

広報誌
第34号

おかなみ

社会医療法人 畿内会 岡波総合病院
平成27年4月発行

医療でもタスキをつなぐ

副院長 松岡 信良

公開講座大盛況でした!
おかなみ出前講座のご案内

医療でも タスキをつなぐ

副院長 松岡 信良



平成27年1月25日伊賀地区駅伝競走大会が開催されました。一般男子の部では、TEAM岡波さんが49チーム中19位、一般女子の部では、岡波総合病院陸上部が6チーム中3位と強豪ひしめく中、昨年より好成績を収められました。今年55回目で、全日本大学駅伝対校選手権大会が46回(2014年)であることからもその継続の歴史に驚きます。

駅伝という言葉自体は、日本書紀にも記載されているほど古いもので日本発祥のこと。競技としての最初の駅伝は、東京奠都(とうきょうてんとは、明治維新のとき江戸が東京とされ、都として定められたこと。)50周年記念として読売新聞社会部長・土岐善磨の発案で同社が主催し1917年4月27日に行われた「東海道駅伝徒步競走」とされる。京都の三条大橋を午後2時に出発し、東京の上野不忍池(しのばずのいけ)までの23区間、約508kmを走り抜き、到着したのは翌々日の午前11時34分であった。当時の大日本体育協会副会长および神宮皇學館館長・武田千代三郎が名づけた。とあります。

選手の皆さんのが日頃仕事で忙しい夜間、休日などに練習を重ねて、大会本番では練習では達成できなかったベストタイムを出してタスキを渡した結果でした。忘れてはならないのは、いつ交代してもよいように練習し本番に備えていた控えの選手、当日のサポーターの協力など多職種がチーム一丸となって達成した結果であるということです。

一方、平成26年7月29日に当院は地域医療支援病院として承認されました。救急疾患の対応やかかりつけの医療機関から紹介される外来精査・入院治療が必要になった患者の受け入れ体制の強化が認められた結果です。しかしながら、平素よりかかりつけ医がなく、体調が相当悪い状況になってから来院され、進行がんや心臓・呼吸器・肝臓・腎臓などの疾患の末期的な状況に困惑することも少なくありません。また、特別な基礎疾患もなく風邪をひいたと内科受診される方や病院で他科に受診したついでの(かかりつけ医があるのに)初診の方などに診察

に時間を取られことがあります。その場合、かかりつけ医からの紹介や病状が悪く早く検査が必要な方の診察が遅れてしまうのです。もちろん風邪といえどもこじらせる前の受診が必要であることは言うまでもありません。まずは病院診察より、気軽に相談に乗ってもらえるかかりつけ医を普段からもつていただくことをお勧めします。病院スタッフは、多くの職種が駅伝のようにチーム一丸となり個々の診療可能な許容範囲以上でも多くの皆さんの要望に応えるべく努力していますが、各部署で少なからず時間のしわ寄せが生じ早く対応が必要な患者さんの診療に遅れが生じてしまうのが現状です。造語ですがTSO(Time:時間、Symptom:症状、Occasion:場合)に応じた病院受診つまり急な症状か、症状の程度、現在の状況を考慮しての受診が大切と考えます。

①病気を放置しないこと ②病院以外のかかりつけ医を持つこと ③病院は精密な検査・診断治療し、日常の診療はかかりつけ医という役割の理解 ④入院・緊急処置の必要時には、かかりつけ医と病院間の事前の連絡調整などにより、駅伝のようにスムーズなタスキ(患者さん)を渡し地域医療支援病院としての役割を果たせるようにご理解とご協力をお願い申し上げます。



公開講座 大盛況でした!

