

TSUKAZAKI HOSPITAL

平成 29 年 4 月 1 日 発行

# ビタミン誌

春号  
Spring



## メニュー

- |                 |      |                |      |
|-----------------|------|----------------|------|
| ● 事務部長所感        | P 2  | ● 研修会レポート      | P 12 |
| ● 当院の症例         | P 3  | ● 職員紹介         | P 14 |
| ● 薬になる食べ物       | P 5  | ● アラカルト        | P 16 |
| ● 当院のドクター紹介     | P 6  | ● 学会発表         | P 18 |
| ● ツカザキ居宅介護支援事業所 | P 8  | ● 患者様の権利       | P 19 |
| ● 施設紹介          | P 9  | ● 三栄会理念・看護部の理念 | P 19 |
| ● 看護便り          | P 10 |                |      |



## 事務部長所感

# 心に感じ思う事柄・感想

ツカザキ記念病院 事務部長

天野博文

所感ってなんだろう？て思い検索したら『心に感じ思う事柄・感想』だそうです。

普段からあまり心に感じ思う事柄の無い私にとっては、所感がないことが所感なのでしょうか？

ツカザキ記念病院の事務部長に就任し、一年が経過しました。何も分からず右往左往する毎日でしたが、皆様の協力により無事？二回目の春を迎えることができました。厚く御礼申し上げます。私事ですぐ特別趣味があるわけではありませんが毎日欠かさず行っている事があります。それは毎朝、般若心経を唱えることです。

皆さんは「西遊記（さいゆうき）」という中国の物語を知っていますか？孫悟空（そんごくう）・猪八戒（ちょはっかい）・沙悟浄（さごじょう）の3人が三蔵法師（さんぞうほうし）のお供をして天竺（てんじく）「現在のインド」へ仏さまの教えを書いたお経を取りに行くという物語です。三蔵法師のモデルとなったのは西暦602年～664年に実在した玄奘（げんじょう）と言うお坊さんです。

当時は飛行機も車も無く、西暦629年に中国の長安を出発し約3300kmの距離を3年余りの旅路を経てインドに到着したと言われています。

その後、奈良時代や平安時代に入唐僧（にゅうとうそう）により日本に伝えられたと言われています。

般若心経は276文字からなるお経で、私は意味も分からず毎朝唱えています。最近になり「このお経は何を伝えているのだろうか？」と疑問に思い検索してみました。

『般若心経はお釈迦様が弟子である舍利子（しゃりし）（サンスクリット語でシャーリプトラと言います）に宛てた手紙で内容はこの世に存在するものは一切が空（くう）であり（空）とはあらゆる物体に実態は存在しない。苦しみも悲しみも怒りも喜びも個人差があり、視覚・聴覚・臭覚・味覚・触覚も人それぞれ違う。先のことは誰にも見えなく無理に見ようとせず、見えないことを楽しめたら幸せだね。正しく生きる事は確かに難しいかもしれないが、明るく生きることは誰にだってできるよ。心配はいらないよ、みんな大丈夫だから』と言う生きる人にエールを送る応援歌のようです。

昨今はストレス社会と言われていますが、確かにストレスの感じ方も人それぞれありますよね。皆がこのお釈迦様の教えを理解すれば明るい未来が見えるような気がしますが、現実社会はなかなか簡単には行かないものだ日々実感しながらも、今朝も般若心経を唱えております。



当・院  
・の  
症・例

# 足の動脈硬化 (下肢閉塞性動脈硬化症)について

ツカザキ病院 循環器内科 主任医長 河野 浩明

下肢閉塞性動脈硬化症は、足の血管の動脈硬化により、血管が狭くなったり（狭窄）、詰まったり（閉塞）する病気です。足への血流が悪くなることで、足に栄養や酸素を十分に送ることができなくなるため、さまざまな障害が現れます。

動脈硬化が主な原因であり、糖尿病・脂質異常症・高血圧症・喫煙・高尿酸血症・慢性腎臓病・肥満等の生活習慣病をお持ちの方ほど、起こりやすい病気といえます。また動脈硬化は全身同時に進行するため、狭心症や心筋梗塞・脳梗塞などと合併しやすい病気になります。

症状によって大きく4つの段階に分けることができます。

- 1. 冷感・しびれ感**：指が青白くなることもあります。
- 2. 間欠性跛行（はこう）**：一定距離を歩くと、主にふくらはぎなどが締め付けられるように痛くなり、休まないといけなくなります。歩ける距離が短いほど、重症となります。
- 3. 安静時疼痛**：じっとしていても足が痛み、夜も眠れなくなったり、刺すような痛みが持続することもあります。
- 4. 潰瘍・壊死**：治りにくい潰瘍ができたり、黒く壊死することがあります。

外来に来て頂くと、まず上記のような症状がないかを確認いたします。また狭心症や心筋梗塞・脳梗塞等の既往歴についても確認をします。その後足に直接観察し、ふとももの付け根や膝の後ろ、足の甲やくるぶしの下側の動脈が触れるかどうかを確認します。

## 検査

簡易検査として、ABI検査（上腕・足関節血圧比）があります。両腕と両足の血圧を同時に測り、比率をだします。通常は足の血圧の方が高いので、1.0以上が正常となりますが、足の血流に異常があると1.0未満となり、特に0.9未満では下肢閉塞性動脈硬化症の可能性が高くなります。

**下肢動脈エコー（超音波）検査**：ゼリーを付けて体表面からプローブをあてて観察をします。特にふとももの付け根から下の血管は観察がしやすく、この検査に適しています。

**造影CT検査**：点滴を確保した上で造影剤を注入し、下肢動脈が造影されたところで撮影を行います。大動脈からくるぶしの辺りまでの動脈が観察可能です。造影剤を使用しますので、腎臓の機能が悪く、まだ血液透析を施行されていない方には不向きです。

**下肢動脈造影検査（カテーテル検査）**：以上の検査は外来で検査できますが、この検査は入院が必要になります。手首や肘、ふとももの付け根の動脈を局所麻酔し、カテーテルを挿入し、下肢動脈の近くまでカテーテルを近づけて造影を行います。より詳細な血管の情報を得る事ができ、治療方針の決定に役立ちます。当院では1泊2日もしくは2泊3日で検査を行います。

