平成29年10月1日

川西赤十字病院ニュース

〒384-2292(病院個別番号)
長野県佐久市望月318
電話：0267-53-3011(代)
FAX: 0267-53-5901

ホームページアドレス
http://kawanishi.jrc.or.jp
メールアドレス
kawanishi-med-jrc@shore.ocn.ne.jp
発行者：川西赤十字病院　院長 田村泰夫

第110号

川西赤十字病院 病院祭のお知らせ

●開催日　平成29年 10月 28日　土曜日
●時間　11：00～15：00まで（予定）
●場所　駒の里ふれあいセンター

13:00～13:20
講演「川西赤十字病院医療提供計画について」当院院長　田村泰夫

13:30～14:20
シンポジウム(公開討論会)「地域医療について」
・コーディネーター
佐久総合病院診療部長　北澤彰浩　氏
・シンポジスト
当院院長　田村泰夫
佐久市市民健康部健康づくり推進課課長　佐々木和弘　氏
柳澤医院院長　柳澤伸孔　氏
浅間総合病院地域医療室医療相談係長　小林智恵子　氏

11:00～12:30
健康・栄養相談
血管年令・骨密度測定
※血管年令・骨密度は人数制限がございます。受付時整理券をお配りいたします。

14:30～15:00
白鳩幼稚園、マーチングバンド演奏
佐久市立浅科中学校吹奏楽部、演奏

●佐久市赤十字奉仕団
・災害時炊き出し
●川西消防署
・消防車ふれあい体験
●災害時無線体験
●災害救護パネル展示
●救援物資展示
●救急法体験
●子供用救護服、看護師服、試着体験
●無料風船配布
●スタンプラリー
・・等々

常日頃、当院に暖かなご支援をいただきありがとうございます。今年より「交流ひろば」を「川西赤十字病院　病院祭」と名を改め、内容も大幅刷新して開催することとなりました。

当院の理念に「地域住民と生きている喜びをわかちあえる医療」があります。その趣旨に沿ってさらに地域の皆様と一体となって歩いていきたいとの思いから、病院祭を企画いたしました。ご家族、ご近所の皆様をお誘いの上お気軽にお出掛けください。

大勢の皆様のご来場を心よりお待ちしております。

川西消防署と合同救急法講習会を行いました

～当院の救急法③

9月9日は「救急の日」でした。救急の日は、救急業務及び救急医療に対して皆さまの理解と認識を深めていただくとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に昭和57年度に定められ、以来、9月9日を「救急の日」と定められました。また、「救急の日」を含む1週間を「救急医療週間」(今年は9月3日から9日まででした)として、全国各地で応急手当の講習会など、救急に関する様々なイベントが開催されています。

☒当院も、川西消防署と合同で救急法講習会を佐久市望月総合支援センターにて開催いたしました。合同救急法講習会は、2部に分けて行われ、第1部では川西消防署が担当し「心肺蘇生及び自動体外式除細動器（AED）について」講習を行い、第2部では当院が担当し「傷の手当てについて」講習を行いました。

川西消防署隊員の皆様と
総合支援センターにて

ここでは、当院が担当した第2部の講習会の内容を一部ご紹介させていただきます。

☒「直接圧迫止血法」について

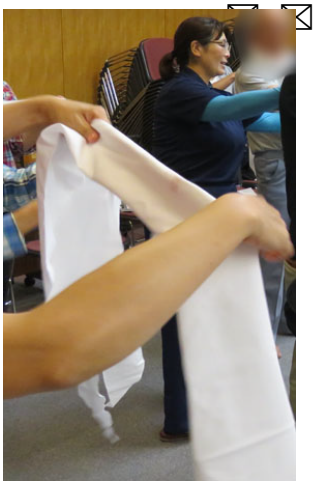
直接圧迫止血法は、傷口を直接押さえて圧迫する基本的な止血の方法です。

☒傷病者が、けがをして出血している時、出血を止めるためには、救助者はガーゼやハンカチ、包帯を準備します。そして、傷口にガーゼやハンカチを当てて強く押さえます。これが止血の基本となります。この際、救助者は血液による感染症を予防するためにビニール手袋を着用することが必要となります。もし、ビニール手袋が用意出来ない場合にはスーパーなどのビニール袋を手袋代わりに利用する事もできます。