平成27年2月28日(土)公開講座を開催し、たくさんの方にご参加いただきました。

第1部 骨粗鬆症と 口コモティブシンドローム

講師 整形外科部長 横井 一之 医師

第2部 転倒予防と口コモ体操 ～転倒しにくい環境と身体づくり～

講師 リハビリテーション 科副技師長 山内 雅之 作業療法士

お越しいたいたいた皆さま、ありがとうございました。



入院患者様の ご面会に来院される方へ

安心できる療養環境や感染症の予防の観点から、ご面会に来院されるすべての方に、面会者証着用をお願いすることとなりました。

お受取りの手順

- 1F総合受付で面会者証をお受け取りください。
入院患者様の病棟案内図をお渡し致します。
- 病棟ナースステーションにて、面会者名簿にご記入いただきます。病棟スタッフより病室番号をご案内いたします。
- 病棟スタッフより面会者証をお渡しいたします。
面会者証の着用がない方には、スタッフよりお声かけさせていただきます。



面会者証は他者から
よく見える位置に
着用ください



安全で安心できる療養
環境づくりのため、何卒
ご協力のほどよろしくお
願い致します。

面会時間	
平 日	午後2時～午後7時
土曜日	午後2時～午後7時
日曜日・祝祭日	午前10時～午後12時 午後2時～午後7時

新任医師 の紹介

循環器科
植木博之 医師
平成27年4月1日付

眼科
松井良諭 医師
平成27年4月1日付

外科
二木元典 医師
平成27年4月1日付

退任医師

循環器科
益永信隆 医師
平成27年3月31日付

循環器科
高瀬 徹 医師
平成27年3月31日付

研修医
藤木翔太 医師
平成27年3月31日付

● 岡波総合病院の理念 ●

人々の健康と幸せのために、『人間としての愛』の精神をもって心からの医療と福祉を提供していきます。

● 岡波総合病院の基本方針 ●

- 私達は、「至誠・注意・満足」の院是の基に、患者様と信頼を共有できるように心の通じた医療サービスを実践いたします。
- 私達は、医療水準の日々向上をめざし、高度適正な医療を実践いたします。
- 私達は、患者様に心温まる細心の看護と介護の提供を実践いたします。
- 私達は、地域の医療福祉機関との連携を密接にとり、患者様すべてに公正な医療の提供とプライバシー保護を実践いたします。

- 患者様は、だれでも良質な医療を公平に受けることができます。
- 患者様は、病気・検査・治療などについて理解しやすい言葉や方法で十分な説明と情報をうることができます。
- 患者様は、十分な説明と情報提供を基に治療方法などを自らの意思で選択することができます。また別の医師の意見を求めるこどもできます。
- 患者様は、自分の診療記録の開示を所定の手続きを経て求めることができます。
- 患者様は、個人の情報やプライバシーについて保護されます。
- 患者様は、健全で良質な医療水準を確保するため医療サービスについて提言することができます。

● 患者様の権利 ●



狭心症・心筋梗塞と運動療法

理学療法士
眞鍋悟志

「心臓が悪いのに運動なんてとんでもない」と思っている方もいらっしゃるのではないかでしょうか。確かに、心臓病の中には運動をしないほうが良い場合もあります。しかし現在では心臓病の方が適切な運動をすることによってずいぶん元気になるといわれています。

病気の有無や老若男女にかかわらず、からだは動かさないと機能は衰えていきます。心臓病の方も同様で心臓自体が衰えていくだけでなく全身の筋肉も衰えるため、かえって心臓への負担が大きくなってしまいます。

また、狭心症や心筋梗塞の原因の多くは、動脈硬化によって引き起こされるため、治療がうまくいってもそれが改善しなければ、再発する可能性が高くなります。運動をすると筋力や体力が向上するだけではなく、原因となる動脈硬化を改善させる効果もあるため、運動は心臓への負担を軽減させ、再発の予防をすることができます。

しかしながら、強すぎる運動や心臓の状態によっては悪化することがあります。運動をしていいかどうかわからない・不安がある場合はかかりつけの医師にご相談下さい。

継続は力なり、といいます。生活の中に少しでも取り入れて健康なからだをつくっていきましょう。



薬剤部だより 薬のインターネット販売について

薬剤部
田井千世美

場所や時間を問わず利用でき、便利なインターネット販売(以下、ネット販売)。ネットで購入が可能な薬があることを、御存じですか?

