

さくら通信

2017年度
第1号
2017年1月発行



院内クリスマス会の様子

病院理念

地域から信頼される、思いやりと礼節のある、患者さん中心の医療の実践

基本方針

- 患者さんの尊厳と権利を尊重します。
- 医療の質と安全の向上に努めます。
- 24時間体制の救急医療を実践します。
- 丁寧な説明と同意に基づく医療を実践します。
- 連携と協力により、地域に開かれた医療を提供します。

目次 ~ Contents ~

* 新年あけましておめでとうございます (院長 島崎 猛) …	P1
* 新しい年を迎えて (看護部長 浅野 茂子) …	P1
* 部署紹介 (薬剤科) …	P2
* 健康診断の結果を聞きに行きましょう …	P3
* 献血活動 …	P4
* クリスマス会 …	P4
* 介護職カフェ …	P5
* がんのリハビリテーション研修会 …	P6
* ふれあい健康教室 …	P6

新年あけましておめでとうございます (院長 島崎 猛)

地域の皆様に支えられ、新築移転から4回目の春を無事に迎えられることに心より感謝申し上げます。

最近の社会情勢をみて、大声を出して罵り合いに勝ったほうが大統領選を制したり、移民や社会的弱者に無慈悲な行為が行われたり、忍耐とか寛容とか人の心の大事な部分が忘れられているように感じるとき、有名な徳川家康の遺訓を思い出します。

「人の人生は重荷を負ひて遠き道を行くがごとし。急ぐべからず。不自由を常と思へば不足なし。心に望みおこらば困窮したる時を思ひ出すべし。堪忍は無事長久の基。怒りは敵と思へ。勝つことばかり知りて負くることを知らざれば、害その身に至る。己をせめて、人を責むるな。及ばざるは過ぎたるよりまされり。」

桜ヶ丘中央病院は、今年も思いやりと礼節を重んじる心をもって、地域の皆さんと一緒に健康の向上に取り組んでまいり所存ですので、何卒宜しくお願い申し上げます。



新しい年を迎えて (看護部長 浅野 茂子)

新年明けましておめでとうございます。

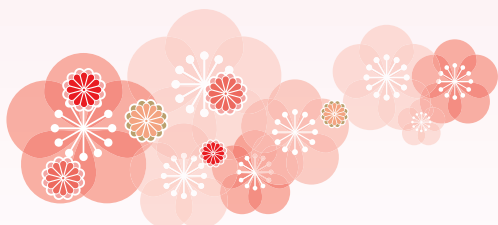
桜ヶ丘中央病院が新しい年を迎えることができましたこと、あらためて地域の皆様のご理解とご協力のおかげだと心より感謝いたします。

さて、皆様は「病院機能評価」ってご存知でしょうか？

病院機能評価とは、日本医療機能評価機構が実施している医療機関を対象とした第三者評価のことで、病院の優れている点や課題を明らかにすることです。審査の結果、一定の水準を満たしていると認められた病院が『認定病院』です。現在、全国の約3割の病院が病院機能評価を活用しています。

当院は、平成24年に病院機能評価を受審し、今年2回目の受審となります。再受審を今年の大きな課題として、安全・安心な医療を地域の皆様に提供できる病院として認定されることを目標に、現在プロジェクトチームを立ち上げ、準備を進めております。しかし、病院は、「医療の質」だけでなく、「職員の質」も大切です。

平成29年が、患者様にとって、また職員にとって健康で明るい良い年になれるよう、医療の質・職員の質向上のために、看護部長として努力していきたいと思います。何かありましたら、いつでもお声をかけてください。今年も宜しく願いいたします。



部署紹介（薬剤科）

私たち病院薬剤師は“薬剤適正使用の推進と薬剤による過誤防止の推進”を基本方針に掲げ、日々業務を行っています。地域の皆様に薬剤に対する不安が無くなるように、努めていきます。

