## ご自由にお持ち帰りください



## 民医連 公益財団法人 宮城厚生協会

# 坂総合病院 NEVSaka 2016.6 No.8

発行責任者: 坂総合病院院長 内藤











「第10回大規模 災害訓練2016」 実施

- ①緊迫の災害対策本部
- ②次々と負傷者がその1
- ③次々と負傷者がその2(トリアージ正面玄関付近)
- ④赤ブース(救急室
- ⑤黄ブース(リハビリ室)
- ⑥緑ブース(紹介外来前)

\*6ページに関連記事掲載

- 1 大規模災害実働訓練
- 2-3 熊本地震災害支援活動報告
- 4 職場紹介(放射線室)、食養室管理栄養士から 第二回目
- 5 内視鏡スタッフ全員資格取得
- 6 第10回坂総合病院大規模災害実働訓練2016
- 7 外来診療案内
- 8 インフォメーションなど

#### 病院理念

わたしたちは、患者さまの権利を尊重し、 共感・協同・平等・安全の

医療をめざします。



## 「熊本地震災害支援活動報告①」

## 継続的な支援が必要

消化器科研修医 平澤 樹





被災地の状況

## 「いつか役立つ支援をしよう」

4/27~30という短い期間でしたが、熊本に医療支援に参加させていただきました。きっかけとしては東日本大震災のときの後悔がありました。東日本大震災当時、大学3年だった私は県外におり、仙台市、塩釜市にいる親族の無事を確認すると、ただ部活動に励み、支援もせず過ごしていました。その後医師として故郷に戻り、まだ残る爪跡を見たときに「いつか役立つ支援をしよう」と漠然と考えておりました。今回地震の際に医師支援の募集をしていることを聞き、迷いなく手を挙げ、消化器科のサポートもあり派遣となりました。

### 傾聴心がけ、メンタルケアの重要性再認識

支援内容としては熊本市内のくわみず病院の一般内科外来、当直業務でした。派遣時は発生から2週間経過し、市内は比較的落ち着いており、DMAT(災害急性期に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた医療チーム)が行う超急性期の支援のような慌しさはありませんでしたが、震源地の益城町からの要請は多数ありました。また度重なる余震で不安を覚える患者が多いのが印象的で、傾聴を心がけましたが、メンタルケアの重要性を再認識しました。目立ったことはしておりませんが家庭の整理もできていない常勤医の先生の負担軽減や休息の提供はでき、影ながらの支援はできたと思います。また限られた医療資源でのき窓という点で、自分の勉強、力不足も痛感いたしました。

今回の経験を日常診療に生かせるようにしたいです。 その後は同期の古谷医師も支援に行きました。今後も 何らかの形で継続的に支援していくべきと考えます。 \*平澤医師の後は、古谷慎太郎医師が熊本支援に参 加。(写真のみ掲載)。



民医連職員も巡回支援



支援者間での申し 送り中の古谷医師

宮城から支援の 吉田泉病院事務長 (右)と古谷医師(く わみず病院内で)





対策本部には宮城 からのタペストリー をとどけました。

## 「熊本地震災害支援活動報告②」

# 多くのスタッフに支援を 経験してもらいたい

ICU·救急病棟看護師長兼務

渡邊 一也



支援者のみなさんと(マスクの人が渡邊看護師、前列右は川原翔太医師)

- 1. 支援期間 2016年5月3日~5月6日(前後移動含)
- 2. 支援場所 くわみず病院 (熊本市内100床) 回復期リハビリ病棟・包括ケア病床50床
- 3. 支援中の日程