☒「折りたたみ三角巾」について

☒三角巾は、傷の大きさに応じて使用でき、広範囲のケガや関節を包帯したり、手や腕を吊るのに適しています。三角巾を傷の大きさに準備する際には、衛生上床に置いてたたむことは避けたいため、両手を使い三角巾を床につけず折りたたむ方法を紹介しました。また、三角巾を結ぶ時には結び方が悪いと、解けやすかったり、逆に解けにくかったりすることがあります。これは、傷病者にとって負担となることもあるため、三角巾を結ぶ際には「本結び」をします。

☒



応急処置の万能選手、
三角巾の中空たたみ →

☒今回の合同救急法講習会には、大勢の皆様に参加していただき、誠にありがとうございました。

☒大切な家族や友人や職場の仲間がケガや病気で倒れ、呼吸や心臓が止まった時。ケガをして苦しんでいる時。そんな「いざ」という時に備えて、皆さまが応急手当の技術を身につけ、救急車が到着するまで応急手当や救命処置を行う事ができるよう活動をしていきたいと思います。

★日本赤十字社では「いざ」というときに役に立つ救急法講習会を定期的に開催しております。興味のある方は、

日赤長野県支部　事業推進課

までお問い合わせください。

電話026-226-2073

包括ケア病床って何？

はじめに

当院の入院病棟は急性期の患者様を受け持つ「一般病棟」と、比較的症状が安定している患者様用の「療養病棟」を有しています。そしてもう一つ、「地域包括ケア病床」も平成27年より立ち上げました。

よく聞かれる言葉が「それって何？」

地域包括ケア病床とは、急性期治療を経過し、病状が軽快、安定化した患者様に対して、当院でもう少し様子を見ながら、在宅や施設への復帰に向け、医療管理、リハビリテーション、退院支援を行う病床です。

このような患者様が対象です

①入院治療により状態は改善したが、当院にて、もう少し経過観察が必要な方。

②入院治療により症状が安定し、在宅復帰に向けて積極的なリハビリテーションが必要な方。

③在宅での療養準備が必要な方。

★要は急病から回復した時点で次の段階（自宅療養か施設等入所か）での選択に苦慮される患者様やそのご家族様のために、色々準備、提案等をするシステムです。

どのくらい入院できるの？

入院期間は、約1ケ月前後を目安に、状態に応じて変動します。

主治医が提案します

実際に包括ケア病床へ移動する手順を説明します。一般病棟より包括ケア病床へ転棟していただく場合は、主治医が判断し、患者様とご家族に提案させていただきます。ご了承頂けた場合、包括ケア病床に移動し、継続入院となります。

退院後のお手伝いをします

☒地域包括ケア病床では、転棟後早期に初期カンファレンスを行います。医師・看護師・リハビリ・在宅支援を担当する者等で計画し、患者やご家族の思いも含め、目標を決めていきます。そして、退院支援、退院後のケアについて検討します。

☒退院にあたり、家屋の改修、福祉用具の購入、施設への入所、通所等のサービスが必要となる場合は、介護保険の申請が必要となります。サービスを受けるための手続きの相談等医療と介護の連携を行います。

病床では専従のリハビリスタッフが家庭での生活に応じた動作を中心に訓練をします。

必要に応じてお住まいを訪問し、住宅改修の相談や退院後の生活のアドバイスを行います。退院後の生活に家事が必要な方は入院中、実際に調理練習等を行い、専門スタッフがアドバイスを行います。