薬剤師数は10名で、病棟業務を中心に院内の薬剤に関する様々な業務を行っています。今回は病院薬剤師の仕事を紹介させていただきます。



● 調剤業務

処方箋の指示を患者様の状態に適正かどうか判断し、患者様ごとに薬剤の準備を行います。飲み薬から注射薬まですべての処方箋は薬剤師によって調剤されます。入院時に持ってきていただいた薬剤に関しても、薬剤師が鑑別を行い相互作用、重複投与等の確認を行っています。

● 無菌調製業務

高カロリーの点滴は細菌の繁殖に注意しなくてはなりません。細菌のない環境下で点滴の調製を行います。

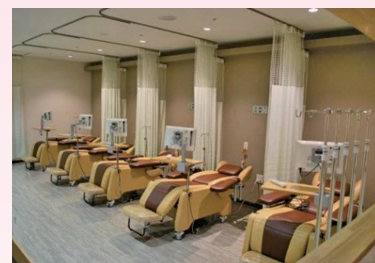


● 薬剤管理指導業務

入院している患者様で薬剤を投与しない患者様はほとんどいません。当院では入院患者様全員に薬剤師が薬の指導をさせていただきます。病棟ごとに担当の薬剤師を配置していますので、気軽に薬の相談が出来ます。

● 化学療法業務

抗がん剤は特に注意が必要な薬剤です。投与する量は患者様ごとに違いますし、副作用が出ていないかも確認する必要があります。薬剤師が準備、調製、確認を行っています。患者様には少しでもリラックスしていただくために化学療法室を用意しています。



● NST 活動

現在、日本静脈経腸栄養学会栄養サポートチーム専門薬剤師を2名取得しており、薬剤師としての栄養のチェックもしています。もちろん、薬剤師だけでなく医師、管理栄養士、看護師、検査技師、言語聴覚士とともにチームとして活動しています。

健康診断の結果を聞きに行きましょう

大和市特定健診の結果説明を聞きに行きましたか？

健診で異常がみられた項目は、生活習慣でどの部分のバランスが崩れているかを示しています。

また、生活習慣病の特徴は、自覚症状のないまま静かに進行していきます。

検査項目と関係する病気をチェックし、健康づくりに生かしましょう。

検査項目	検査値から気になる病気	原因と対策
腹囲 BMI	肥満	肥満の中でもおなか周りにつく脂肪は、内臓脂肪自体から体に直接害を及ぼす物質がつくれます。必要以上の量を食べず、自分の適量を知り、体を動かしましょう。
血圧	高血圧症	血圧とは心臓から送り出された血液が血管壁に与える圧力のことです。その圧力が高いことを高血圧といい、この状態が続くと血管が傷つき、動脈硬化が進行し、脳卒中や心臓病を引き起こします。食塩の取りすぎは、高血圧の原因になるので、減塩を心掛けましょう。
血糖 HbA1c 尿糖	糖尿病	糖尿病は、血糖が増加した状態が長く続く病気です。放置すると糖尿病網膜症、糖尿病腎症、糖尿病神経障害などの合併症を引き起こします。食べ過ぎ、飲みすぎに注意しましょう。
総コレステロール	脂質異常症	血液中のLDL(悪玉)コレステロールが増え続けると動脈硬化が進行、HDLコレステロールは、コレステロールを回収し、動脈硬化を防ぎます。中性脂肪は高すぎると悪玉を増やし善玉を減らします。動物性脂肪の取りすぎは脂質異常症の要因になります。肉と魚をバランスよく食べ、揚げ物など脂の多い食事を減らしましょう。
中性脂肪		
HDLコレステロール		
LDLコレステロール		
GOT	肝臓病	アルコールの取りすぎが肝臓に負担をかけることは知られていますが、飲酒習慣がなくても肝臓に障害を起こす人が増えています。週2日は休肝日を設ける、甘い物、脂っぽいものを食べ過ぎない、など心掛けましょう。
GPT		
γ-GPT		
クレアチニン	腎臓病	腎臓病とは、かなり進行しないと自覚症状があらわれないのが特徴です。腎臓の病気は悪化すると人工透析や腎臓移植をしないと生命にかかわります。糖尿病や高血圧症に注意し、十分な睡眠、規則正しい生活をおくりましょう。
尿酸		
尿蛋白		