1日目: 仙台空港 ― 福岡空港 ― 博多駅 ― 大牟田駅 ― 米の山病院泊

2日目: 米の山病院 — くわみず病院支援 — 菊陽病院泊

3日目: 菊陽病院 — くわみず病院支援・泊

4日目: くわみず病院 - 新大牟田駅 - 博多駅 - 福岡空港 - 仙台空港

4. 支援内容

2日目: 8:30全体ミーティング 9:00病棟配置 この日から入浴が再開。

○午前一般浴介助、○午後機械浴介助 17:00支援終了

3日目: 8:30全体ミーティング 9:00病棟配置

○午前 清潔ケア (清拭・洗髪・手浴・足浴) オムツ交換

○午後 清潔ケア オムツ交換 排泄介助

○夕方 食事介助 ナースコール対応 オムツ交換 22:30支援終了



## ■ 感 想

#### 支援の原則は現場のニーズに応えるのが第1

ほとんど病院内での支援活動だったため、報道さ れているような家屋の倒壊やがけ崩れ等の直接的被 災状況を知ることは出来ませんでした。支援側なので 求められたニーズに応えるといった視点では目的は果 たしたと考えます。指導していただいた看護師の方と 話している中で、『支援していただけることはもちろん 感謝しています。ただ、支援を受ける側の立場としては、 2日ごとのサイクルで支援者が変わることで支援内容 が限られてくるし、オリエンテーションをその都度行わ なくてはいけないので…できれば1週間単位だとチー ム内にはいってチームスタッフとして活動していただけ るとありがたいが』と述べておられました。

## 期待される知識・技術を日常から習得しておく 必要性がある

別の視点で感じたことは、他の施設の現状を知るこ とで、自施設での看護ケアの質を体感できるいい機 会だと感じました。今回、感染管理面・創傷ケアの面 では当院は標準的な質を担保できていると実感しまし

改めて、外に出て見聞を広めることの必要性を認識 しました。機会があれば多くのスタッフに経験してもら いたいし、支援に行く場合は様々なニーズに応える必 要があるので、看護師に期待される知識・技術を少し でも多く日常から習得しておく必要性があると考えま

## ミッションは患者様に最良の検査技術を提供すること



放射線室は本院とクリニック合わせて診療放射線技師17名と放射線助手1名の計18名で構成され、「業務に主体的に関わり、患者様に最良の検査技術を提供する」ことを職員のミッションとして現代医療において病気の診断に欠かせない画像検査を担っています。

## 放射線室室長 本舘 広樹

#### 業務内容紹介

放射線使用の一般撮影検査(胸部、腹部はじめ全身の骨等)、CT検査(X線管と検出器を回転させデータ収集し画像作成)、胃・大腸検査(バリウム等を用いて検査)、心臓血管カテーテル検査・腹部血管カテーテル検査、乳房撮影検査(6名の女性技師が専任担当。地域の乳がん検診マンモグラフィーの約4割を受け持つ)、骨密度検査、核医学検査(微量な放射性同位元素を注射して行い、病気の存在だけでなく病気の性質もわかる検査)、それから放射線を使用しないMRI検査(強い磁力と電磁波を用いて様々な画像が得られる)と超音波検査など多くの検査業務に関わっています。

検査を行う際には患者様に不安を与えないよう配慮しておりますが、検査への不安や疑問などがございましたら、ご遠慮なく担当の放射線技師にお尋ね下さい。

今後とも放射線室をよろしくお願いいたします。



## 坂総合病院食養室 管理栄養士から 管理栄養士 管沼 紀子

#### 第二回

## ●白菜の漬物の塩分を減らすには

#### —— 実験 結果 ——

		白菜キュ	ムチ50g	白菜の浅漬け50g		
		残った食塩量	塩分減少率	残った食塩量	塩分減少率	
何もせずそのまま		1.4g 0%		0.8g	0%	
汁を絞る		1.31 g	6%	0.65g	19%	
水に浸して 汁を絞る	10分	I.0g	29%	0.6g	26%	
	20分	0.97g	31%	0.57g	28%	
	30分	0.94 g	33%	0.59g	26%	

白菜キムチは、汁を絞っただけでは50gに対して食塩は約0.1gしか減りませんでしたが、水に浸してから絞ると0.4gほど減りました。浸す水の量や時間による差はあまりありませんでしたが、浸す水の量が多いとキムチらしい味わいが失われてしまいます。50gに対して大さじ1杯(15ml)程度の水に10分浸すと風味も残り、食塩も減らせるのでお勧めです。

#### 結 論

※白菜キムチは「50gに対し大さじ1杯の水に10分浸して絞る」

※白菜の浅漬けは「そのまま絞る」

※キムチは独特のうま味もあるので、なべ物や汁ものに使う時は他の調味料をほとんど入れなくても十分美味しく作れます。 -参考資料- 栄養と料理2016年2月号

## 内視鏡看護師全員技師免許取得

# より質の高い内視鏡看護を提供できるよう努めます

内視鏡センター 看護師長 安孫子 陽子



## 「技師免許取得」という明確な目標設定

当内視鏡センターは2011年2月に、これまでの 病院外来内の一チームから独立して、内視鏡全般と 放射線検査の一部を担当する部署として設立されま した。

検査単独部署となった事で、スタッフの帰属意識 や、やる気の向上につながり、「技師免許取得」と いう明確な目標設定をすることが出来ました。

内視鏡技師免許は、内視鏡室での2年以上の実務 経験・内視鏡に関する講義受講・技師研究会への参 加・医師からの推薦書・機器取扱い受講、等の書類 選考に合格した上で、筆記試験と面接を受ける事が 出来ます。試験は年に1回東京でのみ実施されます。

