

じ ん だ い

第42号

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院



2015.10.16

調布市深大寺北町4-17-1 ☎042-482-9151

URL www.kichijoji-hospital.com

基本理念

患者様やご家族の側に立った医療
患者様の社会復帰を目指す医療
全職員相互の力を発揮できる医療



秋の七草から 尾花（ススキ）女郎花（オミナエシ）撫子（ナデシコ）萩（ハギ）桔梗（キキョウ）

contents

吉祥寺病院に入職して.....	1
夏休みの出来事.....	2
自衛消防訓練審査会.....	3
委員会紹介 看護部業務検討委員会を紹介します！.....	5
研修報告 『ソーシャルメディア』 ネット社会を安心・快適に生きるために.....	6
新人コーナー／平成27年度 吉祥寺病院活動予定	7
当院のおすすめメニュー.....	8
外来担当表／当院略図／編集後記.....	9

吉祥寺病院に入職して

医局 医師 河野 敬明

みなさん、こんにちは。7月から常勤医として入職しました、河野敬明です。

せっかく機会をいただきましたので、自己紹介させてください。文章は苦手なのですが、がんばります。

名字は「かわの」と読みます。関東では「こうの」が多いですが、生まれ故郷の九州では「かわの」が多いです。よく間違えられますが、気にしないのでどちらでも気軽に声をかけていただけるとうれしいです。

高校までは宮崎、大学からは茨城で過ごしました。どちらものどかで良いところです。宮崎は、1970年代には新婚旅行のメッカと言われた南国です。茨城は、電車の路線が増えてアクセスしやすくなりました。おいしい食べものも、温泉も、自然もいっぱいあります。ぜひ行ってみてください。おすすめのスポットなどお伝えします。

そんなゆったりした所で過ごしてきたからか、性格もゆったりしているようです。精神科に興味をもったのも、時間をかけてじっくり患者さんに向き合う雰囲気と、なんとなく波長が合うように感じたからかもしれません。

空いた時間は、身体を動かすのも好きです。学生時代に少しだけ野球をやっていましたが、

野球好きの人が多いと聞いて、嬉しく思っているところです。吉祥寺病院野球部にも入部しました。病院公認チームになるように、部員のみなさんと力を合わせていきたいです。10年ほど前からゴルフもやっていて、なかなか上達しませんが下手の横好き的な感じで続けています。いずれも初心者ですが、テニス、ボルダリング、トランポリン、自転車などもはじめました。

食べものは特に中華が好きで、吉祥寺病院中華部を発足しようと思っています。ただただおいしい中華を食べ、飲むだけの会です。部員はまだ2名です。私と松井健太郎先生です。部員絶賛募集中ですのでよろしくお願いします。

とりとめのない話になってしまいました。吉祥寺病院にきて数ヶ月、日々感じていることは、なにごととも患者さん目線だな、ということです。スタッフのみなさんの対応もそうですし、OTやレクリエーションも他にないほど充実していると感じます。先日は、レクリエーションで江ノ島まで行ってきました。バスの中でカラオケを熱唱したり、イルカショーを見る患者さんたちの様子は、病室での姿とは違っていました。このような温かい雰囲気の職場で働けることを意気を感じて、みなさんとともに歩んでいきたいと思えます。どうぞよろしくお願いします。

夏休みの出来事

ダイビング旅行

A3病棟 齋藤 彩華

4月にダイビングのライセンスを取得し、今年の夏は職場の先輩と沖縄へダイビング三昧の旅に行ってきました。大きなアオウミガメが3匹も自分と並行して泳いでいたり、カラフルな魚がサンゴ礁の大群を周遊していたりと、海の

中は別世界でした。水中で無重力&自由な呼吸ができ、海の生き物とふれあえるダイビングは私にとって最高のアクティビティです。皆さんも透明度がずば抜けた沖縄の海で、別世界を体感されてみてはいかがでしょうか？

沖縄観光

A3病棟 加藤 真由

8月に職場の先輩と沖縄観光に行ってきました。沖縄の澄んだ海の中を、シュノーケルを通し眺めた世界は格別でした。ついてないことに観光中に台風に見舞われてしまいましたが、台風

