

まぼろしへの かけはし

2023年春号

目次

- P1…特定看護師 ～当院での取り組みについて～
- P2…2023年度 新任紹介・スプリングコンサート
- P4…高砂市から健診のお知らせ・
ふらり、診療所紹介の旅
- P6…部署紹介 5階東病棟
- P7…患者さまへのお知らせ・
幼児作品展示・健康レシピ
- P8…専門看護師による腎臓病看護外来のご紹介・
学会発表

特定看護師 ～当院での取り組みについて～

皮膚・排泄ケア認定看護師
看護局課長
中瀬 睦子



2025年には団塊の世代すべてが75歳を迎え、慢性疾患や複数の病気を抱えた患者さまが最大数になると言われています。医療に関わる人材に限りがある中で、多職種協働によるチーム医療の展開が必要とされ、看護師の役割拡大が重要な時代となりました。こうした背景により、急性期医療から在宅医療等を支えていく看護師を養成することを目的として、2015年から「特定行為に係る看護師の研修制度」が開始されました。

私は、皮膚・排泄ケア認定看護師として更なる専門性を高め、創傷処置やケアを適切なタイミングで実施することで患者さまの早期回復と重症化予防に貢献したいと考え、創傷管理分野の特定行為研修を受講しました。

2020年より「皮膚・排泄ケア認定看護師」として特定行為を含めた医療（創傷の壊死組織の除去や代行処方等）を実践しています。日々の看護の関わりの中で、医師や多職種と連携を図り、患者さまの状態に合わせたタイムリーな介入を行うことで重症化予防・QOL改善に貢献できるよう励んでいます。

特定看護師とは、一定の診療の補助（例えば脱水時の点滴など）について、医師があらかじめ作成した手順書（指示）によって、医師への報告や到着を待たずに迅速に処置することができる看護師を指します。特定行為は診療の補助であり、看護師が実施する場合には、具体的な行動を行うための理解力や判断能力、高度で専門的な知識と技術が特に必要とされます。

比較的危険性の低い医療行為を特定行為として定め、厚生労働大臣が指定した研修機関で研修を修了することにより、特定看護師として活動することができます。特定看護師は、研修で医学的な知識を学び、患者さまやご家族の立場に立ったわかりやすい説明を行うことで「治療」と「生活」の両面からの支援ができると期待されています。

今年度より特定行為研修を修了した看護師が、さらに2名（手術室看護師、訪問看護師）増え、院内および地域医療の現場で特定看護師として活動を開始します。看護師の役割拡大である特定行為を安全に実践することで、質の高い医療を効率的に提供し、患者さまの重症化回避や早期回復に貢献できるよう活動を進めてまいります。

特定の医療行為を行うことだけが特定看護師でなく、あくまでもチーム医療の一員です。特定看護師がチーム医療を円滑に行う潤滑剤のような役割を担って、最善の医療提供と看護の質向上および勤労者医療に寄与できることを目指しています。今後さらに地域医療の場においても、お役立ていただけますよう努めていく所存です。どうぞ、よろしくお願いいたします。

※特定行為とは
呼吸器関連、術後疼痛関連、循環器関連、創傷管理関連、感染管理関連など、21区分38行為があります（詳細はHP「厚生労働省→特定行為研修制度」）

2023年度 新任紹介

新任医師

整形外科



氏名:金澤 智子(かなざわ ともこ)
 専門医・指導医:
 整形外科専門医
 趣味:料理、筋トレ、六甲山に登ること
 好きな食べ物:オムライス
 座右の銘:責難は成事にあらず
 患者さまへのあいさつ:
 赴任したばかりで不慣れな点もあるかと思いますが、よろしくお願いします。
 地域の医師へのあいさつ:
 外傷と人工関節を中心に手術を行っていきたく思います。また、骨折連鎖を予防するため骨粗鬆症の治療にも力を入れていきたいと考えています。よろしくお願いします。

