瀬戸内市立瀬戸内市民病院だより

さんさん広場

第 118 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

日本医療機能評価機構
認定第 JC1846 号

≪理念≫　市民に安らぎと幸せを届ける病院を目指します。

「散り急ぐな　春を楽しめ　サクラ花」　４月３日（土）、偶然通りかかった母校　国府小学校の裏庭にあった満開の桜。すでに枝には若葉がチラホラ、風に導かれて花びらもハラハラ。天気予報によれば明日は雨。春の名残を惜しむように健気に咲いていました。タイトルは、俳句や短歌を趣味としている従妹に感化され、少し俳句風の味付けにしてみました。　（経営企画室次長　馬場洋一）

ー 目 次 ー

□ 写真「散り急ぐな　春を楽しめ　サクラ花」・・・1
□ 令和３年４月１日辞令交付式を行いました・・・2
□ その後の駐車場花壇・・・2
□ 新人看護師さん紹介・・・3
□ 瀬戸内市立瀬戸内市民病院改革プラン－令和元年度評価－瀬戸内市立病院等運営審議会が答申・・・4
□ 漫筆「見たり・言ったり・聞いたり」(3)・・・4,5
□ 西病棟発「お花見を楽しもう」・・・5
□ なるほど!!健康教室「いつの間にか“低栄養”になっていませんか？」・・・6
□ 「介護福祉士」資格を取得して・・・7
□ 牛窓中から亀のストラップ・・・7
□ 職員紹介コーナー『庭』・・・8
□ 接遇委員会発「困ってる？思うその時すぐ行動」・・・8
□ 編集委員のちょっと一服~オリーブの木の下で~・・・8

令和３年４月１日辞令交付式を行いました

４月１日(木)午前８時からさんさんホールにおいて、毎年恒例となった辞令交付式が開催されました。式典では幹部職員立会いのもと、看護師２名、薬剤師・理学療法士・作業療法士各１名の新採用者、昇格・再任用となった職員に、三河内病院事業管理者から一人一人に辞令が手渡され、次のとおり激励の言葉が贈られました。

「これまで想像していなかったような世界規模の新型コロナ禍の時代を迎えていますが、当院には地域密着の公立病院という役割・使命があります。患者さんに来てよかったと喜んでいただける病院、家族や友人に自信をもってお勧めできる病院、地域住民から選ばれ、この地域をしっかりと支えることができる、そんな病院であり続けるよう職員皆で力を合わせて頑張りましょう。皆さんの成長が病院の成長に繋がります。」と訓示がなされました。

辞令交付式の後には、新採用職員オリエンテーションが行われ、各専門職の話に熱心に耳を傾けていました。

この度入職された新職員の皆さんが、新たな環境の中で安心して業務にあたり、様々な面で日々向上できるよう、各部署協力してしっかりとサポートしていきたいと考えています。

（事務局　主査　原田　孝）

その後の駐車場花壇

前号でご紹介しました正面玄関前の駐車場の花壇スペースに植え込まれたシバザクラとパンジーについて続報です。パンジーに関しては３月中にほぼ満開となっていましたが、シバザクラはそのころまだつぼみ状態でした。しかし、掲載の写真を撮った４月３日（土）には見事なピンク色の絨毯に成長。パンジーの多彩な色合いと相まって、硬いコンクリートの駐車場に、春の優しさを演出してくれています。

（事務局長補佐　那須孝志）

新人看護師さん紹介

西病棟　看護師　服部七海（はっとりななみ）

4月に瀬戸内市民病院に就職し、西病棟（回復期リハビリテーション病棟）へ配属になった服部七海です。回復期リハビリテーション病棟での看護業務は初めてで、新しい環境で慣れないことや不安もたくさんありますが、優しいスタッフの皆さんに助けていただきながら日々頑張っています。患者さまや、ご家族の方のことをしっかりと理解し、寄り添う看護ができるよう努力していきたいと思います。