《要再検査・要精密検査について》

健診後の結果で「再検査」「精密検査」を放置していませんか？

「要再検査」あるいは「要精密検査」と判定された場合、病気がある可能性があります。

病院にまた行くのは面倒だし、混んでいると1日かかってしまう、何か良くないことを言われそうで怖い、など検査を受けないさまざまな理由があると思います。

早期のうちには自覚症状もなく、「来年まで様子を見よう」としてしまうと、病気が進行してしまう場合があります。体に異常が現れていない今のうちから、血糖値や脂質、血圧や体重などをなるべく正常な数値へ保っておくことが、何より大切です。

健診結果をしっかりチェックして、自分自身の身体と向き合しましょう。

要再検査：一時的な変動かどうかの確認のためにもう一度同じ検査を行うこと

要精密検査：治療が必要かどうかを確認するために、より詳しい検査を行うこと

《 乳がん・子宮がん検診について 》

大和市がん検診の乳がん検診は2月いっぱいまで受診が終了となります。また、子宮がん検診でクーポンをお持ちの方も2月いっぱいまで終了となります。最終月は大変な混雑が予想されます。早目のご受診をお願いいたします。子宮がん検診は完全予約制となっております。定員枠に達しますと、早期終了させていただく場合がございます。予めご了承ください。

受付時間	平日	午前	8:00~12:00
		午後	12:30~17:30 (17:00~17:30 は結果説明のみ)
	土曜日	午前	8:00~12:00



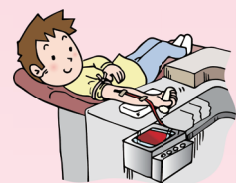
献血活動

10月22日(土)に日本赤十字社より献血バスが来院し、病院正面駐車場にて献血活動を行いました。今回は56名の方が活動にご参加頂きました。ご協力ありがとうございました。

皆さん献血を受けたことがありますか？

献血には以下のようなメリットがあります。

- ケガや病気、手術のため血液が不足した患者様の血液 供給に役立たれます。
- 血液検査を実施し血液センターから結果が送られてきます。
- 飲み物やお菓子やお土産等がもらえる特典があります。



献血バスが病院
正面駐車場に来ました

当院では、職員の社会貢献を目的に平成20年10月より年2回の献血活動を始め、今年で8年目を迎えます。今後も継続して献血活動を実施して参りますので、皆さんのご協力・ご参加をお待ちしています。

クリスマス会

12月20日、7階のリハビリテーション室にて毎年恒例のクリスマス会が開催されました！参加してくれた患者様は30名以上で、スタッフも含めてかなりの規模となりました。プログラムでは病院保育室の子供たちが歌を歌ってくれて、みなさん癒されていたと思います。また今年はゲストにプロの方をお招きし、替え歌マジックショーを披露していただきました！驚いたり笑ったり、時間を忘れて楽しみました。最後にはスタッフ生演奏の中、全員できよしこの夜を歌い、会は幕引きとなりました。

入院患者様には全員にサンタからクリスマスプレゼントの配布も行いました。入院されているみなさんにはクリスマス気分を味わってもらい、リフレッシュもできたのではないかと思います。



介護職カフェ

介護職カフェ@やまととは、「3つのK：交流（他職種の仲間を増やす）、共有（問題を共有し介護の世界における課題解決に繋げる）、向上（常に知見、知識の向上を磨く）」+「1つのK：貢献（3つのKを地域のために）」を目指し、介護職の有志によって構成される集まりです。

今回は桜ヶ丘中央病院を会場とし、移乗動作の実技指導も交えた勉強会を開催しました。当院リハビリテーション科所属の理学療法士 岩淵裕和、渡部理菜、田村茉央が講師ということで、私自身も初めて介護職カフェに参加をさせていただきました。



