



**中国労災病院**

日本医療機能評価機構認定病院  
地域医療支援病院  
広島県指定がん診療連携拠点病院

◎ホームページにも、いろいろな情報を掲載しています。  
ぜひご覧ください

中国労災\_\_

検索 **病院理念**

患者中心の良質な医療と地域医療への貢献

**基本方針**

- ・個人の尊厳と権利を尊重し、高度で安全な医療を推進します。
- ・地域と連携し、救急から慢性期まで一貫した医療を行います。
- ・周産期医療を充実させ、未来を担う子供たちを支援します。
- ・高度専門的な医療に基づいた勤労者医療を進めます。
- ・優れた人材を育て、働きがいのある職場を作ります。

**秋のストレス解消法**

秋も深まる11月。日照時間が短くなると、情緒不安定になる方がいます。今年は猛暑が続き、何となく身体がだるい、よく眠れない、食欲がない…これらの症状を単なる疲れや夏バテと決めつけてはいませんか？ もしかすると、心身に歪みが生じるストレスの症状かもしれません。自分では気付かないうちに、心や体に負担がかかっていませんか？ ストレスは、不眠やうつ、胃痛や頭痛、さらには胃・十二指腸潰瘍など、心と体に不調を引き起こします。ストレス状態は、自分では意外に気付きにくいもの。自分では気づかないうちに、ストレスがたまっているかも……。日常生活でできる予防法は、

- 1.気分転換を図る
- 2.誰かに相談する
- 3.ストレスの芽を早めに摘む  
質の良い睡眠をとる
- 4.音楽やペットで暮らしを明るくする  
…などです。



そして、仕事などでお疲れモードになったときは、温泉などにゆっくり浸かって美味しい食事をして、気分をリフレッシュされるといいですね。友達や家族と秋のおでかけを楽しんで下さいね！

☆いつ行く？ 今でしょ☆ (\*^\_^\*) ☆



今年も開催します

**中国労災病院 医療安全フェア**

中国労災病院では、安全な医療を提供するために地域の皆さんと一緒に取り組める企画を各種行っています。

今年の医療安全フェアは、院外で開催します。第65回広地区教育祭に参加し、いろいろなブースを出展しますので、ぜひお越しください。

開催日：平成25年11月23日（土）

時間：午前10時～午後3時

場所：広市民センター 2階多目的室

内容：第65回 広地区教育祭参加

ブースA：午前 乳癌の自己検診方法  
(専門医の指導)

午後 転倒予防(理学療法士)

ブースB：食品のサンプル提供  
[誤嚥(むせ)防止、糖尿病関連]

ブースC：インボディーによる各種測定  
(体成分分析・肥満診断・筋肉バランス等)

血管年齢測定

ブースD：医療安全ポスターの展示：投票

ブースE：AED体験

ブースF：専門職による相談(薬剤師・看護師)

ブースG：手洗いテスト実験コーナー

**クリスマスロビーコンサート**  
を開催します。



中国労災病院正面ロビーにて、  
クリスマスコンサートを開催します。  
ぜひお越しください!!

日時：平成25年12月11日（水）