私は、普段はおっとりした性格ですが、特技や趣味は小さい頃から始めた空手とダンス。歌うことも大好きで、いつも見た目からは想像がつかないギャップに皆さん驚かれます。仕事もプライベートも充実させながら頑張っていきたいと思いますので、よろしくお願いします。

東病棟　看護師　岡野麻依（おかのまい）

4月から瀬戸内市民病院に就職した新人看護師の岡野真依です。

看護師1年目で分からないことが多く戸惑う日々ですが、その分たくさんの学びがあり、先輩方からの指導を受け日々頑張っています。業務を行っていく中で、知識不足や技術不足に悩まされる日々ですが、少しずつ業務を覚え一歩ずつ成長していきたいと思います。

今はコロナ禍で友達と出かけることはできませんが、休みの日はリフレッシュしながら仕事もプライベートも充実できるよう頑張っていきたいと思います。ところで、私は小学生の頃からバレーボールをしています。長く続けているバレーボールを就職してからも続けられることを嬉しく思います。

バレーボールを通して学んだことを活かして頑張ります。

北病棟　看護師　神崎沙也佳（かんざきさやか）

5月から瀬戸内市民病院に就職させていただき、北病棟に配属となりました看護師の神崎沙也佳です。

看護師として働き始めてから、急性期の病院で主に脳神経外科の病棟と回復期の病棟で勤めてまいりました。初心を忘れず患者さんやご家族に寄り添う看護を提供できるよう頑張っていきたいと思います。同僚の皆様には日々優しく声をかけてもらっており、業務のことや、わからないことがあり質問すると、いつも丁寧に教えていただき、とても感謝しています。新しい環境で慣れないことや不安なこともあります。また、就職したばかりで、ご迷惑をおかけすることも他々あると思いますが、早く戦力として認められるよう努力していきたいと思っています。精一杯頑張りますので、今後ともよろしくお願いいたします。

-瀬戸内市立瀬戸内市民病院改革プラン　―令和元年度評価―

瀬戸内市立病院等運営審議会が答申

令和元年度の実績に関し評価する第1回運営審議会が令和2年10月21日（水）開催され、当院から本プランの概要及び自己評価に関する説明をさせていただき、審議会からは数項目の補足資料等の提出等のご指示をいただきました。第2回は12月18日（金）に行われ、追加資料の提示と説明をさせていただきました。いずれの会も熱心な議論が行われ、委員の方々からは病院運営に関し多くのご示唆をいただきました。全2回にわたる審議結果は、本年3月29日、病院開設者である武久顕也瀬戸内市長に「答申書」として手渡されました。答申事項は別紙のとおりです。尚、答申の元となった主な意見は次のとおりです。

① 経営企画室の運営
・経営企画室に権限付与
・経営改善対策プロジェクトの行う改善手順について再検討
・職員の経営意識の高揚を促す取組みは継続実施等

② 評価方法の改善
・評価資料の更なる充実を望む

③ 目標数値の見直し
・策定当時と比べ環境の変化が著しく、矛盾となっている目標数値は現状に即して見直すべき

④ 経営効率と患者満足

⑤ 訪問看護ステーションの運営について

⑥ 地域包括ケア病棟の適切な運用（サービス質の向上、病床管理の充実）

⑦ 人事評価への対応

⑧ 調査、改善アドバイスに関し、適宜中間報告実施

⑨ コロナ禍にあって職員の著しい疲弊も想定できる。職員への配慮も含めバランスのとれた改善の進捗を望む(以上)

