

お元気ですか？

第3号

2021年1月発行



「シマエナガ」 撮影者：黒澤 恵子

CONTENTS

- 富 企業長 新年のごあいさつ 2
- 富 両院長 新年のごあいさつ 3
- 富 整形外科完全紹介予約制／腎臓内科完全紹介予約制 4
- 富 紙上ナイトスクール☆シ 骨粗しょう症と脊椎圧迫骨折 5
- 富 患者満足度調査結果 6
- 富 シリーズ職場紹介（検査科） 7
- 地域包括ケア病棟について 8
- 退院後訪問指導の紹介 9
- 専門・認定看護師の仕事 認知症看護認定看護師 10
- シリーズ在宅療養 在宅でできるリハビリテーション 11
- 富 地域医療連携だより 12



新年のごあいさつ



富岡地域医療企業団
企業長 佐藤 尚文

明けましておめでとうございます。読者の皆様はどのような新年を迎えられたでしょうか？新型コロナウイルスで始まり全く収まる気配のないまま令和3年を迎えました。今を生きる私たちにとってはじめて経験するパンデミック感染症です。日本での感染者は25万人、死者も3500人に迫ろうとしています。未曾有の事態にまたインターネット社会での溢れるばかりの情報の中で私たちは、海図の無い大海に放り出されたような不安感のなかで迎えた新年というのが偽らざる気持ちです。感染症です

から、全ての国民が1か月分の食料などを備蓄してその間移動をせずに自宅で過ごすことが出来れば収束することは明らかです。理屈はそうなのですが、しかし人々が生きて生活するため、社会を存続させるためには選択不可能な発想のようです。むしろ日本ではg o t o と称して感染拡大の中でも経済活動を守る方向に動きました。感染の専門家の意見と行政や経済関係者の間での対応に対する温度差が見えたのも止むを得ない事かもしれません。生きる土台の違いが行動の違いとなって表出します。

たとえ命の問題であつても、全ての国民にとつての正解は無い」ということを改めて学んだ昨年でした。では、どう生きるか？を改めて考えて見ましょう。海図が無いといつても太陽、月、星々の動きを知れば、そしてその根本にある自然科学の知識を応用すれば、進むべき方向は自ずと解るはずで。観測して解析する、人類にはその知識と技術の蓄積があります。経験が無いから、何をして良いか解らないと言うことはありません。70歳の人は生まれて初めて70歳になったわけで、69年間の経験と智慧を持つて70歳を生きます。人生とは毎日が初めて経験する日の連続と考えられます。それと同じです。私たち人類は、今まで蓄積された知識と技術を応用し、その上で如何に生きるかという哲学を実践すれば良いのです。私は医療の世界で41年間を過ごしてきました。そして言える事は健康とは自らの努力で作

るものだと言う事です。このコロナパンデミックを経験し改めてその事を実感しています。まずは、タバコを吸わない、太らない、アルコールは微量（少々としておきます）の生活です。新型コロナウイルス感染症において、喫煙、肥満、それに付随する合併症を持つた人の重症化が明らかです。新型コロナウイルスに関わらず、喫煙と肥満がこの世から無くなれば、人々の病気は1／3に減少することは以前から解っていることです。健康とは自らの努力で勝ち取るもの、その上で人は常に命をかけて生活しています。生と死は隣合わせ、だからこそ生きることの意味を明確に知ることが出来るのかもしれない。そんな覚悟を持つて健康づくりに励む令和3年になるように祈りし、新年の御挨拶といたします。



富岡地域医療企業団
公立富岡総合病院
院長 町田 昌巳

明けましておめでとうございます。去年は、新型コロナウイルス感染症対策に明け暮れながらも、本来の病院機能を守った1年でした。計画通りに電子カルテと画像診断システム（PACS）の更新、3T-MRIの更新も行うことができました。

なるべく広い範囲の患者さんに受診してもらうことなどが必要です。

人口減少、高齢化に伴う社会構造の変化に対応すべく、2025年を目指した地域医療構想は、新型コロナウイルスの前に一時棚上げとなっています。しかし、この流れはコロナ禍の中でも続いており、私たちは、診療内容を充実させながら、地域の皆さんのニーズの変化に対応していく必要があります。検診から緩和ケアまで丁寧な診療から救急医療や周産期・小児医療を守ることを、高崎・安中を含めた

