

「看護師による「知って得する☆ミニ講座」 の、おさらい☆

まだ見ぬ大災害に備えて～あなたにできること～

2月21日(水)22日(木)に「大震災」をテーマに上記タイトルのミニ講座を開催しました。

まず、地震が起こったらどうしたらよいか、料理中だったら？2階にいたら？エレベーターの中だったら？車の中だったら？と、様々なシチュエーションでみなさんにお伝えしました。また、避難所について事前に家族と話し合っておくことや、自分の地域の避難場所がどこになるのか、あらかじめ知っておくことが大切ということもお話させて頂きました。そして、災害時に必要な防災グッズについては、保存食の選び方やプランケットなど販売されているものだけでなく、買わなくても家に代用できるものが多くあることをみなさんに知って頂きました！



HPもチェック！

◎香川県のHP

- ・指定避難場所等の案内
- ・南海トラフ地震に関する映像の視聴 など

◎かがわ防災Webポータル

- ・災害(地震・津波など)に関する最新情報や、日頃から災害に備えるために役立つ情報提供



《地震が起きたらどうしますか??》

①家の中にいた場合

- ・テーブルの下に入る、布団をかぶる等、まずは身の安全を！
- ・火を消すなどは無理をせずに・ドアを開け、逃げ道確保

②エレベーターにいた場合

- ・全ての階のボタンを押し、一番近い階で止まったらすぐに降りる
- ・ドアが開かない場合、緊急連絡ボタンを押し、指示を待つ

③車の中にいた場合

- ・道の左に車を停める・車検証を持っていく
- ・ロックせずに、キーをつけたまま(移動に役立つ)

スケジュール

●4月18日(水)・19日(木)

手術後早く元気になるために
～痛みを取り除いて早く動こう～
講師：本5看護室看護師



●5月16日(水)・17日(木)

5月は赤十字月間
講師：健康生活支援講習指導員
救急法指導員



□時間 11:30～12:00

□場所 本館1階 患者図書室「ひだまり」

◆出前講座も行っています。

《お問い合わせ》高松赤十字病院 看護部

☎087-831-7101

☆予約不要☆参加無料です☆
質問の時間も講座中にあります。
お気軽にお越しください！



みなさんこんにちは、受付の大西です。今月は平成29年度の図書貸出ランキングを発表いたしました。いかがでしたか??いつもは『医学書』と『一般書』の2つのランキングを出していたのですが、もう少し色んな図書があることをみなさんに知って頂きたかったので、カテゴリを増やしてみました。(スペースがあれば、もっともっと紹介したかったです!) ほぼ毎日図書室にいる私ですが、このようにランキングにしてみると、『確かにこの図書はよく借りられていたなあ』と思ったり、『おお!あの本がよく借りられていたのか!』とびっくりしたりして、すぐおもしろかったです。文字ばかりのランキングですが、気になる本がありましたら、ぜひお気軽にお申し出ください。1年後のランキングもすごく楽しみです!

能力アップ「同音異字の熟語パズル」の答え ①事 ②安 ③金 ④回 ⑤警 ⑥事 ⑦駿 ⑧転 ⑨気 ⑩要
⑪断 ⑫領 ⑬傾 ⑭考 ⑮快

▶今月のこもればは、「平成29年度貸出ランキング」「ミニ講座のおさらい:まだ見ぬ大災害に備えて」についてご紹介!

こもれば

2018年4月号 Vol.65

- ・あれこれ紹介
平成29年度貸出ランキング発表!
- ・検査まめ知識
- ・知って得する☆ミニ講座のおさらい
「まだ見ぬ大災害に備えて」



患者図書室ひだまり 利用案内

患者図書室は、患者さんやご家族の皆さんに「学びの場」と「癒しの場」を提供します。入院患者さん、外来患者さん、ご家族、面会の方、地域の皆様、病院職員など、どなたでも自由にご利用できます。

場所は本館1階整形外科となります。どうぞ、お気軽にお立ち寄りください。

◎利用時間 平日 9:00～17:00

◎図書の貸出

高松赤十字病院の診察券をお持ちの方
貸出冊数 3冊 貸出期間 2週間

◎ポータブルDVDプレーヤーの貸出

外来での診察の方のみ、当図書室内のDVDと共に貸出。受付は15時まで。

◎相談・質問

患者さんやご家族、地域の皆様からの医療・介護・福祉、がん相談等に応じます。

※室内での飲食はお断りいたします。

お問い合わせ先：高松赤十字病院 患者図書室 TEL：087-831-7101



日本赤十字社 高松赤十字病院
Japanese Red Cross Society

