

あさがお通信



「ずっとこのまちで暮らし続けたい」を応援します

標記の病院の理念を掲げて4回目の新年を迎えることになりました。台東区立台東病院・老人保健施設千束は開設以来、台東区の高齢者医療・福祉サービスの中核を担う施設を目指し、運営してまいりました。東京都では住民の高齢化の波が地方以上に急速に進んでおり、終末期を含め高齢者の医療、介護ニーズに対応する体制作りが急がれています。都心部では専門医療を担う多くの高次機能病院があるものの、急性期治療を優先するため患者の入院期間の短縮が至上命題となり、ともすると高齢者の中長期的な入院が敬遠される傾向は否めません。長期の療養を必要とする高齢者は住み慣れた町を離れ、何とか療養を受け入れてくれる遠方の病院・施設を頼るといった終末期難民とも言えるような状況が既に始まっています。

誰にでも訪れる人生の終末期。末期がん、認知症など徐々に進行し、それなりのケアを要する場合も珍しくありません。そういった終末期のケアの貧困さの裏返しでしょうか、ピンピンコロリを推奨するといった風潮は何とも寂しい限りです。われわれに今必要なのは末期がん、認知症にならないことを祈ることではなく、そういった人々にこそ手厚いケアを提供できるシステム作りです。

人は老化が進むにつれ、さまざまな治らない疾病・障害を抱え、徐々に終末期に近づく現実も直視しなければなりません。それぞれ個別の問題をいかに納得し安心して豊かな心で過ごせるか、その際に重要なのが地域の医療者の存在です。常に最新、最高を求めて遠くの医療機関を転々とするのではなく、地元の医療機関、かかりつけ医にまず相談し、必要であれば紹介してもらおうといったことで地域の医療者との信頼の絆が深まっていくものだと感じています。

「区立病院があつてよかった」「台東区民であることが誇らしい」と感じてもらえるような病院、地域づくりを目指し、職員一同今年も頑張ります。

管理者・病院長 **山田隆司**

- 5S活動で安全管理に取り組んでいます!
- 苦痛の少ない新しい検査法 仮想内視鏡大腸CT
- ご存知ですか? 居宅介護支援事業所千束
- 新任医師紹介
- 地域交流活動日記① 第3回文化祭開催! 心のこもった手作り作品にふれて
- 栄養室から



地域公開行事予定

ミニコンサート (13:30 ~ 14:00)

1月16日(水)「~ピアノと歌~」
 ピアノ: 宝地 美千子
 歌: 坂本 としこ

2月13日(水)「ギターで懐メロ」
 原野 誠 (マックさん)

待合健康教室 (11:30 ~ 12:00)

1月18日(金)「ジェネリック薬とお薬手帳について」
 台東病院 薬剤師 秋本 未央

2月1日(金)「過活動膀胱について」
 台東病院 泌尿器科 医師 布施 卓郎

※地域公開行事の詳細はエントランスホールに掲示いたします

シリーズ 地域交流活動日記

【第3回文化祭開催!】心のこもった手作り作品にふれて



11月5日(月)から11月9日(金)まで、恒例の台東病院文化祭が開催されました。今年で3度目の開催となりましたが、老人保健施設千束の展示作品を紹介させていただきます。

6階からは西の市に因んで手作りの熊手を展示しました。

7階の作品は、毛糸で作ったひよこのぬいぐるみと折り紙の動物で彩られました。

8階はお花紙をまるめて花咲か爺さんの壁画を作成しました。

通所リハビリでは、作業療法の一環としてペーパーフラワーを作りました。手作りの藤のかごにたくさんの季節の花を差し、大きな花かごが出来上がりました。そのほかにも編み物やアクリル毛糸のたわしなど、利用者さんが心をこめて作品を提供してくださいました。

今回も震災チャリティバザーとして手作りの品物を販売し、皆様の善意により4,600円の売り上げをいただくことができました。ありがとうございました。宮城県女川町の老人保健施設の利用者の皆様に品物に換えて寄付させていただきます。

通所リハビリ室 伊藤 久美子

看護・介護職員募集

高齢者に寄り添い、人生を物語る優しいスタッフを募集いたします。

あなたのワークライフバランスに配慮した勤務も可能です。ご相談・見学を随時実施中ですので、下記までお気軽にご連絡ください。

- 連絡先: 台東区立台東病院 副病院長 看護・介護部統括部長 川合 総務課 若林 まで
- 電話: 03-3876-1001
- メールアドレス: taito@jadecom.or.jp

「あさがお通信」は院内の各部署が編集を担当しています

今号は「事務局」が担当しました。

台東病院では、患者さんが親しみを持つことができる存在でありたいと目標を掲げております。事務局も当然ながら例外ではなく、当院において最初に患者さんが接する場所として、常にあいさつを心がけております。

私たち一同は、職種を超えて患者さんの信頼や笑顔を大切にしたい、身近な存在でありたい、と考えております。病院に関するさまざまなこと、お困りのことがありましたら、気軽にお声をかけてください。