## 治療

主に4つの治療法を挙げることができます。

### ①運動療法

とにかく歩くことです。間欠性跛行の患者さんに有効です。病院で行う監視下運動

当・院・の・症・例

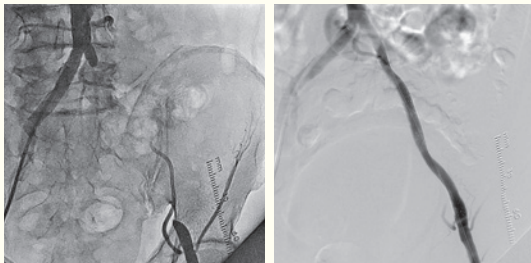
療法と自宅で行う在宅運動療法があります。1回30分程度、できれば1日2回を目標に最低でも週に3回程度するのが好ましいです。

②薬物療法

抗血小板剤（血液をサラサラにする薬）や末梢血管拡張薬などで、症状の改善を期待できる場合があります。

③血管内治療（カテーテル治療）

血管の狭い部分もしくは詰まっている部分にワイヤーを通して、風船やステント（金属チューブ）等を使用して元々の動脈を広げる手術です。



治療前（左腸骨動脈閉塞） カテーテル治療後

④バイパス手術

血管の狭くなっているところもしくは詰まっているところの先に、自分の血管（足の静脈）や人工血管をつなぎ合わせる手術です。

以上の選択肢から治療方針を決定します。当院では心臓血管外科もありますので心臓血管外科医と密に情報交換を行い、すべての選択肢を提示させていただくことができます。

日常生活での注意点

動脈硬化が原因であることがほとんどですので、狭心症や心筋梗塞と同様に禁煙や食事療法は大変重要となります。その上で足では特に注意する点があります。それらはフットケアと言われていますが、そんなに難しいことではありません。

入浴の際に、足に傷がないか・むくみがないか・色が悪くないか等をチェックし、足の裏や指の間もきちんと洗い清潔にしておきま

しょう。

また自分にあった靴を履いて、傷やうおのめ・たこ等ができにくいようにしましょう。

裸足で靴を履く方もおられますが、傷や靴ずれの原因となりますので、靴下をはく方が良いです。

また立位・正座・しゃがみこむ姿勢（大分減りましたが、和式トイレなど）などを長時間続けると足への血流が悪くなり、症状が悪化することがあるので注意が必要です。特にカテーテル治療後の方で、ふとももや膝に近い部分にステント（金属の筒）が入っている方には、上記のような姿勢をとらないようにと指導しています（自宅の和式トイレを洋式トイレに代えてもらった方もいます）。

重症になると…

症状のレベルで、3段階を越える安静時疼痛・壊死・潰瘍の方については、下肢閉塞性動脈硬化症のなかでも、重症下肢虚血または重症虚血肢という病名が使用されます。

なかなかそのままの病名ですね。虚血（きょけつ）とは血液が不足していることを示します。

この段階になると感染を合併していたり、膝から下のとても細い血管の動脈硬化があり、極端に治療が難しくなります。またこのような方は心筋梗塞・狭心症・脳梗塞と他の動脈硬化疾患の既往があることが多いです。

やむなく下肢切断をせざるを得なかったり、亡くなられる方も経験します。

当院ではフットケアチームがあり、血管外科医・形成外科医・循環器内科医・認定看護師（皮膚・排泄ケア領域）・透析スタッフ・理学療法士が密に連携をとり、このような患者さんの治療にあたります。

カテーテル治療やバイパス手術による血流の改善と併行して、フットケアチームによる傷の管理をすることで可能な限り下肢切断を回避し、自分で歩くことができ、生活の質の向上に貢献できればと考えています。

薬  
になる  
食べ物

食べ物は『薬』以上の薬です!

皆さんは『医食同源』という言葉をご存じですか？病気を治療するのも日常の食事をするのも、ともに生命を養い健康を保つために欠くことができないものです。そのため、日頃からバランスの取れた食事をとることで病気を予防し、治療しようとする考え方のことです。

体調が悪くなった時、薬を飲んで休めば治るでしょう。しかし体調が悪くなるということは日常生活の『結果』引き起こされたものであり、未然に防ぐことができれば『薬』を飲む必要はないのです。では防ぐにはどうすればいいのか、これから旬になる春の食べ物を例にあげて考えてみましょう。

	多く含む栄養素	効 用	効 果
春キャベツ 	ビタミンC キャベジン	・免疫力を高める ・胃粘膜を強化・修復し、 胃腸の調子を整える ・肝臓の解毒作用を助ける	風邪 胃腸障害 二日酔い シミ・ソバカス予防
新玉ねぎ 	硫化アリル	・血液をサラサラに ・新陳代謝を活性化	動脈硬化 疲労回復
アスパラガス 	アスパラギン酸 ルチン	・利尿作用 ・毛細血管の増強	動脈硬化 高血圧 腎機能回復
ふき たけのこ グリーンピース 	食物繊維 カリウム	・便秘解消 ・コレステロール吸収阻害 ・余分な塩分を排出	生活習慣病予防
菜の花 	バランスよく豊富	・様々な栄養素がバランスよく 含まれており、栄養価が高い ・免疫力を高める	風邪 肩こり イライラ 骨粗しょう症予防
はまぐり 	タウリン グルタミン酸	・肝機能強化、眼精疲労改善 ・脳の神経細胞の栄養素	疲労回復 動脈硬化 脳の活性化 美肌効果
鯉 	ビタミンB12 不飽和脂肪酸	・赤血球の生成、血行促進 ・コレステロール吸収抑制	貧血 動脈硬化 骨粗しょう症 血栓予防

春が旬の食材の特徴は「肝」が活発になり、「血」を綺麗にすることです。

冬は寒さによって代謝が落ち、毒素を身体にため込んでいます。春が旬の食材は代謝を促進し、ため込んだ毒素を排出してくれます。旬の食材を意識的に選択し取り入れることで、おいしい食事を薬に変えてみてはいかがでしょうか。

当院の

# ドクター

ツカザキ病院

総合内科・形成外科

庄野 文恵

Shono Fumie



## 専門分野

形成外科 一般  
ケロイド

## 得意な手技・技法

創や熱傷の管理  
一般小児科

## メッセージ

平成29年1月よりツカザキ病院内科に赴任しました。

創傷治療に興味があって形成外科医になりましたが、仕事をしていく中で総合診療医になりたいと思うようになりました。直近3年は、小児科医をしておりました。小児科は色々大変だと聞いていましたが、「診療できる範囲を広げるため」と覚悟して働いてみると、予想外に子供に癒されながらの仕事で、とても楽しかったです。