医薬品は、大きく下記の2つにわけることができます。

① 医師などにより処方される薬

医療用医薬品、処方箋薬などと呼ばれる。
ネット販売は不可。

② 薬局・薬店などで販売される薬

市販薬、大衆薬などと呼ばれる。

2014年6月から、これまで公には一般用医薬品と呼ばれてきた後者の医薬品のうち、リスクが不確定、もしくは高い28品目(2014年6月時点)が、要指導医薬品という新しい分類に指定されました。この新制度で、要指導医薬品はネット販売が禁止されました。一方で、それ以外の市販薬はネット販売が解禁になったのです。(右表) これにより、市販薬のほとんど(99.8%)が、ネットでの購入が可能になりました。



褥瘡に役立つ豆知識

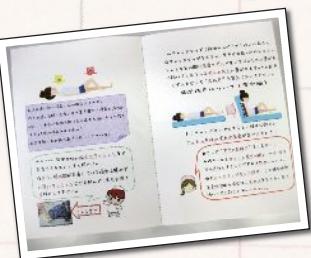
パンフレットを使って わかりやすく説明

N2病棟
三村智花

当院には、褥瘡のある患者さんが多く入院されています。中には、家で褥瘡が出来てしまったという方も少なくありません。そのため、褥瘡は在宅介護を行っている方々にも身近な問題となっています。自宅に帰られた際、再び褥瘡を発生させないようにするために、パンフレットを作成しています。

パンフレットには①褥瘡がなぜ出来るか ②出来やすい場所 ③細かな予防方法 の3点をイラストと写真を使い掲載しています。

自宅に帰られる患者さんやご家族一人ひとりに合わせた予防方法をパンフレットを使いながら、主に介護者となる方に相談時間を設けて、直接説明しています。直接説明することで、自宅に帰られてからのイメージが湧きやすく不安や質問などを後回しにすることなく、安心して退院していただいています。



褥瘡をつくらないようにするために、一緒に頑張りましょう。

利便性が増す一方で、ネット販売には、購入者の顔色等が直接確認できない、違法な販売サイトの出現、薬の選択が自己判断のみになる、手軽さから薬を服用することへの緊張感が薄れ、乱用や大量購入・使用を促してしまう、などのリスクもたくさんあります。

薬は、気軽に自己判断のみで使用するものではありません。医薬品の種類・購入経路などに関わらず、気になることは、薬剤師に相談してみてください。

分類	取り扱い	リスク	ネット等 通信販売
要指導医薬品	医療用に準じた医薬品です。一般用になって間もなくリスクが不確定なものや、劇薬などがあります。自由に手に取ることができない場所に置いてあり、薬剤師から対面での指導・文書での情報提供を受けた上で購入できます。 ●お薬の例 一部のアレルギー治療薬、劇薬、むくみ改善薬 など	不確定 もしくは 高い	×
一般用 医薬品	第1類 医薬品	● 高い	○
	第2類 医薬品	○	○
	第3類 医薬品	○	○



先生たちがいる医局ってどんなところ？



医局秘書 藤井紫乃・竹内あさみ

医師の仕事は「患者さんを診て、治療すること」だと誰もが思うところですが、医局に配属されて約半年、垣間見たのはその水面下の仕事量です。



外来が終われば、病棟の回診、検査、処置、手術、膨大な診断書の作成などの仕事を行います。現在、医局の机のある常勤医師は25名ほどいるのですが、日中医局で作業ができる医師は、常に3名ほどしかいません。戻ってきたと思ったら、すぐに呼出の連絡を受けて出て行った、というは日常の光景です。当然、医局でゆったり過ごす時間などなく、医局にいるときは書類の作成やカルテの記載、確認作業などを行っています。しかし、外来や病棟などからの緊急呼び出しや問い合わせの電話がひっきりなしに鳴り、即座に対応している姿を見ていると、とても事務作業に集中できている時間には見えません。さらには、受け持つ患者さんについての他科医師との情報交換、よりよい治療方法の模索、専門分野の相談、科を超えた熱い議論…と常に患者さんのこと気に配る日々です。

休日や夜間も自宅から駆けつけたり、患者さんの病状を診るために病院に泊り込むことも頻繁で、夜中でも先生が来てくれたという経験をされている患者さんも多くいらっしゃることでしょう。



そんな中でも疲れを全く見せずに他の職種とチームを組んで、病魔に対峙する姿はとても凛々しく、輝いてみえます。この地域の医療をなんとか維持し、多くの患者さんを助けたい、という医師たちの気持ちを秘書としてとても身近で感じるだけに、これからも少しでもその負担軽減となるような業務ができればと思っています。

医療ゴミのその後…

1 回収ボックス

医療ゴミと一言で言っても、その危険度や性状によってまずゴミ箱が種類分けされています。



液体状のもの
(血液や吐物など)

鋭利なもの(注射針やメスなど)

固形状のもの(血液の付着したガーゼやチューブ類など)

2 一時保管場所

病院敷地内にあり、医療ゴミ(感染性廃棄物)として厳重に施錠、管理しています。



3 積み込み



収集運搬業者が定期的に病院から搬出ていきます。

4 中間処理施設



中間処理施設(伊賀市内)で焼却されます。

5 最終処分場



最終処分場(伊賀市内)で埋め立てられます。



サマンサジャパン 業務開始から1年!

