

ほっと@yabuki

特集：「平成27年度新入職員紹介」



Seiei Group

Vol.5 Topics

Dr伊東のミノルハナシ	1
V.A STUDY	2
相談室ちょこっとコラム	2
特集：平成27年度新入職員紹介	3
第1回健康まつり報告	4
ほっと@yabuki作品展	4

おしえて!こんしえるじゅ	5
Active Life!	6
キラリPerson	7
編集後記	7

腎臓内科
伊東 稔

この誌面を読んでいる方の多くは患者さんやそのご家族の方だと思います。皆さんは自身が受けている治療、ご家族が受けている治療をどのように捉えているでしょうか。清永会で治療を受けている患者さんの多くは慢性的な疾患です。慢性腎臓病や糖尿病は慢性的な疾患の代表ですね。高血圧症やメタボリックシンドロームなどもそうです。その特徴をあげてみると次のようになります。

①一回の診療で急に良くなったり悪くなったりすることがない、②医学的な状態と自覚症状が一致しないことが多い、③医療者の技術が重要である一方で患者さんによる自己管理がより重要。実は私達医療者にとって慢性的な疾患の診療は非常に難しいと感じています。②の例をあげましょう。透析を受けている患者さんであればリンの検査値について気をつけていると思います。

さて、リンの数値がいい時、悪かった時何か症状があったでしょうか？ほとんど症状はないですよ。風邪で喉が痛い、頭が痛い、熱がある、といった症状がある時には、薬を飲む、健康に良い物を食べるなどの行動が起きやすくなります。(余談ですが、風邪で薬を下さいという患者さんはいても、リンが高いので薬を増やして下さいという患者さんはほとんどいません(苦笑)。)

自覚症状がほとんどない状態で、自己管理のために頑張るといのは本当に難しいと思います。自己管理不良の患者さんを叱りつけて指導するのがよいのか？優しく次は頑張ろうねと応援するのがいいのか？何も言わずに患者さんの気持ちが変わるのを待つのか？どれが正解でしょうか。日常生活でも人の行動を変えるのは難しいですよ(子どものしつけ、部下の指導などが好例)。

慢性的な病気の名医というのは技術や知識がもちろん必要ですが、患者さんのやる気スイッチを上手くオンに出来る技術も必要だと感じます。

医学だけでなく心理学、教育学の技術ですね。

私達は慢性的な疾患と長く付き合っていかなければいけません。患者さん自身もやる気スイッチをオンにする工夫が大事だと思います。自分のやる気スイッチ、少し意識してみませんか？

ゆるキャラグランプリ キッド&レン 出場決定!

2015

★ゆるキャラ®グランプリとは？

地域や企業を盛り上げているゆるキャラたちの年に一度のお祭り、それが「ゆるキャラ®グランプリ」！去年は約1700体のゆるキャラが出場し、その様子は多くのメディアが取り上げ注目されています。「くまモン」など、歴代1位のゆるキャラは全国的に有名となり、地域や企業活動の活性化にも繋がっています。

投票開始：2015年8月17日(月) 10時～
投票終了：2015年11月16日(月)～18時



一日一票投票お願いします!

「動脈表在化について」

全身に血液を送る血管を動脈（脈がふれる血管）と言います。動脈は一部を除き体の深い部分にあります。上腕の動脈を皮膚直下の浅い部分に移動させ、これに穿刺して透析に使用するのが動脈表在化法です。

前回の復習

人工血管は、シャントの作れる静脈がない患者さんに用います。「ほとんどの患者さんに移植可能で穿刺がやりやすい」などの利点がある一方で、「狭窄がおきやすく長期使用ができない」などの欠点もあります。

5時間目

今回はカテーテルの特徴についてお話しします。お楽しみに！

動脈表在化の利点

★シャントや人工血管は心臓の負担になるが、動脈表在化はならないので心臓の悪い方に使用することができる。

動脈表在化の欠点

- ★使用できる長さは10cm弱であり、穿刺できる場所が少ない。
- ★動脈から返血は出来ないため、返血のための別の血管が必要である。
- ★動脈は1本しかないため、片腕で1回しか作ることは出来ない。