ツカザキ病院では皆様の御指導を仰ぎながら、内科と形成外科の診療を中心に色々学びたいと思っています。何卒よろしくお願い致します。

当院の

# ドクター

ツカザキ病院  
眼科

三好 政輝  
Miyoshi Masaki



## 専門分野

眼科

## 得意な手技・技法

白内障手術

今後は神経眼科領域、眼形成領域も専門的に学んでいきます

## メッセージ

2016年12月に赴任しました、三好政輝です。  
出身は広島県ですがツカザキ病院の診療レベルの高さ、病院の美しさに惹かれてやって参りました。  
専門は白内障手術で多くの症例を経験させて頂いておりますが、今後もより丁寧に患者様の負担が少なくなるような手術を心掛けていきます。  
趣味はランニングで休日などは姫路城の周りを走っています。これからも情熱をもって診療に臨みこの病院で学べることを少しでも多く、より良い形で患者様に還元できるよう努めて参ります。よろしくお願い致します！

# ツカザキ居宅介護支援事業所

ツカザキ居宅介護支援事業所には7名の介護支援専門員が在籍しています。介護が必要とされる方やご家族からの相談に応じ、必要なサービスをご紹介します。地域の医療・介護の関係機関と連携を取りながら支援させていただきます。



## 介護のお困りごとはありませんか？

介護が必要になった時これからどうしていったらいいのかわからない…。

退院後の生活が心配…

お風呂に入れない

一人暮らしが心配

介護に疲れて  
今後は心配

リハビリをしたい



福祉用具・住宅改修



訪問入浴



訪問介護



デイサービス



リハビリ



訪問看護

ご相談は  
無料です

まずはお気軽にご相談ください

ツカザキ居宅介護支援事業所  
TEL. 079-298-8701





**施設  
紹介**

**ツカザキ託児所 ～ぴよぴよハウス～**

平成17年4月、5人スタートだったぴよぴよハウス（院内託児所）も13年目に入り、今までぴよぴよハウスであそんだ子どもは250名になりました。

お母さんから離れ、初めて集団の場で過ごす子どもたち。初めは緊張や不安から泣くこ

とや登園を嫌がることもあります。しかし次第に安心できる場所であることを感じると、自ら興味のあるものに近づいていき、あそびを始めます。そして少しずつ身近な玩具でお友だちと一緒にあそぶようになり、あそびを通していろいろなことを学びます。

**静  
の  
遊  
び**



室内では手先指先の細かな動きを高める玩具や温かみのある木の玩具、ごっこあそびやボールプールであそびます。またお絵描きや手遊び歌、絵本の読み聞かせなど落ち着いた『静』のあそびを楽しみます。これらのあそびに夢中になることで、集中力を高めたり、発想力や想像力を広げるとともに、気持ちを落ち着かせ安心感を与えます。



**動  
の  
遊  
び**



お天気の良い日には外あそびへ行きます。外で思う存分ダイナミックに体を動かして『動』のあそびを楽しみながら、運動能力を伸ばします。またぴよぴよハウスの周辺は田畑が多く、草木や野菜、昆虫などの自然と触れることで季節の訪れを感じています。こうした『静と動』のリズムをしっかりと体で覚えた子どもは、成長しても自然とストレスのたまりにくいメリハリのある時間を作りだせるようになります。



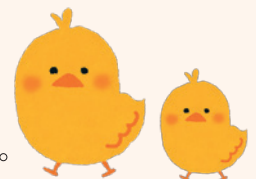
**保育士の役割は…**



またぴよぴよハウスでは、保育士はあくまで補助の役割に徹しています。食事や衣服の着脱においても、子どもの「やりたい」という気持ちを大切に、見守りながら援助が必要な場合は手伝い、一緒に行くようにします。そうすることで、子どもは自分で「やればできるんだ」と自信をつけ意欲的に取り組むよ

うになります。

こうした日々の生活を通して、五感の発達を促し、一人ひとりの発達や興味に応じて「おもしろそう、やってみたい」という意欲的な気持ちを引き出せるような保育に取り組んでいます。



看護  
だより

## 人材から人財へ ～働き続けてもらうための環境整備～

ツカザキ病院 看護部 井上里美

ツカザキ病院には、敷地内に職員向けの託児・学童施設があります。当院で働く看護師が、出産・育児で看護職を一時的にでもリタイアする事のないように、安心して子育てしながらも働き続けられる環境を提供しています。

託児所は、0歳から就学までの子供を預かっていますが、その子供が成長し小学校に入学したあと、仕事を持つ多くの家庭が、下校時間までに仕事が終わらない為に、小学校の学童保育を利用していました。仕事が忙しくても早めに切り上げて、決められた時間までに、急いで小学校へお迎えに行かなければなりません。このような仕事と育児による精神的な負担を少しでも減らすことができるように、当院では、平成22年から病院敷地内に学童保育『キッズルーム』を開設しました。

担当の職員が、授業の終わる時間に、申し込みのあった職員の子供が通う小学校を回り、送迎車でお迎えに行きます。そのあとは、キッズルームで宿題などをしながら、保育士と一緒に母親の仕事が終わるのを待ちます。夏休みや冬休みなどは、朝から夕方まで利用することができ、また、そのほかでは、外国人講師による英会話教室なども開催し、無料で参加することができます。キッズルームは開設から8年間で、延べ150人の子供の利用があり、現在も常時10名ほどの子供の申し込みがあります。設立当初、利用の対象は看護師のみでしたが、数年前からは医師をはじめ、働きの

から子育てをする職員にも少しずつ利用の幅を広げています。

夏休みには『スイカ割り』を行い、子供たちは順番に目隠しをしながら、「もうちょっと右！あ、左！」と、みんなの掛け声をたよりに、大きなスイカを割って大歓声♪ 笑顔いっぱい、甘いスイカを食べます。

冬休みになると、『餅つき』です。事務部長、看護部長、総務課、施設課、栄養科が数日前から準備し、臨時の手洗い場の設置、手袋、マスク、手指消毒など感染防止のために万全の態勢を整えて行われます。事務部長が作った子供用の小さい杵で、子供たちは楽しそうに何度も並んで一生懸命 餅をつきます。その餅はみんなで丸め、あんこ餅や、きなこ餅にしてつきたてを食べ、ママさんナースも仕事の合間、子供が餅つきをしている姿を見るために参加してくれています。

このような行事はすべて病院での福利厚生の一環として行われており、職員での準備や片付けは本当に大変ですが、その職員達も一緒になって餅つきをして、子供たちに負けず劣らず楽しめます。

ツカザキ病院は急性期病院として、医療成績の向上と、地域医療の貢献に努めていますが、それと同時に、職員が安心して働けるようにと、少しでも支えていける環境づくりを行っています。病院機能は24時間365日稼働しており、夜勤・日曜などの勤務は当然にあるのですが、看護師も勤



