

きぼうへの かけはし

2023年冬号

目次

- P1…新年のごあいさつ
- P2…特集「骨粗しょう症について」
- P4…緩和ケア
ふらり、診療所紹介の旅
- P5…新人言語聴覚士紹介
- P6…部署紹介 市民病院事務局
- P7…患者さまへのお知らせ・幼児作品展示・
健康レシピ・学会発表
- P8…乳がんと乳がん検診について

新年のごあいさつ

高砂市民病院事業管理者 兼 院長
渡部 宜久

高砂市の病院事業管理者となって3度目の新年です。昨年4月からは院長を兼任しています。コロナと共に過ごした2年間でしたが、今年もwithコロナでやっていく事になりそうです。

先日、「経営理論に学ぶ 病院経営戦略」(井上貴裕著)という本を買って読みました。過去の有名な経営学の巨匠が提唱した3C分析、SWOT分析、4P分析、ビジネス・スコアカード(BSC)など数々の経営理論と病院運営への活用法が書かれていましたが、理解はなかなか難しく、頭に残ったのは、最初の章の新任院長が心得ておくべきこと(副題は新任CEOを驚かせる7つの事実)でした。

- 1) 院長(CEO)が経営を担っているのではない。
- 2) 院長(CEO)が命令を下すことはリスクが高い。
- 3) 院長(CEO)は院内で何が起きているかを把握できない。
- 4) 院長(CEO)の言動の全てがそのままメッセージになる。
- 5) 院長(CEO)には役員会という上司が存在する。
- 6) 院長(CEO)の目的は短期利益の追求ではない。
- 7) 院長(CEO)といえども1人の人間にすぎない。

以上の7つの項目でそれぞれ、なるほどと思わせる内容です。特に、2)4)については本文の解説を読んで思い当たるところがあり、今後の言動には十分な配慮が必要であると感じました。病院全体をチームと考えると、リーダーは院長です。新任院長を驚かせる7

つの事実によれば、院長が一方向的にトップダウンで命令を下してもチームは思い通りに動くわけではないことになります。

現在、市民病院では、褥瘡対策チーム、排尿ケアチーム、高齢者ケアチーム、摂食・嚥下サポートチームなど多職種で連携して院内全体で積極的に活動している複数のチームがあり成果を上げています。さらに、院内の各部門も病棟もチームと考えて、それぞれの専門分野でのチームの活動をうまく連携させることで、市民病院を、方向性を持ったひとつのチームにし、患者さんへの対応の向上や経営の改善にむけて動いていきたいと思えます。

地域の皆さんも、市民病院を利用して気づいたこと、外から見て気づいたことがあれば、遠慮のないご意見をいただければと思えます。

おわりに、高砂市民病院は、急性期・回復期・終末期の3つの機能を持ち、紹介状なしでも外来受診できて、CTやMRI、内視鏡などの様々な検査設備もあり、経験豊富な医師がいる地域の方々にとって利用しやすい病院です。今後は、病院と地域の医療機関・訪問看護・介護施設などとの連携をさらに進めて、外来・入院治療から在宅療養までをカバーできるように面倒見の良い病院を目指します。



骨粗しょう症について



副院長 整形外科 長谷川 康裕

日本は、世界でも有数の長寿大国であり、令和3年時点の高齢化率(65歳以上の割合)は28.9%と発表されています。そして高砂市の高齢化率は29.1%で、ほぼ日本の縮図ともいえる割合です。長寿社会となる背景には、医療レベルの発展、食文化の変化や健康意識の高まりなど多くの要因が関係しており、今や人生100年時代とも言われています。その一方で、高齢化による健康寿命(日常生活に制限がなく生活できる期間)への不安や、老化による衰えなど、様々な懸念がつきまとう現実にも直面します。病院で勤務していると、「長生きするなら自分の足で歩きたい」などのお声をよく耳にしますが、これは皆さまも同じ考え方ではないでしょうか。

今回は、これら健康寿命に関連する「骨粗しょう症」と、当院の取り組みについて紹介させていただきます。「骨粗しょう症」は、テレビや雑誌などでも多く取り上げられ、すでに広く認識されている病名だと思います。これは骨が弱くなって、骨折しやすくなる病気であり、加齢、生活習慣、ホルモンバランスの変化(とりわけ閉経後の女性)などが主な原因と言われています。また、これらの原因以外にも特定の病気や薬の影響から引き起こす、続発性の骨粗しょう症に大別されます。どちらの原因でも骨密度は低下し、転倒することで簡単に骨折を招き、重度になると転倒などの原因がないのに背骨の骨折を引き起こす、ということも少なくありません。介護を必要とする原因の多くは、この骨折であることもわかっており、その後の生活の質を大きく左右します。