アクセスセンター長
コカ マサヒコ
小鹿 雅隆

以上のようにやや制限が多く、基本的には心臓が悪い方、シャントや人工血管が使えない方に使用されるアクセスです。ただ、表在化ができない患者さんはほとんどいないため、あまり良好ではないシャントのバックアップ・シャントとの組み合わせで使われることもあります。主役ではありませんがうまく使うと貴重な脇役となります。

トイレに手すりが必要だけど・・・。



相談室
ちょこっとコラム

先日Aさんから、トイレの立ち上がりが大変になってきたので手すりを取り付けたいと相談がありました。

介護保険の認定を受けている方は住宅改修費の支給が受けられます。しかし、Aさんの住まいはアパートだったため、住宅改修はできないだろうと思いましたが、ところが、大家さんの了解がもらえれば、アパートでも住宅改修は可能な場合があるようです。地域包括支援センターに相談したところ、このように教えてもらいました。

Aさんも、大家さんに相談した結果、工事費を本人が負担するのであれば問題ないとのことでした。また、住宅改修の手続きは地域包括支援センターで引き続きお手伝いしてもらうことになりました。

一人で悩む前にまず相談！3人寄れば文殊の知恵というように、相談を投げかけることで新たな情報を得ることができます。ぜひお気軽にご相談ください♪



社会福祉士
タカハシ アイコ
武田 奈穂



社会福祉士
ドモシ トモコ
土門 知佳

平成27年度 新入職員紹介

自分を漢字一文字
であらわすと？

タカハシ アヤ

高橋 彩 臨床工学技士
(本町矢吹クリニック)

勢



何事にも全力投球で取組みたいと思います！

イトウ タカユキ

伊藤 貴之 放射線技師
(矢吹病院)

自



自分らしさを大切にしたいです。

フルサワ マキ

古澤 真希 臨床検査技師
(矢吹病院)

広



心の広い人になりたいです！

フジタ シゲユキ

藤田 茂之 業務補助員
(矢吹病院)

信



患者さんと職員の皆さんに信頼される人になりたいです！

マツダ フミカ

松田 史佳 業務補助員
(矢吹病院)

笑



いつも笑顔をやさずにいたいです！

モリヤ ナオキ

森谷 尚希 臨床工学技士
(天童温泉矢吹クリニック)

円



心を丸く。人と人との輪も広がりたいです！

コマツ イクミ

小松 郁美 看護師
(矢吹病院)

縁



人との出会いを大切にしていきたいです！

キムラ ミホ

木村 美穂 コンシェルジュ
(矢吹病院)

想



常に相手のことを思いやり生活しています！

タカハシ ヒロコ

高橋 博子 看護師
(矢吹病院)

楽



プライベートも仕事もいつでも楽しく過ごしたいです♪

輝～message for new face～

新入職員の皆さん、入職ありがとうございます。皆さんはひとりひとりが豊かな個性を持った将来性のある仲間です。その素晴らしい個性を思う存分発揮して常に輝いて下さい。みんなが応援し、協力し活躍を楽しみにしております。



清永会 理事長
ヤブキ キョウカ
矢吹 清隆

健康まつり

開催報告

5月10日(日)、矢吹病院を会場に第1回健康まつりが開催されました。当日は医療体験コーナー、検査相談コーナーの他、講演会や母の日のカーネーション作り、スタンプラリーなどイベントが盛りだくさん。透析室見学や手術室見学、白衣を着たお子さんの

記念撮影コーナーも大人気でした。

川柳コンテストでは来場者からの投票の結果、最優秀賞に天童温泉矢吹クリニックの患者さん、優秀賞に矢吹病院の患者さんの作品が選ばれました。お方には素敵な景品をプレゼント！次回も沢山のご応募お待ちしております。

そしてなんと矢吹病院公式マスコットキャラクター『キッド&レン』が初登場！元気いっぱいの子どもたちと直に触れ合い、二人も楽しそうでした。

200名を超える方にご来場いただき、大盛況のうちに終わることができました。来年はさらにパワーアップした企画で皆さんに楽しんでいただきたいと思います！



↑大人気のキッド(左)&レン(右)



↑キッド&レンのオリジナルファイルとマグネットを配布しました。

沢山のご応募ありがとうございました！

手術着に着替えたら・・・オペ開始!?