めていく中で、それぞれ家庭事情が変化します。女性特有の『仕事・家事・育児の両立』などの悩みを理解し、出産後など、看護師としてのキャリアを諦める事なく、それぞれのライフステージに合った働き方で、多様な勤務形態を準備し、長く勤めてもらえるようにと考えてきました。

就業規則が整備される中、職員数は多くなりましたが、現在も、ひとりひとりの事情を考慮して

その人に合った勤務形態で、日勤常勤や短時間正職員など、できる範囲で勤務しています。

長く勤める中で経験値は増えていきます。どんな経験もその人の財産になり、ツカザキ病院での経験値を持ったスタッフそのものが、病院の財産となります。人という財産を大切にす病院として、今後も環境を整えていきます。

## 兵庫県看護協会西播支部 看護実践報告会に参加して

看護  
だより

ツカザキ記念病院 5階病棟 看護師 志村 奈央

当病棟は平成26年度より地域包括ケア病棟となりました。透析や糖尿病といった基礎疾患を持ちながら寝たきりとなり、オムツを使用する皮膚が弱い患者さんが多く入院されています。その為、褥瘡発生する患者さんが多くなりました。そこで、NST（医師をはじめ、看護師、栄養士、理学療法士、言語療法士、薬剤師、臨床検査技師と他職種で結成された栄養管理に対する栄養のスペシャリストチーム。低栄養の方をはじめ栄養管理が必要な方を対象に活動しています）を活用して褥瘡発生を防ぐ為の対策を今年度取り組みました。病棟内での褥瘡についての勉強会をはじめ、褥瘡ができにくい姿勢の取り方（ポジショニング）や、褥瘡予防に良い寝具（マットレス）の選び方、栄養をサポートしてくれる補助食品の勉強会を行いました。また毎週NST回診を行い、褥瘡発生のリスクがある患者さんのピックアップも行いました。この取り組みによりNSTの早期介

入ができました。また、今回の取り組みを通して病棟スタッフの知識の向上とケアの統一、行ったケアに対する振り返りを徹底する事ができました。結果は褥瘡発生0%とはなりませんでしたが、前年度4%から1.65%と低下させることができました。

平成29年1月28日に開催された兵庫県看護協会西播支部看護実践報告会で今回の取り組みについて発表しました。この報告会に参加して、今回の自分たちの取り組みについての助言も頂きました。また全体の発表を聞き、日々の看護業務の向上に繋がると感じる有意義な実践報告会となりました。

来年度は、入院患者さまの在宅復帰を目標に、看護師をはじめ医師、介護士、栄養士、理学療法士と様々な職種と連携を取り、退院後の生活も視野に入れた支援が出来るよう頑張っていきます。また、今回の取り組みを強化して褥瘡発生ゼロを目指していきたいと思えます。



研修会レポート

臨床と学術研究のハイブリッド

ツカザキ病院 眼科 視能訓練士 高瀬 耕介

はじめまして。私は大学卒業後にツカザキ病院に就職した9年目の視能訓練士です。どの分野でもそうですが、眼科の分野においても医療の進歩というのは目覚ましいものです。当院当科も変化を恐れず、常に前に進む力を持ったスペシャリストの集団ですので、日々の外来業務は激務ではありますが、大変勉強になっています。

入職4年目から学会発表を始めとする学術研究に取り組むようになりました。眼科にもさまざまな分野がある中で、私が専門としているのは白内障です。白内障とは主に加齢による水晶体の生理的变化で誰もがかかる病気であり、症状は白っぽく見える、まぶしく感じる、二重に見えるなど様々です。基本的に手術による観血療法しか手はなく、点眼薬やサプリメントなどの内服は効果がありません。

白内障の手術は濁った水晶体を取り除き、新しい人工の眼内レンズ (intraocular lens : IOL) に置き換えるというものです。このとき眼内に入れるIOLには大きく分けて2種類あり、単焦点IOLと多焦点IOLと呼ばれています。

単焦点IOLはピントが1つにしか合いません。よって遠くか近くのとどちらにピントを合わせたら術後の生活で便利がいいか、患者さんと相談する必要があります。どちらにせよピントが合わない距離は眼鏡で矯正する事になります。

多焦点IOLは主に遠くと近くの2つにピントが合います。この場合の近くとは大体30cmであり、手元の作業をするのに丁度いい距離となっています。よって術後の眼鏡使用率は低くなるのが期待されます(図1参照 2011手術学会スライド)。多焦点IOLの種類によっては近くのピントが40cm、あるいは50cmであうモデルも存在するのである程度中間視を重視したスタイルも可能です。しかし、必ず視力が落ち込む苦手な距離があることや(図2参照 2016JSCRSスライド)、単焦点IOLよりもコントラストの低下、眩しさ(特

図1. 近用眼鏡使用状況 (2011日本眼科手術学会発表スライドより)

近用眼鏡使用状況は単焦点群で有意に多かった。  
※単焦点群のピントは全て遠くに合せている

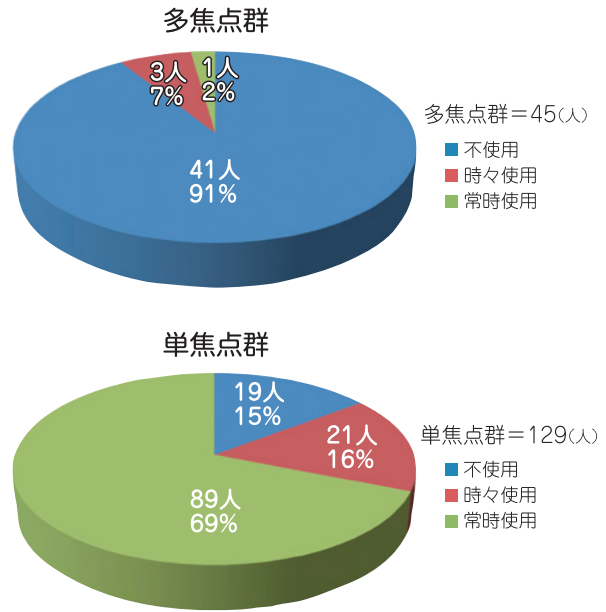
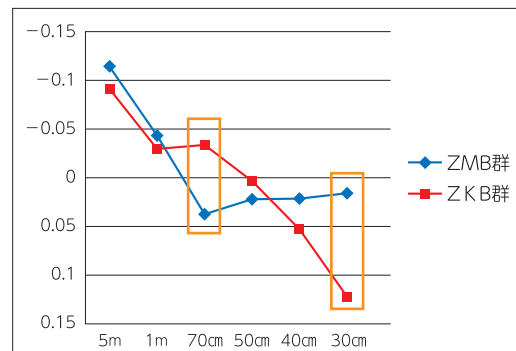


