



世界文化遺産 「熊野古道」

熊野古道(くまのこどう)は、熊野三山(熊野本宮大社、熊野速玉大社、熊野那智大社)へと通じる参詣道の総称。熊野参詣道ともよばれる。熊野参詣道ともよばれる。紀伊半島に位置し、道は三重県、奈良県、和歌山県、大阪府に跨る。

文・写真引用元: Wikipedia/写真AC

高知赤十字病院の理念

愛され、親しまれ、信頼される病院づくりを目指します。

高知赤十字病院基本方針

- 人道・公平・中立・奉仕の赤十字基本原則を遵守します。
- チーム医療を推進し、患者様中心の安全で良質な医療を提供します。
- 高度医療の推進と救急医療の充実を図ります。
- 地域医療機関との連携を推進し、地域医療レベルの向上に努めます。
- 教育・研修の推進と次代を担う医療従事者を育成します。
- 災害時における医療救護活動への積極的な参加と支援を行います。

受診される皆様へ

私たちは、受診される皆様の権利を尊重します

- 平等かつ適切な医療を受ける権利
- 個人の人権が尊重される権利
- プライバシーが保障される権利
- セカンドオピニオンを受ける権利
- 医療上の情報及び説明を受ける権利
- 医療行為を選択する権利

私たちからのお願い

- ご自身の健康に関する詳細な情報を医師をはじめとする医療提供者にお知らせください。
- 治療や検査等は、理解し、納得したうえでお受けください。分からないこと等は、ご遠慮なく医師をはじめとする医療提供者にお問い合わせください。
- 病院内では他人の迷惑にならないようお願いいたします。
- 暴言・暴力行為があった場合、診療をお断りすることがあります。
- 医療費の支払い請求には、速やかな対応をお願いいたします。
- その他、より快適な入院生活をお過ごしいただくために、病院内の約束事についてはご協力をお願いいたします。

就任挨拶



高知赤十字病院院長 谷田 信行

令和3年4月1日から浜口伸正院長の後を受け、病院長に就任いたしました。
私は、昭和57年に徳島大学医学部を卒業後、第三内科学教室に入局し、翌年から中村市民病院（現在の四万十市民病院）に3年間赴任いたしました。その後、第二外科学教室に入局し、外科医へと転向しています。当院へは平成7年から3年間赴任した後に大学へ戻り、平成13年から再度勤務しています。

当院は、令和元年5月に新病院に移転し、災害に強い病院となりました。救急医療ではラピッドレスポンスカーを導入し、現場への医師派遣が容易となっています。また、女性専用病棟を設け、女性が安心して療養できるよう配慮しています。患者支援センターを設置し、安心して療養できるように地域の医療機関との連携を強化しています。

これからも、より良質な医療の提供に努めて参ります。皆様のご協力、ご支援を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。



当院の換気システムについて

新病院では安全で快適な環境づくりを目的に換気システムを導入しています。これは図のように、室外に設置している**外調機**(※1)という機械で、外の新鮮な空気をフィルターを通して建物内に取り込み、取り込んだ空気を外に出して換気をしています。場所によっては排気フィルターも設置しています。そのため、天井には、エアコンとは違う**給気口**(※2-1)や**排気口**(※2-2)が、院内の至るところに設置されています。

図のように、部門毎に系統分離を行い、空気交流の防止を図るとともに、清潔区域から汚染区域への空気の流れを常に維持し、院内感染防止を図っています。また①(2)のように病室の扉が開いていても病室の空気が詰所や廊下側にはいかない仕組みになっています。

1時間に換気する回数は、病院設備設計ガイドラインの基準では、「①病室」や「②外来・処置室」は2回以上となっておりますが、当院では、1時間に「①病室」2.4回、「②外来・処置室」3回以上と基準を上回る換気を行い、室内の清浄度を保っています。(手術室など場所により換気回数は異なります。)