台東病院・老健千束は「公益社団法人地域医療振興協会」の管理運営施設です。地域医療振興協会は、地域医療を取り巻くさまざまな問題を解決し、へき地を中心とした地域保健医療の調査研究および地域医学知識の啓発と普及を行うことを目的に開設され、2009年12月1日より公益社団法人として新たにスタートしました。地域医療に対する意欲と実績を持つ医師を中心に、つねに地域保健医療の確保と質の向上など住民福祉の増進を図り、地域間での医療の不均衡の解消、地域の振興を推進しています。

あさがお通信

発行元: 台東区立台東病院・台東区立老人保健施設 千束 〒111-0031 東京都台東区千束3丁目20番5号/TEL 03-3876-1001



栄養室から

年末年始いかがお過ごしだったでしょうか? クリスマス、忘年会、お正月と行事が目白押しで、美味しい料理を食べ過ぎて太ってしまった方も多いのではないのでしょうか。でも大丈夫です。次に挙げる食生活3原則を心がけると、元の体重に戻りやすくなります。

- ①規則正しい食習慣 年末年始の休日は食事時間が不規則になりがちです。起きる時間が遅くなり、朝食がゆっくりで昼は簡単に済ませ、夕食はボリュームが多くなりがちです。食事の合間や深夜に間食をしまい、カロリー過剰(=太る)の原因にもなります。そのため、1日3食規則正しく食事をとることが大切です。不規則な食事を何日も続けないよう意識したいですね。
- ②バランスの良い食事 主食(ごはん・パン・麺類)とメインとなるおかず(肉・魚・豆腐・卵)、野菜料理を毎食とるようにしましょう。また、好きなものばかりに偏らず、いろいろな食品をとるように心がけましょう。量は腹八分目で!
- ③適度な運動をする 食事と同時に運動も大切です。ウォーキングや自宅で簡単なストレッチを行うなど普段の生活の中で意識して体を動かす習慣をつけましょう。



◆◆食の豆知識~季節の食材~ <大根> ◆◆

根にはジアスターゼ(でんぷんを分解する消化酵素)が豊富に含まれており、胃での消化を助けるので、消化不良や胃もたれ、胃炎などを予防する効果があります。また、葉にはカロテン、カルシウム、ビタミンC、食物繊維等栄養が豊富なので、ぜひ鍋料理や煮物、大根おろしなどで普段の食事に取り入れてみてはいかがでしょうか。

栄養室 添田 文子

居宅介護支援事業所千束

居宅介護支援事業所とは、介護保険法において規定された事業所で、居宅において日常生活を営むために必要な保健医療サービスまたは福祉サービス（指定居宅サービス等）を適切に利用できるように、要介護者とサービス提供事業者や行政との調整を行う事業所です。

居宅介護支援事業所の業務には次のような仕事と考えられます

- ① ケアプラン（介護サービス計画）の作成
- ② サービス提供事業者の紹介と手続きおよび連絡調整
- ③ 住宅改修に関する手続き
- ④ 福祉用具レンタルおよび購入に関する手続き
- ⑤ 施設利用に関する相談と紹介
- ⑥ 介護保険更新申請に関する手続きの代行
- ⑦ 各種行政サービスの案内や手続きの代行
- ⑧ 介護保険の給付管理 その他



当事業所は平成23年11月1日に開設しました。台東病院の2階にある地域連携相談室内に事務所を構えています。特徴としては、病院を退院する患者さんで初めて居宅において介護サービスを受ける方、外来受診で介護サービスの導入を勧められた方など、医療やリハビリのニーズが高い方の依頼が多い傾向にあります。また、退院前から介入を行い住宅改修に関する手続きをしたり、退院前カンファレンスに同席し切れ目のない支援を提供する機会も多くあります。現在は介護支援専門員1名で担当しております。

地域連携相談室は医療・介護全般の相談窓口となっております。各種制度利用の相談はもちろん、漠然とした不安をお持ちの方も遠慮なくご相談ください。解決に結びつくヒントを得られるかもしれません。

居宅介護支援事業所千束 長澤 清行

苦痛の少ない新しい検査法

仮想内視鏡大腸CT

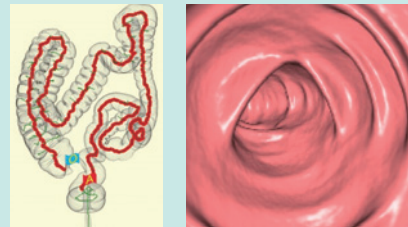
現在、日本人の悪性腫瘍（がん）による死亡率（部位別）において、大腸がんは男女共に「1位」とも言われています。早期発見が大切ですが、そのための新しい検査法が注目を集めています。

内視鏡検査のようなファイバー（カメラ）を入れる必要もなく、空気（炭酸ガス）を入れて大腸を膨らませ、CT撮影を行う「仮想内視鏡大腸CT検査」がそれです。より苦痛の少ない検査を目指して開発された新しい検査法ですが、検査できる施設は全国的にもまだまだ限られているのが現状です。