新型コロナの拡大は、第3波まで来てしまいました。職員、入院患者への感染拡大の恐れについては、今のところ適切な防護策が取れていると思います。当初あつた患者や医療関係者に対する偏見にも、人権的配慮がなされるようになってきました。まだ、感染の終息は見通せませんが、歴史的にみても大流行が終息しなかった感染症はありません。地域のために、今やるべき仕事を地道にやっていくしかありません。3密を避け、マスク、手洗いといった基本を実行し、時には空気のいいところで運動したりおいしいものを食べたりして、精神的なりフレッシュをしながら、長期戦に備えましょう。



富岡地域医療企業団
公立七日市病院
副企業長兼院長 竹原 健

明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

昨年は新型コロナウイルス感染症により、その対策に費やした1年だったでしょうか。この原稿を書いている12月上旬は第3波が押し寄せております。当院はこの地域においてその時代に沿いながら高齢者を中心とした医療に取り組んでおりますが、高齢者に感染するとより重症化しやすいということで、インフルエンザ予防接種の強化や3密回避など日々の感染対策を引き続き取り組んでいるところです。

さて、新たな年を迎えました。新型コロナウイルス感染症への特効薬の開発やワクチンの開発普及などが望まれるとこ

ろで、今年は本当に画期的なニュースが期待されます。その一方では現実的には今年もウィズ・コロナの中で少子高齢化社会の様々な変化に対応していく姿勢が求められそうです。昨年、某雑誌のコロナ時代の移住先ランキングで、富岡市は関東地区の上位にランキングされました。その要因の一つとして医療体制が充実した地域として評価を受けたようです。今年もこのように期待される医療を提供できるよう、富岡地域医療企業団の一員として引き続き努力していきたいと存じます。

地域の皆様におかれましては、いろいろとご尽力をされていると存じますが、どうかこれからよろしくお願いいたします。

初診患者外来完全紹介予約制のご案内

整形外科・腎臓内科では、専門的医療の強化と患者さんの待ち時間等を少しでも削減するために、昨年11月より初診患者外来を完全紹介予約制といたしました。

他の医療機関からの紹介状の他に、事前の予約が必要になりますので、かかりつけの医師にご相談下さい。

整形外科

部位毎に曜日が決まっています。

治療が必要な部位	曜日
脊椎	月、水（第2・第4）、木、金
膝	火、水
股関節	火、木
その他	月～金
診察時間：午前 ※くわしい時間は予約時にご確認ください	

腎臓内科

初診予約枠	曜日
第1・3・5週 水曜日	午前 3名
第2・4週 水曜日	午前 5名
※くわしい時間は予約時にご確認ください	

予約は、直接来院していただくか、お電話でお申し込みください。

予約専用電話番号：0274-63-2112

お問い合わせ：公立富岡総合病院 患者支援サービス課



紙上ナイトスクール

新型コロナウイルス感染拡大の影響によりナイトスクールを休止していますが、予定していた講義内容の一部をお届けします。

骨粗しょう症と

脊椎圧迫骨折のお話

統括診療部長 整形外科 松原圭介



骨粗しょう症について

体の中では、たえず古い骨が溶かされ（骨吸収）、新しい骨が作られています（骨形成）。健康な人では、このバランスが保たれていますが、骨吸収が骨形成を上回ると、骨量・骨強度の減少を招くこととなります。これが骨粗しょう症なのです。

原因は様々ですが、加齢の要因が大きく、高齢化が進んでいる現在では、国民病と言っても良いでしょう。



健康な人の骨

普通の状態



骨粗しょう症の人の骨

スカスカの状態

骨粗しょう症初期には無症状のことが多いですが、病気が進むと腰や背中の痛み、背骨が曲

がる、身長が縮む、などの症状が現れます。骨強度の低下によって背骨、手首、太ももの付け根などの骨折が起こりやすくなり、大きな生活障害を引き起こします。

脊椎圧迫骨折について

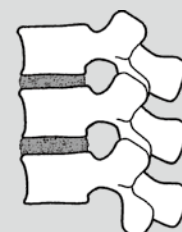
この骨折は、骨粗しょう症により、背骨（脊椎）が押し潰されるように変形してしまう骨折です。尻もち等、軽微な外傷がきっかけになることが多いのですが、中には全く気付かないうちに骨折してしまうこともあります（いつのまにか骨折）。