カーネーション作り。想いを添えて。

ほっと@yabuki 作品展

～第2弾～

皆さんの作品を紹介するコーナー♪第2弾となる今回は、「絵画」「切り絵」「色紙絵」「押絵」「詩」をご紹介します♪



「押絵」(押絵)
物好きばーばさん



「天女」(切り絵)
芳賀 孝志さん



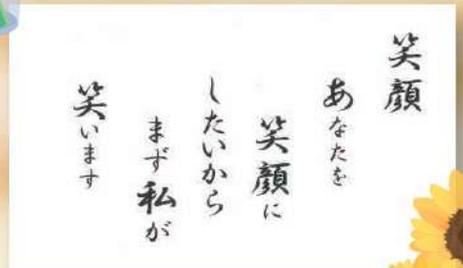
「牡丹」(日本画)
川村 秀子さん



「最上川初秋」(パステル画)
川村 隆さん



「百合(仲よし)」(色紙絵)
高橋 常子さん



「笑顔」(詩)
ひまわりさん

作品評



広報委員長
伊東 稔

美しい景色と花々の絵画と色紙絵、繊細な技巧を凝らした切り絵や押絵、そして心温まる詩まで。どれも素晴らしく、感嘆の声が漏れました。実物をお見せできないのが残念です。作品作りを通じてさらに豊かな感性を磨いてほしいですね。さて、次号は写真などを中心に紹介します。お楽しみに！



車椅子の正しい使い方



教えて！
 こんしえるじゅ！

皆さんは車椅子を利用したことはありますか。矢吹病院の玄関には、来院者用に車椅子があります。ご利用頂くほとんどの方は、付き添いの方が介助をなさるので私達にとっては有難いです。そんな中、時々ヒヤッとするような危険な場面に遭遇します。そのようなことがないように、今回は車椅子の安全な利用方法をお話したいと思います。

1 車椅子を開く

2 乗る

3 降りる

①車椅子の後方に立ちます。グリップ（押す部分）を持ち矢印方向に広げます（完全には広がりません）。



②シート（座る部分）を手で押します。



①両サイドのブレーキがロックされているか確認します。



②両サイドのフットプレート（足を置くスペース）がたたんであるか確認します。



③両方のアームレスト（肘掛け）を押さえ、ゆっくり座ります。



④フットプレートを倒し、足を乗せます。ブレーキのロックを外し、ゆっくりご移動下さい。



①両サイドのブレーキをします。



②足を下ろし、フットプレートをたたみます。



③両方のアームレストを押さえ、ゆっくり立ち上がって下さい。



※ブレーキのロック、フットプレートの開閉は忘れず行って下さい。

車椅子の移動や運転は、十分に注意しなければ転倒やケガなどの原因となります。車椅子の使用方法を正しく覚えていただき、安全にご利用下さい。私達はいつでもお手伝いいたします。



医療コンシェルジュ
 外どり
 工藤 久美

家族の転勤により退職することとなりました。みなさんとのコミュニケーションを通じてその関係性とありがたさを肌で感じられました。毎日笑顔で挨拶を返してくださり、本当にありがとうございました。

キケン！



Active Life / ~心と体を健康に~



前回のロコトレはどうでしたか？継続して行くと効果があらわれてくるはずですよ。Vol.3の運動と合わせて、ぜひ継続して行ってみてください。今回からは、多くの人が悩まされているであろう腰痛について説明していききたいと思います。

☹️ 腰痛の原因 😊

①長時間同じ姿勢でいることによる筋肉の緊張

- ✓デスクワークで長い時間椅子に座っている。
- ✓長時間立ったまま仕事や家事をしている。
- ✓硬さの合わない布団で寝ている。
- ✓長時間横になっている。



②腰の筋力低下

- ✓運動不足
- ✓肥満体型

最近運動してないからか太っちゃった。腰も痛い...



③過剰な動きや無理な負担(ぎっくり腰)

- ✓重い荷物を持ち上げる。
- ✓急激に動きを切り替える。(転びそうになった時にバランスをとったりするなど)

おっととと...



④腰痛の原因となる疾患

- ✓腰部脊柱管狭窄症
- ✓腰椎分離症・すべり症
- ✓変形性腰椎症
- ✓腰椎圧迫骨折 など

整形外科に行ってみよう...



