、本番では、患者様ご自身はもちろん、観客の患者様も感動して涙したり、笑顔になったりと大成功でした。私たちスタッフも初めての試みで良い経験をさせていただきました。

これからも患者様一人一人の社会復帰の視点を持ちながら、スタッフ一同、院内サロンの定着に励んでいきたいと思っております。



### 3. 健康状態・行動記録をつけましょう

#### 健康状態・行動記録

不安なことは○で囲みましょう

一人一人が、慎重に感染対策をしていても、感染が避けられないこともあります。万が一感染してしまった場合、行動記録が分かると感染経路を特定できる可能性が高くなり、感染拡大防止につながります。もしもの時に備えて、**健康状態・行動記録**をつけておくことをお勧めします。

記録の仕方は、右の表をコピーしたり、ノート等へ書き写すなど、参考にさせていただくと幸いです。また、記入例のように、不安なことを○で囲んでおくとういでしょう。



月/日	体温 ℃	健康状態	主な行動記録			会った人	備考
			午前	午後	夜		
/							
/							
/							
/							
/							
/							
/							
/							
/							
/							
/							
記入例→ 10/1	36.2	頭痛	仕事	自宅	居酒屋	水府さん	居酒屋が混雑

### 4. 専門職が教える健康体操 **連載**

今回は、すね・ふくらはぎのストレッチ運動です。



椅子に座り、片方の足を曲げます。つま先からすねが伸びるようにします。



椅子など、支えのある場所に立ち、片足を足裏とかかどがついた状態で後ろに引き、ふくらはぎが伸びるようにします。



足を前に出して座ります。つま先を持って手前に引き、ふくらはぎが伸びるようにします。

それぞれ20～30秒、一日2～3回を目安として行いましょう。ストレッチは反動をつけずに行うことが大切です。伸ばす部分に張りがでた位置で止めてください。無理のないように行いましょう。

**強い痛み等がある場合には、直ちに中止してください。**

国家公務員共済組合連合会 水府病院

〒311-4141 茨城県水戸市赤塚1丁目1番地

TEL 029-309-5000(代表) HP <http://www.kkr-suifu.com>

地域医療連携室 TEL 029-309-6546(直通) FAX 029-309-6641(直通)



平日 8:30～17:00

第1・3土曜日 8:30～12:00