必要時、ケアマネージャー等の外部関係者を交え、担当者会議を開き、退院後の生活がスムーズに開始できるよう、最終打ち合わせを行います。

☒地域包括ケア病床入院時にご説明した入院期間を目安に機能訓練やご家族の介護サポートの準備、サービス体制が整ったら退院となります。

☒患者様が当院の包括ケア病床を利用されたケースの中で、最初は歩けなかった患者様が、当院のリハビリを行う中で、歩行器を使用しながら歩行できるようになったり、オムツを使用していた患者様が、ポータブルトイレで排泄が可能になる等、高齢の患者様であっても、大きく状態が改善し、喜んでいただいた患者様もいらっしゃいます。

☒最後となりますが、地域包括ケア病床では、患者様、ご家族が退院後安心して生活していただけるよう支援する病床です。私たちは多職種共同のチーム医療で患者様・ご家族をサポートしていきます。

☒心配や不安な点がありましたら何なりと病棟スタッフにご相談ください。

☒

健康診断のご案内

医療社会事業課

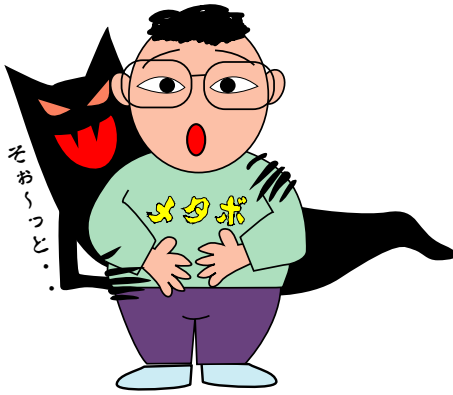
高齢化社会を迎えて、病気の早期発見はますます重要になってきました。同時に健康に対する関心も高まり、いかに健康的で快適な生活を送るかが、避けて通れない課題となってまいりました。

皆様はご自身の身体のことについてきちんと把握していらっしゃいますでしょうか？。私たちの身体は、体調が優れない時はもちろん、調子の悪さを感じなくても、知らず知らずの内に病に冒されていることもあります。

高血圧、動脈硬化、糖尿病、痛風等の成人病は症状が現れてからでは治療が難しくなることが多く、早期発見が何よりも大切です。

☒定期的にご自身に合った健診を受診し、自らの健康状態をチェックされることを、是非お勧めします。

当院で個人向け、企業向けに実施している健診をご紹介します。



病魔は人知れず忍び寄ってきます

◆人間ドック(日帰り)

☒当院で受診できる健診のうち、最も検査項目が多いのが人間ドックです。生活習慣病など病気の早期発見から、医師による健康へのアドバイス。管理栄養士による栄養指導等、身体を総点検しながら、皆様の健康づくりをサポートします。

☒また、身体で不安な点があれば、ご希望のオプション検査を実施することにより、さらに詳細に健康状態をチェックすることが可能です。

日帰り人間ドックは、約6時間で終了するようになっております。リラックスした気分で、1日ゆっくり休養している感じで、検査・診察が終わるように、スタッフ一同医療サービスの提供に努めます。

日常生活で身体に不調を感じていない方も、隠れた病や今後の健康管理のために、年に一度は人間ドックを受診する事をおすすめします。

そお～っと

案外、人は自分自身のことは気が付かないものです

◆生活習慣病予防健診（一般健診）

35歳から74歳までの全国健康保険協会(協会けんぽ)加入者が受けられる健診です。

☒名前のとおり、生活習慣病(がん・メタボ・心臓病・脳卒中・糖尿病・高血圧・高脂血症)の予防と早期発見を主旨とする健診です。

☒近年、日本人における死因の約60％が生活習慣病によるものだとされており、死因のトップ3を占めています。また、生活習慣病の多くは、本人に自覚症状が無く進行し、重大な結果を招く場合があります。