アツく講義する理学療法士の岩淵裕和

当日は職種の壁を越え、介護に携わる多くのスタッフが集まってくださり、多くの質問、驚きや納得の声があがる終始賑やかで有意義な時間であったと感じます。

職種は異なるけれど、同じ「介護」に携わるスタッフ。同じ悩みを持っていても、感じていることや考えは異なります。だからこそ、交流、共有し自身の知見や知識を磨くことができる介護職カフェは講師として参加させていただいた私も大変参考になる場であったと思います。



参加者に対し丁寧に指導する理学療法士の田村茉央

様々な内容で開催をしている介護職@カフェ。悩んでいたことが解決！そして、「共有」できる仲間が増えるかもしれません！皆様もぜひ参加されてはいかがでしょうか？

がんのリハビリテーション研修会

11月11・12日に杏林大学で「がんのリハビリテーション研修会」に参加してきました。現在がん罹患患者が増加し、生存率も向上しています。その中で障害の軽減や日常生活活動の改善、生活の質向上を目的としたがんのリハビリテーションの必要性が増大してきています。

今回の研修会でがんに関する基礎知識から予防、回復期、維持期、緩和期と全ての病期においてチームに関わることの必要性を学ぶことができました。

実際に研修は院内の他職種によるチームで参加することが必須条件となっており、医師高島、看護師鈴木、理学療法士（金田、吉川、須藤）作業療法士札野で参加しました。がんのリハビリテーションについて他病院や当院のチームによるディスカッションし、最終日には当院での目標と取り組みについて発表しました。

今回の研修から学んだことを活かし医療の質をさらに向上できるようにチームで取り組んでいきたいと思っています。



左から、作業療法士の札野、理学療法士の須藤、内科医の高島医師、理学療法士の吉川、理学療法士の金田、看護師の鈴木

ふれあい健康教室

10月22日（土）、第7回ふれあい健康教室にて「認知症予防と運動」をテーマに行いました。内容は認知症予防プログラムで注目されている「コグニサイズ」の紹介、体験を行いました。

コグニサイズとは cognition（認知）と exercise（運動）を組み合わせた造語で、頭を使いながら運動するプログラムです。数を数えながら、足のステップを踏み、3の倍数のときだけ手を叩く等、普段の運動と違いを感じながら笑いが起こる一幕もありました。



作業療法士の札野優

編集 後記

新年あけましておめでとうございます。新しい一年がスタートしました。桜ヶ丘中央病院は、今年も地域医療に貢献するために、さまざまな活動を通して皆様の健康づくりのお手伝いをしていければと考えています。今年もよろしくお願い申し上げます。

発行責任

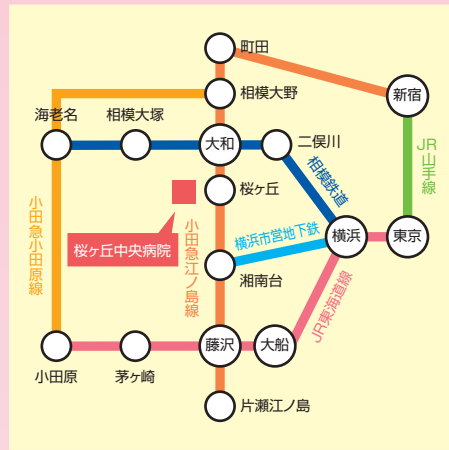
地域連携課広報担当

■ 車でのアクセス



- 東名高速「横浜町田インター」より40分
- 小田急線桜ヶ丘駅から1分

■ 電車でのアクセス



- 小田急線 (江ノ島線)
 - 新宿駅 ▶ 桜ヶ丘駅 50分
 - 藤沢駅 ▶ 桜ヶ丘駅 17分
 - ※ 小田急線 桜ヶ丘駅西口 徒歩3分
- 相模線 (小田急線/大和駅経由)
 - 横浜駅 ▶ 桜ヶ丘駅 33分



医療法人 桜ヶ丘中央病院
社団哺育会

〒242-0024 神奈川県大和市福田1-7-1

TEL 046-269-4111

URL <http://www.sakura-hp.or.jp>