受験資格を得るための講義内容は、内視鏡に関す る知識だけではなく、解剖学・生理学・生化学・病 理学・薬理学・疫学衛生学・内科学・麻酔学・外国 語と多岐にわたります。内視鏡に関する基礎として、 内視鏡学総論・検査と診断・治療の分野まで求めら れるので、本人のやる気がなくては取得はかなり困 難です。

以前は内視鏡技師免許は部署で1人しか取得して いませんでした。内視鏡センター設立以降は、この 取得要件に応じた学習を週に1回定例化、学会への 参加を義務付ける事でおのずと受験資格がクリアで き、2年をひと区切りとして個人目標を設定し、受 験へ導く事が出来たと思います。

#### 免許は5年おきに更新必要

内視鏡技師免許は取得しても永久資格ではありま せん。5年おきに更新が必要です。

技師の資質向上や自己啓発を目指すため、技師研 究会への出席は必須とされ、患者看護、安全管理、 感染対応、検査・治療の介助技術、機器管理、情報・ 画像処理など多岐にわたり技師会が指定した専門分 野の知識を得ることが求められています。

内視鏡看護スタッフが技師免許を取得したこと で、一人一人が技師としての使命を果たすため、患 者サービス向上へつなげることが出来ると思います。

内視鏡看護師全員が消化器内視鏡技師免許取 得達成できたことが評価され、院長より2015年度 業務改善に基づく表彰を頂きました。

今後もより質の高い内視鏡看護を 提供できるよう、スタッフ一同自己 研鑽に励んでいきたいと思います。

## 「第10回 坂総合病院大規模災害実動訓練2016」 実施

# 「多数傷病者受け入れ、情報伝達・集約・ 共有方法 (日勤帯版)」 検証

ムラージュづくり

4月28日(木)の午後、200名以上が参加し「大規模災害実動訓練」が実施されました。今回も塩釜地区消防事務組合にご協力いただきました。

#### 訓練目的

訓練目的は①本部内の情報の流れ・管理・共有方法の検証。②情報伝達・共有方法(トランシーバー使用、メッセンジャー)の検証。③患者情報の集約・共有方法の検証。④エリアリーダーのスキルアップ。でした。

#### 設定は日勤帯想定

「14時、宮城県沖でマグニチュード9.0の巨大地震発生。塩釜地区で震度7の激しい揺れが観測され、大津波警報発令。傷病者、低体温症の患者が多数発生し、当院に押し寄せてくる可能性がある。」という想定。

模擬患者役の新入職員約50名は事前に8階会議室に集合し、先輩職員に援助してもらい「ムラージュ(模擬患者特殊メイク)」づくり。

#### 訓練開始

14時訓練開始。1分ほど地震の揺れを想定したアナウンス。

地震発生の災害モード発動・全館緊急放送。セミナー室に対策本部設置。正面玄関にトリアージポスト設営。院内被災状況確認、情報集約、入院患者対応、外来患者避難誘導、館内負傷者、帰宅待機者対応がされていきます。

まもなく救急車搬送の負傷者や多数の被災者が次々と来院し一次トリアージ開始。各エリアで治療が行なわれます。容態変化への対処、応援要請、医薬品調達など本部と各エリアとの緊張したやりとりが間断なくあり、トランシーバーやメッセンジャーを走らせ対応。

15時20分訓練終了。本部・エリアごとに反省会が行なわれました。

#### 全体会

1階フロアーで全体会が行なわれました。 はじめに、県内外の病院や自治体関係者など見学



災害対策本部の各担当者が動く

者約30名の方々の紹介がされました。

内藤孝院長があいさつし、見 学者の方々へのお礼の言葉を述 べ、『少しずつ内容が良くなって おり蓄積してきた訓練は熊本で も活用されている。今後も訓練 を継続し、地域の各種機関と 協力しながら、災害に対する万



内藤孝院長があいさつ

全の体制を作っていきたい。』と述べました。

#### 「講 評|

#### ○塩釜地区消防本部

『本部機能が充実しており全体での状況共有方法が大変良かった。トリアージも的確にされていた。最近、自然災害が多発おり、今後も災害拠点病院として地域のすべての機能(各種機関)と連携してますま