日本では、約1200万人が骨粗しょう症とも言われていますが、実際に治療を受けている人数は20%ほどです。骨粗しょう症と関係が深い股関節骨折(足の付け根)は、年間20万件、背骨にいたっては年間100万人が骨折を経験しているとも言われており、骨粗しょう症治療によってこれらの骨折を防ぐことは、患者さま個人はもちろんのこと、社会的な貢献も計り知れません。治療を受ける人数が少ない大きな理由は、症状がはっきり出ないことにあります。痛みや腫れなどがあれば病院へ受診しますが、この病気は多くが無症状で発症しています。また、症状がはっきりしないため、治療の効果も感じにくく、途中で治療をやめてしまうことも少なくありません。このような問題に対して、骨折リスク評価や骨粗しょう症治療による骨折防止を目的に、骨粗しょう症学会では、「リエゾンサービス」という骨粗しょう症の診療支援サービスの普及・推進をすすめています。すでに英国やオーストラリアでは、この取り組みによって骨折数は減少し、医療費の抑制に一定の効果を得られています。

「リエゾン」とは「連絡係」と訳され、診療におけるコーディネーターの役割を意味します。認定試験に合格した骨粗しょう症マネージャーが主にその役割を担い、当院でも多職種(看護師、薬剤師、理学療法士、診療放射線技師、臨床検査技師、臨床工学技士)8名のスタッフがマネージャー資格を取得しており、2020年よりチームを構成し、活動を開始しました。股関節や背骨の骨折を経験した方の

多くは、数年以内に再び骨折する可能性が高くなるため、骨折後は骨粗しょう症の治療を開始することが推奨されています。チームの活動では、股関節骨折や背骨の骨折で入院された患者さまをリスト化し、必要な検査や治療など整形外科医と協力して取り組んでいます。チーム構成前の、この治療率は4割に満たない数でしたが、活動を開始した2020年は治療導入した人の割合は約6割に、2022年度の股関節骨折患者さまでは9割以上が治療導入できました。治療を導入できた患者さまには、定期的に骨密度を検査し、どの程度効果があったかも確認していただきます。また、これらの活動には2022年度から一部保険請求も可能となり、国をあげて推進していることがわかります。

外来においても、待合等に骨粗しょう症治

療啓発のためのビデオを流したり、冊子を配置しており、今後は退院後の外来患者さまや他院あるいは施設転院後まで、治療が導入および継続できるよう活動を高めることが課題となっています。また、市民の皆さまに対して、予防や治療を含めた骨粗しょう症のことを知ってもらえる場を提供できるよう、チームで画策しております。

骨粗しょう症は、適切な治療、食事、運動によって進行を食い止め、骨密度を高められることがわかっています。そしてこれには治療の導入と継続が、最も大きな鍵となっています。健康寿命延伸のためにも、このような活動が少しでもお役に立てるよう取り組んでいきたいと思えます。骨粗しょう症のことで不安がある場合は当院医師または医療機関でご相談ください。



放射線科受付

骨粗しょう症に関する動画やパンフレットを設置しています。採血受付では、骨に必要な栄養素を含む食事のレシピも紹介しています。

チームミーティング

月に1回、専門医および骨粗しょう症マネージャーが集まりミーティングを行っています。

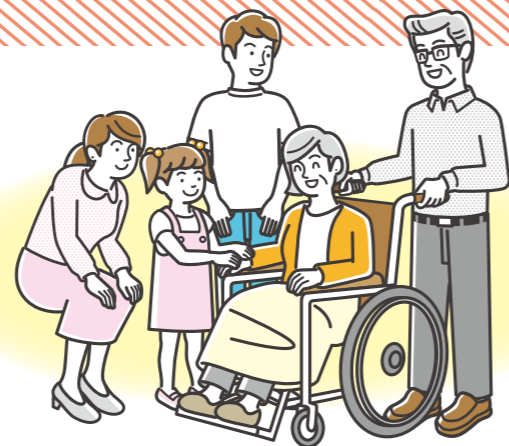


緩和ケア病棟 主任 石井 弥生

最期まで寄り添ったケアを

緩和ケア病棟では、最期までその人らしく生きること、またこれまでの生活を大切にできるようお手伝いし、最愛のご家族とよい時間を過ごせ、笑顔がみられるような時間を大切にしています。

