

# ねむの木



## 73号

令和8月4月1日 春号 (No. 73)

《ご意見・ご感想をお寄せ下さい》発行元：藤元上町病院広報委員会  
問合せ先：広報委員会スタッフ 吉村・池上 (TEL 23-4000)

### 花粉症について

花粉症に悩んでいらっしゃる方も多いのではないのでしょうか。  
そもそも花粉はどうしてなるのでしょうか。

花粉が体内に入ると体からそれを異物と認識し、**異物（抗原）に対する抗体を作ります。**  
個人差はありますが、数年～数十年かけて花粉を繰り返し浴びることで、**抗体量が増加するとくしゃみや鼻水、目のかゆみや涙目などの花粉症状**  
が出現するようになります。



#### 花粉はいつ多くなるの？

花粉の飛散時期は花粉の種類によって異なります。ちなみに、スギ花粉は2～4月ごろに飛散します。昼前後と夕方に多く飛散し

- ① 晴れて、気温が高い日
- ② 空気が乾燥して風が強い日
- ③ 雨上がりの翌日

以上のような天気になると花粉が多くなりがちです。注意してください



#### 予防策

花粉を避けるために！

- ◎顔にフィットするようにマスク・メガネを装着する
- ◎花粉飛散の多い時間帯（昼前後・夕方）の外出を避ける  
花粉を室内に持ち込まないために
- ◎花粉が付きにくい・露出の少ない服装を心がける  
（ウール素材は花粉が付着しやすい）
- ◎手洗いうがい・洗顔洗髪で花粉を落とす
- ◎換気方法を工夫する（窓を開ける幅を狭くし、レースのカーテンをする等）
- ◎外干しを避ける



～予防対策をすることで、少しでも皆様が春を楽しめますように～



## 社会保障制度について

日々の安心の確保や生活の安定を図り、一生を通じて私たちの生活を支える役割を社会保障制度は担っています。4つの枠組みがあります。

### ① 社会保険（年金・医療・介護）

病気・けが・出産、死亡・老齢・障害・失業など生活の困難をもたらす色々な事故（保険事故）に遭遇した場合に一定の給付を行い、その生活の安定を図ることを目的とした強制加入の保険制度

- 病気やけがをした場合に誰もが安心して医療にかかることのできる医療保険
- 老齢・障害・死亡等に伴う稼働所得の減少を補填し、高齢者、障害者及び遺族の生活を所得面から保障する年金制度
- 加齢に伴い要介護状態となった者を社会全体で支える介護保険 など

### ② 社会福祉

障害者、母子家庭など社会生活をする上で様々なハンディを負っている方が、そのハンディを克服して、安心して社会生活を営めるよう、公的な支援を行う制度

- 高齢者、障害者等が円滑に社会生活を営むことができるよう、在宅サービス、施設サービスを提供する社会福祉
- 児童の健全育成や子育てを支援する児童福祉 など

### ③ 公的扶助

生活に困窮する方に対して、最低限度の生活を保障し、自立を助けようとする制度

- 健康で文化的な最低限度の生活を保障し、その自立を助長する生活保護制度

### ④ 保健医療・公衆衛生

健康に生活できるよう様々な事項についての予防、衛生のための制度

- 医師その他の医療従事者や病院などが提供する医療サービス
- 疾病予防、健康づくりなどの保健事業
- 母性の健康を保持、増進するとともに、心身ともに健全な児童の出生と育成を増進するための母子保健
- 食品や医薬品の安全性を確保する公衆衛生 など

## リハビリ部



### リハビリテーションとは

「再び、戻す (re)」と「適した、ふさわしい (habilis)」という言葉から成り立っており、単なる身体機能の回復にとどまらず、日常生活を安心して送ることができる状態へと導き“希望をつくること”を目的としています。私たちは、その実現のためのすべての活動を大切に、日々取り組んでおります。

当院リハビリテーション部では、**理学療法**・**作業療法**・**言語療法**の3つの分野を柱とし、患者さま一人ひとりの生活に寄り添った支援を行ってまいります。

### 新年度を迎え

職員一同、より一層の専門性の向上と心のこもったサービスの提供に努めてまいります。皆さまが安心して日常生活を送れるよう、引き続き全力で支援してまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



**作業療法士 (OT)**  
日常生活動作 (食事・入浴・仕事や趣味) 等の応用を作る  
生活のプロ

☆PT, ST との違い  
手や心のリハビリ



**理学療法士 (PT)**  
基本動作 (寝返り・座る・立つ・歩く) 等の土台を作る  
移動のプロ

☆OT, ST との大きな違い  
足のリハビリ



**言語聴覚士 (ST)**  
「話す」「聞く」「食べる」「考える (高次脳)」等のコミュニケーション・食事のプロ

☆PT, OT との違い  
口、耳、脳のリハビリ

3F 病棟



原口妙子さん

令和7年4月に入職しました。3F 回復期病棟に勤務している看護助手の原口です。皆様にいつも温かい声をかけていただき感謝しています。ありがとうございます。お世話になります。よろしくお願いいたします。



西原みどりさん

常に入院されていらっしゃる患者様の気持ちに寄り添った対応と支援ができるように努めていきたいと思えます。経験を経てはいるものの新しい環境と仕事の流れを覚えるのに日々奮闘しております。



藤元上町病院 理念

「患者さまはパートナー」

私たちは全力で患者さまを支え、共に歩んでいきます。

【基本方針】

1. 満足の得られる医療を提供する。
2. 満足の得られる時間を提供する。
3. 働き甲斐のある職場を築き常に進歩していく志をもつ。
4. 地域のみなさまの生活に密着し、地域で必要とされる医療環境を提供する。

★ねむの木新聞は当院のホームページにも掲載しておりますので、ぜひ一度ご覧下さい★

＜ホームページアドレス：<https://www.shizuokai.or.jp>＞