形成外科



氏名:福島 侑子(ふくしま ゆうこ)
 専門医・指導医:
 日本形成外科学会専門医
 趣味:ゴルフ
 好きな食べ物:だし巻き卵
 座右の銘:試練は乗り越えられる人しか与えられない
 患者さまへのあいさつ:
 以前にも勤務させていただいており、3年ぶりに戻ってまいりました。地域の皆様のお役に立てるように頑張りますので、よろしくお願いいたします。
 地域の医師へのあいさつ:
 これまでは主に形成外科一般、特に皮膚腫瘍や皮膚潰瘍の治療を行ってきました。至らぬ点も多くあるかとは思いますが、よろしくお願いいたします。

整形外科



氏名:石丸 啓彦(いしまる たかひこ)
 専門医・指導医:
 整形外科医員
 趣味:スポーツ観戦(特に野球)、合気道、音楽鑑賞(邦楽、クラシック)
 好きな食べ物:餃子
 座右の銘:豪放磊落
 患者さまへのあいさつ:
 皆様の痛みに寄り添える医療を心がけます。些細なことでも結構ですので、どうぞ相談ください。
 地域の医師へのあいさつ:
 4月より赴任いたしました石丸啓彦と申します。若輩者ですが、精一杯高砂地区の医療に貢献していく所存ですので、何卒よろしくお願いいたします。

研修医



氏名:岡本 亮太(おかもと りょうた)
 趣味:ドライブ、キャンプやトレイルランニングなどで山に行くこと(釣りを始めてみたいです)、スポーツ観戦、ファッション、スニーカー
 好きな食べ物:ラーメン、寿司、厚揚げ、コーヒー

座右の銘:適材適所、Why not (好きなバスケットボール選手の言葉です)
 患者さまへのあいさつ:
 初めまして、姫路出身の岡本亮太と申します。患者さまの期待に応え、不安に寄り添うことができるように頑張っていきます。よろしくお願いいたします。
 地域の医師へのあいさつ:
 4月より医師としての人生をスタートしました岡本亮太と申します。医師として多くの知識を身につけて、地域を支える社会人に成長できるように研鑽します。是非とも宜しくお願い致します。



氏名:両角 侑亮(もろずみ ゆうすけ)
 趣味:マラソン、植物栽培
 好きな食べ物:魚料理

座右の銘:継続は力なり
 患者さまへのあいさつ:
 4月よりお世話になります。患者さまに安心して治療を受けていただけるような医師をめざし、日々精進してまいりますのでどうぞよろしくお願いいたします。
 地域の医師へのあいさつ:
 4月より研修医として努めさせていただきます。至らぬ点多々あるかと思いますが日々精進してまいりますので、ご指導ご鞭撻の程どうぞよろしくお願いいたします。

異動医師 形成外科:平山 泰樹 整形外科:松橋 美波 整形外科:中村 圭 研修医:小林 恵梨香 研修医:泉 優理

令和5年度、明るく元気いっぱいの看護局新採用者11名(新人5名、既卒6名)、社会福祉士1名が仲間入りしました。よろしくお願いいたします。



♪ スプリングコンサート

2023年3月20日

3年ぶりに院内コンサートを開催しました。(院内職員対象)元名誉院長・後藤武男先生に感謝の気持ちを込めて演奏しました。市長もお越しになり、ベルハーモニー、フラグランスとともに、楽しい時間を過ごすことができました。



高砂市から健診のお知らせ

あなたとあなたの大切な人のために 定期的に健診を受けましょう！

【令和5年度 がん検診等について】

★5月下旬に対象者に健康お守りカードを送付します

高砂市のがん検診等を受ける時に必要なカードです。今年度、自分が受けられるがん検診等の項目を、一目で確認することができます。

令和5年度の健康お守りカードは、下記の人を対象に令和5年5月下旬に送付します。

性別	年齢	検診項目	検診機関	検診日	検診時間
男性	40～74歳	胃がん	高砂市民病院	6月	9時～12時
	20～39歳	大腸がん	高砂市民病院	6月	9時～12時
女性	40～74歳	乳がん	高砂市民病院	6月	9時～12時
	20～39歳	子宮頸がん	高砂市民病院	6月	9時～12時