コロナ禍、入院すると面会ができずご家族との大切な時間を持つことが難しい現状がありますが、緩和ケア病棟では最期の時を患者さま、ご家族が納得して過ごしていただけるよう面会者を固定するという条件はありますが、24時間面会ができるよう配慮させていただいています。面会されたご家族からは、「前の病院では付き添ってあげられなかったので、ここに来てよかった」「こんなに母といろいろ話をする時間が持てて良かった」などの声が聞かれました。患者さま、ご家族にとって最愛の人が傍にいるということは精神的な安心に繋がります。「何かあればナースコールしてくださいね」と看護師はいつも声かけし患者さまの声を聴き(傾聴)、「しんどい」「つらい」「楽にしてほしい」などの想いを受け止め(受容)、傍にいる(存在)ことで、寄り添ったケアが提供できるよう日々努めています。



緩和ケア病棟での関わり

緩和ケア病棟に入院すると「もう退院できないのでは」というご質問をお受けすることがあります。緩和ケアは症状が緩和でき、在宅療養を希望される方には在宅調整を行います。Aさんは「家に帰りたい」「家族と過ごしたい」と希望されました。Aさんはトイレへの移動も介助が必要で、酸素吸入を行い、医療用麻薬を使用していました。Aさんの意思を尊重しつつ家族の想いにも耳を傾けながら在宅療養に向け、関わっていきました。在宅酸素を手配、薬剤師へ服薬指導の依頼、患者支援センターや訪問看護ステーションとも連携し、調整を行い、ご自宅へ退院されました。

緩和ケアというと堅苦しい、重苦しい印象を持つ方も多いと思います。私たちはその人自身をみる視点で一人一人の意思を大切に、支えられるよう日々チームでケアを行う努力をしています。

新人言語聴覚士紹介

昨年4月から着任しました言語聴覚士の村上 茉由です。趣味は写真撮影です。おすすめスポットは秋の砥峰高原(兵庫県神河町)です。特に夕方のススキが黄金色で、とても綺麗です。まずは私の撮影した写真をお楽しみください。

皆さんご存じですか? 飲み込みが悪くなる病気があります。それを嚥下(えんげ)障害といいます。この病気になると栄養失調や、誤嚥性肺炎(食物が肺に入ること起こる肺炎)になり、寝たきりの原因になります。嚥下障害は、加齢により飲み込む力が弱くなることで起こる病気です。当院は、飲み込みにお困りの方を対象に『嚥下外来』を開設しています。「飲み込みにくい」と感じる方はぜひ一度ご相談ください。



私が撮影しました!



新人言語聴覚士
氏名: 村上 茉由(むらかみ まゆ)

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～

ふせ耳鼻咽喉科 院長 布施 愉香

縁あって高砂の地に移り住み、医学部生、大学院生、勤務医を経て、この地で平成20年10月に耳鼻咽喉科医院を開業いたしました。出産・子育ても同時進行でしたが、高砂の方々にひとかたならぬご援助をいただき、現在に至ることができたと心より感謝しています。

自らの生活基盤となった高砂で、地域医療に貢献すべく、みみ・はな・のどのスペシャリストとして、また一次医療機関としての役割を果たし、高砂市民病院等の高次医療機関と連携してまいります。

「今日できることは明日まで延ばすな」をモットーに、頼りになるスタッフと共に日々全力で診療に取り組んでまいります。

診療情報はこちら ▶ ☎ 079-440-3060

URL : <https://www.fusejibika.com>



矢野内科医院 院長 矢野 隆

2004年3月に高砂市米田町で開業いたしました。開業までは基幹病院において循環器内科(狭心症・心筋梗塞・不整脈など)と呼吸器内科(気管支喘息・肺気腫など)を中心に内科全般の診療に携わってまいりました。

皆さまに信頼される医院、丁寧な説明と最適な医療を提供できる医院をめざしております。また、近隣の総合病院や専門病院と連携をとりながら最新の医療をうけていただけるよう配慮しております。何でも相談できるホームドクターとして地域医療に貢献できるよう頑張りたいと思います。

診療情報はこちら ▶ ☎ 079-432-7100

URL : <http://www.yano-naika.jp>



部署紹介 市民病院事務局

医事業務委託業者変更について



春

病院の玄関 = 「総合案内」は
コンシェルジュにお任せください!