骨折が起こると激しい痛みを生じ入院が必要になることもあります。背中が丸くなり、肺機能障害・胃腸障害などが生じ活動性が低下、更に他の脊椎骨折が生じやすくなる事（骨折連鎖）も知られています。

骨粗しょう症・

腰椎圧迫骨折の

治療、予防について



健康な椎体



圧迫骨折になった椎体

背骨（脊椎）は、24 個の小さな骨で構成されており、体の重みをバランスよく支えています。しかし、骨粗しょう症になると骨がもろくなるため、体の重みを支えきれずに椎体部分がつぶれてしまうことがあります。

起きてしまった骨折の治療（コルセット装着、薬剤使用、場合により手術）を行いながら、骨粗しょう症治療（主に薬剤使用）により新たな骨折を予防することが最重要ポイントです。

当院整形外科でも新しい治療薬・手術等の治療法も行っていますので、気になる事がありましたらご相談頂ければと思います。

シリーズ職場紹介

検査科



PCR検査

検査科は1階内科外来前にあり、病院のほぼ中心部に位置しています。検査科では、臨床検査技師が外来患者の採血を行っています。その血液や尿などを迅速に検査する検体検査部門、心電図、肺機能、超音波など患者さんに直接検査をする生理検査部門、血液型や輸血検査、血液製剤を管理する輸血検査部門、病気の原因になる細菌を調べ、その細菌にどのような薬が効くのか検査する細菌検査部門、手術で摘出した病理検体などに癌細胞がないか調べる病理検査部門があります。

各部門が外部精度管理に積極的に参加し、高品質で信頼性のある検査データを臨床側に提供しています。

また、富岡総合病院と七日市病院の検査科は、相互交流を行っており、七日市病院で採取した検体の一部を富岡総合病院で検査を行っています。また、それぞれの所属の臨床検査技師が適宜交替で各病院に勤務していますので、どちらの病院でも同品質の検査を受けることができます。

検査科内で行う検査以外にも、健診センターでの検査、内視鏡検査での検査介助・機器の管理、心臓カテーテル検査での心電図や心機能の解析などを行い、医師や看護師、放射線技師、臨床工学士など多職種とチーム医療を行っています。

他にも、院内の感染対策を担う「感染制御チーム」や糖尿病療養指導士による「糖尿病教室」、 「輸血療法委員会」などでは、さらに薬剤師や栄養士、事務なども交え、患者さ

んにより良い医療を提供できるように、日々協力して行っています。

また、休日・夜間も24時間体制で臨床検査技師が常駐し、緊急検査にも迅速に対応しています。

最近では、新型コロナウイルスの検査も行っています。発熱等の症状がある人には、医師の判断でPCR検査を24時間体制で行っています。健診では、新型コロナウイルスの抗体検査をオプションで検査することもできます。