に車などが煽られるスリリングを味わいながら、おきなわわーんどやひめゆりの塔など室内でも十分楽しめるスポットを観てまわることができました。機会があれば今度は是非晴天の沖縄を楽しみたいものです。



奥入瀬溪流を散策しました

相談室 PSW 小野澤貴子

私は、夏休みを利用し青森県の奥入瀬溪流へ行ってきました。当日は、雨が降っていましたが、散策直前であがった為、ゆっくり自然を楽しむ事が出来ました。奥入瀬の溪流は、十和田湖から水が流れ出ています。十和田湖は、どんなに雨が降っても満水になる事はない為、雨の日でも溪流は穏やかに流れるそうです。その為、生憎の天気でしたが、綺麗な景色を堪能することが出来ました。また、雨あがりには霏がかかっており、とても神秘的でした。



自衛消防訓練審査会に参加しました

平成27年9月15日（火）、本年度の自衛消防訓練審査会が、味の素スタジアムで開催されました。

予定されていた9月8日（火）の審査会は、当日の悪天候により9月15日に延期となり、当初29事業所32隊の参加予定が26事業所27隊と、少数精鋭での審査会となりました。

今年度はB2病棟の三井翔史さんとB3病棟の山口明莉さんの両名が、酷暑の中や雨天の日でも、慣れない動きに戸惑いながらの1カ月余りの練習の成果を発揮し、敢闘賞を受賞しました。

関係各所の皆様に感謝するとともに、両名が

体験した貴重な経験を今後の防災活動に活かして頂ければ、と思います。

ご協力ありがとうございました。



消防訓練に参加して

B2病棟 看護師 三井 翔史

私は今年度、消防訓練に参加させていただきました。今まで、消火器を使用した訓練は行っていたものの、実際の消火栓の使用や地震と火事を想定した訓練は初めてでした。消火栓使用の際、B2病棟は易操作型ではないため、2名での操作が必要になります。その際、双方が操作方法を知らなければ、消火活動もままならないことになります。

今回の経験を通し、万一の際は私自身が率先し、消火活動に当たりたいと考えます。そのためには今回の経験を一度きりの物とすることなく、今後の病棟業務の中でも復習や確認をして

いきたいと考えます。また、今回の経験、知識を自分の物だけとするのではなく、周囲に発信することも必要ではないでしょうか。これらを行うことで安全な消火活動、消防訓練の意義につながっていくと私は考えます。



自衛消防訓練審査会を終えて

B3病棟 看護師 山口 明莉

先月、大雨による延期に見舞われながらも無事に審査会が終了した。7月より猛暑や雨天に負けず訓練に徹してきた。最初は動作や敬礼に慣れることに苦労したが、深大寺出張所の皆様に熱心に指導して頂き、徐々に流れを覚えることができた。訓練中は院庭や病棟の窓辺から患者さんが応援してくれたりスタッフから労いの言葉をかけて頂いたり、いつも意欲を持って取り組めたのは周囲の支援のお蔭である。審査会では、優秀な成績を残すことができなかったが、訓練では実践的な動きを毎回身をもって覚え、今後いざという事態の時は率先して動きたい。また訓練を通していかに迅速で的確な情報発信、混乱を招かずに人々を誘導できるか、消火栓操作時の注意点などを学ぶことができ、緊

急時こそ冷静な判断や協力体制を要することが理解できた。そのために日頃からマニュアルに目を通し、実際に状況を想定して動く機会を持つことが大切だと感じた。消防訓練では日々の業務では得られない知識を習得することができ、貴重な経験ができたことに感謝している。



各委員会より

看護部業務検討委員会を紹介します！

看護部業務検討委員会 守田 亨

皆さん、こんにちは。看護部業務検討委員会の守田と申します。

早速なのですが、「看護業務」って、どういうモノのことをいうのかご存知ですか？

そう聞かれて、答えられる人…同業者、それものかなりのキャリアのある方なのかとお見受け致します。しかし普通「看護業務」って聞かれても、ピンとくる人、答えられる人はそうはいませんし、なかなかこの言葉からのイメージも湧き辛いかと思います。