「あッ」という間の1年!

業務開始から1年が経過しました。最初の内は、「清掃業務」も「笑顔」にも“ぎこちなさ”があり、職員様にもご利用者様にもご迷惑をおかけしたと思います。今では、少しずつ慣れてきて、挨拶をしながらの移動や、テキバキと清掃もできるようになりました。



「ありがとう」と「ごめんなさい」

私たちの職場は「明るさ」がモットー。その「明るさ」をいつも継続するには、先輩・後輩関係なく、だれに対しても「ありがとう」と「ごめんなさい」を伝えるようにしています。この二つをきちんと相手に伝えることで、助け合いの精神が生まれ、自然と「笑顔」が生まれています。これからも私たちの「明るさ」を病院の中でも発揮できるように頑張ります！！

Samansa Japan
サマンサジャパン株式会社

私たちはただ掃除するだけではありません。
私達は、その施設の一員として、お客様に
繁栄と幸福を提供することが「仕事」です。



伊賀地区駅伝に 参加しました！



平成27年1月25日

伊賀地区駅伝競走大会に今年も男女各1チームが出場！
一般男子の部では、『TEAM岡波さん』が49チーム中19位、
一般女子の部では、『岡波総合病院陸上部』が6チーム中3位。
強豪ひしめく中、好成績を収めました。



院内保育所なみっこルーム なみっこだよい

昨年度も多くの皆様になみっこルームを利用していただき、人数も増え活気溢れる日々を過ごすことができました。春の親子遠足に始まり、夏祭り・ハロウィンや敬老会・発表会・おもちつきなどとさまざまな思い出が残っています。

発表会ではダンスや劇を披露し、たくさんのお客さんの前で緊張しながらも笑顔いっぱいの一 日となりました。季節の遊びも一年間を通して取り入れながら、今年度も毎日を大切に過ごしていきたいと考えています。



社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校

看護師をめざしている方へ

本校のモットーである「楽しい看護を始めよう」の言葉のとおり、看護学校では、学生が看護について一生懸命学んでいます。ホームページでは、楽しい看護を学んでいる学生たちの日頃の様子をニュースとして更新してお知らせしています。スマートフォンでもホームページがご覧いただけます。お問い合わせや質問など隨時受け付けております。ぜひご覧ください。

今年度のオープンキャンパスは、平成27年8月1日(土)を予定しています。学校見学や相談も随时受け付けています。(学校見学の場合は、事前に日時の連絡をお願いいたします)

22回生のみなさん、卒業おめでとうございます。
これからも楽しい看護を続けていきましょう。



支えていただいた皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。
ほんとうにありがとうございました。
皆さんの期待に応えられるように看護師として頑張ります。

看護師国家試験100%合格しました

平成27年3月5日に3年生が卒業しました。色々な方々に助けられ、卒業を迎えたことに感謝しております。特に実習では、患者さんをはじめ家族の皆さんや地域の実習施設の方々や岡波総合病院の方々にご協力を頂き、ありがとうございました。

おかげさまで、第104回看護師国家試験も全員合格することができました。

今後、新人看護師として活躍してくれることを期待しています。引き続き、新3年生が実習等でお世話になっておりますが、今後ともご支援・ご協力をよろしくお願ひいたします。



社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校
〒518-0842 三重県伊賀市上野桑町 1734 番地
TEL&FAX 0595-21-3138
E-mail oka-ns@ict.ne.jp
URL <http://okanami-kango.ac.jp/>