消防本部の講評

す奮闘してほしい。』と述べられました。

#### ○山崎達江氏

#### (NPO災害看護支援機構副理事長)

『「あらかじめ備える」ことが8割減災になる。いつも訓練内容に感激している。もったいないので、この訓練をまとめ全国に広めてほしい。見学された方々は是非この内容を活かしてほしい。今後も日頃のより実践



山崎達江氏が講評

的な訓練で備えてほしい。』と述べられました。

#### 訓練を継続し今後に活かす

最後に、総評と閉会のあいさつが災害対策委員会委員長の郷古親夫救急診療部長からありました。『10回目の訓練でした。震災前から訓練しておいたことの大切さを実感しています。熊本にも行って来ましたが



郷古医師が全体総評

非常に大変な状況でした。坂の訓練成果を活かさなければと思うとともに、継続的に訓練しておかないととんでもないことになる。全国どこでも、求められればアドバイスなどで協力していきたい。見学者の方々には今回の訓練が参考になればと思います。参加された皆さん大変お疲れ様でした。』と述べ終了しました。

#### 坂総合病院(本院)

#### 各科外来診療日・時間

科	診療	月	火	水	木	金	土	備考
脳神経外科	午前	0			0	0		
加工が中が主グトイイ	午後					0		
神経内科	午後	0						完全予約制
消化器科	午前	0	0	0	0	0		完全予約制
1101211 - 2 3 34	午前		0	0	0	0		
リハビリテーション科	午後	0						
末梢血管外来	午前	0	0					
甲状腺外来	午後		○診療日 6/7、21					完全予約制

<sup>●</sup>医師体制の都合により変更する場合があります。ご了承願います。

## 坂総合クリニック1号館

#### 各科外来診療日・時間

科	診療	月	火	水	木	金	土	備考
外 科	午前	0	0	0	0	0		
腎臓内科	午前			0				
整形外科	午前	0	0	0				完全予約制
金ルグバイ	午後	0		0				完全予約制
泌尿器科	午前	0	0		0	0	○診療日6/4、18	
   形成外科	午前	0		0			○診療日6/11、25	予約制
カクルスフトイイ	午後		0			0		
耳鼻咽喉科	午後	受付13:00 ~ 16:00		受付13:00 ~ 16:00			受付8:30 ~ 11:30	
	午前	妊婦健診~11:30迄	妊婦健診~ 11:30迄	妊婦健診	妊婦健診	妊婦健診~ 11:30迄	0	
   産婦人科	一門	○11:30迄	○11:30迄	○11:30迄	0	0		
/生物人作	午後	〈予約制〉〇						
		妊婦健診				妊婦健診		
   精神神経科	午前	0	0	0	0	0	○診療日6/25予定	新患完全予約制
作用では、	午後			0		0		
眼科※1	午前	○11時迄	0	0		0	○診療日6/4、18	
- ロスイイ ボ 1	午後		○診療日6/14、28	0	0			
   皮膚科※2	午前		0			0	○診療日6/4、18	完全予約制
汉府11小乙	午後		○14:30 ~ 16:00			○14:30 ~ 16:00		
血液科	午後		0			0		
禁煙外来	午後			○診療日6/8、22				
<各科外来受付時間>				〈木曜日夜間外来〉 6月の帰り		婦人科の		
●午前		●午後	<u> </u>			来は6/2と		
新患8:30 ~ 11:30	新患8:30 ~ 11:30		予約制とな	っています				
再来8:30 ~ 11:30	再来8:30 ~ 11:30				診察時間 午後5:00 ~ 7:00			

- ※1 眼科の診療は医師体制上の都合により、予約以外の診察をお受け出来ない場合があります。ご了承願います。
- imes 2 皮膚科の診療は医師体制上の都合により、予約外の方は緊急性のある方以外はお受けできません。ご了承願います。