図2. logMAR視力 (2016JSCRSスライドより)

多焦点IOLの  
ZMBモデルは 近見30~40cmに強く、中間が弱い。  
ZKBモデルは 50~70cmの中間に強く、近見が弱い。  
縦軸のlogMAR視力0は少数視力1.0に相当する。  
0.045は同0.9、0.1は同0.8、-0.079で同1.2となる



に夜間の対向車のライトなど) を自覚しやすい点などを忘れずに患者さんに伝えなければなりません(図3 グレア・ハロー画像)。

多焦点IOLはよいレンズですが、単焦点IOLが劣っているわけではありません。白内障手術後に見え方のVFQ25という視機能に関するアン

図3. グレア・ハロー現症

グレア:光がぎらついて眩しい  
ハロー:光が滲む



ケートを実施したところ、単焦点IOL挿入者90.1、多焦点IOL挿入者90.4（ $p=0.8317$ :総合評価100点満点中）と両者の満足度に有意さは無いのです。これは白内障手術そのものが満足度の高い手術と言うことを物語っています。

この患者さんに最適なIOLは何なのか。過去のデータから推察して、最善の医療を提供していただけるようにこれからも努力していきたいと思えます。

回復期セラピストマネージャーコースを受講して **研修会レポート**

ツカザキ記念病院 回復期リハビリ病棟 作業療法士 仲原弘晃

こんにちは。ツカザキ記念病院回復期リハビリ病棟に勤めている、作業療法士の仲原弘晃です。私は平成28年7月、9月、11月それぞれ一週間、合計三週間で回復期セラピストマネージャーコースを受講してきました。回復期セラピストマネージャーとは回復期リハビリ病棟協会が認定しており、セラピストが他職種と協働するため組織マネジメントを行うことがその役割になります。

回復期セラピストマネージャーコースは全教科受講後テストがあります。そして5年更新制（全国学会発表など必要）になります。作業療法国家試験以来、徹夜の猛勉強をしました。

講義では地域リハのパイオニアである大田仁史先生や澤村誠志先生など有名な先生の話が多く聞くことができました。また講義内容も基礎的な疾患から、法制度、リハビリの内容と幅広く多岐にわたっていました。どの先生にも共通しているのは、仕事に対して受け身にならず使命感を持って動かれており、私自身も使命感を持って仕事をすることを再確認できました。

当院の回復期リハビリテーション病棟では患者の在宅復帰に向けてリハビリで歩行などの基本動作練習と、着替え・整容・トイレ・食事・入浴の練習を行います。リハビリの時には出来ていても、病棟では出来ていないケースもあります。患者の日常生活に活かされていないので効率的なリハビリとはいえません。



(写真1)

病棟では車椅子で生活しているが、リハビリ室では歩行練習をしている患者さんです。リハビリ室で立てる患者は、スタッフが付き添いなるべく病室でも立って動作するようにしています(写真1)。

当院のセラピストマネージャーの役割の一つは、リハビリと看護でチームを作って情報を共有し、リハビリの内容が患者の日常生活のケアに活かされるシステムを構築していくことです。



(写真2)

これはスタッフが移乗動作について、家族指導している場面です(写真2)。移乗方法についてはセラピスト、看護師、介護士が同じ方法で行い家族にも安全な方法を指導できるように心がけています。

セラピストマネージャーコースを受講して、病棟でのADL場面や家族指導で他職種間が協働できるようマネジメントしていこうと強く感じました。



職 員 紹 介



ツカザキ病院 医事課 主任 吉原 慎也

はじめまして。平成28年12月から医事課で勤務しております吉原慎也です。以前は、一般・回復・療養病棟を有するケアミックス病院で医事・総務と約10年間事務に携わっていました。この度ツカザキ病院にお世話になることになりました。

ツカザキ病院は急性期に特化した病院で、中・西播地域の救急を積極的に受け入れ、脳・心疾患を中心に循環器・整形・眼科など幅広く急性期医療を提供している病院です。

ここでは初めて経験する業務であったり、S C U・H C Uといった高度急性期医療を提供する入院病棟や難易度の高い手術、またその多さに戸惑いつつ、日々奮闘しながら新たなことにチャレンジしています。

以前勤務していた病院とは、地域医療の役割は異なりますが、医事課としての業務は基本的

に同じです。患者様が来院され、最初に対応するところになります。何かしらの疾患を抱え、不安な気持ちで来院される患者様に少しでも心穏やかに過ごして頂くため、職員間のコミュニケーションを図り、Drや看護師、またその他患者様と直接関わる医療スタッフのサポートができるよう縁の下の力持ちになり、患者様にスムーズな診療が提供できるよう努めたいと考えています。受付は「病院の顔」です。事務員ながら患者様に安心していただき、より一層に安全かつ良い医療を提供できるよう、事務員としてのプライドを持ち、自己スローガンである「一期一会」・「日々成長」を掲げ、頑張っていきます。今後ともご指導の程よろしくお願い致します。

ツカザキ病院 手術室 看護師  
山根 美咲

はじめまして。平成28年11月からツカザキ病院手術室で勤務させて頂いております、看護師の山根美咲と申します。他院で病棟看護、手術看護を4年間経験してきました。

入職して3ヶ月、受け入れる患者さまの疾患、術式の違いや業務内容、環境の違いに戸惑いや不安を抱くこともあります。プリセプターや先輩が丁寧に指導、助言して下さい、さらに他職種の皆さんに日々支えられて毎日楽しく働いています。

手術室には毎日多くの患者さまが入室し、手術を受けて退室しています。緊急手術も多く、とても緊迫した環境です。患者さま、ご家族さまにとって手術を受けることは、人生最大の出来事であると考えています。私は看護師として、手術を受ける患者さまやご家族さまの不安が少しでも軽減できるよう入室時にはマスクを外し、患者さまの目を見て、笑顔を絶やさず優しい言葉かけを心がけています。

また、術後合併症の予防のために手術時間を短く出来るように毎日事前学習をし、術前準備を行っています。さらに、術後一日でも早く離床し、リハビリに取り組めるよう、皮膚トラブルや術中麻痺が起こらないよう、体位固定にも注意をしています。なかでも患者さまの安全を第一に考え、入室から退室までの観察を十分にを行い、日々努力しています。

