

瀬戸内市立瀬戸内市民病院だより

# さんさん広場

《理念》 市民に安らぎと幸せを届ける病院を目指します。

## 第109号

《編集・発行》

瀬戸内市民病院広報委員会

瀬戸内市邑久町山田庄 845-1

TEL (0869) 22-1234

FAX (0869) 22-3296

URL <http://www.city.setouchi.lg.jp>



## 邑久医師会と瀬戸内市民病院との合同研修会が開催される

9月17日（火）、念願だった邑久医師会との合同研修会が当院の「さんさんホール」で開催されました。当日は、邑久医師会関係者の方11名、当院から11名、計22名の参加がありました。平成28年10月に病院が新たになり、「市民に安らぎと幸せを届ける病院を目指して」職員一丸となつて努力しているところです。新病院開院と同時に、回復期リハビリ病棟30床を開設し、今年3月から地域包括ケア病床を16床から30床に増床して「病棟」とし、一般病棟50床と合わせて、110床の病棟構成となりました。最近の紹介入院患者さんは、8割が市内の開業医、介護関係施設からお越し頂いています。ことほど左様に当院にとっても地域にとつても連携が重要となっています。そこで今回「地域における瀬戸内市民病院の役割について」というテーマで、竹内龍三院長からお話をさせていただきましたことになりました。内容は、①病院内の各部署のスタッフと特色について、②市の地域別患者動向とここ3年間の外来・入院・救急患者の

9月17日（火）、念願だった邑久医師会との合同研修会が当院の「さんさんホール」で開催されました。当日は、邑久医師会関係者の方11名、当院から11名、計22名の参加がありました。平成28年10月に病院が新たになり、「市民に安らぎと幸せを届ける病院を目指して」職員一丸となつて努力しているところです。新病院開院と同時に、回復期リハビリ病棟30床を開設し、今年3月から地域包括ケア病床を16床から30床に増床して「病棟」とし、一般病棟50床と合わせて、110床の病棟構成となりました。最近の紹介入院患者さんは、8割が市内の開業医、介護関係施設からお越し頂いています。ことほど左様に当院にとっても地域にとつても連携が重要となっています。そこで今回「地域における瀬戸内市民病院の役割について」というテーマで、竹内龍三院長からお話をさせていただきましたことになりました。内容は、①病院内の各部署のスタッフと特色について、②市の地域別患者動向とここ3年間の外来・入院・救急患者の

動向について、③入院医療の評価の基本的な考え方（一般病棟・地域包括ケア病棟・回復期リハビリテーション病棟）とそれぞれの病棟の役割について、でした。説明終了の後、フロアーから多くの質問をいただきました。当院の診療等機能や地域における役割が十分浸透しているとは言い難い印象を受けましたが、同時に熱い期待も感じました。

合同研修会の開催にあたり邑久医師会の皆様のご協力に感謝申し上げますとともに、瀬戸内市の地域包括ケア体制推進のため、一層の連携をお願いいたします。

（地域医療連携室長 石井泰三）



## - 目次 -

- 邑久医師会と瀬戸内市民病院との合同研修会が開催される ……1
- 接遇委員会発 令和元年度「患者さまへのアンケート」結果の概要を発表 ……2
- 令和元年度後期標語 「身だしなみ 心ばかりの おもてなし」 ……2
- 接遇委員会発 5回の接遇研修を実施 ……3
- 「玄関に豪華大菊7鉢がお目見え」 ……3
- 地域講座 2題 ①「ロコモティブシン ドロームの予防と腰痛予防体操」 ②「高齢者と運動」 ……4
- なるほど！！健康教室【9月19日（木）実施】ちょっと気になる血管年齢～動脈硬化の検査について～ ……5
- 安全衛生委員会発 腰痛予防対策研修会 ……5
- 健康シリーズ Vol.3 中殿筋 ……6
- バレーボール部県大会出場 ……7
- 「6時間リレーマラソン」に参加しました ……7
- 牛窓中学校の病院訪問 ……7
- 職員紹介コーナー「庭」 ……8
- 「趣味の工作を活かして」 ……8
- 編集委員のちょっと一服～オリーブの木の下で～ ……8