そこで、ググってみたところ、国内最大の看護系職能団体である日本看護協会で、以下のように規定されているのを見つけたので、参考までに載せておきます。

日本看護協会に由りますと、「看護業務は保健師助産師看護師法により規定され、かつ看護倫理に基づいて実践される。看護業務の範囲はあらゆる健康レベルの対象に対する看護実践である。この看護業務実践は、保健・医療・福祉の領域で展開されおり、対象は個人・家族・集団・地域社会などである。」とされています。これは、日本看護協会の看護業務基準というところからの引用ですので、かなり難しく書かれています。

これだと、余計分かり辛くなったと言われそうなので、もう少し噛み砕いて言いますと、「看護師が実施する仕事（業務）は、いろいろな対象者に行う物事で、それらは医療的にも、法律的にも、そして人道的にも、適切に実施される看護師の行う仕事（業務）」と言い換えられるのかと思います。そうは言ってもこれだけでもかなり広すぎるので、ここからは、私たち吉祥寺病院の看護部業務検討委員会では、普段どんなことをしているのかをお伝えしようかと思います。

ここ数ヶ月では、二つの課題に取り組んでいます。一つは普段私たち看護師の業務に欠かせない

点滴の材料の選定、そして次いで看護業務マニュアルの見直しを行っています。先ず使用する点滴材料の選定についてですが、具体的にはどんなことを検討しているのかと言いますと、医療行為は経済活動の一端でもあるため、看護師が実施する点滴にどれだけの診療報酬の点数がついているのか、そして、それとのバランスとして使用する材料には必ずコストが掛かってくるため、そこで使用される材料が使いやすいことなどを念頭におきつつも、医療材料の費用が診療報酬の点数の範囲内で収まるのにはどうすれば良いのかを検討しています。幾つかの材料の組み合わせを試しながら、こういった患者さんの条件であれば、安全性と経済性が担保されるのかなどを考慮しながら検討しています。一日に数回点滴を実施するのか、それとも一回のみの実施なのか、点滴をしている患者さんがその点滴のことを理解しているのかなどあらゆる条件について想定して検討しています。次にマニュアルの見直しについてですが、法制度の改正や用語の使われ方などの時流に合ったカタチにしたモノに改訂しながら、使いやすいマニュアルをということで、タイムリーに改訂を重ねています。昨年の4月には保護者制度の見直しなどを含めた精神保健福祉法が大幅に改正されました。その際には保護者という用語を使用しなくなったため、同意者という用語に置き換えるなどの改訂作業を行っています。またマニュアル自体の使い勝手をよくするために、インデックスを工夫したりなどの作業も行うなど、まさに「看護業務」は多岐に渡るモノとなっています。看護部業務検討委員会ではそうした看護師の業務の整理整頓を行う部署として、日々活動しています。今回の『委員会紹介』で少しでも私たちの日頃行っている活動を知っていただけたら幸いです。

研修報告

院内教育研修『ソーシャルメディア』ネット社会を安心・快適に生きるために

講師 株式会社イッスン 代表取締役 宮松利博氏 に参加して

作業療法科 OT 山本 宗彦

院内教育研修委員会・ホームページ委員会共催の上記研修に参加させていただきましたので、その報告をさせていただきます。

始めに言い訳をしますが、私は『ソーシャルメディア』に大変疎い人間でして、それらを利用したことはおろか、スマホを持ったことがなく、「ちょっと苦手」と思っていたので、文章中にいろいろ思い違いなどがあるかもしれませんが、予めお断りしておきます。

SNSには疎いのですが、日々ニュースに接していると、炎上して大変なことになったり、SNS上で世論が形成されていたり、企業等から個人情報漏洩したりと、注意していないと取り返しのつかないことになってしまう、というイメージは持っていました。その一方で、記念写真や動画を撮ってフェイスブックにアップしたり、スマホを楽しそうに使う周囲を見ていて、自分も使えたらいろいろ楽しくて便利だろうな、とも思っていました。

もう20年以上前の話になりますが、私が社会人になった当初、その時は今と畑違いの仕事をしていましたが、仕事に携帯電話を使うことは無く、パソコンよりもワープロを使用していました。インターネットの普及はまだまだ先の話でした。

