

かしま

ほっと HOT ほっと hot 通信

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

スマートフォンをご利用の方は、

QRコードを読み取り、アクセスしてください。

PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。

11月号 Vol.322

令和元年(2019年) 11月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室

■発行/社団医療法人養生会

〒971-8143

福島県いわき市鹿島町下藏持字中沢目22-1

tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...

上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。

かしま病院広報企画室(江坂 宛)まで

r-esaka@kashima.jp

卷頭特集

1
2
『医療勤務環境改善マネジメントシステム普及促進セミナー 参加報告』
「めんどうみのいい病院をめざして」
当院の歩みと事例報告をしてきました。

糖尿病のおはなし

『糖尿病とインフルエンザ』
かしま糖尿病サポートチーム

コラム ひんがら目(149)

『ゴミ置き場を漁るカラスを追いかけて
転倒し、両膝と前額部を痛めました』

呼吸器科 部長 山根 喜男

ようこそ家庭医療へ!

リハビリPOST

イベント開催予定のお知らせ
かしま荘通信

第13回 かしま病院 認定看護師による勉強会

内容

この季節がやってきた! もう備えときませんか?

インフルエンザ
感染予防対策

講師

感染管理認定看護師 木下 由美子

日時

令和元年 11月20日(水)
18時00分～19時00分

会場

かしま病院
コミュニティホール

対象者

主に医療、看護、介護に携わっている方。
参加には事前の申込が必要です。

かしま病院の認定看護師が講師を務める、
病院、診療所、施設などの現場で役立つ実践的な内容が盛り沢山の勉強会です。
興味をお持ちの方は、**かしま病院地域医療連携室 (TEL 0246-76-0350)**
までお問い合わせください。

たくさんの皆さんのご参加をお待ちしています。

卷頭特集

医療勤務環境改善マネジメントシステム普及促進セミナー 参加報告
「めんどうみのいい病院をめざして」
当院の歩みと事例報告をしてきました。

渡邊聰子 総合診療科

参加報告
医療勤務環境改善マネジメントシステム
普及促進セミナー

令和元年10月1日(火) 福島市
コラッセ福島で、厚生労働省委託事
業 医療勤務環境改善マネジメント
システム普及促進セミナー 東北ブ
ロックが開催されました。有床診療
所や病院など医療機関で勤務環境改
善に率先して取り組もうとしている
方々を対象に、青森や山形など東北
各地から70名程度が参加しました。

2
019年4月から働き方改革関連
法が順次施行され、医療現場においても例外なく、様々な取り組みが求められています。今後、労働力人口が減少していくなかで高齢者人口のピークを支える地域で安心して働ける職場づくりを目指して、今こそ勤務環境改善に取り組むことが急務となっています。

今回の特集は、医療勤務環境改善マネジメントシステム普及促進セミナー参加報告とかしま病院での勤務環境改善への取組をご紹介いたします。

行政説明として、厚生労働省医政局・労働基準局の企画官から、医師の働き方改革について話がありました。高齢社会と労働力人口の減少は、医療現場でも働き手の獲得競争の激化につながっています。「いのちをまもり、医療をまもる」ために医療現場、市民、行政、民間企業でそれらが協力し、できることから行動する重要性とともに、女性や高齢者の雇用促進、医師不足でも医師一人の勤務環境改善に努めながら地域医療提供体制と両立していく大切さなどを唱えていました。



当病院は総合診療の眼差しを深く備えた各科医師と育成型人事制度を基盤に、地域医療の充実化のため地域多機能型病院に転換した。地域地消を目標に、小中高、医学生・医師に至るまで幅広い教育に協力し、限られた医療人材だからこそグループ型訪問診療や在宅ワークが導入できたことなど勤務形態の工夫も紹介しました。筆者は体験談として、「子供の成長過程の魅力は、医師の仕事と家庭の両立にさまざまな葛藤をもたらす。一方で、子育てもキャリアにとって大切な仕事」と常に励ましをくれる先輩医師や職種を超えた職場仲間の応援も支えになり、教育関

連「一デイナー」を含めた在宅ワークと外来や訪問診療など仕事を続けることができる。患者さんが子育ての先輩としてひと声かけくださることもあり、子育てを通じて医療人としての人間力が培われている」と述べました。医療者も一人の人間として自己の健康や家族との子育てを大切にし、職員同士が「お互い様」と支えあいながら、患者さんと共に歩む道を真剣に模索することが、既存のマネジメントシステムを超えた働き方改革となり、この地域が健やかに発展していくことにつながると思いました。

託児所「バンビ」の整備

養生会託児所「バンビ」は、小さい子どもを持つ職員が継続して仕事ができ、また産休明けの職員もスムーズに職場復帰できるよう支援するために平成18年4月に開所しました。

職種問わず利用可能で、

子育てをしながら働く仲間が多くいます。



ワーク・ライフ・バランスの推進



かしま病院 勤務環境改善への取組

子育てサポート企業に認定



次世代育成支援認定マーク
【くるみん】

業制度」や「子の看護休暇」、「育児短時間勤務」など、職員が働きやすい環境整備に努め、その実績が評価されて平成27年12月に「くるみんマーク」の交付を受け、厚生労働省より次世代育成支援対策推進法に基づく認定を受けました。

かしま病院は、職員が仕事と子育てを両立しやすいつつ、「育児休

現在、全国3175企業の内、県内で34企業が認定。
※厚生労働省ホームページより

今回は、取組みの一部をご紹介しました。詳しい内容については、かしま病院ホームページ「養生会について」→「病院の取組み」をご覧いただけます。今後も地域のための病院として「めんどうみのいい病院」を目指していきます。