## 坂総合クリニック2号館

各科外来診療日・時間

※内科一般外来は午前のみの診療となります(午後は休診となります)。

科	診療	月	火	水	木	金	土	備考
H131	午前	0	0	0	0	0	0	
内科	午後							
糖尿病代謝科	午前	0	0	0	0	0	○ 6/11、6/25	
相加(17人的)个	午後	0	0		夜間外来(予約制)			
(T-111111111111111111111111111111111111	午前	0	0	0	0		○月1回	
循環器科	午後		0		夜間外来(高血圧)	ペースメーカー外来 診療日 6/3、24		
10000000000000000000000000000000000000	午前	0		0		0	○月1回	
呼吸器科	午後	0	0	0		0		
緩和ケア科	午前		0		0			
漢方科	午前	0	$\triangle$	$\triangle$		0	○月2回	
<i>演刀</i> 付	午後	0	$\triangle$	$\triangle$	△夜間外来(予約制)	0		
高脂血症外来	午前			0				
心臓血管外科	午後			0		0		
	午前	0	0	0	0	0	0	
小児科	午後	予防接種 受付 13:30 ~ 14:30	(予約制)	育児検診 (要予約)		(予約制)		

- ●一般内科外来は全面予約制となりましたので、来院前にお電話下さい。漢方は診療変更が多い日を△にしています。
- 電話番号:予約コールセンター 022-361-8288
- 電話予約受付時間:平日 8:30(小児科のみ 8:00 から開始)~ 16:30、土曜日 8:30(小児科のみ 8:00 から開始)~ 11:30
- ●医師体制の都合により変更する場合があります。ご了承願います。

坂総合クリニック 所長 小幡 篤 電話 022-361-7011 代

総合病院 院長 内藤 孝 電話 022-365-5175 代

## ミニ健康知識

# 楽にタバコをやめるコツ

禁煙

ニコチン依存

タバコ依存

**心理的依存** 習慣・ストレス解消など

まず、禁煙を開始する時は身の回りからタバコ、灰皿等をなくしましょう。



「吸いたい」気持ちが続くのは1分~長くても3分。そこを乗り越えれば禁煙成功へ!

日常生

- ①冷たい水(氷)や熱いお茶を利用(コーヒー、アルコールは控える)
- ②痛み刺激で気を紛らわせる…掌、耳のツボなどを刺激(爪、ペン等で)
- ③歯ブラシ、禁煙グッズ(パイポなど)を使う、干し昆布などを噛む
- ④身体を動かす ⑤深呼吸とリラックス
- ⑥野菜を多食する…体内からニコチンゆっくり排出し、離脱症状がゆるやかに
- ⑦お酒の席に用心 ⑧煙の多い場所にいかない
- ⑨気楽な気持ちで禁煙をのばしていく

## 地域医療連携センターから

## ○紹介の状況

	紹介数	逆紹介数
2016年 1月	499	635
2月	518	701
3月	527	703
4月	606	742

(坂総合病院、クリニックの合計数です)

○ご紹介の際は、地域医療連携センターまでご連絡下さい。 ※坂総合病院・坂総合クリニックは予約診療を行なって います。

お気軽に地域医療連携センターまでお問い合わせ下さい。 尚、緊急性の高い症状の場合や入院加療も含めての診療 ご依頼の場合は、お電話にてその旨をお知らせ下さい。

#### 《開設時間》

●平日/8時30分~17時 ●土曜日/8時30分~12時30分

#### TEL 022-361-4700

※時間外休日は、救急処置室に繋がります。

## コールセンターから

○診療の予約・変更・お問い合わせは、コールセンターで承ります。

TEL 022-361-8288

平 日(月~金): 8時30分~16時30分

(小児科のみ8時から開始)

土曜日: 8時30分~11時30分

(小児科のみ8時から開始)

※紹介状をお持ちの方は必ずその旨をお伝え下さい。

※上記時間以外で救急診療のお問い合わせは、病院 代表番号にお電話をお願いします。

●電車をご利用の場合

JR仙石線・下馬駅下車 (駅前が病院です。)

●お車をご利用の場合

以前に比べて第一駐車場が狭くなりました。ご不便をお掛けしますが、第三駐車場に駐車し、送迎バスをご利用いただけるようご協力お願いいたします。

## 編集後記

緑が眩しいさわやかな季節になりました。今月号は、大規模災害訓練、内視鏡スタッフ全員資格取得、放射線室職場紹介など坂病院での出来事や職場を知っていただく内容がたくさんあります。食事の記事についても生活の中でご活用ください。

熊本の災害については支援の報告にもありましたが、まだまだ大変な状況が続いています。当院でも継続的にスタッフを派遣して支援活動を引き続き行なっていきます。 一日も早く心穏やかに暮らせる日が来るように、できる限り応援していきたいと思っています。 (Y)

#### 公益財団法人 宮城厚生協会

## 坂総合病院

〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 電話 022-365-5175 (代表) FAX 022-365-3620