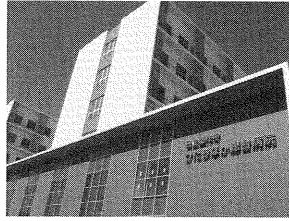




## 新病院竣工オープンのお知らせ

事務長 飯嶋 和秀

2009年1月より新病院建設工事を開始していましたが、本年5月19日(水)に完成、6月29日(火)に竣工オープンする運びとなりました。工事期間中は種々ご不便、ご迷惑をお掛けし、今後も移転等でご不便・ご迷惑をおかけ致しますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。



竣工オープン後は、病院名称、代表電話番号等が変更となります。主な変更点は下表の通りとなりますので、ご承知置き願います。

これからも地域の皆様方の今後のご健康に少しでも貢献できますように、職員一同努力していく所存です。引き続きのご愛顧の程、宜しくお願い申し上げます。

### ～新病院竣工オープン後の主な変更点(7/1以降)～

	変更後	変更前
病院名称	株式会社 日立製作所 ひたちなか総合病院	株式会社 日立製作所 水戸総合病院
代表電話番号	(029) 354-5111	(029) 272-5111
病床数	288床	215床
喫煙場所	なし (敷地内全面禁煙)	総合健診センター前 駐輪場
その他	・すべての診療科において、原則「完全予約制」となります。 ・新病院への移転は6/26(土)～28(月)の3日間で行います。 6/28(月)は休診となりますのでご注意ください。 ※総合健診センターは通常営業	



## ウォーキング

保健師 山崎 真由美

気持ちよく運動ができる季節になりました。手軽にできる運動の代表は、なんといってもウォーキング。ウォーキングを安全に行うための注意点を紹介します。

- ① 運動前に必ず準備体操
- ② 水分補給は運動前と運動中にも必要(運動の30分前に、コップ2杯程度の水分をゆっくりと飲みましょう。運動中は15～20分間隔で、喉が渇く前に補給をしてください。少し冷たい水がお勧めです。スポーツドリンクは糖分が多すぎるものもあり、カロリーオーバーの原因になりますので、注意しましょう。)
- ③ 体に痛みを感じる・疲れが残るなどの症状を感じたら、絶対に無理をしない
- ④ 足にあった靴、中敷き、ウォーキング用の靴下を使用し、怪我の予防をする

また、ウォーキングを継続していくために、

- ① 運動の目的を明確にする(健康維持やダイエットなど)
- ② 仲間を作る
- ③ 無理をせず、体調に注意する
- ④ コースに変化をつける

## 看護の日開催のお知らせ

看護の日実行委員 石川 洋美

ナイチンゲール生誕の日である5月12日は「看護の日」です。当院では、5月21日(金)に「看護の日」イベントを開催いたします。

昨年のイベント予定は、新型インフルエンザが猛威をふるう中、感染拡大防止の為に中止と致しましたが、今年は充実した内容のイベントを開催したいと考えております。

現病院での看護の日開催は今回で最後となります。この伝統ある建物ともあとわずかでお別れです。現病院でのイベントを思い出深いものにとしたいとスタッフ一同考えております。正面玄関を主会場として、例年の内容の他、新しい内容等検討を重ねております。詳細は決定次第お知らせ致しますので、是非ご参加ください。

## かかりつけ薬局をつくりましょう

～全面院外処方開始のお知らせ～

薬局 小島 麻里

当院リニューアルオープン後には、全ての外来患者さまの処方院外処方となります。それに伴い、患者さま方へ『かかりつけ薬局』をつくることをお勧め致します。

『かかりつけ薬局』では、患者さま毎に、現在服用中の薬、体質、過去のアレルギーや副作用歴等の「薬歴」を作成しています。それをもとに、異なる診療科や医療機関での処方薬の飲み合わせや、重複投与、用法・用量、アレルギーを引き起こす恐れがないか等を確認し、必要に応じて医師へ確認をします。

このような『かかりつけ薬局』の機能によって、安心して薬が飲めるようになります。患者さまご自身で、信頼できる『かかりつけ薬局』を選びましょう。

- ⑤ 記録をつける(歩数記録やウォーキング日記、歩いた場所)などをお勧めします。

特にダイエットが目的の場合は、体重を記録しておく効果が確認しやすくなります。運動の目的は人それぞれですが、目的達成のため、怪我・事故に注意して楽しみながらがんばりましょう。

## 採用・退職医師の紹介

担当科	氏名	異動日
小児科	田中 敏博	退職(2010.3/31)
歯科口腔外科	小井田 奈美	退職(2010.3/31)
	角倉 可奈子	採用(2010.4/1)
循環器内科	安達 亨	退職(2010.3/31)
	平谷 太吾	採用(2010.4/1)
耳鼻咽喉科	大原 浩達	退職(2010.3/31)
	宮本 秀高	採用(2010.4/1)
麻酔科	小林 克也	採用(2010.4/1)
内科	原田 匡一	採用(2010.4/1)
臨床研修医	澤井 瑞貴	採用(2010.4/1)
	西村 桃子	採用(2010.4/1)
	石川 喜也	採用(2010.4/1)
	真船 太一	採用(2010.4/1)
	釵持 明	採用(2010.4/1)
	小川 友梨	採用(2010.4/1)
	グエン ラン アン	採用(2010.4/12)