生活の乱れや体重・ストレスが気になる方、また、喫煙・飲酒の習慣がある方は、生活習慣病予防健診を受診し、健康な生活を維持しましょう。

◆特定健診

☒40歳から74歳までの被扶養者向けの、メタボリックシンドロームに着目した健診です。

☒身体・血圧測定、血液・尿検査を実施し、メタボリックシンドロームか否か判定を行います。

また、医師が必要と認めた場合において、貧血・心電図・眼底検査も行います。

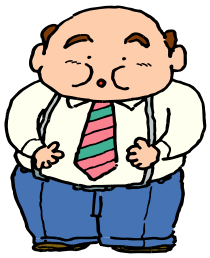
☒なお、メタボリックシンドローム判定における該当者、及びその予備群の方は、特定保健指導を受ける事が出来ます。詳しくは、加入されている健康保険組合へお問い合わせください。

☒

※メタボリックシンドロームとは？

内臓脂肪症候群とも呼ばれ、複数の病気や異常が重なっている状態を表します。腸の周りや腹腔内に脂肪が溜まり、高血圧や糖尿病等の生活習慣病の重なりが危険視されます。

そしてこの状態は、脳梗塞や心筋梗塞の原因となる動脈硬化を急速に進行させてしまいます。



◆個別健診・単独がん検診

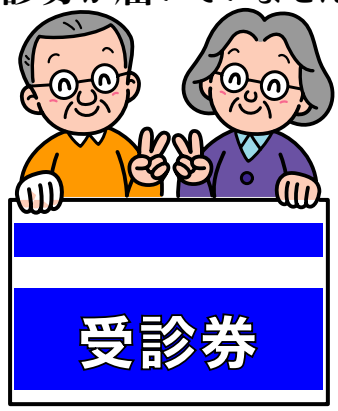
☒対象となる方には、佐久市より受診券が送付されます。

受診券の内容をご確認の上、当院にお申込をお願いいたします。検査項目は、受診券に記載されている項目のうち、以下のものとなります。

☒基本7項目（問診・身体測定・血圧測定・血液検査・尿検査・心電図・診察）、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、子宮頸がん検診、肺がん検診。

なお、市町村のクーポン券をお持ちの方は、無料で受診できます。

市から受診券が届いていませんか？



◆婦人科検診

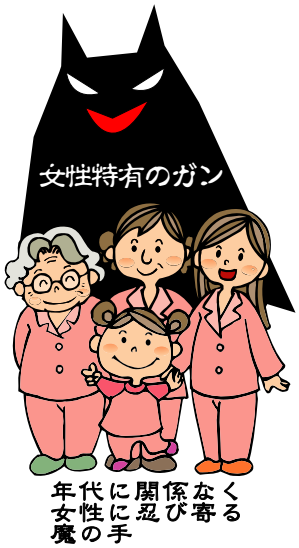
☒　子宮頸がんは、症状が悪化しないと自覚症状はほとんどありません。ですが、**初期段階に発見・治癒すればほぼ完全に治すことが可能**ながんであり、定期的な検診が非常に重要視されています。

当院では、月に1度、毎月第1木曜の14時から実施しています。

検診内容は、子宮頸部の内診のほか、子宮の入り口や頸部の細胞を取り出し、顕微鏡で見る細胞診検査を実施いたします。

担当医師は、つかはらクリニック副医院長の塚原みほ子医師が担当します。

☒



☆年1回の法定健診はこちら☆

◆事業所健診

☒生活習慣病予防健診に該当しない方(例:35歳未満)向けの健診です。

☒この健診では、身体・血圧測定、血液・尿・心電図検査、胸部X線、診察と基本的な項目を実施します。

☒なお、事業所独自に希望される項目があれば承りますので、お気軽にご相談下さい。

☒

健康で良い仕事を

健診の予約、
お問い合わせ等は
医療社会事業課まで
ご連絡ください
電話0267-53-3065

☒

佐久市望月競歩大会 救護活動

救護担当看護師T

9月10日に開催された佐久市望月競歩大会の救護に参加しました。

☒30回目の記念大会にあたる今回は最高年齢者81歳、最少年齢者6歳を含む過去最高人数となる160名の参加がありました。

☒ 今回は5㎞、14㎞、24㎞のコースが設定されており、朝8時のスタート時は薄曇りで肌寒い感じでしたが、次第に雲が無くなっていき、きれいな秋晴れとなりました。清々しい風が吹く中で参加者の皆さんはそれぞれのゴールに向かって頑張っていらっしゃいました。

