



当院では、手術予定の患者さんとご家族に対し、手術室看護師が「手術前訪問」を行っています。

手術室は、たくさんの方の医療機器に囲まれ非日常的な雰囲気であるため、患者さんの多くは不安を抱えたまま入室されます。そこで、手術前訪問を行い患者さんと面識を持つ事で入室時にピークに達する不安感を和らげ、精神的に落ち着いた状態で麻酔や手術が迎えられるように心掛けています。

また、医療情報や知識不足は不安を募らせる原因となるため、患者さんの疑問に対し、わかりやすい言葉で正確な情報提供が出来るように努めています。これらの手術前訪問は「患者さんにとって役立つことが出来た



のか」という事を把握するため、昨年10月からアンケート調査を行っています。

アンケートからは「不安が軽減され、今後も続けて欲しい」という意見が多数聞かれ、手術前訪問の必要性を再確認することができました。

今後もアンケート調査を続け患者さんの声を聞きながら一人一人の方に合った手術前訪問を目指し、安心して手術に臨めるように努めてまいります。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



まちを守る！消防



消防団員募集！

【自分達の町は自分達で守る】

消防団員は、ボランティア的活動をする非常勤の特別職の地方公務員です。消防活動の他、地震災害への備え、火災予防、応急手当など、自らの手で地域を守る活動に参加しませんか。

飛騨市消防団では平成28年度新入団員を募集しています。男女問わず、地域のために一歩踏み出す勇気をお待ちしております。

◆消防団の主な活動◆

- ・ 災害防衛活動
- ・ 各家庭の防火指導や地域の巡回広報などの火災予防活動
- ・ 救命処置の普及活動

◆消防団員になるための条件◆

- ・ 消防団の管轄区域に居住し、又は勤務していること。
- ・ 年齢が18歳以上であること。
- ・ 心身共に健康であること。



【消防団水防団応援事業所募集！】

県内で活動する消防団員を応援していただける店舗・企業を募集しています。

応援事業所に登録すると…

- ◎ 消防団、水防団を応援しているお店
- ◎ 地域防災力の要である消防団水防団の応援を通じて、地域社会の貢献につながります。

問 岐阜県危機管理部消防課
058-272-1122



飛騨市の ゴミ処理

第8回 「ごみ処理手数料 の減免について」



第8回は、「ごみ処理手数料の減免」についてご紹介します。

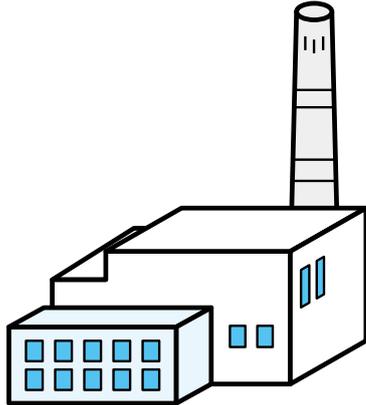
今回は利用しないことが一番ですが、有事の際に知っていることを得をする制度です。

災害の発生などで被災した場合、「飛騨市廃棄物の処理及び清掃に関する条例・施行規則」により、ごみ処理手数料を減免することができます。

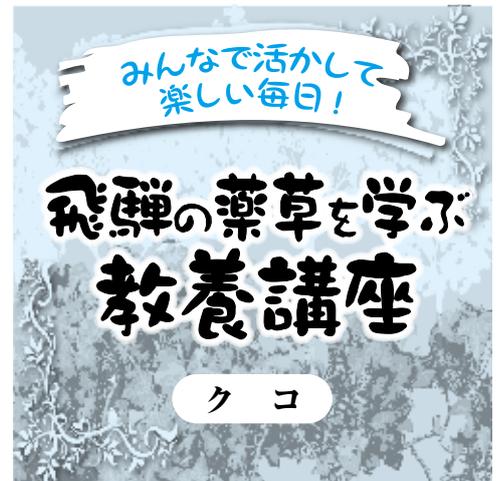
一般的に多い火災の場合は、消防署で「り災証明書」の交付を受け、それを持って市役所環境課の窓口で一般廃棄物処理手数料の減免申請を行ってください。

なお、減免申請ができるのは、一般廃棄物に限りますのでご注意ください。

※ごみの持ち込みの際には、飛騨市クリーンセンター、若しくは飛騨市リサイクルセンターへ事前にお問い合わせください。



問 クリーンセンター
リサイクルセンター
環境課
033-753-069
033-752-211
033-737-482



先月は体の解毒についてお話しました。今月は、体にじっくりと元気をつけていき、数年〜10年先に驚く程の若さを手に入れる、そんな働きを持つクコの実を紹介します。

クコの実はその鮮やかな紅さから、杏仁豆腐の上のにせるなど、中華料理のアクセント等として使われており、そのため食料店などでまとめ売りされていて、比較的まとまって手に入れやすい薬草です。乾燥された状態の方が活用もしやすく、また保存も容易です。中には、極端に加工してあることで肝心の有効成分が抜けてしまっているものもあるので注意してください。

そのクコですが、毒性がなく、たくさん使っても長期間使用してもよい生薬である上品（じょうほん）に分類されます。むしろ継続して長くとり続けることで効果が次第に強く表れるものです。

ちなみに上品の他に中品（ちゅうほん、梅など。そのままでは毒だが加工することで上品になる）や下品（げほん、トリカブトなど。

基本的に毒なので治療のために一時的に用いる）があります。

クコをひたすら根気に長期間とり続けることで滋養強壮、胃腸を整え、リンパの流れを良くし、腎臓病や糖尿病、神経痛やリウマチ、肝機能、動脈硬化も改善と様々な効果を得ることができます。

真つ赤な実には血行を良くするベタインやアキサンチンが含まれるそう、最近ではアンチエイジングに効果が高いと注目されているそうです。

クコの実はそのまますべて少量ずつ食べる、焼酎につけて薬酒として飲む、汁や鍋の具に入れる、おひたしなどでも食べることができます。

体力の落ちた人や病弱な人には数週間から数か月で効果が出ますが、通常は数年以上継続することで驚く程の効果が実感できるものです。

これまで薬草は乾燥させてお茶に、焼酎につけて薬酒に、といった加工することをお伝えしていますが、乾燥したクコならば、普段のちよっとしたお菓子代わりに食べることができると、とても手軽です。



（村上光太郎「薬草を食べる」より）

問 企画課 ☎ 0577-73-6558