まだまだ未熟者ではありますが、一日でも早くチームの一員として戦力になれるよう、今後も精一杯頑張っていきますので、今後ともよろしくお願い致します。

また、患者さま、ご家族さまのお力になれるよう、寄り添った手術室看護を提供してまいりますので、応援してください。



職 員 紹 介

ツカザキ記念病院 4階病棟 介護福祉士  
**梅 木 し の ぶ**

平成28年9月よりツカザキ記念病院に勤務させて頂いております、介護福祉士の梅木しのぶと申します。以前は介護療養型の病棟に勤めていましたので、長期療養を目的とした状態の安定した患者さんが多い職場でした。

現在は急性期病棟で勤務させて頂いております。職場環境の変化への不安もあり戸惑うこともありますが、患者さんに対して、自分自身精一杯のケアができるよう努めていきたいです。

入職して5ヶ月が経過しました。まだまだ日々の業務で至らない点もありますが、病棟スタッフ・患者さんに信頼されるよう成長していきたいと思っておりますので、皆様のご指導宜しくお願い致します。

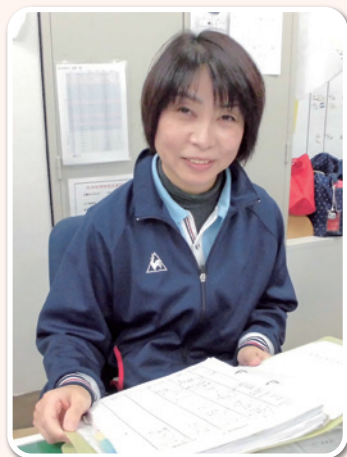


ツカザキ訪問看護ステーション 看護師  
**近 藤 加 奈 子**

昨年9月より訪問看護ステーションで勤務させて頂いております。

16年振りにツカザキに戻ってまいりました。ツカザキの本院がまだ下手野にあった頃、10年間病棟での勤務と最後の半年は訪問看護ステーションに在籍していました。

加古川への引越しが決まり退職も考えましたが、縁あって訪問看護ステーションの方にお誘



い頂き勤務させて頂いております。半年という短い期間ではありましたが、訪問看護の楽しさを知りました。

今までの病棟勤務、一軒、一軒、ご自宅に何う訪問看護、初めて在宅

での看護に触れ、病棟とは違う一対一の在宅でのケア、とまどいわからない事も沢山ありましたが、色々、先輩方に教えて頂くうち興味も深まり現在も訪問看護の仕事が続けております。

この度、こちらへの引越しと共に、このツカザキ訪問看護ステーションに復帰することが出来、懐かしい顔ぶれとの再会があったり、又、ステーションも16年前とは違いスタッフも多く事務所も大きくなり、嬉しさと驚きと緊張感でのスタートでした。

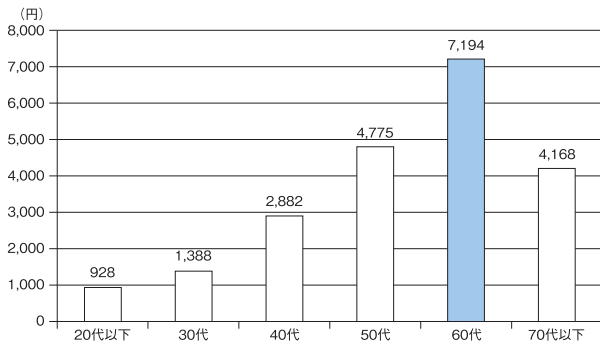
医療の進化と共に、私たちが行うケアの内容もどんどん新しい事が増え、本当にまだまだ勉強の毎日です。

看護師としてこういったケアや処置が、その方にとってご家族にとって最善なのを考え、安心してご自宅で療養出来るようご支援させて頂ければと思っています。

まだ不馴れな所もありますが、精一杯がんばりますので今後もご指導よろしくお願い致します。

## 年間のスポーツクラブ使用料

総務省は、1世帯当たりの年間のスポーツクラブ使用料を、世帯主の年齢階級別に調査している。それによると、60代の支出額が最も高い。これは2012年の前回調査と同様で、シニア層の健康志向が読み取れる。スポーツクラブ会員の年齢構成も20～30代が減少傾向にあるのに対し、60代以上の会員比率は年々上昇している。スポーツクラブが地元のシニア層の社交場になっているケースも多いという。これを受け、スポーツクラブの側もシニア向けの介護予防プログラムや健康管理サービスの提供を始める等、その産業形態を変えつつある。(2人以上世帯、2014年)



※総務省「家計調査」より作成。スポーツクラブを利用するのが世帯主とは限らない点には注意を要する。



## がん患者に院内オフィス治療で歯止め

厚労省は入院中のがん患者らがスムーズに職場復帰できるように、病院内に無線LANやファックスなどを完備した「サテライトオフィス」を新設する方針を固めました。現在はがんなどで治療が長期にわたる場合、3割以上の方が離職しています。離職に理由としては、「休みを取るのが難しい」「会社や同僚に迷惑がかかる」などがあります。政府が掲げている「働き方改革」の一環として、治療と仕事を両立させて離職を防ぐために、総合病院に委託して会議室や空き部屋に無線LANやファックス、プリンターなどを設置し無料で利用できるオフィスを整備する予定です。来年度に希望する全国5か所程度の病院に設置して効果を検証します。(厚労省)





# アラカルト

A LA CARTE

## 食品成分表 和食を意識

身近な食べ物に栄養成分がどれくらい含まれているかを示す日本食品標準成分表に、大根おろしやしょっつる、本枯れ節など和食の素材を中心に新たな31食品が追加された。無形文化遺産になった和食を意識した内容になっている。

成分表は、食品100グラムあたりのエネルギー・たんぱく質・ビタミンなどの栄養成分値を記載。栄養計算や加工食品の栄養成分算出の基礎になり、学校給食や栄養指導などに使われ、文部科学省有識者会合が決めており、昨年度の5年に一度の大規模改定に続き、今年度も新たな食品が追加された。

新たな食品として「日本人の伝統的な食文化を代表する食品」の中に、しいたけや油揚げ、かんぴょうの甘煮、黒はんぺん、しょっつるやいしるなどの魚しょうゆ、甘酢レンコンや松前漬けなどが入った。

実際の調理を想定した分類にしたのも特徴であり、しょうがや大根おろしは、調理法次第で栄養価が変わるため、おろし、おろし汁などに分けた。だしも、あごだし、昆布だし、かつおだしに分類。かつおだしは本枯れ節を加えた。一方、食文化で食べる機会が増えた、ライスペーパー、ドライトマトやドライマンゴーなどの食品も追加された。