検査科では、これからも最新の検査技術を学び、地域医療に貢献できるように日々の業務に取り組んで参ります。



PCR検査装置

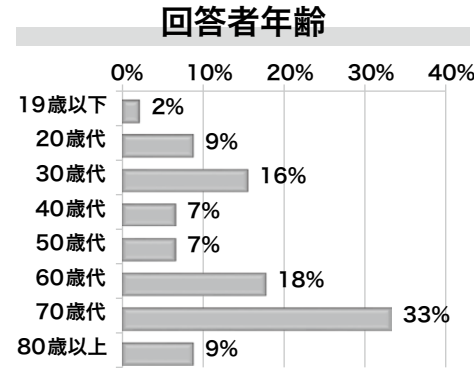
2020年度 患者満足度調査結果

業務や医療サービスの質向上を図ることを目的として、患者満足度調査を実施しました。

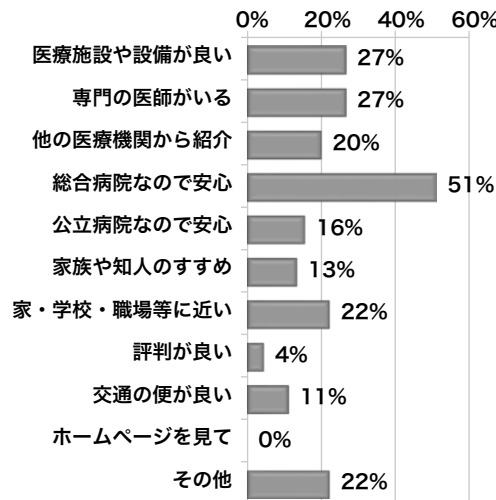
調査概要

入院

■調査期間:2020年8月18日～8月31日(14日間) ■調査方法:無記名アンケート
■回答者数:45人(男性20人、女性22人、不明3人) ■回収率:15%(期間中退院患者数 305人)
※外来は感染症対策のため中止

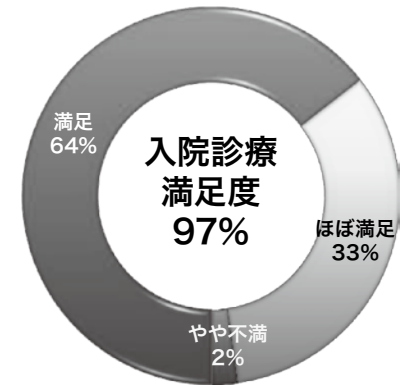


当院を選択した理由 (複数回答可)

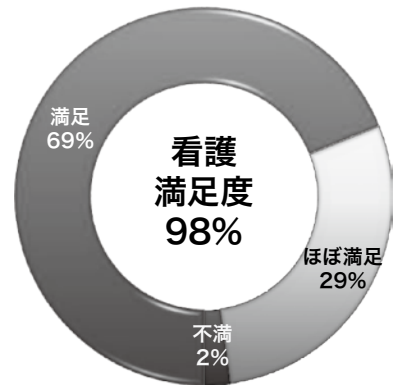


満足度

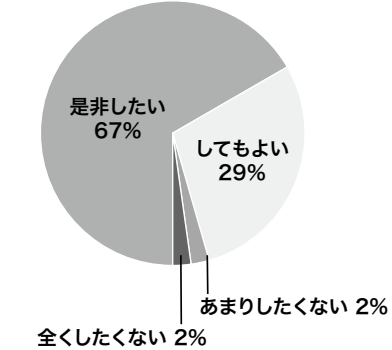
当院に入院されて満足のいく診療を受けることができましたか



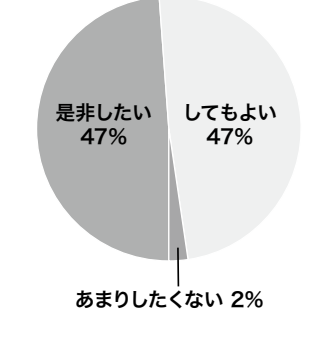
当院に入院されて満足のいく看護を受けることができましたか



今後も当院を利用したいと思いますか



知人等に、当院を紹介や推薦したいと思いますか



調査結果

質問に対して、「満足」「ほぼ満足」「やや不満」「不満」の4段階評価で答えていただきました。

入院診療の満足度(「満足」と「ほぼ満足」の比率)は97%、看護の満足度は98%でした。

項目別では、入院での食事面の評価が低めでした。しかし、栄養士やリハビリ職員からの説明、言葉遣いや態度は、高い評価をいただきました。自由記載では、14件のご意見をいただきました。内訳は、病室環境面3件、看護面2件、サービス面1件、感謝の言葉8件でした。

患者さんからいただいた貴重なご意見をもとに、改善に努めて参ります。

ご協力ありがとうございました。

公立富岡総合病院 患者満足度向上委員会

退院後訪問指導について

患者さんが安心、安全に在宅療養を継続できるよう、退院後に看護師が訪問し療養生活のお話を伺います。また、入院中に看護師が指導したことが適応しているか確認させていただきます。病院と在宅では環境が大きく変わるので、実際の生活の中で不安に感じた事を解決できるよう支援します。

訪問できる期間と回数

退院した翌日から1ヶ月以内に限り5回まで。

利用料金

所得に応じて負担額が異なります。

【自己負担額】 1割の方 …… 580円
2割の方 …… 1,160円
3割の方 …… 1,740円

訪問例

在宅酸素の患者さんでは、酸素を濃縮する機械を正常に操作できているか、火の近くで高濃度の酸素を使用すると火災につながるのではその危険性がないか、酸素チューブの取り回しが転倒の原因にならないか、医療と生活の両面を確認しました。