# 接遇委員会発 令和元年度「患者さまへのアンケート」結果の概要を発表

接遇委員会は、今年も患者さんやご家族のご理解とご協力のもと、患者満足度調査として「患者さまへのアンケート」を実施しました。この結果概要については9月24日（火）の病院運営会議で報告、同時に院内全職員に周知するとともに、「外来アンケート結果について」及び「入院アンケート結果について」の小冊子を、従来通り1階受付待合、同診察待合、2階各談話コーナーに配置することで公表としています。

ご観察の結果、満足度は83.9%で対前年比マイナス8.9Pと、いずれも非常に厳しい結果となりました。

【総合的な評価】

外来における総合評価3項目の代表的項目である「当院を受診してよかつたと思う」の満足度は65.4%で対前年比マイナス5.6P。入院における総合評価5項目の代表的項目である「全体としてこの病院に満足している（当

院に入院してよかつた）」の満足度は83.9%で対前年比マイナス8.9Pと、も早い完成を目指すべきと考えた。

その他、「待ち時間」や「接遇項目」においても、満足度はマイナス傾向となっています。

当院も「待ち時間」短縮や「接遇」力向上に対する取り組みを例年行っていますが、他の病院も努力しています。

当院も立ち止まつていては評価が下がるのは自明の理であろうとを考えます。機会をとらえ、方法や内容にも工夫を凝らしながら、不斷の学習や意識改革も必要であると考えています。

改善が進んだ項目もありますが、全体では厳しい評価となっている現実を真摯に受け止め、職員全体で患者さんへのサービス向上に努めていかなければならぬと考えています。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

接遇委員会委員長（内科医長）

加原健治

標語の選定を開始した平成28年度から通算し、今回で7回目となる接遇標語を決まりました。職員から募集し、接遇委員会がこれはというものの標語として各職場に掲示されました。

1題を選び出し、6ヶ月ごとの標語として各職場に掲示。

実践の羅針盤としているところです。

今回の募集は令和元年度後期（10月～3月）の標語ですが、応募数は前回と同じく10題でした。その中で最も高い評価を集めた「身だしなみ 心ばかりの おもてなし」が選出されました。因みに第2位は事務局職員心得7か条のひとつ「明るい笑顔で挨拶励行」でした。今回の標語制定を機に、当委員会が昨年度作成した「接遇マニュアル」に規定する「身だしなみ」に対する関心が一層高くなつただけだと期待するところです。

接遇委員会委員長（内科医長） 加原健治

## 令和元年度後期標語 「身だしなみ 心ばかりの おもてなし」



# 接遇委員会発 5回の接遇研修を実施

接遇委員会では、今年度も例年通り1回の接遇研修を予定しておりました。しかし、今年度の患者満足度調査の結果、全体評価項目（態度と言葉づかい）の落ち込みという現実を受け、病院事業管理者及び院長から今年度の接遇研修は全員が受講できる環境を整備すること、という指示を受けました。

急遽、全員受講するためには勤務時間内の実施、しかも交代制勤務者にも配慮し複数回実施する必要があり、10月28日(月)、同30日(水)、同31日(木)の3回は直接講師による講義の受講、11月1日(金)、同6日(水)は講義の模様を撮影し、それを教材とした視聴研修とすることとしました。

講師には、接遇研修や春の宿泊研修でもおなじみの接遇マナー講師 清水由美子先生を招へいしました。限られた1時間という制約の中ではありましたが、病院職員として接遇マナーの「基本の基」ともいうべき「病院職員手を大切に思う気持ちを、場面

の望ましい接遇とは」と題したご講義をいただきました。



講師 清水由美子先生

私は、今回受講し、「伝えたいことを、いかに心地よく伝えるか」、「理解を得るために、いかに過不足なく理解を得るか」ということが大切で、病院という社会の中では特に患者さんとの立場の違いや、医療職種間での立場の違いもあるので、適切なコミュニケーション能力は大切な要素。そして笑顔がその潤滑油としての役目を果たす。という風に理解しました。

受講者によつて感じ方は様々だと思いますが、10月に行つた3回分の研修アンケートを見ますと、総じて好評であり、「笑顔」の大切さを重要と感じた人が多かったようです。今後も、職員一丸となつて接遇力の向上を目指します。

馬場洋一  
接遇委員会副委員長(事務局長)

## 「玄関に豪華大菊7鉢がお目見え」



(事務局長 馬場洋一)