作業療法士
ゴトウ カズヤ
後藤 和也

以上の4つに分類されます。自分で意識して予防できることも多そうですね。

①、②は筋力強化や腰痛体操で改善が見込まれますが、③、④の場合は整形外科での受診が必要です。

次回は腰のストレッチを紹介しますが、腰痛が長引いて心配な方はぜひ一度整形外科を受診されることをおすすめします。





キラリ★Person

毎月キラリと輝く清永会職員をご紹介します♪今回紹介するのは矢吹病院看護部の伊藤考広主任。
優しい瞳の奥に強い「信念」を持つ彼のヒミツに迫ります！



Q お仕事の内容は？

アクセスセンターでの診察介助や手術の準備・介助を主にしています。

Q 矢吹病院のここがスゴイ！

矢吹病院は、スタッフ一人一人が大きな役割を担っている病院です。スタッフだけでなく、患者さんの声が反映されやすい病院だと感じます。

また、他院から紹介された患者さんから「皆さんとても親切ですね。」という言葉をよく聞きます。

これからも誠意ある対応を心がけていきたいと思っています。

Q 好きな食べ物は？

寿司、梨などは鉄板です。休日は、子供を連れて寿司屋に行くことが多いですね。あと、カフェマルメレのカレーは安定して美味しいです♪

Q 座右の銘は？

「温故知新」です。自己流の解釈かもしれませんが、様々な考え、物の見方に触れた時、自分の意に沿わない事であっても、それを拒絶せず、受け止め、噛み砕いた上で自分のものにする事を意識しています。

Q 看護師を目指す方へ

目指すきっかけは人それぞれだと思いますが、看護師として自分なりの看護観や信念を見つけて欲しいです。実習やレポートと忙しい日々を送っているかと思いますが、夢に向かってがんばってください。

Q 地域みなさんへのメッセージをどうぞ！

矢吹病院は全ての患者さんの可能性を信じ、かつ、その意思を尊重し、それぞれに適した安全な医療と看護の提供を目指しています。

矢吹病院は皆さんの声の反映されやすい病院です。何か疑問な事や不安な事、また、お気づきの点がありましたら、遠慮なくスタッフにご相談ください。スタッフ、患者さん皆の声を反映させたよりよい矢吹病院を作り上げて行ければと思います。



Nice smile!

Focus!

イトウ タカヒロ
伊藤 考広
(看護部 11年目)

編集後記

編集担当の皆川です。ほっと@yabukiも今号で一周年を迎えました。今後も皆さんに健康的でほっとな記事をお送りしていきます！さて、今回の特集は「新入職員紹介」でしたね。私自身も3年前、新社会人として期待と不安を胸に入職したことを思い出します。

就職や結婚、定年などの環境の変化と共に、周囲から求められる役割も変化し戸惑いを感じた経験のある方は多いと思います。「自分らしさってなんだろう、自分は何がしたいのだろう」と立ち止まり、周囲に受け入れられるため気持ちを抑制してしまうことも。自分の周りだけでなく、より広い視点で自分を見つめ直せば、今までとは違った自分の価値に気付けるかもしれません。

以前観た映画の台詞で、「大事なものは誰を好きかじゃない、誰と一緒にいる自分を好きかなんだ」という台詞がありました。それは対人関係に留まらず言えることだと思います。「自分は何がしたいのか」だけではなく、「何をしている自分が好きか。自分らしくいられるか」と考えてみるのも時にはいいなと感じました。3ページの矢吹理事長のメッセージにもあるように、新入職員の皆さんには豊かな個性を存分に発揮し、自分らしく輝いてほしいです♪それでは次回、11月号でまたお会いしましょう！

ほっと@yabuki編集担当 皆川未吏（法人企画広報室）

★編集・発行：広報委員会
★発行部数：1000部
★発行日：8月14日（季刊）
★次号発行日：11月

★印刷所：株式会社大風印刷
★お問い合わせ：023-682-8566
(内線：3206)
★清永会HP：<http://www.seieig.or.jp/>

Find us on Facebook

矢吹病院公式ページ
facebook.com/yabukihosp



いいね！