夏

人を元気にする
ホスピタリティマインド



秋

人を元気にするホスピタリティで、
心の通い合う質の高い接遇を提供します!



冬

令和4年10月1日から窓口対応を行っている会社に変更となりました

新しい会社は接遇に力を入れて業務に取り組んでいます。就業開始前には接遇スペシャリストから接遇トレーニングを受けてから窓口対応しています。また、業務開始後も実際の対応を接遇担当者が抜き打ちでチェックを行い、改善が必要であれば指導を行います。

また、フロアコンシェルジュに関しましては、他職員と異なる制服を着用し、患者さまに寄り添い、丁寧な接遇を心がけております。また、季節ごとに制服を変

更し、春夏秋冬に応じた制服で安心・信頼と共に季節感も提供いたします。

患者の皆さまには、10月の業者変更直後においては処理にお時間をいただきご迷惑をおかけしましたが、現在ではスムーズに対応を行うことができ、接遇面に関してのお褒めの言葉をいただくようになりました。

今後とも、病院職員とともに患者さま第一の精神で業務を行ってまいりますのでよろしくお願いいたします。

総務課紹介

市民病院事務局総務課は、管理係・財務係・施設係の3係で業務を行っております。総務課は、直接外部との接触が少ない部署ですが、患者さま及び職員に快適に利用いただけるよう、日々業務に取り組んでいます。主な業務は、以下のとおりです。

- 管理係**
 - ①人事管理、給与支払事務
 - ②福利厚生に関する事務
 - ③院内運営に関する各種委託契約事務
 - ④郵便受付、配布
- 財務係**
 - ①決算に係るとりまとめ
 - ②病院の収入及び支払の管理
 - ③医薬品、診療材料、院内共通物品購入事務
 - ④医療機器購入・保守契約事務
- 施設係**
 - ①病院の建物や設備に関する維持管理
 - ②清掃、医療用廃棄物に関する事務
 - ③防災設備の維持管理

高砂市民病院では、 紹介状なしで受診した場合も、 保険外併用療養費がかかりません

高砂市民病院は、令和2年4月から一般病床数が199床になったため、紹介状のある、なしに関わらず、「初診時保険外併用療養費(1,650円)※」の請求が廃止されています。

なお、他の医療機関により作成された紹介状をお持ちの場合は、患者さま情報が記載されているため参考とさせていただきますので、高砂市民病院へ紹介状をご提出ください。

※「初診時保険外併用療養費」とは、一般病床数が200床以上の医療機関が、医療機関自身の判断で料金を設定し、請求している料金です。例えば一般病床数が200床以上の地域医療支援病院では、医科初診時7,000円以上、再診時3,000円以上の定額負担を設定している医療機関もあります。

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
場所: 市民病院玄関ホール

1月18日(水) テーマ: 骨粗鬆症について	講師: 放射線科
2月15日(水) テーマ: 終活について	講師: 司法書士
3月15日(水) テーマ: 乳がん検診について	講師: 中央検査科

※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「曾根こども園」「米田こども園」の皆さんが作ってくれました。「曾根こども園」の作品は、トンボが立体的ですてきな作品になっています。「米田こども園」の作品は、「うんどうかい」が、みんなで楽しくできた様子がうかがえる作品になっています。

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。



曾根こども園の作品



米田こども園の作品

健康レシピ

チキンチャップ

パリッと焼けた皮とジューシーなお肉、甘口のケチャップソースが白いご飯に良く合います! 見た目が華やかで、フライパンで作れるととてもお手軽な料理です。

エネルギー 192kcal 食塩相当量 0.9g

<材料(4人前)>

- 鶏もも肉……………80g×4枚
- 料理酒……………小さじ1
- 塩……………少量
- こしょう……………少量
- 小麦粉……………大さじ1
- サラダ油……………小さじ1
- 玉ねぎ……………80g
- サラダ油……………小さじ1
- ケチャップ……………大さじ2
- トマトピューレ……………大さじ1
- 白ワイン……………大さじ1
- 濃口醤油……………大さじ1
- 水……………小さじ2
- 砂糖……………小さじ1
- 乾燥パセリ……………少量
- パプリカ……………80g
- サラダ油……………小さじ1
- ブロッコリー……………80g
- グリーンピース……………10g
- 塩……………少量
- こしょう……………少量