答申書の内容は、当院のホームページで公開されています。

別紙　答申事項

本審議会は、平成31年度・令和元年度の取組みに対する瀬戸内市民病院の自己評価結果を妥当と認める。

〈付帯意見〉（略）

（経営企画室次長　馬場洋一）

浸筆「見たり・言ったり・聞いたり」（3）

4月12日(月)、松山英樹選手がプロゴルフ世界のメジャー「マスターズ」をアジア人で初めて制覇しました。私も早起きしてTVで応援していました。優勝の瞬間から少しの時間、中継テレビの音声が無言となりました。担当していたアナウンサーと2名の解説者がともに感動のあまり声を発することができなくなったそうです。解説者のひとり中島常幸さんはかつてマスターズに何度も出場し、最高8位に食い込んだことのある一流プロゴルファーなのです。松山選手の快挙はプロ中のプロを感動で泣かせたのです。これはすごいことです。

後日、私自身も彼の優勝が大きな影響を与えたのではないかと推測する二つのプロゴルフ界の出来事を思い起こしています。ひとつは松山選手のマスターズ優勝の翌週に始まった国内ゴルフツアー「東建ホームメイトカップ」で、東北福祉大学の後輩　金谷拓実選手が優勝。オリンピック出場候補第2位につける金谷拓実選手が影響を受けたことは間違いないことと思われます。二つ目はシニアツアー「ノジマチャンピオンカップ箱根」で篠崎紀夫プロが

逆転で優勝しました。実は篠崎プロは10数年前、兵庫ＡＢＣゴルフクラブで行われたプロゴルフツアー「マイナビＡＢＣチャンピオンシップ」で、当時明徳義塾高生のアマチュアだった松山選手と決勝ラウンドで同組で回ったもう一人のプロゴルファーだったのです。その後松山選手と同じ組み合わせがあったかどうかわかりませんが、篠崎選手も松山選手の快挙の報の中で当時に思いを馳せ、今回のツアーに良い影響を与えたのではないかと思っています。私は10数年前のこの試合、ギャラリーでこの組についていました。長身で細身の松山選手が繰り出す豪快なドライバーショットが今も強烈な思い出として残っていますが、私への影響は極めて少なかったのが残念です。しかし、感動を感動として感じることのできる心は持ち続けていきたいと思っています。

（経営企画室次長　馬場洋一）

西病棟発　「お花見を楽しもう」

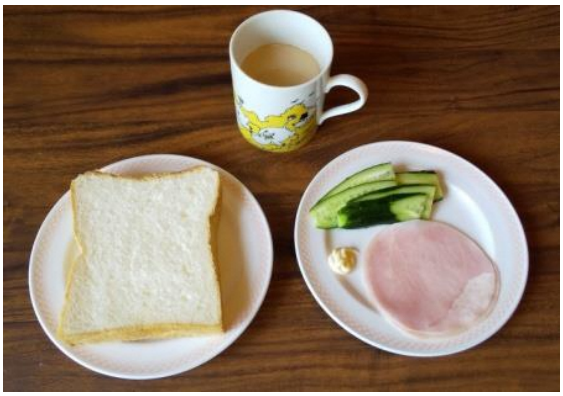
西病棟では、毎月レクリエーションを行っています。４月は「お花見を楽しもう」ということで、しだれ桜を作成しました。春といえば、「桜」を思い浮かべる人が多いのではないでしょうか。桜は400～600種類あり、中でもしだれ桜は古い建物のそばにしっかりと根付き、寿命も長く、幹を包み込むように花が咲きます。糸を垂らしたような花姿をすることから、別名イトザクラとも呼ばれます。

新型コロナウイルスにより、当院でも感染を広げないために面会の禁止など感染防止対策の徹底が行われています。レクリエーションも感染防止対策として重要な３つの「密」（①密閉②密集③密接）とならないように気をつけながら行い、今回とても迫力のある美しいしだれ桜が完成しました。

わいわい楽しくレクリエーションを行うことができて、毎日のネガティブなニュースや先の見えない不安で暗い気持ちにならないように、桜をみて少しでも気分転換ができたのではないかと思います。新型コロナウイルスの一日も早い収束を願うばかりです。これからもマスクの着用・手指消毒・うがい・手洗い・検温など感染防止対策を徹底していきましょう。（西病棟広報委員）

