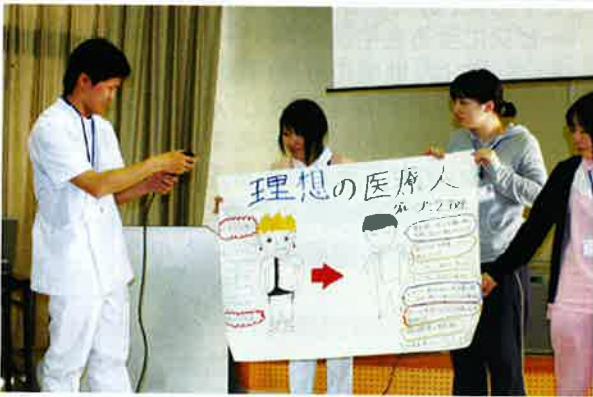




おおぞら



平成24年4月【入社式・新入職員オリエンテーション】新入職員18人宜しくお願ひします

【沼南会理念】

私たちは、医療・看護・介護のトータルサービスで、地域のみなさまが笑顔でいきいきと人生をおくことができるよう支援します。

基本方針

- ・総合的な医療・介護事業体制を確立します。
- ・高品質で満足度の高い診療・看護・介護サービスを提供します。
- ・使命感を共有し、誇りを持って働く職場を目指します。
- ・職員の能力開発と自己実現を推進します。
- ・全員参加による健全経営を確保します。

【沼隈病院理念】

私たちは、急性期医療から在宅医療までのトータルケアで、地域のみなさまの健康と安全な生活を支援します。

基本方針

- ・患者のみなさまの権利を尊重し、相互理解に基づく医療を提供します。
- ・地域の中核病院として、近隣の諸機関と連携し、救急から維持期まで一貫した医療サービスを提供します。
- ・情報を共有し、地域完結型医療の実現をめざします。
- ・退院後の生活を視野に入れた、継続した医療を提供します。
- ・チーム医療により、安全で快適な療養環境をつくります。
- ・地域のみなさまの疾病予防と健康づくりを支援します。

【患者のみなさまの権利】

1. 個人の尊厳と安全で安心な医療を平等に受ける権利
2. インフォームドコンセントと自己決定の権利
3. 診療情報の提供を受ける権利
4. プライバシーの保護と機密の保持の権利

【患者のみなさまへのお願い】

1. ご自身の健康に関する正しい情報の提供
2. ご自身の医療への積極的な参加
3. ご自身の治療に必要な診療上のルールの遵守
4. 病院敷地内での禁煙のご協力
5. 医療費の精算への速やかなご協力
6. 他の患者のみなさまの診療に支障をきたさないためのご協力
7. 研修医・医学生・看護学生・実習生などの研修・実習へのご理解とご協力

今回のインタビューは、平成24年4月1日より、法人統括管理者に就任いたしました、石川澄先生より自己紹介を兼ねて「患者と私たち医療者のパートナーシップ」についてインタビューさせていただきました。

関西医科大学卒業、大阪大学大学院(内科系)修了。大阪警察病院心臓センター副医長、大阪府立病院心臓疾患専門診療科診療主任を経て、新設の香川医科大学において人間環境医学講座 医療管理学を創設した。さらに広島大学病院、医療情報部教授に転じて、病院情報システムの企画・構築に主導的な役割を担い、電子カルテ導入の基礎を築いた。

その間、日本医療機能評価機構の医療記録部会長およびIT化・情報機器部会委員として、病院医療の質の向上に貢献した。医師国家試験試験委員、科学研究費委員会専門委員、広島県地対協地域医療情報化推進委員長、へき地医療支援機構運営委員などを歴任した。



法人統括管理者
石川 澄（医師）

Q 法人統括管理者というポストは？

A 就任してから二ヶ月がたちました。なにやら大層な名前です。わたしたち沼南会は、患者さんに、急性期医療から在宅ケアにいたるまで一貫した医療を提供し、安全で親切で信頼すべき医療を提供すべく努力をしています。統括管理者というのは、その理念が言葉だけでなく、次の世代の沼隈にふさわしい沼南会の活動が、本当に実現しているかを、「醒めた眼で」評価し、監査する役目です。