台東病院では、この仮想内視鏡大腸CT検査を入院・外来で受けることができます。また地域の医療機関（診療所・クリニック）からのご依頼を承ることも可能となりました。来年度には健診のオプション検査としても導入を目指しています。

また、専用検査食の導入により、内視鏡検査に比べ前処置による患者さんへの負担（下剤の量など）が減り、検査開始1日前からの前処置となりました。専用検査食の内容も、従来のお粥などではなく、親子丼やカレーライスなどが食べられるようになりました（難消化性デキストリン入り）。この検査食によって、便がより水溶性となり検査精度の向上が期待されています。

当院放射線室では、「より優しく・より質の高い」検査を患者さんへ提供させていただくことを目指しています。



放射線室 山田 和孝

5S活動で安全管理に取り組んでいます!

台東病院・老健千束では、平成24年度医療安全推進週間に向けて、初めて5S活動を取り入れました。5Sは、人間工学の立場からも安全管理に必要不可欠だと言われています。しつければ習慣化とも言われ、誰かにしつけられるのではなく、自分で自分をしつけること、つまり習慣づけるということであると思います。



5Sの定義

- S整理** 必要な物と不要な物を分け、不要な物を捨てること
- S整頓** 必要な物がすぐに取り出せるように置き場所、置き方を決め、表示を確実にすること
- S清掃** 掃除をしてゴミ、汚れのないきれいな状態にすると同時に細部まで点検すること
- S清潔** 整理、整頓、清掃を徹底して実行し、汚れのないきれいな状態を維持すること（目で見える管理の確立）
- Sしつけ** 決められたことを、決められたとおりに実行できるように習慣づけること



書類を探す時間 30秒以内



置き場の明確化・定数の明示



ものを探すムダがなくなる...

医療機関における5S活動の効果としては、具体的には次の5つがあげられます。

① 職員のヒューマンエラーの削減

これは、人間は間違いを犯すものという大前提のもとに、間違いにくい環境を整えるという意味です。

② 患者さんの事故防止

ヒューマンエラーだけでなく、廊下が片付いてきれいになっていれば患者さんの転倒が減るなど、物理的環境の整備をすることや事故防止のためのさまざまなシステム作りなどがあります。

③ 物を探すムダの削減

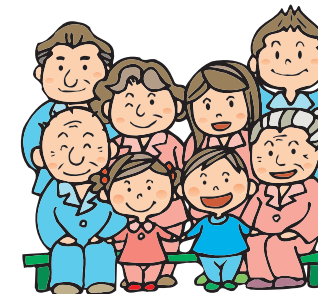
1人の探す時間は少なくとも、それが職員全員の人数となると膨大な時間になり、人件費で換算するととんでもない金額になります。たとえば書類を探したり、医療材料を探す時間に1人が3分かけたとすると、病棟の看護師の人数が20人ならば3分×20人で60分になります。それを1ヵ月で換算すると、×30として1800分(30時間)、1年間で360時間(15日分)となります。

④ スペースの有効活用

5S活動をする前は、場所がない、棚を買ってもらえない、などマイナス思考でしたが、整理・整頓が進むと「このスペースにあの棚を持ってくると使いやすくなるのでは…」とプラス思考になっていきます。

⑤ 満足度が向上

このような活動により、職員の満足度が向上してきます。そして結果的には、患者さんや利用者さんの満足度が向上することにつながっていくこととなります。



医療安全管理者 風間 敏子

これからも、全職員で5S活動を継続していきたいと思っています。

新任医師紹介

当院の眼科、泌尿器科に新たに着任した医師をご紹介します。どうぞよろしくお願いいたします!

- アンケート
- ① 専門分野
 - ② これまでの主な赴任先
 - ③ 診療時のモットー
 - ④ 趣味・気分転換の方法など
 - ⑤ 日常生活で気をつけていること
 - ⑥ 患者さん・利用者さんへのメッセージ

根間 千秋 医師



- ① 眼科一般
- ③ 患者さんの話をよく聞くこと。
- ④ スポーツ
- ⑤ 運動とバランスのよい食事、よく寝ること。
- ⑥ 眼科受診時にはよろしくをお願いします。

布施 卓郎 医師



- ① 泌尿器科
- ② 駿河台日本大学病院、都内総合病院等
- ③ 患者さんにわかりやすく丁寧な説明をする。
- ④ サッカー
- ⑤ 特になし
- ⑥ 泌尿器科受診を恥ずかしがらず、気楽に受診してください。

眼科診療担当医師予定表

	月	火	水	木	金	土
午前受付 (8:30~11:30)	根間	山田	三浦	根間	壇之上	
午後受付 (13:30~16:00)	予約外来	予約外来	予約外来	予約外来	予約外来	

泌尿器科診療担当医師予定表

	月	火	水	木	金	土
午前受付 (8:30~11:30)			吉越		布施	
午後受付 (13:30~16:00)			吉越		布施	

※変更の場合がありますので、来院の際はお電話でご確認ください。