参加者のスタートを見届けてから、14㎞先の折り返し地点の一つである抜井公民館で待機しました。この公民館は休憩所も兼ねており、冷たい飲み物や果物等が準備されていました。大会スタッフや地元の方々が送る声援は、参加者の方々を励ましておりました。

☒ ☒

スタートから30分が経過したところで、転倒された方がおり、抜井公民館から300m離れた現場に向かい、応急的に傷の手当と足首の捻挫の処置をさせていただきました。30代の男性の方で、残念ながら、途中棄権となってしまいました。その後、医療機関を受診されたそうで安心しました。

それからは出動も無かったので、参加者の応援に徹していました。

日赤の職員として、日々の業務では経験できないような貴重な経験をさせていただきました。

☒ ☒ ☒

敬老会を行いました

担当看護師 M

「敬老の日」は“長年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日”として1965年に法律で定められました。当院でも毎年敬老の日にちなみ、敬老会を開催しています。今年は、9月13日に開催し、約20名の入院患者様に参加していただきました。

敬老会のレクリエーションとして、津軽三味線「陽順会」より6名の方にお越しいただき、演奏をしていただきました。

☒津軽三味線は、青森県の津軽地方で成立した三味線音楽で、バチを叩きつけるように弾く打楽器的な奏法と、テンポが速く音数が多い楽曲に特徴があるようです。

生で聴く津軽三味線の演奏は力強く、鮮やかで、迫力がありました。また、三味線の音色とともに唄う「語り」は圧巻でした。伝統的な「津軽じょんがら節」や患者様にとっても馴染みのある「東京音頭」や「北国の春」を演奏していただきました。参加された患者様からは時折、手拍子やリズムを刻む姿がみられました。最後の演奏、「望月小唄」になりますと、会場全員で歌を歌い、患者様の中には踊る方もおられ、楽しいひと時を過ごしました。

☒ 普段治療に励む患者様にとって入院生活は、私たちの想像以上にストレスや苦痛を感じることが多々あると思います。今回催しで患者様の笑顔から、少しでも心癒されるひと時となったのではないかと感じ、私達スタッフも嬉しく思いました。今後も患者様に楽しんでいただけるような行事を計画していきたいです。

☒

榊まつり民謡流しに参加しました

祭り実行委員　H

8月15日に開催された榊祭りの民謡流しに、院長をはじめとする当院スタッフ総勢41名で参加させていただきました。

☒当日は朝から雨が降り続き、収まるどころか雨は強くなる一方。止む気配もありません。準備をしながら『雨の中を踊るのかな？』と心配と覚悟をしていましたが、出陣直前まで入念に練習をするスタッフもいました。

今年から照明の関係で30分繰り下げてのスタートだったのも幸いしてか、当院に晴れ男、晴れ女が多かったからか開始前に雨が止んだのです。先ほどまでの心配もどこへやら、スタッフの気合も入ります。

大勢の方々が行きかう街道沿いには露店が立ち並び、子供たちで賑わっていました。19時50分に望月小唄の冒頭、三味線が鳴り始めいよいよ民謡流しがスタートです。はじめは流れについていくのが大変でしたが、打ち上げ花火を横目で見ながら沿道で患者様や地域の方々に応援の言葉をいただきながら踊らせていただきました。中には「一緒に躍らせてください。」という少女の飛び入り参加もありました。数ある連の中で当院で踊りに参加したいと声をかけていただきとても嬉しく感じました。参加したスタッフからは『楽しかった』『踊り足りない』という感想がありました。