Q 沼南会の一日はどうですか？

A 仲間のことながら、職員の奮闘振りには頭が下がります。アサ、8時50分、部署ごとの朝礼での当番の朝の一言に始まり、理念の唱和とともに、接遇と医療安全の標語の唱和を行い、その日のチームプレイを誓いあいます。外来では、コンシェルジュの自己紹介と共に、内科や外科の医師が、その日のニュースや季節にあった健康管理上のトピックなどを一言延べ、患者さんとの間でも意識を共有します。そのほか、運営委員会、業務改善委員会をはじめ10数の委員会が、診療、看護の合間に縫って活動し、縦、横の見事なチーム医療を形成しています。大学病院でも同じようなことが行われていたのですが、こちらにきて、改めて「顔が見える」関係でのチーム医療を実感しました。

Q これからの沼南会は？

A まりこ理事長、檜谷会長を筆頭に、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、検査技師、放射線技師やリハビリを始め、社会福祉士、介護福祉士、介護士などが「社会医療法人」の実現に向け、日夜、必死にがんばっておられる姿を目の当たりにしました。「社会医療法人」と「医療法人」はどこが違うのでしょうか？公益性の高い医療を担ってきた自治体病院が、地方財政の逼迫と、慢性的な医師の不足などにより全国の3／4が赤字体質に陥りました。

そこで、医療法人の知恵を活かし公平な医療を社会的に展開するために、新しい法人類型が創設されました。沼南会は、全国で140に満たないその准公的法人なのです。

これからは沼南会を場に、少子高齢化が益々進む沼隈半島を地域連携医療のメカニカルにしたいと密かに願っています。そのためには、病院医療を中心に、訪問診療、訪問看護、デイケア、デイサービスに至る在宅医療のチームの強化が必要です。さらには、地域の介護施設や他の開業医の先生方との協力関係を拡大し、小規模多機能施設と地域包括支援センターを中心に、「施設のない」地域へのサテライトを浸透させて、きめ細かいサービスを図る必要があると思います。

賢い患者と、 良識ある医療者のパートナーシップとは

ヒトは必ず死の時を迎えます。食べられなくなれば、20日前後で眠るように往くことができます。それを、口から食べられなくなれば、胃ろうを挿入する医療が過去10年ばかり前にありました。果たして慶びのある人生を送ることができるでしょうか？ 食材の香りを嗅ぎ、味わうことなく、ただ息をし、命を永らえるに過ぎません。患者さんは元気な間に、自分がわからなくなったりしたときのことをリビングウイル※に作っておくこと、そして家族に知らせておくこと、その内容を適切に助言できる倫理感のある医療者が必要です。救急医療に始まり、ターミナルケアに至る一貫した患者と医療者のパートナーシップを創りあげること。これが、私たちに課せられた使命といえましょう。

さあ、コレカラだ！沼南会。

※ 延命治療をして欲しくないということを生前に書面で表明しておくこと

つづいては、平成24年4月1日より、地域連携統括に就任いたしました、森下統括より自己紹介を兼ねてインタビューさせていただきました。

学歴：昭和38年8月国立病院広島療養所付属高等看護学院卒業。昭和40年3月
広島県立高等看護学院公衆衛生看護学科卒業。昭和48年3月岡山大学助産
婦学校卒業。平成15年9月広島県立女子大学大学院生活科学研究科・人間
福祉専攻修士課程卒業。

資格：昭和38年11月看護婦免許証取得。昭和40年3月養護教諭1級普通免許状。
昭和40年7月保健婦免許。昭和48年5月助産婦免許。平成12年4月介護
支援専門員。平成21年4月認知症ケア専門士。

職歴：看護職（総合病院等）4年間
保健師（保健所・市役所等）34年間
大学教授（地域看護学）13年間



地域連携統括
森下浩子（保健師）

Q 沼南会の印象は？

A 沼隈病院は、急性期、回復期、維持期といった医療の提供体制が整っています。その上で、在宅では、看護、介護、リハビリ、居宅介護支援、包括といった事業が整っていますね。これは、住民にとってもすばらしい財産だと思います。ただ、そこで働く人が、現場で本当にしんどい思いをしているなと感じます。