令和元年10月12日
台風19号の影響について



職員のワーク・ライフ・バランスに重点を置いて、職員が安心してキャリアアップを目指し、子育て世代が活躍できる環境作りの一環として短時間勤務や女性医師の在宅勤務などの整備を進めています。写真は、自宅から病院内のミーティングに参加している様子です。

今回も同じような気持ちで乗り越えられると思います。

東日本大震災の時は、皆が現場に残った職員との間で軋轍が出ないか心配しましたが、当時から互助の気持ちが強く、難局を乗り越えることができました。

当院は幸いにも施設での被災はほとんどありませんでした。だが、浸水や車水没等で職員が30名程被災し、勤務の調整が困難になりました。



ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医育成への挑戦～



この度の台風19号では、かしま病院職員も30名近く自宅の浸水被害に遭いました。その中には同僚の総合診療科医師2名が含まれます。彼らの居住地域にあるすべての診療所が甚大な被害を受け、通常の診療を再開できる目途が立たない状況となっています。しかし、市内全域の医療機関の約9割が一時機能停止に陥った東日本大震災の発災直後とは状況が異なり、市内の医療機関のほとんどが通常通りの診療を継続出来ている今回は、自力で移動ができる患者さんであれば他院を受診することが可能です。避難所を利用すれば、巡回している医師・薬剤師・保健師等のチームが、適切な医療が受けられるよう支援することもできます。ところが、今回は発災から一週間の時点で、避難所の利用者数が被災地域の居住者数に対して一割にも満たないようです。これは、被災地域近隣が大規模な断水に見舞われ、避難所が比較的遠方に設置されていることに起因していると

第117回 被災地の最前線で働く家庭医

診療部 石井 敦

思われます。自家用車の水没により移動手段を失った方々や、もともと移動が困難な災害時要支援者（災害弱者）は、やむなく自宅の2階に留まっていて、持病の薬が無くなつて困つたり、心身の疲労から体調を崩したりしているかもしれません。

このような問題点をいち早く認識し、行政や医師会などの関係団体に現場の状況を報告し、救援を求めてくれたのが、1メートルを超える浸水被害を受けて自宅の片づけをしていた当院の家庭医たちでした。彼らの現場からの声はすぐに行政を動かし、対策本部の現地事務所と救護所が設置され、現地に居ながら正確な情報の入手と医療や入浴などの生活基盤を確保することができるようになりました。災害後には急性および慢性の身体的・精神的健康問題が発生し、長期にわたりプライマリ・ケアの利用が増加することが報告されていますが、家庭医は被災者の心身の健康ニーズに対応するために適しています。まだまだ復旧まで多くの時間と労力を要しますが、地域に生き地域のために働くことができる家庭医が最前線で活躍しているのはとても心強いことです。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。

リハビリ POST 第104回

サルコペニアについて

の典型的な例としては認知症、サルコペニア、フレイルがあります。今回は、最近世間でもクローズアップしてきたサルコペニアについてお話しします。

サルコペニアとは、体の筋肉量の減少により、筋力低下や身体能力が低下した状態のことを言います。原因としては加齢、活動量の低下、栄養不足などが挙げられます。そしてそれらを引き起こす要因としては寝たきり生活や運動不足、食事量の減少ということになります。サルコペニアの症状としては歩く速度が低下する、転倒・骨折のリスク

現 在、日本では超高齢社会に突入し、総人口の四分の一以上を高齢者が占めていると言われています。この人口の高齢化により、今までさほど注目されてこなかった疾病や症状がテレビや新聞などでも取り上げられるようになっています。そ

が増加する、着替えや入浴などの日常生活動作が困難になるというようなもので、健康寿命を引き下げるにもつながります。

一方、サルコペニアを予防する上で大切なのが筋肉量を減らさないための適度な運動や栄養バランスのとれた食生活です。適度な運動は、筋肉に対して負荷をかけることで予防につながり、座って足を上げる、膝を伸ばす、つま先立ちなど、自宅でできる簡単な運動でも予防できます。また食事については筋肉、内臓をつくる栄養源であるなんばく質の摂取が重要となります。

年齢が進むことによって外出の機会が減ってしまい運動不足になってしまいます。今できることから少しずつ筋肉を使って、サルコペニア発症を予防していきましょう。

理学療法士 長岡 哉



引用画像「サルコペニア、ご存知ですか?」より

かしま荘通信

誕生会

10/9(水)



10月は6名の利用者様が誕生日を迎えられ、施設長よりお祝いの言葉と花束が贈られました。今回慰問いただいたのは、鹿島保育所の年長パンダ組の園児さん14名。元気な踊りを披露していただいたり、「げんこつやまとたぬきさん」などでふれあつていただきました。利用者様も童心に帰り、楽しいひとときを過ごしました。

イベント開催予定のお知らせ

世界糖尿病デー 時間 9:00～11:30 ・11月14日(木)
in かしま 会場 かしま病院 外来棟 受付そば

家庭医療セミナー 時間 19:00～20:00 ・11月28日(木)
～実践家庭医療～ 会場 かしま病院コミュニティホール

ゆる体操教室 時間 1回目 13:30～14:30 ・11月16日(土)
2回目 15:00～16:00 会場 かしま病院 医師住宅201号室

乳がん患者のつどい アイリスの会 時間 14:00～15:30 ・11月20日(水)
会場 かしま病院コミュニティホール

認定看護師による 勉強会 時間 18:00～19:00 ・11月20日(水)
会場 かしま病院コミュニティホール

興味のある方は、お問い合わせください。