で検索してください。



社会医療法人畿内会 おかなみ出前講座のご案内

地域に開かれた病院、施設を目指し、地域の皆さまとの交流、健康づくりへのお手伝い、医療介護従事者の質の向上、地域貢献を目的に、「おかなみ出前講座」を開設しました。皆さまがお知りになりたい、体験したい講座等を、お気軽にお申し込みください。職員が皆さまのもとにお伺いします。



✿ 講座メニュー

- 別表に記載の演題から、お好みのテーマをお選びください。

✿ 希望日時

- 原則、月曜日～金曜日の午後から概ね30分～1時間程度。
(祝日、12/30～1/3を除く)
(特別な希望日時がありましたら、ご相談ください。)



✿ 開催会場と参加人数

- 対象者は伊賀市、名張市および周辺地域在住者、在学者、医療従事者です。

会場

会場は申込者の方で手配をお願いします。
(岡波総合病院会議室等の使用も可能です。)

参加人数

10名以上からで
お願いします。

✿ その他

- 講座はすべて無料です。
- 政治、宗教、営利活動などの会場には、職員は派遣できません。
- 講座に関する質問や意見交換は行いますが、苦情や要望などはご遠慮ください。
- 業務の都合によりご希望の日程に添えない場合もありますので、
予めご了承ください。

✿ 申込方法

- 別紙の「申込書」をご記入頂き、郵送またはFAXにてお申し込みください。
- 電話での申込みは、「申込書」の内容を岡波総合病院・地域医療連携室まで
お伝えください。尚、日程調整のため、**実施希望日の2ヶ月前まで**には
お申し込みください。

おかなみ出前講座メニュー表

対象:一般

No.	講座名	担当	講師	時間	備考
1	・放射線被ばくとは? ・画像検査のいろいろ	放射線部	放射線科医師 放射線技師	30~60分	診療時間外に 限ります
2	息切れと呼吸体操	リハビリ	理学療法士	30~60分	
3	膝・腰・肩の自宅でできる体操	リハビリ	理学療法士	30~60分	
4	高血圧・糖尿病・脂質異常症の恐ろしさと その予防	リハビリ	理学療法士	30~60分	
5	糖尿病と運動	リハビリ	理学療法士	30~60分	
6	【介護予防教室】 ・寝たきりにならないための基礎知識 ・認知症の予防と関わり ・転倒予防	リハビリ	作業療法士	30~45分	
7	【介護予防教室】 ・嚥下体操 ・脳の体操 ・（発声）ことばの体操	リハビリ	言語聴覚士	30~60分	老人会など
8	高齢者の食事について	リハビリ 栄養科	言語聴覚士 管理栄養士	60分	摂食嚥下障害者 およびその家族 高齢者 ホームヘルパー
9	減塩食の工夫	栄養科	管理栄養士	30分	
10	バランスよく食事をしましょう	栄養科	管理栄養士	30分	
11	食事が食べにくくなってきたら…	栄養科	管理栄養士	30分	
12	介護保険制度のはなし	居宅介護支援 事業所	ケアマネジャー	30分	
13	ケアマネジャーとのつき合い方	居宅介護支援 事業所	ケアマネジャー	30分	
14	住宅改修で生活がどう変わる??	居宅介護支援 事業所	ケアマネジャー	30分	
15	福祉用具ってどうやって買うの??	居宅介護支援 事業所	ケアマネジャー	30分	
16	【介護保険在宅サービス】 ・入浴のはなし ・ホームヘルパーのはなし ・訪問看護のはなし ・デイサービス、ショートステイのはなし ・長期入所のはなし ・急なお泊り利用希望のはなし	居宅介護支援 事業所	ケアマネジャー	30分	
17	がん予防	看護部	中滉子 がん看護専門看護師	30~60分	
18	むくみとのつき合い方	看護部	中滉子 がん看護専門看護師	30~60分	
19	痛みとのつき合い方	看護部	中滉子 がん看護専門看護師	30~60分	
20	緩和ケアとは	看護部	中滉子 がん看護専門看護師	30~60分	
21	脳卒中予防について	看護部	東雲洋美 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師	30~60分	
22	高齢者になってみよう	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	30~60分	
23	いつまでも元気で生活するために	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	45分	
24	認知症にならないために	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	45分	
25	家族が認知症になった時に	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	45分	

