

健康生活支援室ニュース

第4号 2014.7

年4回発行（1月・4月・7月・10月）

発行：河北総合病院 健康生活支援室（本院東館1階）

開室時間：月～土 9：00～16：30 休室日：日・祝日

<おすすめ本>

☆ 完全図解 介護のしくみ （三好春樹監修 講談社 2013年）

介護を取り巻く日本の現状から、介護保険の仕組みとサービス、実際の介護の基本的な技術のことまで、家族や介護福祉士向けに書かれた本。利用者の視点を大切に書いてあるそうです。見開きでそれぞれの項目について解説されているので、大変読みやすいです。介護の入門編としていかがでしょうか。



☆ ちょっと具合のよくないときのごはん （岩崎啓子、石川みずえ著 日東書院 2014年）

副題「病院に行くほどじゃないけど、からだの不調を感じるときに」
そういう時、ありますよね？
食欲がわからない、風邪をひいた、
胃腸の調子がすぐれない、便秘、疲れ目、眠れないなど、
症状にあわせた目次から探しやすい、
それぞれのレシピが紹介されています。
具合のよくないときのごはんだけれど、
どれもとてもおいしそうで簡単にできそうです。
夏バテの季節、参考にしてみてもは。



<おすすめパンフレット>

☆ 小児救急のかかり方 HANDBOOK

小児救急のかかり方の参考になるようにと
当院救急外来で作成しているパンフレット。
どんな状態の時に救急受診したらよいか、
そのめやすを全身の症状、または発熱、嘔吐など
症状別にわかりやすく解説しています。

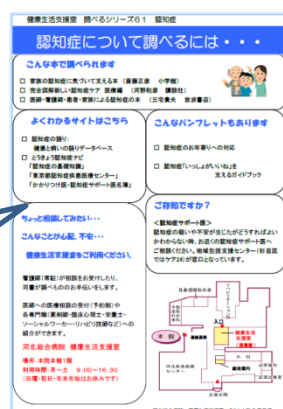


<ご存知ですか?「調べるシリーズ」>

健康生活支援室では、症状や病気についてわかりやすい情報を集めた「調べるシリーズ」というリーフレットを司書が作成しています。外来の待合や病棟のデイルームなどでご覧になったことがあるかもしれません。

「前立腺肥大症」から最新作「認知症」まで計61タイトルが発行されています。こちらに掲載している図書やパンフレットは健康生活支援室で所蔵しているものですので、実物を見たり貸出したりできます。パンフレットはお持ち帰りいただけます。

今度見かけたらぜひ一度手にとってみてください。
健康生活支援室のホームページでも見るすることができますよ。



最新作は
認知症!

河北総合病院広報誌「かわびたる」2014年7月号では司書についても紹介されています。そちらもぜひご覧ください。

<健康生活支援室 今後のイベント>

☆ 第19回 介護シリーズ：やさしい健康講座
～介助と福祉用具～

日時：7/17(木) 15:00～16:00
場所：河北総合病院 本院1階 リハビリ訓練室
講師：窪田幸生 (リハビリテーション担当技師長、
河北リハビリテーション病院 セラピー部長)

※どなたでもご参加いただけますが、事前に申し込みが必要です。
申込は河北総合病院健康生活支援室まで。Tel 03-3339-2121 (代)

次回の健康生活支援室ニュースは2014年10月に発行です。次号もお楽しみに。