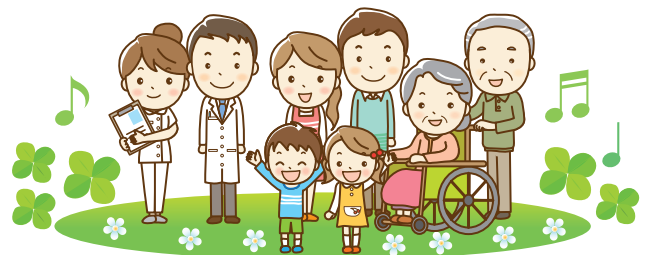
これで成分表は計2222食品になった。

(平成29年1月25日・朝日新聞より)

## 春の若菜は長生きの薬

「春の若菜は長生きの薬」ということわざがあります。「若菜」は春先に芽吹く若々しい野草や野菜のことです。昔の人にとって春先の若菜は重要な食べ物でした。昔の人たちは、冬の間の野菜不足や運動不足を取り戻すため、春になると何はともあれ山野に出て、若菜を摘んで食べていたようです。なぜ若菜かというと、若菜には電解質として知られるカリウムが含まれるため、体内のナトリウム(塩分)を中和して、体外に排出してくれる作用があるからです。体内のナトリウムが過剰になると血圧が高くなり、動脈硬化や脳卒中などの危険があることを経験的に知っていたのですね。

(佐賀新聞より)



学会発表

ツカザキ記念病院

11月	26日	船引 啓祐	第56回 近畿理学療法学会学術大会【発表】
1月	17日	田原 光宏	特別養護老人ホームキャッシル真和 施設内研修会【講師】

ツカザキ病院

10月	14日	竹内 佳奈	第30回 日本手術看護学会年次大会(宮城)【発表】	
11月	3~6日	大杉 秀治	第70回 日本臨床眼科学会(京都)【発表】	
	3~6日	丸山 登志	第70回 日本臨床眼科学会(京都)【発表】	
	8日	長澤 利彦	教養講座・中高年いきいき教室(兵庫)【講演】	
	12日	吉村 寿彦	姫路市眼科医会オープンカンファレンス(兵庫)【発表】	
	19日	三井 秀也	第15回 岡山血管治療を語る会(岡山)【講演】	
	19日	下川 宣幸	第7回 九州・山口ニューロスパイン研究会(福岡)【講演】	
	19日	長澤 利彦	兵庫県保険医協会姫路・西播支部他科を知る会(兵庫)【講演】	
	25日	下川 宣幸	第19回 日本低侵襲脊椎外科学会学術集会(東京)【発表】	
	26日	石原 敦	第78回 日本臨床外科学会総会(東京)【発表】	
	27日	大西 邦博	第56回 近畿理学療法学会学術大会(和歌山)【発表】	
12月	3日	田村 尚大	日本内科学会近畿支部 第214回近畿地方会(大阪)【発表】	
	9日	三井 秀也	第4回日本マゴットセラピー-症例検討会(京都)【発表】	
	10日	下川 宣幸	2016 Chongqing International Congress of Navigated Spinal Surgery Technologies(中国)【講演】	
	10日	野口三太郎	第5回 JSCRSウィンターセミナー(東京)【発表】	
1月	17日	野口三太郎	SIFI multifocal IOL symposium(イタリア)【発表】	
	27日	長澤 利彦	第40回 日本眼科手術学会学術総会(東京)【発表】	
	27日	清水有紀子	第40回 日本眼科手術学会学術総会(東京)【発表】	
	27日	野口三太郎	第40回 日本眼科手術学会学術総会(東京)【発表】	
	27日	野口明日香	第40回 日本眼科手術学会学術総会(東京)【発表】	
	28日	三井 秀也	第76回 兵庫県血管外科研究会(兵庫)【発表】	
	28日	河野 真紀	2016年度 兵庫県看護協会西播支部看護実践報告会(兵庫)【発表】	
	28日	岡野 幸子	2016年度 兵庫県看護協会西播支部看護実践報告会(兵庫)【発表】	
	28日	高瀬 耕介	第13回 HCOの会 ~視能訓練士連携勉強会~(兵庫)【発表】	
	28日	馬場 浩彰	第13回 HCOの会 ~視能訓練士連携勉強会~(兵庫)【発表】	
	28日	亀岡 真弘	第13回 HCOの会 ~視能訓練士連携勉強会~(兵庫)【発表】	
	2月	30日~2月2日	下川 宣幸	3rd Winter CVD seminar 藤田保険衛生大学(愛知)【講師・講演】
		3日	下川 宣幸	第22回 日本脳神経外科救急学会(香川)【評議員会】
		6日	栗岡 英生	第16回 姫路市整形外科医会勤務医委員会(兵庫)【座長】
		6日	松村 浩平	第16回 姫路市整形外科医会勤務医委員会(兵庫)【発表】
		9日	野口三太郎	姫路眼科サーجァンズの会(兵庫)【発表】
18日		下川 宣幸	岡山大学 OSGセミナー(岡山)【講演】	
18日		長澤 利彦	第38回 瀬戸内硝子体クラブ(福岡)【発表】	
24日		川勝 愛雄	第32回 日本静脈経腸栄養学会学術集会(岡山)【発表】	
25日		下川 宣幸	富永病院 スパイン・コンクラーベ(大阪)【講演】	
25日		宮浦 里奈	第4回 ホスピタルデザイン研究会 総会・研究大会(岡山)【発表】	

## 患 者 様 の 権 利

1. あなたは、宗教・思想・国籍その他の個人的な背景にこだわらず、平等に医療を受けることができます。
1. あなたは、医療の内容について、あなたが理解できるように説明を受け、又あなたの希望を述べることによって、十分な納得と同意の上で、適切な医療を受けることができます。
1. あなたが他の診療科や病院の医師に意見を求めたい場合、他の医療機関、施設に移りたい場合は、ご遠慮なくお申し出下さい。その場合は、必要な情報をご提供いたします。
1. 私たちが医療上知り得たあなたの個人情報保護されます。
1. 私たちは患者様の人生が最後まで豊かでありますように、可能な限り努力します。
1. 皆様に気持ちよく療養して頂く為にも院内の規則を守るなど、ご協力をお願い致します。

### 三 栄 会 理 念

- 1、医療は患者のためにあるという信念をもって生命の尊重と人間愛を基本とし、地域医療に奉仕する。
- 2、医療人として学識、技術の錬磨に励み、人間的にも自己研鑽を怠らず、相協調して医療の高揚に努める。
- 3、職員相互の人格を尊重し、経営の安定の下に、進取の気性をもってことに当る。