なるほど！！健康教室
「いつの間にか“低栄養”になっていませんか？」栄養科長 若松規子

左のような食事になっていませんか？



筋肉は栄養状態のバロメーター

皆さんは食事の量が減ってきたり、左の写真のような簡単なご飯になってきていませんか。

動くことは面倒…になっていませんか。齢を重ねても 1 日に必要な栄養素は若い時とあまりかわりありません。

歳だから食べられなくなるのは当たり前と思わず、食事の工夫をしましょう。ある程度の食事と運動が維持できていれば、それほど筋力は衰えないものです。たとえば転倒した、肺炎になった、など動けない日が続き、筋力・体力の低下を感じたことはありませんか。何かがきっかけとなり筋肉量が落ちると、生活全般の質が低下しがちです。

低栄養になる前に

階段の上り下りがおっくうになった、立ち上がるのがつらいなど、いままでの生活動作に対する感覚が変わってきたら、ひとつのサイン。歩く速さには栄養状態が如実にあらわれます。些細なからだの変化を放置しないようにしましょう。体重があるから低栄養ではないと言われる方もおられますが、体重はあるが筋力のない状態も一種の低栄養です。

栄養補助食品をご存知ですか？

筋力は落ちても、1－2 ヶ月で徐々に回復していきます。一時的に食事の用意ができなかったり、食が細くなってもあきらめず工夫し、回復するまで栄養状態を落とさないことが大切です。今は「栄養補助食品」と呼ばれる少量でもカロリーやタンパク質、ビタミンなどがしっかりとれる食品もいろいろ出てきています。食べられない時に利用してみましょう。

食べられない時を除き、とりあえず空腹を埋める。食べやすいから食べる。ではなく、たんぱく質や野菜や果物をそろえるように考えて食べましょう。免疫力も、気力もアップすること間違いなし！ですよ。

「介護福祉士」資格を取得して

この度、本年1月に行われました第33回介護福祉士国家試験を受験し、無事に合格することができました。介護福祉士を目指そうと思ったきっかけは、介護についての正しい知識と正確な技術を習得し、自信を持った介護を行い、信頼される介護士になりたいと思ったことにあります。

介護福祉士を取得するためには、数種類のルートがあります。私の場合は、介護業務としての実務経験3年と実務者研修を修了することで受験資格を得るというルートで受験しました。

実務者研修では、根拠に基づいた援助方法、からだのしくみ、医療的ケア等、多岐に渡って学び、その後は、復習と問題演習をひたすら行い、研修で得た知識を蓄積させていきました。

当院では、介護業務未経験、無資格の私を迎え入れていただき、4年が経ちました。これまでの経験と獲得した知識を業務に活かし、患者様に寄り添った支援を行っていきたいと改めて思いました。また、医療従事者の一員として、スタッフの方々のサポートも適切に行うことができるよう、今後も精進して参ります。皆様のご指導・ご鞭撻、引き続き賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。（西病棟看護助手　西﨑ひとみ）

牛窓中から亀のストラップ

3月26日（金）、牛窓中学校の番場先生と時岡先生が、当院を訪問。保健委員長 髙橋 蓮さんの『瀬戸内市民病院のみなさまへ』のメッセージとともに同校保健委員会の生徒さん手作りによる「亀のストラップ」約40個が贈呈されました。

メッセージには、今年度は新型コロナウイルスの影響で例年の訪問ができなくなったことの他、次のとおり医療従事者への感謝と励ましの言葉が添えられており、病院職員一同大いに元気をもらうことができました。

〈メッセージの概要〉「コロナウイルスで毎日暗いことが多い中で少しでも明るい気持ちになればと思います。毎日大変だろうと思いますが、体調などに気を付けながら頑張ってください。」

