

淀協・ファルマHPH委員会ニュース

2020年9月号 よどふあるの友



『よどふあるの友』は、淀協・ファルマHPH委員会と西淀川・淀川健康友の会が共に取り組むHPH活動について、様々な情報を発信したり、活動を報告するニュースです。名前は、淀協、ファルマプラン、健康友の会の名前と健康友の会の発行する『健康の友』にあやかりました。



禁煙学習会開催！



よどふあるとの皆様！

スッカリ秋めいて来ましたね！気づけば今年もあと3ヶ月。今年是世界中がコロナにより多大な影響が及んだ年となり、皆様にとって、記憶に残る年になることでしょう。コロナ禍だからこそ、皆んなで協力して、明るく健康的に過ごせるようにしたいものですね！

淀協では、コロナ感染の重症化のリスクにもなる喫煙に対して、例年にも増して禁煙支援アプローチに、重点を置いて取り組んでおります。

入院患者の喫煙の有無を確認し、電子カルテに登録したり、HPH委員メンバーで月替りに担当を決め、入院患者の喫煙者に禁煙支援を実施しております。

禁煙支援の一環として9月17日、西淀病院1階食堂で、職員・患者・地域の方々を対象とし、禁煙の学習会を行いました。

今回の学習会に参加したのは職員のみでしたが、喫煙行動を見つめ直し、禁煙への行動変容のきっかけになるために、我々医療従事者がどのように支援するか意見交換を行いました。



写真：右上西淀病院のHPH委員の皆さん
下3枚は学習会の様子



タバコ代UP！今がチャンス！



タバコの値段が10月から上がるのご存知でしょうか？タバコの値段が上がることは禁煙のきっかけになる事が知られています。

是非、皆さんで、喫煙者に禁煙の働きかけをお願いします。

次回の学習会は11月19日木曜15時から食堂で行います。

地域の皆さん、友の会の皆さん、喫煙の有無は問いません、タバコの害について、一緒に学んでみませんか？是非ご参加お待ちしております。
(千北診療所副所長 野口 愛)



スワンスワンポイ捨てカウンター

4455本

前回から500本増！総重量約2kg

発行：〒555-0024 大阪市西淀川区野里3-5-22

淀協・ファルマHPH委員会

TEL (06)6471-0496(代表)



淀協のHPH活動

Health Promoting Hospitals & Health Services

地域の、健康友の会の、淀協の職員の、あんな活動、こんな集まりも、すべての道はHPHに通じる！！そんな、淀協のHPH活動の一部をご紹介します。

コロナ災禍で今はお休みですが、再開の時には、皆さんと一緒にHPH活動をますます広げて、「健康なまちづくり」に取り組んでいきたいです。

小・中学校での喫煙防止教室の開催

健康運動教室の開催



のざと診療所の3階で定期的に行なわれます。内容は、ストレッチやヨガ、スクエアステップなど。地域のセンターで開催される「運動教室」も好評です。

スクエアステップ教室



4×10のマスを軽やかにステップ。認知機能の向上や介護予防に効果が期待されています。地域の教室も増え、会場は10ヶ所を超える大人気のプログラム！健康維持のとどまらず、仲間作りにも一役買っています。講師養成講座も開催。参加する側から教える側へと、ますます広がる輪。年1回開催の『スクエアステップ・フェスタ』は、ふだんは別々の教室で活動する仲間が一堂に集まる楽しいイベントです。



淀川区、西淀川区の小・中学校で、喫煙防止教室を実施。タバコについて正しく知識を身につけるだけでなく、体験学習も取り入れた実践的に喫煙のリスクについて学べる場です。喫煙を誘われた時の断り方など、淀協の職員も一緒にロールプレイに参加し、教室を盛り上げています。



HPH講座

健康増進に関する様々なテーマを取り上げ、アットホームな雰囲気の中で楽しく学べる講座です。

HPH取り組み発表会



HPHの最新情報や実践報告を聴いたり、脚本・演出全てオリジナルの『淀協HPH劇団』の寸劇を鑑賞したり、盛沢山の発表会。各職場の活動を知る『一職場一HPH』報告会も。

スワンスワン活動



毎月22日はスワンスワン活動の日。おそろいのビブスを纏って、禁煙への啓蒙だけでなく健康で美しいまちを目指します。活動の結果は、毎月のよどふあるでご確認ください！

よどふある9月号