正面玄関横のスペースに大菊3本仕立て6鉢及び同7本仕立1鉢が飾られ、訪れる方々の目を楽させてくださっています。

品種は、3本仕立ては大臣、重文、空の翼、文明、強天、国華の印の6種で、7本仕立ては金山です。いずれも市内の愛好家の方が10月25日(金)から配置してくださいであります。見ごろは11月初旬から中旬までとのことです。

菊は「瀬戸内市の花」に選定され、市民の方々に広く親しまれており、10月20日(日)から11月17日(日)まで市内長船町公民館では備前長船菊花展も開催されています。当院の大菊も是非ご覧いただければと思います。

# 地域講座2題

## ①「ロコモティブシンドロームの予防と腰痛予防体操」



10月24日（木）邑久町

本庄地区で行われた「はつらつ教室」に宮松M.S.W.、西江理学療法士と私の3人で出席、ロコモティブシンドロームの予防と腰痛予防の体操についてお話をさせて頂きました。

私自身はつらつ教室への参加は今回が初めてでしたが、30名超の方々が参加されており、地域での健康活動を目の当たりにして、みなさんの意識の高さと、活発さに驚かされました。今回の話の中で健 康寿命を延ばすためには

時間を作つてみて下さい。腰痛の原因は様々ですが、身体が硬い人は腰痛の人も多いようです。身体を柔軟にする体操を心がけてみて下さい。

今後も地域でお話をさせていただく機会があるかと思いますが、その節はよろしくお願ひします。

（理学療法士 山本真敬）  
ロコモティブシンドロームとは別名「運動器症候群」とも言われ、骨や関節などの運動器の衰えが原因で「立つ」「歩く」といった機能（移動機能）が低下していく状態のことをいいます。エレベーター や車を使う現代社会では普段の生活での運動（活

動）が大切であることを強調させていただきました。  
1日4000歩未満の運動量の方は筋力低下を起こしている可能性があります。もし当ではまるようであれば、もう少し動く

時間を作つてみて下さい。腰痛の原因は様々ですが、身体が硬い人は腰痛の人も多いようです。身体を柔軟にする体操を心がけてみて下さい。

今後も地域でお話をさせていただく機会があるかと思いますが、その節はよろしくお願ひします。

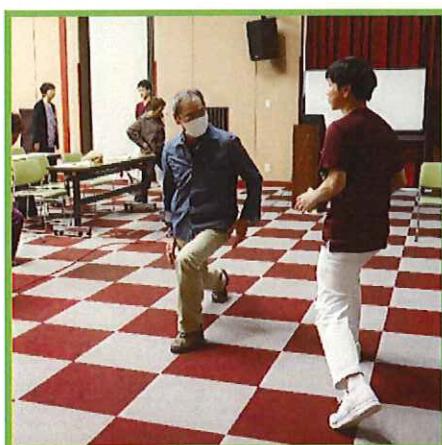
（理学療法士 山本真敬）

（理学療法士 山本真敬）

10月24日（木）、邑久ボランティアグループからの依頼により、総合福祉センターで行われた地域講座（出前講座）に講師として参加させていただきました。「高齢者と運動」をテーマに約1時間実技も交えてお話をさせていただきました。

運動を行うことの重要性や身近に行える運動の紹介を行つたのですが、その中で「ロコモティブシンドローム」についての説明を中心に行いました。

ロコモティブシンドロームかどうか調べるテストも行いました。  
テストの一つには「立ち上がり（テス



ト）」というものがあり、片脚のみで40cmの椅子から立ち上がるか、両脚で20cmの椅子から立ち上がるかが判定基準となっています。

実際に私もデモンストレーションでテストを行いましたが、特に20cmの椅子から立ち上がるのは大変だと感じました。

少しづつ寒さが増して冬の訪れを感じる今日ですが、無理のない範囲で運動習慣を身につけ、健康な身体作りを目指しましよう。

運動に関してご不明な点があれば、リハビリテーション科までお問い合わせ下さい。

（理学療法士 山本真敬）

なるほど!! 健康教室【9月19日(木)実施】

ちょっと気になる血管年齢 ~動脈硬化の検査について~

R.I.と頸動脈超音波検査の違いは?」「硬くなつた血管をやわらかくできますか?」など様々な質問をお受けし、動脈硬化検査に対する関心の高さを感じました。

9月19日（木）、「第51回なるほど健康教室」が開催されました。テーマは「ちよつと気になる血管年齢～動脈硬化の検査について～」と題し、血管の役割や当院で行っている検査内容、検査結果の見方などをお伝えしました。検査機器メーカー担当者も同席し、実際の機器を使ってデモンストレーションも行いました。当日は46名と多くの皆様にご参加をいただきました。動脈硬化検査を受けた。