生徒さんたちが、病院訪問できる落ち着いた日々が早く来ることを祈っております。

（事務局長　野﨑 正広）

こんにちは、北病棟看護師の岩野麻衣子です。看護師免許を取得してあっという間に 4 年が経過しました。以前はリハビリテーションに携わる仕事をしていましたが、40 歳を前に意を決して看護学校の受験をしました。転職した理由は沢山あるのですが、1 番は看護師の職域の広さです。前職の病院には 70 歳を過ぎた現役ナースさんがいきいきと働いておられました。適材適所で何歳になっても働ける、そんな看護職に魅力を感じました。体を動かすことが好きで、コロナ禍の今、家での時間はもっぱら筋トレ。筋力増強のためにどうすれば良質のタンパク質が摂取できるかで頭がいっぱいです。引き続き年を重ねても健康な体作りに努め、看護師として末永く働けたらなぁと思っています。

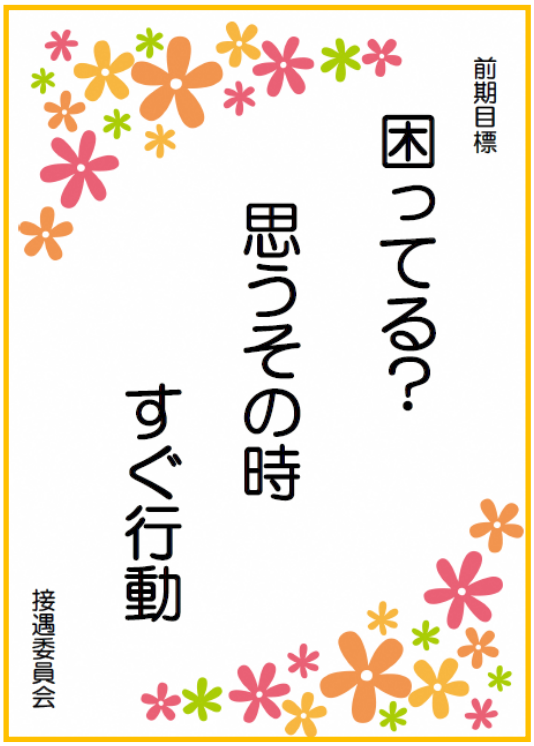
★★ 次号の「庭」★★

リハビリテーション科の本原夢乃さんです。ご期待ください。

接遇委員会発

「困ってる？　思うその時　すぐ行動」

標語の選定を開始した平成28年度から通算し、今回で10回目となる接遇標語を決定しました。職員から募集し、接遇委員会がこれはというもの1題を選び出し、6ヶ月ごとの標語として各職場に掲示、接遇面における病院職員としての態度や心構えの羅針盤としているところです。今回の募集は令和3年度前期（4月～9月）の標語ですが、応募数は前回より6題も多い18題でした。その中で最も高い評価を集めた「困ってる？　思うその時　すぐ行動」が選ばれました。因みに次点はコロナ禍の現状を反映した「密を避けそれでも心は　寄り添って」、3位は「見られてる　あなたの行動　その言葉」でした。今回選出された標語は、患者さんであれ、職員であれ、人が困っているようであれば、まずは率先してお声がけをさせていただくなど、相手の立場に立って行動するということを考えましょう、と語りかけてくれているようです。　（接遇委員会委員長（内科医長）加原健治）



編集委員の ちょっと一服 ～オリーブの木の下で～

この春息子が小学生になりました。それまでほぼ週 3 であった幼稚園の送りがなくなり、開放感いっぱい‼と思いきや、新しい制服に身を包み、ランドセルを楽しそうに揺らしながら登校班の友達と駆けていく後姿に、親として一抹の寂しさを感じています。ちゃんと座って先生の話が聞けるかな、友達はたくさんできるかなという心配をよそに学校生活を満喫し、加入したサッカーチームの活動も生き生きと楽しんでいる様子。一歩ずつ階段を昇っていく姿を見守りながら、親として共に少しずつ成長していけたらと思っている今日この頃です（M）