そのような環境で20代を過ごしたので、現在のSNS全盛の時代とは隔世の感があり、今もSNSを使うことができません。けれども、「SNSを使っていなくても危険がある」とのことで、自分も勉強しなくては、と今回参加をさせていただきました。

研修の内容は「SNSの良いところ、怖いところ」「SNSを使っていなくてもこんなに危険」「SNSを安心して使うために」「質疑応答」でした。

講師の先生のお話はとても興味深く、SNSに疎い自分には衝撃的な内容でもあり、あっと言う間の60分間でした。

「SNSの良いところ、怖いところ」ではSNSは「いったん拡散したら、削除はできない」というリスクがあり、仲間内だけのつもりが全国に拡散してしまうことが強調されていました。驚いたのは、SNSの利用者が数千万人単位であり、うっかりすると情報がそれくらいの人に見られて拡散してしまうことです。「SNSを使っていなくてもこんなに危険」「知らなかったではすまされないネット炎上と賠償」では、そのようなつもりはなくても、ネット上で拡散することで思いもよらない結果を招いてしまう危険性があることがわかりました。医療の現場も多く情報を扱っており、個人情報の取り扱いには職場の規定に忠実に、慎重の上に慎重でなくてはいけない、と肝に銘じました。

「SNSを安心して使うために」では、対策としていろいろな方法があることがわかりました。また、付録として「管理者のための炎上防止マニュアル 事故防止ルール事例」を紹介していただきました。このようなマニュアルを予め理解しておくことで、予期せぬ事態への対策を考えておくことが大切と思いました。

今回の研修を通して、SNSの危険性を知ることができとても有益でした。また先生のお話の中で、「正しく利用する事で、豊かな人間関係を育める」ということも理解できましたので、私もいつかSNSにチャレンジする際には、ただ恐れるだけでなく、今回の研修で教わった点に注意しながら、自分の人生を豊かにしていきたいと思いました。



- ①出身地
- ②吉祥寺病院の第一印象
- ③私のモットー
- ④最近ハマっていること

SM (B3病棟 看護師)

- ①東京都
- ②アットホームで温かい雰囲気
- ③一期一会
- ④自転車に乗ること

平成27年度 吉祥寺病院行事予定

*10月 行事関係	*11月 行事関係	*12月 行事関係
1日(木) 運動会	1日(日)	10日(木) クリスマス会
10日(土)	高架水槽・貯湯槽定期清掃点検	12日(土)
ファミリーサポートセミナー	7日(土) 喫茶カトレア	ファミリーサポートセミナー
17日(土) 家族会	8日(日) 受電設備定期点検	18日(金) 病院忘年会
17日(土) 文化祭&家族会バザー	11日(水) 東精協レク(オセロ大会)	19日(土) 家族会(忘年会)
28日(水)	14日(土)	
東精協レク(ゲートボール)	ファミリーサポートセミナー	研修関係(予定)
31日(土) 家族教室	15日(日)	看護研修(実践記録②-2)
31日(土) 受水槽定期清掃点検	受電設備定期点検 予備日	看護研修(3年目③)
	21日(土) 家族会(調布市講演会)	看護研修(看護研究)
研修関係(予定)		院内教育研修(感染対策)
看護研修(実践患者の思い②)	研修関係(予定)	
看護研修	看護研修(4年目アサーション)	
(プリセプティ⑤、プリセプター⑤)	看護研修(実践記録②-1)	
看護研修(2年目②)	看護研修	
看護研修(新採用者薬物後期)	(新採用者注射の知識と技術後期)	
看護研修(4年目チームと役割)	院内教育研修(症例検討会)	
院内教育研修	院内教育研修(臨床セミナー)	
(採用者オリエンテーション)		
院内教育研修(医療安全対策)		
院内教育研修職員のメンタルヘルス「マインドフルネス」		
院内教育研修(専門講義)		

〈当院のおすすめメニュー〉

ちゃんぽんうどん



～1人分栄養成分～
エネルギー 518kcal
タンパク 21g
塩分 4.3g

材料 (2人分)