日本の医療、保健、福祉をとりまく現状は目まぐるしく変化しています。それを理解し実践のうえで生かしていくことは大変なことですよね。互いに専門職としての力量を高め、その中に沼南会が大切にしているあたたかい心の接遇を実践していく、その協働精神をここで強く感じています。

できればこれから各専門職の皆さんのお本音を聞かせていただきたいと考えています。専門職にはベテランと新入生の方が常にお互いを理解して真摯に学ぶ姿勢を持ち、切磋琢磨してこの沼南会をよりすばらしい住民ひとりひとりの期待にこたえられる施設にしていかなければいけないですね。

Q 保健師や大学の教師になりたいと思ったきっかけは？

A 私は、看護師と保健師の現場が好きでした。たっての誘いに負けて大学の教師になりました。看護職の選択は幼い日に父が与えてくれたナイチンゲールの本により強く影響を受けたものでした。そして、その思いと学びを35年の病院や公衆衛生看護活動の経験を生かして後輩に伝えることができたと思います。

Q 他の仕事がやってみたいと思ったことは？

A 中学生の頃、小説家になりたいと思っていました。日本文学全集とかをむさぼり読んでいました。おしゃまで女の子らしくない子どもでした。

最後に一言

私が仕事をやり続けることが出来たのは、仕事への思いもありましたが、母子世帯で私を支えてくれた息子のおかげでした。一番の理解者は家族でないといけないと思います。そして感謝しています。





メタボ!! 正しく知っていますか?



メタボリックシンドロームって何?

食べ過ぎ・運動不足により内臓脂肪が必要以上に蓄積され、動脈硬化が進行しやすくなる状態です。内臓脂肪型肥満は、耐糖能異常（インスリン抵抗性）、脂質代謝異常、高血圧を合併しやすくなります。



～メタボリックシンドロームの診断基準～

ウエスト周囲径が男性 85cm 以上、女性 90cm 以上及び
下記項目 3 つのうちの 2 つ以上を満たす。

- ① 中性脂肪 150mg/dl 以上、HDL40mg/dl 未満のいずれか、または両方
- ② 血圧が上 130mmHg 以上、下 85mmHg 以上のいずれか、または両方
- ③ 空腹時血糖 $\geq 110\text{mg/dl}$ 以上



どうしてメタボリックシンドロームになると身体に悪いの?

動脈硬化が起こるからです。動脈硬化とは、動脈にコレステロールや中性脂肪などがたまり、詰まったり、硬くなったりし、血管の弾力性や柔軟性を失った状態となり、血液が流れなくなります。血液の流れが悪くなると日本人の死因の主な原因である心疾患（狭心症、心筋梗塞など）や脳血管疾患（脳梗塞、脳出血など）を引き起こす恐れがあります。

※動脈硬化ははっきりとした自覚症状がないため、早期発見は難しいといわれています。そのため定期受診に血液検査をお勧めします。



どんな運動がいいの?

有酸素運動（息を止めない運動）がお勧めです。（ウォーキング・サイクリングなど）運動負荷は自覚症状で「ちょっとしんどい。」「少し楽だ。」と感じる程度で 1 日 30 分、週 3 回行ってください。



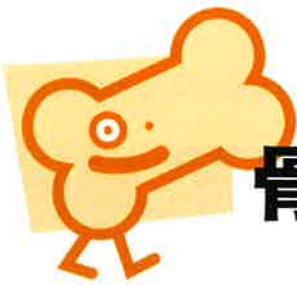
～正しいウォーキングの仕方～

※注意※

ウォーキングには履きなれた靴を履く、ストレッチ、水分摂取をお忘れなく。

※ウォーキングのポイント

あごを引いて胸を張ります。肩の力を抜いて背筋を伸ばし、腕は前後に大きく振ります。歩幅はできるだけ広くします。歩幅を広くして歩くだけでもかなりキツくなるので効果的です。そして足はかかとから着地させます。



骨密度測定

沼隈病院は骨密度測定を実施しています!!