ことです。当院では血圧脈波検査と頸動脈超音波検査を実施しています。身体の中の血管を直接見ることはできませんが、検査を受けることで数値化し、脳血管疾患や心疾患のリスクを予想することができます。

当院では健診でも、症状によつては外来受診時でも検査を受けていたぐことができます。ご自身の健康長寿のため、早期発見できる機会です。是非ご検討下さい。

(主任臨床検査技師 稲田

安全衛生委員会発 腰痛予防対策研修会

誰しも年齢を重ねるにつれて、気が付けば身体に痛いところがあつたりするものです。その中で、多くの人を悩ませる腰の痛みに着目し、当院リハビリテーション科職員を講師とした病院職員対象の腰痛予防研修ということで、就業時間後の和やかな雰囲気の中、知識と実技の両面から取り組みました。



う。 安全衛生委員会（事務局主査）原田孝

いっては、やはり我慢よりも早期発見・早期治療。我慢できなくなる前の早い段階での病院受診が大切です。また、同時に予防として腰痛を起こしにくい身体をつくるため、普段から適度な運動、腰以外も含めた身体全体のストレッチで心身ともにリフレッシュすることで腰痛を予防することができます。皆さんも無理のない軽い運動を継続することで、自分の年齢よりも若い身体づくりを努めましょ

# 健康シリーズ Vol.3 中殿筋

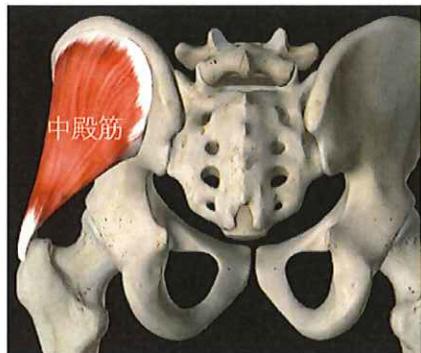
**殿筋**（でんきん）と名が付く筋は、**大殿筋**（だいでんきん）、**中殿筋**（ちゅうでんきん）、**小殿筋**（しょうでんきん）があり、これらは骨盤と大腿骨をつなぐ筋になります。それぞれの役割は異なります。今回は**中殿筋**について紹介します。

✓ **中殿筋**には主に次の機能があります。

- ✓ 股関節を外転させる。
- ✓ 大腿骨に対して骨盤を安定させる。
- ✓ 歩行を安定させる。

具体的には、片足立ちの時に、骨盤が反対側に傾かないように安定させる働きをします。

また、中殿筋と膝痛の関連では、膝蓋大腿部に疼痛のある患者は膝蓋大腿部に疼痛のない患者に比べて、中殿筋の筋力低下が認められたとの報告もあります。



出典：Essential Anatomy 3

**中殿筋**をトレーニングすることで、片足立ちなどの動作安定や、膝痛予防といった効果が期待できます。

## ✓ **中殿筋**のトレーニング

回数：10回程度～ セット数：1～4 頻度：1日おき～毎日

翌日以降の疲労度によって調整していきます。



注意事項：脳血管、心大血管、骨関節、等に疾患がある場合、主治医に確認してください

瀬戸内市民病院 リハビリテーション科（理学療法士）元家佳仁

# バレーボール部県大会出場



令和元年9月8日（日）、川崎大学総合体育館にて第33回岡山県病院職員バレーボール大会が開催され、当院バレーボール部が出場しました。昨年度は西日本豪雨の影響で開催中止となつたため、2年ぶりの県大会出場となりました。

結果は惜しくも予選リーグ1勝1敗で決勝リーグにコマを進めることができず、大会連覇が途絶えてしましました。しかし、この大会を通じて自分達の弱点を確認することができ、よい経験ができたのではないかと思ひます。来年度の大会に向けて今回確認した自分達の弱点を改善し、再び優勝カップを取り戻すことを目標に頑張りたいと思います。