うどん玉	2玉
豚小間肉	60g
にんじん	20g
なると	20g
キャベツ	60g
むきえび(冷)	60g
たまねぎ	60g
もやし	100g
ほうれん草	40g
絹サヤ	数枚
サラダ油	少々
めんつゆ	30g
しょうゆ	20g
かつお風味だし	0.8g
片栗粉	16g
水	300cc

●作り方●

- ①にんじん短冊・玉ねぎ半分に切ってスライス・キャベツは食べやすい大きさに切る
なるとは半分に切って斜めに切り
むきえびはさっとボイルする
絹サヤはすじを取ってボイルする
ほうれん草もボイルして絞り3～4cmに切る
- ②豚肉を油で炒め、火の通りの遅い野菜から炒める
- ③野菜に火が通ったら水を加えめんつゆとしょうゆ、かつお風味だしで味を調える
最後に溶き片栗粉をいれる
(硬さはお好みで水分量は調節して下さい)
- ④うどんは茹でておく
- ⑤うどんの上にとろみのついた汁をかける

具材はお好みの物を使用して下さい

長崎ちゃんぽんは長崎の郷土料理として知られる麺料理です。豚や魚介、野菜類などを多く盛り込んだスープが特徴です

外 来 担 当 表

	月	火	水	木	金	土
診察室(1)	原藤	院長	原藤	小木	原藤	原藤 / 水落
診察室(2)	市川	市川	岡田	市川	市川	亀山
診察室(3)	田澤	西岡	西岡	田澤	西岡	西岡
診察室(4)	森 / 森(栄)	岡田 / 齊藤	森 / 森(栄)	齊藤 / 河野	森	森
診察室(5)	齊藤 / 周東	山室 / 松井	山室 / 村尾	鶴殿 / 山室	周東 / 河野	松井 / 山室
診察室(6)	土井	土井	西山	セカンドオピニオン 土井	岡田 / 土井	西山

— 受付時間 —

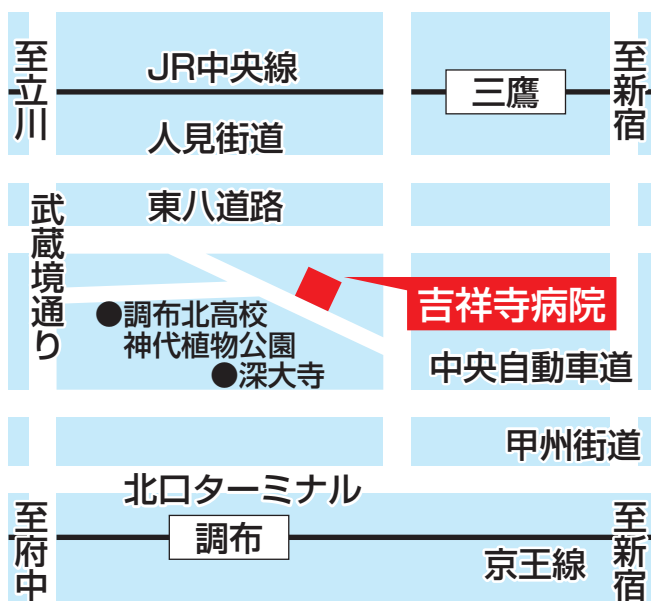
月 - 金

午前 9時～11時 (初診・再診)

午後 1時～3時 (初診)

土

午前 9時～11時



■吉祥寺病院住所／調布市深大寺北町4-17-1

〈編集後記〉

先日、テレビで放映されたとは知らずに埼玉の巾着田に、ぶらり出かけてきた。

圧倒される曼珠沙華(彼岸花)の赤、その中に白色の曼珠沙華の花があるのが、赤一色の中での救いだった。

季節の移ろいに、目にも舌にも嬉しいこの時期。

身近なご近所からでも秋を探してみてもいいかがですか。(S)

桃栗3年柿8年…といいますが、我が家の柚子が21年かかって、今年3つの実をつけました。ゆずは9年でなりさがるとか柚子の大馬鹿18年などといいますが、我が家の柚子は21年でやっと1人前になりました。枝葉は伸びていくのですがなかなか実をつけないので、何度も切ろうと思った柚子です。感慨一入、考えさせられた出来事でした。(か)