健康お守りカード

送付対象者

- | | |
|---|--|
| 〈女性〉
●20～74歳の人
●75歳以上の
前年度がん検診受診者 | 〈男性〉
●40～74歳の人
●20～39歳の
前年度がん検診受診者 |
|---|--|

※表記は令和6年3月31日時点の年齢です。
 ※送付対象者以外の人でも、希望すれば発行が可能です。
 健康増進課までお電話ください。

実施期間

令和5年6月から令和6年3月まで

がん検診受診までの流れ

- 1 健康お守りカードが届く
- 2 医療機関を選び、電話で予約
- 3 予約日に受診する

その他

市のがん検診は、実際にかかる費用より安く受けることができます。実施している検診項目、費用、実施医療機関などの詳細は、下記でご確認ください。

市ホームページ



たかさこ健康だより



〈問い合わせ〉

高砂市がん検診等に関すること(健康増進課)
 ☎079-443-3936

【令和5年度 国保特定健診(後期健康診査)について】

—高砂市国民健康保険・後期高齢者医療加入者の皆さんへ—

★6月上旬に対象者に受診券を送付します

高砂市では、生活習慣病の予防、早期発見のために、国保特定健診・後期健康診査を加入者向けに実施しています。病気の予防、早期発見のために年に1回国保特定健診(後期健康診査)を受けましょう。現在通院中の方でも受診できますので、ぜひご検討ください。

6月上旬に対象者に受診券を送付します。詳しくは受診券に同封の案内をご覧ください。



受診券

送付対象者

高砂市国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者

実施期間

令和5年6月から令和6年2月まで

受診方法

市民病院健診と個別健診の2種類があります。

市民病院健診 実施医療機関：高砂市民病院

申込方法 電話で市民病院健診担当(☎079-442-3981)まで

受付時間 平日8時30分～12時30分、13時30分～16時

個別健診 実施医療機関：市内指定医療機関

申込方法 電話で実施医療機関まで

受付時間 実施医療機関によって異なる

健診内容(基本項目)

問診、身体計測(身長・体重・腹囲・体格指数)、
 血圧測定、尿・血液検査(血糖値・コレステロール・
 中性脂肪・肝機能・腎機能)

受診日当日の持ち物

受診券、保険証、問診票など

健診料金

無料

その他

国保特定健診、後期健康診査以外に人間ドック(高砂市民病院、高砂西部病院)の費用助成も実施しています。詳しくは「広報たかさこ」でお知らせします。(人間ドックを受診する人は、健診項目に国保特定健診(後期健康診査)の内容が含まれるため、国保特定健診(後期健康診査)は受診できません)

〈問い合わせ〉

高砂市国民健康保険の特定健診に関すること
 (国保年金課国保給付係)

☎079-443-9020

後期高齢者医療の健康診査に関すること
 (国保年金課医療係)

☎079-443-9021

ぶらり、診療所紹介の旅

～もっと知りたい、地域のお医者さん～

さわたり循環器科内科 院長 澤渡 久幸

高砂市伊保4丁目にて、1996年11月5日に開院してから27年目になりました。以前は高砂市民病院循環器内科に15年間勤務しておりましたので、高砂市で42年間、循環器専門医として診療に従事してきたこととなります。

5年程前から内科医が1人加わり、午前中の混雑時には2人体制で診療を行うようにしており、診察待ち時間の短縮や高砂市民病院等の近隣の総合病院との病診連携をなるべく迅速にとれるよう努めています。

これからも、微力ではございますが地域の皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただきます。

診療情報はこちら ▶ ☎ 079-446-2332

FAX 079-446-2331



ふじわら医院 院長 藤原 史利

1998年の6月1日に、生まれ故郷の高砂市米田町で開業し、お陰様で25年が過ぎました。四半世紀も経ちますと、開業当初から通院されている患者さんには90歳を超える方(ほとんど女性)も増え、日本人にとって人生百年時代が現実味を帯びてきていることを実感しています。

趣味は「山歩き」ですが、高砂市には高御位山という名山があり、大変お世話になっています。仕事では「今、目の前の人を大切に。」を常に心に留めながら頑張っていますが、現実には目の前の患者さんや職員に「どうする史利」と決断を迫られている日々です。