<作り方>

- ①ボールに鶏もも肉を入れ、料理酒を加えて10分程なじませます。
- ②キッチンペーパーなどで水気をふきとって塩・こしょうを振り、表面に小麦粉を薄くまぶします。
- ③フライパンに油をひき、鶏もも肉の両面を強火で焼きます。
- ④焼き色がついたら弱火にし、蓋をして10分程蒸し焼きにします。
- ⑤付け合わせのブロッコリーは小房に分けてグリーンピースと一緒に塩ゆでし、パプリカは食べやすい大きさに切り、フライパンで軽く炒めて塩・こしょうで味を調えます。
- ⑥玉ねぎはみじん切りにし、油をひいたフライパンで炒め、④の調味料を加えて、焦げないように混ぜながら弱火で10分程煮詰めます。
- ⑦ソースにトロミがついたら火から降ろしてお皿に敷き、食べやすく切った鶏肉を乗せます。
- ⑧付け合わせの野菜を彩りよく飾り、パセリを振れば完成です。ソースを絡めながらお召し上がりください。

POINT

鶏もも肉は、疲労回復効果があると言われるビタミンB群が含まれるだけでなく、貧血の予防に効果のある鉄分や、骨を丈夫にするビタミンKが胸肉など他の部位よりも多く含まれています。カロリーやコレステロールが気になる方は、皮を取り除くことで脂質を減らすことができるので、低脂肪、高たんぱくな食材になりますよ。



学会発表 ～症例と取り組み～

第16回日本慢性看護学会

2022年8月20日

「慢性腎臓病患者の重症化予防に向けた減塩を促進する看護支援プログラムの検討」 竹澤 一憲

日本地域共生ヘルスケア学会 第2回学術集会

2022年9月23日

「緩和ケア病棟でのACPとスピリチュアルケアを考える ～アルコール依存症を伴う認知症患者との関わり～」 友成 恭子

乳がん検診について

高砂市民病院 中央放射線室

みなさん、「ブレスト・アウェアネス」という言葉をご存じでしょうか？「ブレスト・アウェアネス」とは、「乳房を意識する生活習慣」のことです。女性が自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識して生活することで、負担が少なく取り組める生活習慣です。

ブレスト・アウェアネスの4つのポイント

- 1 自分の乳房の状態を知る
- 2 早く乳房の変化に気づく
- 3 乳房の変化に気づいたら、すぐに医師に相談する
- 4 定期的に乳がん検診を受ける（40歳以降は乳がん検診を）

ブレスト・アウェアネスは乳がんの早期発見、早期診断、早期治療につながる女性にとって重要な生活習慣です。

欧米などでは検診受診率の向上と治療の進展も重なって、死亡率が年々減っています。一方で日本の乳がん検診受診率は、先進国の中でも低いレベルに位置し、年々死亡率は増加傾向にあります。このことから、早期発見のためには定期的な検査を受診する必要があります。

マンモグラフィ検査は乳がんの早期発見、死亡率減少の有効性が確立された検査方法です。国の指針で「40歳以上の女性は2年に1回マンモグラフィによる検査が適切」と言われています。

当院では、2021年6月から健診センターが開設し、乳房の検査はマンモグラフィと乳腺エコーの2種類の検査が受けられます。中央放射線室ではマンモグラフィを実施しており、2020年度は年間540件の検査数でしたが、2021年度は約2倍の年間1,100件まで増えました。

マンモグラフィ検査は撮影台の上に片方の乳房をの

せ、透明な板で乳房を平らに押し広げて撮影します。マンモグラフィ検査は“挟まれて痛い！”と言われるのをよく聞きますが、これは乳房の厚みをできるだけ薄くするために押し広げているためです。乳房の厚みを薄くすることで以下の効果があります。

- 1 被曝線量が減る
- 2 乳房が固定され、受診者さまの動きによる画像のゆがみが減る
- 3 乳房の厚みが均一になるため、乳房全体が観察可能な画像濃度になる



「痛いから検査を受けるのがこわい!」、「乳房が小さくても検査できるの?」、「マンモグラフィと乳腺エコーどちらの検査がいいの?」など、不安なこと、疑問に思うことがあれば、ぜひ専門機関にご相談下さい。

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。
また、当院の活動については公式Facebookページをご覧ください。

健診に関する情報は
こちら→



通算 148号