☒当院スタッフの踊りはいかがだったでしょうか？

また来年度も当院の踊りを楽しみにしていてください。

来年もがんばります！！

接遇自己チェックリストの1回目の実施結果について

患者サービス委員会の活動③

職員一人ひとりの更なる接遇マナーの向上を目的として、患者サービス委員会では、年2回、全職員を対象に接遇自己チェックリストを実施しています。今回7月に1回目の接遇自己チェックリストを実施しましたので、ご報告いたします。

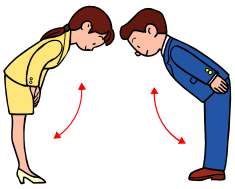
接遇自己チェックリストは「言葉遣い・態度・身だしなみ」の3つの項目について、5段階(A 常にできている、B 時々できている、C あまりできていない、D ほとんどできていない、E まったくできていない)のいずれかでチェックを行ないます。

今回のチェックリストでは、全職員95名中86名の回答でした。

「言葉遣い・態度」では17項目中、5項目が8割の職員が常に・時々できている（以下「できている」）評価でした。「身だしなみ」は9項目中、ほぼ全ての項目で8割が「できている」評価でした。「言葉遣い・態度」で特に「できている」評価が低い項目としては、「忙しさを表情に出さないようにしていますか（できている56％）」「ナースコールや電話に素早く丁寧に対応していますか（できている57％）」、「なれなれしい過ぎる言葉は極力避けていますか(できている59％)」があげられます。今後の改善すべき項目になると思います。

接遇の遇という言葉は思いやりの心をもってお世話をする意味があります。また、相手を思いやるという言葉は、相手の立場に立って相手の考えや気持ちに思いを寄せたり、相手に興味を持ち関心を寄せる意味が含まれます。

今回の接遇自己チェックリストを通じて接遇の基本をもう一度確認する事ができました。12月にもう一度接遇の自己チェックリストを実施しますので、1回目の時と比較を行ない、更なる接遇の向上に取り組んでまいります。



インフルエンザ予防接種のご案内

今年もインフルエンザの発生時期が近づいてまいりました。

当院でも左記の予定で予防接種を実施いたします。

接種は**予約制ではなく、外来の診察時間内**に実施いたします。

接種期間

平成29年10月13日（金）～

平成29年12月28日（木）

接種日時

月曜～金曜日　8時30分～11時30分まで

第1・3・5土曜日　8時30分～11時30分まで

水・木曜日　14時30分～16時00分まで

お申し込み方法

・外来の診察時間内に直接「受付窓口」までお申し出ください。お電話による予約は受付しておりません。

・役所より「予診表」が送付されている方は、必ず受付時にご提示ください。

★第２、第4土曜日は休診日です

外来医師担当表		月	火	水	木	金	★土
内科 (循環器科)	午前 8:30～11:30	田村 泰夫 稗田 宏子	米倉 宏明 稗田 宏子	田村 泰夫 久米典彦	米倉 宏明 信大 小林 (9:00～11:30)	田村 泰夫 全国日赤からの 応援医師	第1 稗田 第3 交替制
	午後 14:30～ 16:00			米倉 宏明	全国日赤からの 応援医師		
外科 (消化器科)	午前 9:00～11:30	清水 公男	清水 公男 第3週休診	休　診	検　査	佐久総合 (隔　週)	検　査
整形外科 (リウマチ科) (リハビリ科)	午前 8:30～11:30	大内 悦雄	小諸厚生 9:00～	大内 悦雄	塩澤 律 9:30～	大内 悦雄	信州大学 第1・3・5週 9:00～
眼科	午前 9:00～11:30						長野日赤 第1・3・5週
泌尿器科 月第1週のみ	午後 14:00～16:00					佐久医療センター 中　山 ★完全予約制★	

☆受付時間（全科）　午前7:00～11:30☆

（初診患者受付は8:30より開始）

☆水・木曜日内科午後診は14:30～16:00まで

★曜日により診療開始時間が下記の時間帯になります

・整形外科　（火・第1、第3、第5土曜日）9:00～

（木曜日）9:30～

・眼科　（第1、第3、第5土曜日）　9:00～