診療情報はこちら ▶ ☎ 079-434-2355

FAX 079-434-2356



部署紹介 5階東病棟

5階東病棟は急性期病床(31床)と地域包括ケア病床(17床)があり、主に整形外科と内科の患者さまがおられます。急性期病床では疾患の増悪で入院された方や急な骨折など、急性期治療を必要とする患者さまのケアを行っています。手術を受ける患者さ

まへは術前・術後の不安を軽減できるようにチームで取り組んでいます。

地域包括ケア病床では多職種と密に連携をとり、患者さまが安心して退院できるようリハビリを支援したり、退院後の生活環境を整えたりしています。

病棟で特に力を入れている指導やケアについて紹介します

骨粗鬆症指導について

二次骨折予防に力を入れており、患者さまの健康寿命・QOLが保たれるように様々な取り組みを行っています。

骨粗鬆症と診断された患者さまには、パンフレットを使用し説明させていただき、ご希望があれば栄養指導や運動指導も多職種と連携し行っています。

また、治療が開始となり骨粗鬆症治療のため自己注射をされる患者さまには、デモ機を使用して練習していただき、退院後も外来で継続的なフォローを行っています。



自己注射の練習風景



ご説明のための各種パンフレット

地域包括ケア病床について

地域包括ケア病床では急性期治療を終え、退院に向かう患者さまの自立を促す支援、生活に密着した関わりを主に行っています。その為に日々カンファレンスを行い、その人に合ったケアをチームで考えています。また、自分ではシャワー浴の出来ない患者さまに「特浴(寝たままの入浴)」を実施しています。

入院中は退院後の生活をイメージできず不安になることもあると思いますが、どんなことでも気軽にご相談ください。写真は地域包括ケア病床カンファレンスの様子です。週2回実施しています。



患者さまへのお知らせ

ホッとひと息 寄り道講座

日時: 第3水曜日10:00~10:30 (5月のみ木曜日に開講) 場所: 市民病院玄関ホール

5月18日(木)テーマ: 慢性腎臓病(CKD)について 講師: 慢性疾患看護専門看護師

6月21日(水)テーマ: がん検診でGO 講師: 健康福祉センター健康増進課

7月19日(水)テーマ: STOP振り込め詐欺 講師: 高砂警察生活安全課

※講座日は変更することもあります。

幼児作品展

患者さまやご家族の癒しとなるよう、市内の公立幼稚園・保育園・認定こども園に通う子供たちの作品を温室横に展示しています。

今回は「阿彌陀こども園」「北浜こども園」の皆さんが作ってくれました。「阿彌陀こども園」の作品は、ひな祭りです。楽しそうな園児の様子が想像できます。「北浜こども園」の作品は、さくらが満開で春の訪れを感じます。

各施設に協力していただき定期的に交換していく予定ですので、来院の際は心温まる作品をご覧ください。



阿彌陀こども園の作品



北浜こども園の作品

健康レシピ

ビーフシチュー

特別な日に食べたい本格的なビーフシチューがご家庭で簡単に作れますよ。

エネルギー 261kcal 食塩相当量 2.0g

<材料(4人前)>

牛肩ローススライス……………200g
 玉ねぎ……………200g
 ジャガイモ……………160g
 ブロッコリー……………80g
 サラダ油……………4g
 水……………440g
 トマトピューレ……………8g
 ① ウスターソース……………12g
 マーガリン……………4g
 デミグラスソース……………240g
 生クリーム……………4g

<作り方>

- ① 牛肉とじゃがいも、ブロッコリーは食べやすい大きさに、玉ねぎは1センチ幅のスライスに切ります。
- ② 鍋にサラダ油をひき中火で熱し、牛肉を入れて焼き色がつくまで炒めます。
- ③ ②にじゃがいもと玉ねぎを加え、油がなじむ程度に炒めます。
- ④ ③に水を加え、Aの調味料を順に入れて、落とし蓋をして中火で10分程煮込みます。
- ⑤ デミグラスソースと下茹でしたブロッコリーを加え、さらに弱火で10分程煮込みます。 ※デミグラスソースは焦げやすいので注意してください。
- ⑥ お皿に盛りつけ、お好みで生クリームをかけて完成です。