26	食べられなくなったらどうすればいいの？～人工栄養について～	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	45分	
27	自分自身の最期の時について考えよう（終活）	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	45分	
28	認知症について	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	45分	
29	熱中症予防について	看護部	奥永秀子 外来看護師	45分	工場や現場仕事の方や その管理者
30	もしかして自分も糖尿病！？	看護部	佐小真生 外来看護師	30分	
31	糖尿病の方の自分でできるフットケア	看護部	佐小真生 外来看護師	30分	糖尿病の方や その家族
32	小児熱性けいれん時の対応の仕方	看護部	C-4病棟看護師	30分	子どもをもつ母親
33	在宅療養生活を続けるため一緒に困りごとを解決 していきましょう	訪問看護ステーション	訪問看護師	30分	在宅療養者やご家族
34	「かかりつけ医」ってなぜ必要？	地域連携室	ソーシャルワーカー	30分	
35	医療費が高いときどうしよう？	地域連携室	ソーシャルワーカー	30分	
36	体位変換のテクニック	看護学校	看護学校教員	30～60分	介護者の方
37	老年者のからだの変化と介護	看護学校	看護学校教員	30～60分	介護者の方
38	母乳育児について	看護学校	看護学校教員	30～60分	妊娠婦や子育て中の方
39	産褥期の過ごし方（産後の不安相談）	看護学校	看護学校教員	30～60分	妊娠婦
40	女性ホルモンの働きについて	看護学校	看護学校教員	30～60分	
41	AEDの使用方法	看護学校	看護学校教員	30～60分	
42	心の健康（ストレスマネジメント）	看護学校	看護学校教員	30～60分	
43	人間関係づくり（コミュニケーション）	看護学校	看護学校教員	30～60分	
44	子どもの認識	看護学校	看護学校教員	30～60分	

対象：医療・介護従事者

No.	講座名	担当	講師	時間	対象
1	【介護教室】 ・移乗動作について ・片麻痺患者さんの関わり方 (高次脳機能障害の理解)	リハビリ	作業療法士	・30～60分 ・20～30分	医療機関・施設職員 ケアマネジャー など
2	【リスク管理】 脳卒中の離床について	リハビリ	作業療法士	30分	医療従事者
3	【福祉住環境について】 ・箇所別ポイント ・福祉用具と住環境 ・疾患別住環境 ・身体障害者の住環境（呼吸編） ・身体障害者の住環境（パーキンソン編） ・認知症の生活環境 ・事例検討	リハビリ	作業療法士	30～45分	ケアマネジャー など
4	認知症について	看護部	市川智子 老人看護専門看護師	30分	医療介護従事者

5	在宅褥瘡患者における多職種連携	看護部	佐藤千鶴子 外来看護師	30分	居宅サービス事業者
6	褥瘡予防について	看護部	佐藤千鶴子 外来看護師	30分	施設職員
7	糖尿病の薬について ～低血糖と対処法～	看護部	佐小真生 外来看護師	30分	施設職員 ケアマネジャーなど
8	訪問看護でできること、していること ～事例を通して～	訪問看護ステーション	訪問看護師	30分	ケアマネジャー
9	認知症（高次脳機能障害について）	リハビリ	言語聴覚士	30～60分	居宅サービス事業者
10	摂食嚥下障害について	リハビリ	言語聴覚士 管理栄養士	30～60分	居宅サービス事業者
11	言語療法について	リハビリ	言語聴覚士	30～60分	居宅サービス事業者
12	医療機能分化ってなぜ必要？？	地域連携室	ソーシャルワーカー	30分	ケアマネジャー
13	退院支援の実際	地域連携室	ソーシャルワーカー	30分	ケアマネジャー

対象：学生

No.	講座名	担当	講師	時間	対象
1	放射線技師ってどんな仕事？	放射線部	放射線技師	30分	高校生
2	臨床検査技師ってどんな仕事？	中央検査部	臨床検査技師	30分	高校生
3	臨床工学技士ってどんな仕事？？	C E 部	臨床工学技士	30分	高校生
4	医療ソーシャルワーカーってどんな仕事？	地域連携室	ソーシャルワーカー	30分	高校生
5	看護師ってどんな仕事？ ～看護師にちょっと興味のある方へ～	看護学校	看護学校教員	30～60分	小中高生

その他、不明な点が
ありましたら、下記まで
ご連絡ください。