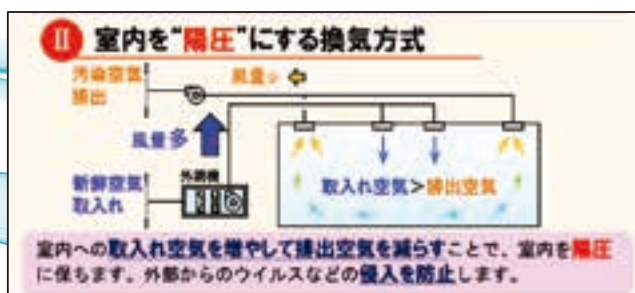
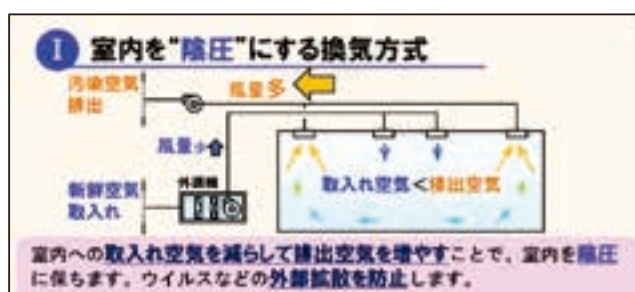
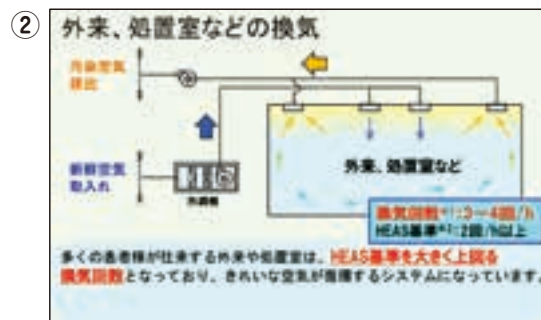
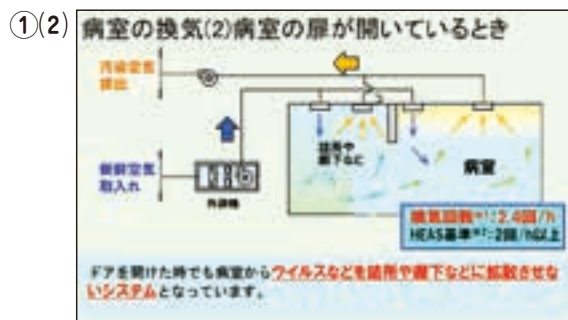
また、窓はUV(紫外線)カットで、遮熱や防音性の高い二重窓を採用しています。

(※1) **外調機**とは、外気処理空調機の略称で、外の新鮮な空気を取り込むための機械で、室内の温度や湿度を調整するエアコンとは異なり、屋上や建物内外に設置しています。

(※2-1)
外の空気を取り込む
給気口(格子)



(※2-2)
外へ空気を出す
排気口(格子でない)



ちゅくと※
聞いてみて!



※ちゅくと…
土佐弁で「ちゅと」という意味。



この2年余り、コロナ禍において、人々の生活を大きく変化させ、身体も心も少しずつ疲弊してきているのではないのでしょうか。今は何とか踏みとどまっている方も、そうでない方も、心の悩みや身体の健康、生活や家庭のこと学校や職場の悩み…などあると思います。

しかし、一人ではどうにもならない時に相談できる窓口をご紹介したいと思います。

いのちの電話

死にたいと思うほどの深い悩みや苦しみを口に出せる場所です。名前を告げる必要はありません。誰にも相談できずに1人で悩んでいる方、相談してみたい方はいかがでしょうか？

連絡先: 認定NPO法人高知いのちの電話協会

相談電話番号: **088-824-6300** ※日曜日含む毎日、午前9時～午後9時(年末年始は午前10時～午後6時まで)

精神保健福祉センター

精神的な悩み、社会復帰、不登校・ひきこもり、依存症、そのほか心の健康に関する問題を心理カウンセラー、精神保健福祉相談、保健師、精神科医師が相談にのってくれます。※面接相談は、『予約制』です。

問い合わせ・面接予約について 電話: **088-821-4966**

相談専用電話『心のテレ相談』

相談電話番号: **088-823-0600** 受付時間: 午後1時～3時(土・日・祝日・年末年始を除く)

ご相談は、原則
高知県内在住の
方を対象。

医療相談室支援室

知って安心、つながる医療。何かあれば“ちゅくと寄って”ください。

監修: 社会福祉士 谷内 光代

おすすめお手軽レシピ

管理栄養士 栄枝 唯

アスパラと長芋の 辛子酢味噌かけ



■材料(2人分)

アスパラ…… 40g
長芋…… 40g
～A～
味噌…… 9g
酢…… 15g
砂糖…… 6g
辛子…… お好みで
青のり…… お好みで

■作り方

- 1 アスパラは根元の硬いところを落とし、さらに3cmほどピーラーで皮をむく。
- 2 1を3cmの長さに切り1分半ほど茹で冷水で冷ます。
- 3 長芋は皮をむき、拍子木切りにする。
- 4 Aを合わせる。
- 5 1、2を皿に盛り、3をかけ、お好みで青のりをふる。

アスパラガスにはアスパラギン酸というアミノ酸が含まれ、疲労回復の効果が期待されます。

■栄養成分: 1人分

エネルギー 51kcal
たんぱく質 1.7g
食塩 0.7g

今回は旬の食材で簡単に作れる1品をご紹介します。

国産のアスパラガスは春～初夏にかけてが旬で、柔らかく甘みがあります。また、春掘りの長芋が出回るのは4～5月頃であり、春掘りの長芋は旨みが凝縮されています。今回は辛子味噌かけにしましたが、ごま酢やえびお浸しなども素材の味を感じられ、おいしくいただけます。季節の変わり目で夏に向かって負担がかかりがちな身体に、旬の食材で栄養を補給してはいかがでしょうか。

皆さまへよりよい情報提供ができる紙面づくりを目指しております。
本誌に対するご意見やご要望などございましたら、高知赤十字病院医療事業・広報課までお寄せください。
(088-822-1201 (代表))