よく炒めることで、あくが出にくくなります。

POINT

ビーフシチューをご飯やパンと一緒に食べ、ついついカロリーを多く摂取している気がしませんか？今回は、ビーフシチューをカロリーオフするポイントをお教えます！

1. 脂身を取り除こう

ビーフシチューには、脂身が付いた牛肩ロース肉などが使われることが多く、脂身が付いているとカロリーが高いため、カロリーオフするなら脂身を落とすのがおすすめです。実際、100gあたりのカロリーを比べると、脂身付きは221kcal、赤身肉は160kcalとなっています！

2. 野菜を工夫しよう

じゃがいもの量を少なめにし、マッシュルームや人参など、食物繊維を多く含んだきのこや野菜類をプラスすることで、さらにカロリーオフになりますよ。

専門看護師による 腎臓病看護外来のご紹介

慢性疾患看護専門看護師／透析看護認定看護師 竹澤 一憲



慢性疾患看護専門看護師の誕生

専門看護師とは、日本看護系大学協議会が定める専門看護師教育課程基準の所定の単位を取得し、認定審査に合格した看護師であり、「専門看護分野※」ごとに日本看護協会が認定しています。

私は透析看護認定看護師として、透析関連の看護について取り組んできました。しかし、更なる専門性を高め、透析予防を含めた腎臓病にかかわる患者さまの生活の質(QOL)向上に貢献したいと考え、2022年に「慢性疾患看護専門看護師」の資格を取得しました。

慢性疾患看護専門看護師は、生活習慣病の予防や、

慢性的な心身の不調とともに生きる人々に対する慢性疾患の管理、健康増進、療養支援などに関する水準の高い看護を行うことが役割とされています。現在、腎臓病看護外来や血液浄化センターを中心に活動していますが、医師や多職種と連携を図りながら、地域全体の『腎臓病看護』の一助を担うことができるよう努めて参ります。

※詳細はHP(日本看護協会 資格認定制度→専門看護師)を参照ください。

【慢性腎臓病(CKD)って!?!】

慢性腎臓病(CKD:Chronic Kidney Disease)は、腎臓の働きが健康な人の60%以下に低下するか、たんぱく尿が出るといった腎臓の異常が続く状態を言います。現在、成人の約7人に1人(約1470万人)が罹っており、新たな国民病とも言われています。

腎臓は「沈黙の臓器」と言われ、自覚症状が乏しく、症状を自覚した時には既に進行しているというケースも少なくありません。しかし、原因となる高血圧・糖尿病・脂質異常症・肥満などの生活習慣病を早期から治療することにより、その進行を遅らせることができます。

【腎臓病看護外来について】

腎臓病看護外来は2022年5月に開設した看護外来です。内科医師の指示のもと、CKDを専門とした看護師が、患者さまの生活に合わせた食事などの療養が継続できるよう共に考え、CKDの進行を遅らせるためのご相談をさせていただきます。

【腎臓病看護外来】

毎週火・水曜日(予約制)に実施しています!
※ご紹介は、内科担当医へお願いします。

2022年5月～2023年3月までの
腎臓病看護外来件数:219件

学会発表 ～症例と取り組み～

第2回日本臨床腎臓病
看護研究会
学術集会・総会

2023年3月4日(土)

「保存期CKD患者の重症化予防に向けた看護支援プログラムの検討
～療養生活での減塩を促進するセルフマネジメント支援～」
竹澤 一憲



Takasago Municipal Hospital

高砂市民病院 広報広聴委員会 広報紙編集チーム

〒676-8585 兵庫県高砂市荒井町紙町33番1号
TEL 079-442-3981 FAX 079-442-5472
URL <https://www.hospital-takasago.jp/>

高砂市民病院 検索



研修やオープン カンファレンスなどの内容は、
ホームページをご覧ください。

健診に関する情報は
こちら→



通算 149号