骨量は成長期に増加し続け20~30代をピークに加齢とともに減少していきます。女性の場合閉経後、女性ホルモンの欠乏により急激に減少し70歳くらいでは約半数が骨粗しょう症となります。骨を構成するカルシウムの密度が減少し蜂の巣状になっていた骨が、加齢とともに骨量の減少によって空洞化し強度が低下する状態を示します。進行すると腰背痛や脊椎圧迫骨折、大たい骨頸部骨折などを起こしやすくなります。

現代では無理なダイエットや偏った食生活によっても骨密度が減少する場合が増加しています。最近のトピックスとして慶應大や東京医科歯科大、大阪医大などの研究チームが細胞の抗酸化作用により美容や老化防止に役立つとして利用されているサプリメントに含まれているビタミ

次に「このような人は要注意」という項目をリストアップしたので思い当たる方はまず骨密度検査を受けてみましょう。

- ① 女性である
- ② やせている、背が低い
- ③ タバコをかなり吸う
- ④ 閉経後である
- ⑤ ダイエットをしたことがある
- ⑥ お酒をかなり飲む
- ⑦ 高齢である
- ⑧ 運動不足
- ⑨ 座って仕事をしている
- ⑩ 生理不順である
- ⑪ 日光にあたることが少ない
- ⑫ 食事が不規則である
- ⑬ 甲状腺機能亢進症がある
- ⑭ 乳製品が嫌い
- ⑮ 緑黄色野菜、小魚が嫌い
- ⑯ 近親者に骨粗しょう症の人がある
- ⑰ 胃腸の手術をしている
- ⑱ 病気で卵巣を摘出した
- ⑲ 副腎皮質ホルモンを服用している

ンEを動物実験で2ヶ月間投与しつづけると、骨を壊す破骨細胞が大きくなつて骨量が減り骨粗しょう症になったという発表がされ話題になっています。

当院の骨密度測定機器の参考資料として、75~95歳の高齢者に多い大たい骨骨折に関してスティフネス値が1SD減少すると大たい骨骨折リスクが2倍増加。また、閉経後の女性(45~75歳)に多い脊椎や手首の骨折に関しても同様の数値が証明されたと報告されています。

このように骨密度測定は定期的に状態を把握するためには重要な検査と言えます。



検査方法

かかとを足台にのせて、かかとの骨に超音波をあてて、超音波が骨を通り過ぎる速度で骨密度を測定します。X線を使わないので、妊娠の可能性のある人も受けられます。



ぜひ、診察時にご相談ください。

それぞれの活動



ホームの裏で花見をしました。遠出せずに満開の桜が見られて、みなさん大満足のようでした。



ドライブも兼ねて気分転換にお花見に出かけました!満開でとてもきれいだと喜んでいました。



正面玄関前の駐車場で花見を行いました。天気も良く桜も満開で、絶好の花見日和になりました。普段、外に出る機会の少ない患者様にとっては、とても楽しい時間になったと思います。「やっぱり桜はいいなあ」と言う声が聞かれました。



釜谷農道で皆さんと満開の桜を楽しみました。お楽しみ抽選会では、「何が当たるかね?」とドキドキでした。



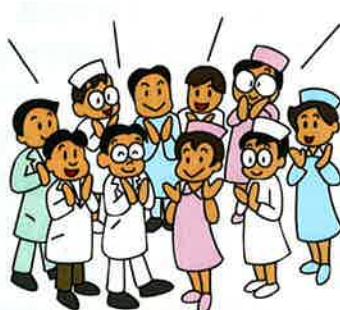
スタッフが歌手に扮して、みなさんとカラオケを楽しみました。一緒に歌ったり手を叩いたりして、喜ばれていました。