バレーボール部主将（臨床検査技師）田村美紀

## 「6時間リレーマラソン」に参加しました



10月6日（日）、岡山県総合グラウンドで開催された「第9回トマト銀行6時間リレーマラソン」に、病院職員有志で参加してきました。このマラソンは、4人から12人で編成されたチームで、スタジアムに特設された1周1.3kmのコースを交代しながら6時間走るものです。通常のマラソンとは異なり、短い距離を交代で走るので、普段から走っている人だけでなく、初心者でも安心して参加することができます。また当日は、屋台や時間ごとのコンテンツがあり、スポーツというよりは、お祭りのような雰囲気です。当院としては4回目の参加となり、初めて2チーム参加しました。とても爽やかな秋晴れの中、気持ちよく走ることができました。これをつけなければと思つております。

リハビリテーション科科長（理学療法士）和氣武史

## 牛窓中学校の病院訪問



9月4日（水）、毎年恒例となつた牛窓中学校の病院訪問、今回は生徒さん22名と先生5名の方々が、訪問してくださいました。

東病棟、西病棟、北病棟の順に、各病棟談話室で、校歌と唱歌『ふるさと』の合唱を披露し、生徒さん手作りの『亀のストラップ』を患者さん一人ひとりに『早く元気になつて下さいね』とプレゼントされました。その後、短い時間でしたが患者さんに話かけさせ交流を深めました。患者さんたちも、にこやかに話をされており、色彩りどりの可愛いストラップとともに癒され、元気をもらうことができました。（事務局長補佐 野崎正広）

## 職員紹介「庭」



市民の皆様、こんにちは。

4月から、リハビリテーション科で理学療法士として勤務しております西江優斐と申します。よろしくお願ひいたします。

私は4歳の頃からピアノを習っており、現在も趣味として続けています。18年間楽しみながら弾き続けていると、絶対音感のような不思議な力と目を瞑って弾くという技を身につけました。(笑)

また、中学・高校では吹奏楽部でトロンボーンも演奏していました。音楽にはたくさんのジャンルがありますが、どれも人を笑顔にし、安らぎや感動を与えてくれます。私も音楽のように皆様に親しんでいただける理学療法士になりたいと思っています。

今の私ではまだまだ至らないことばかりですが、精一杯、精進してまいりますので、今後ともよろしくお願ひいたします!

★★ 次号の「庭」★★

栄養科の星島日香里さんです。ご期待下さい。

## 「趣味の工作を活かして」

西病棟（回復期リハビリテーション病棟）では、従来から病棟の患者さん相互の交流の場とともに、リハビリ以外の離床時間をより多く確保するため、「回りハカフェ」と称する取り組みを月1回病棟談話コーナーで行っています。

そのイベントのアイテム作りは職員交替で担当していますが、この度看護職員中山順子さんが9月の中秋の名月をイメージした箱庭風の置物を器用に作成。名前を付けるとすれば、さしつま芋、それに栗、柿など季節を代表する食物を色布で立体的に作成し納められています。また、屏風にはかる白雲、それを仲良く見上げる『2匹の白兎の丸いしつぽ』が何ともほのぼのとした風情を醸し出しています。

この『お月見の秋』を是非ともご覧いただければと思います。西病棟ではリバーバル展示として11月いっぱい設置いたします。

「お月見の秋」とでも言いましょうか、とても風情のある工作作品を自作され談話コーナーに常設されました。33cm×48cmの敷物の奥側に、横50cm×高さ36cmの屏風を置き、その前に15cm角の三方を配置、中に白布でできた本物と見まがうばかりのお団子をセット。三方の横には直径15cmの竹かごを置き、中秋の名月（別名「芋名月」と言わ



（事務局長 馬場洋一）

### 編集委員の ちょっと一服 ~オリーブの木の下で~

先日とあるイベントで、偶然幼馴染みと再会しました。以前は年に1~2回会っていましたが、お互い子供が生まれてからはなかなか会う機会もなく、久々の再会を喜びました。そのまま新居にもお邪魔して、少し話したら帰るつもりが話しあはれ尽きました。結局夕食までご馴染みになって帰りました。子供同士もすぐにうち解け仲良く遊んでいました。ご主人の作った料理は見た目も味もレストランのようでした。とても楽しい時間でした。

気が置けない幼馴染っていいなあと改めて思いました。(K)