### 看 護 部 の 理 念

- 1、病院の目指す理念に沿って地域社会の変動、医療の進歩に伴い、その要請に応じた看護を提供する。  
常に相手の立場に立ち、その信条、人格、生活、権利を尊重する。  
患者のもつ潜在治癒力を最高に引き出す努力と個々のニーズに応じた看護を提供する。
- 2、専門職として常に看護の本質を迫及し、科学的、創造的、かつ主体的に学習し、臨床の場は常に教育の場であることを認識して行動する。
- 3、当院の看護師として、誇りを持ち心身の自己管理と保持増進に努め、自己の能力の開発に努力して、品性を高める責任を担う。

### 患 者 様 ・ ご 家 族 の 皆 様 へ

当院では、皆様のご意見や苦情などをお受けする“意見箱”を外来・病棟に設置しております。  
どのようなご意見でもいただければ幸いです。  
皆様のご意見を尊重させていただき、改善への参考にさせていただきます。



## ツカザキ病院

診療科目

- |        |            |
|--------|------------|
| 脳神経外科  | 外科         |
| 心臓血管外科 | 消化器外科      |
| 眼科     | 乳腺外科       |
| 循環器内科  | 神経内科       |
| 整形外科   | 呼吸器科       |
| 総合内科   | 内科         |
| 消化器内科  | 泌尿器科       |
| 麻酔科    | 人工透析内科     |
| 放射線科   | リハビリテーション科 |

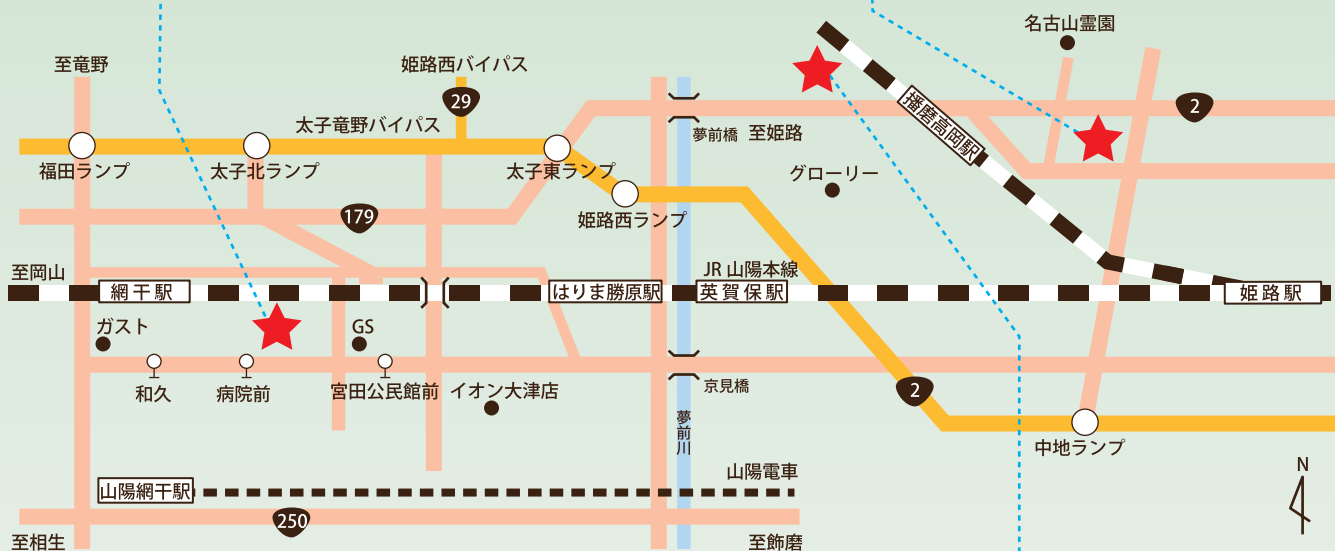
〒671-1227 姫路市網干区和久 68-1  
 TEL：079-272-8555 代  
 電車…JR 網干駅南口下車、徒歩約 15 分  
 バス…「ツカザキ病院前」にて下車  
 車 …太子龍野バイパス福田ランプより南へ約 15 分

## ツカザキ記念病院

診療科目

- |                   |        |
|-------------------|--------|
| 内科                | 循環器内科  |
| 消化器内科             | 心臓血管外科 |
| 呼吸器内科             | 放射線科   |
| 内視鏡内科             | 人間ドック  |
| 腎臓内科              |        |
| 人工透析外科            |        |
| 人工透析内科            |        |
| 神経内科              |        |
| リハビリテーション科(回復期病棟) |        |

〒670-0053 姫路市南車崎 1 丁目 5 番 5 号  
 TEL：079-294-8555 代  
 電車…JR 姫路駅(北側)、山陽姫路駅にて下車、徒歩約 30 分  
 バス…JR・山陽姫路駅よりお越しの方…「石ヶ坪」にて下車  
 西方面からお越しの方…「車崎」にて下車  
 車 …姫路バイパスよりお越しの方  
 中地ランプを北へ「車崎南」の交差点を左折、次の信号を右折  
 …国道 2 号線よりお越しの方  
 東行き(一方通行)「車崎」の交差点を右折、次の信号「土山」の角



## ツカザキクリニック

診療科目

- 人工透析内科
- 放射線科 (PET-CT)

〒670-0063 姫路市下手野 2 丁目 4 番 5 号  
 TEL：079-298-8555  
 バス…JR・山陽姫路駅よりお越しの方…「下手野」にて下車  
 西から姫路駅行きでお越しの方…「下手野」にて下車  
 車 …中地ランプを北へ車崎南の交差点を左折、  
 国道 2 号線を西に直進、JR 播磨高岡駅を右手

## ツカザキ在宅事業部

- ツカザキ訪問看護ステーション
  - ツカザキ訪問リハビリステーション  
TEL：079-299-1185
  - ツカザキヘルパーステーション  
TEL：079-298-8989
  - ツカザキ居宅介護支援事業所  
TEL：079-298-8701
- 〒670-0063 姫路市下手野 2 丁目 4 番 5 号  
 ツカザキクリニック内

### ビタミン誌 春号

発行所 社会医療法人 三栄会    ツカザキ病院    ツカザキ記念病院  
 ツカザキクリニック    ツカザキ在宅事業部

発行責任者 田中 久勝

印刷所 株式会社ティー・エム・ピー