彩りや季節の花を取り入れ、花器一杯に生けたり、中心部にまとめたり、アレンジメントを楽しめています。



常石造船の進水式を見にいきました☆大きな船に皆さんとても感動されました。



リフレッシュセミナー開催

心を動かすいやし力… それは看護師さんの笑顔
そんなあなたと一緒に働く素晴らしさに
「ありがとう」



看護師として復職を考えているあなたへ



マンツーマンの指導 —観察の“目”とぬくもりのある“手”—

受講料
無料

子育てやご家庭の事情などで現場から離れていたが、
そろそろ現場に復帰したい…でも不安という看護師さん。
生きがいのある日々を過ごしたいという看護師さん。

一緒に勉強してみませんか？

2012.6.28(木) 10:00~15:00

講義・演習：医療機器について、経管栄養・PEG（演習含む）

BLS（一次救命処置）・AED

採血・点滴静脈内注射

見学：病棟見学、託児所見学（希望者）

意見交換会

全過程を修了された方には修了証書を発行します。

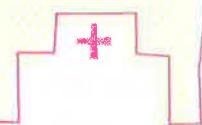
制服・昼食は当院で準備致します。

● 当日は託児所の利用ができます。お問い合わせください。

1月の参加者より

病院を離れて、知識技術に遅れを感じる日々でしたが、自分に向かう心が芽生えるようなセミナーでした。子どもがいても働ける環境だと実感しました。

…3名の就職が決まりました。



● 申し込み締切 2012.6.23(土) 17:00まで

● お問い合わせ TEL (084) 988-1995 担当／看護部 森本

第8回 沼隈病院 記念講演 健康まつり

「すつきり元気は嬉しい…そんでも」
講演者 沼隈病院 地域連携室 森下浩子

日時 2012年 6月17日(日) 10:00~14:30

場所 沼隈病院 介護老人保健施設ぬまくま

ブース紹介
健康相談、栄養相談、ふれあい体験
リハビリコーナー、パルーンアート
バザー、似顔絵、模擬店など

協賛：NPO 法人おおぞら

今年も開催!! 健康まつり!!
ぜひぜひご参加ください!

ホームページがリニューアルしました

6月よりホームページが新しくなりました。目的別に見出しあり、ボタンの色を使い分ける色彩設計を行い、皆様にとって見やすく使いやすいサイトに生まれかわっています。ぜひご覧になってください。

沼隈病院 休日乳がん・子宮がん検診

予約受付中 TEL 988-1888

7月22日(日) 日曜日でも 乳がんマンモグラフィー検査を受けられます。

(3)名以上のグループでの受診が可能な場合は 送迎を行いますのでご相談ください。

生活習慣病教室 ぜひ、ご参加ください!!

ハーブを使った減塩メニュー

日時 6月23日(土) 10時30分~12時半頃(受付10時)

場所 沼隈病院 4階ハートフルホール

※材料費・参加費などはお問い合わせください。

沼隈病院 栄養管理室 084-988-1888

職員募集

職場復帰をお考えの方、長いブランクのある方、しっかりサポート致します。託児所完備ですので幼いお子さんがいらっしゃる方も安心してください。

看護師、准看護師、介護福祉士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、ケアマネージャー、社会福祉士、臨床検査技師

詳しくはホームページをご覧下さい。

沼南会 経営管理部 084-988-1995

- 社会医療法人社団 沼南会**
- | | |
|-------------------------------|-------------------|
| 沼隈病院 | TEL(084) 988-1888 |
| 常石医院 | TEL(084) 987-0045 |
| 介護老人保健施設 ぬまくま | TEL(084) 988-1165 |
| 訪問リハビリテーション・通所リハビリテーション(ディケア) | |
| グループホームぬまくま | TEL(084) 987-4115 |
| まり訪問看護ステーション | TEL(084) 988-0070 |
| まり訪問介護ステーション | TEL(084) 988-1600 |
| まり居宅介護支援事業所 | TEL(084) 988-0065 |
- 社会福祉法人 まり福祉会**
- | | |
|------------|-------------------|
| まりホーム内海 | TEL(084) 986-2255 |
| まりホーム熊野 | TEL(084) 959-1166 |
| まりデイサービス内海 | TEL(084) 986-2200 |
- 求人等の問合せ**
- 沼南会経営管理部 TEL(084) 988-1995
FAX(084) 988-1996
720-0402
福山市沼隈町大字中山南469-3 honbu@shounankai.com

沼隈病院は、救急指定を受けた**24**時間診療の病院です。急病やケガの場合は休日や**18**時以降も受け付けております。

ホームページ
沼隈病院 検索