本年はコロナ禍で面会制限も厳しくゆっくり会うことができないので、家族と共に過ごす生活を大切にしたいと早期の退院を希望された患者さんが多くなりました。退院後訪問指導は、在宅でも必要なケアを継続できるようこれからも支援します。

ご希望の方は遠慮なくスタッフへお声がけください。

全ての病棟が対象です



対象となる患者さんの状態

- 気管切開の状態、気管カニューレ挿入中
- 在宅人工呼吸器（NIPPV含む）使用中
- 在宅酸素療法中
- 膀胱留置カテーテルを挿入している
- 疼痛管理の必要性がある
- 経管栄養による栄養摂取をしている
- ストーマ管理が必要
- 真皮を超える褥瘡がある
- 重度の認知症がある高齢者



— 公立七日市病院ニュース — 地域に根差した病院を目指す

2病棟

— 地域包括ケア
病棟について —

看護部 看護マネジャー

大塚悦子

公立七日市病院の2病棟（地域包括ケア病棟）では治療に併せて、主治医をはじめ看護師やリハビリテーションスタッフ、医療ソーシャルワーカー等が協力して、患者さんやご家族の意向を確認しながら、在宅復帰に向けた相談や準備を行います。

不明な点やお困りのことがある場合は、病棟スタッフに遠慮なく声をかけてください。

入院の対象となる患者さんは、「治療して在宅に退院される方」「退院までに介護サービスの調整期間が必要な方」「在宅での療養（訪問診療・訪問看護）の準備が必要な方」「地域にある様々なサービスの選択や調整へのアドバイスが必要な方」等です。

退院後には希望によって病棟から看護師が訪問して、自宅での生活で困っている部分をアドバイスさせていただきます。

入院期間は、患者さん個々の状況や病状によって異なりますが、概ね60日以内です。スムーズに安心して退院できるようスタッフ皆で援助させていただきます。



地域医療を守るためチームで取り組みます。

シリーズ在宅療養

在宅でできる リハビリテーション

リハビリテーション技術科
作業療法士 小澤 貴明
理学療法士 林 智子



はじめに

日頃から肩こりに悩まされている方も多いのではないだろうか。肩こりの原因には、様々なものがありますが、適切な運動を行うことで予防や軽減できる可能性があります。

今回はご自宅でできる肩こり予防に効果的な運動を3種類ご紹介します。これらの運動で姿勢が整い、腰痛や頭痛なども軽減が期待できます。



両肩が耳たぶに近づくよう肩をすくめます。
1日 1～2セット
10回 (目安)

▼肩すくみ

効果：首の後ろや肩甲骨周囲の筋肉を伸ばします。

運動のポイント

※無理をせずに痛みのない範囲で行ってください。
※立ったまま行うことが難しい方は、椅子に座ってください。

▼胸はり

効果：肩甲骨周囲や胸、背中の筋肉を伸ばします。



手を後ろで組んで胸を張るように伸ばします。
1日 1～2セット
10回 (目安)

▼背中伸ばし

効果：肩甲骨周囲や胸の筋肉を伸ばします。



両肘がくっつくように背中を丸めます。
1日 1～2セット
10回 (目安)

やさしい

肩や腕は日常生活での動作として、食事を食べる、上着を着る、髪を洗う、洗濯物を干す、自動車を運転するなど様々な場面で使います。今回の運動は、肩こり等の予防だけではなく、そういった日常生活の動作も取りやすくなります。

仕事紹介 Job introduction

専門・認定看護師の仕事

認知症看護認定看護師

看護部 2 病棟 副主任 花岡 優樹



専門・認定看護師とは、特定の看護分野における熟練した看護技術や知識を持っていてあらゆる場で看護を必要とする対象に、水準の高い看護実践のできる看護師のこと。ここでは、当院に在籍する専門・認定看護師を数回に渡って紹介していきます。

人口の高齢化に伴い、認知症を患っている方も増えています。認知症の方が混乱せず、安心して療養生活が送れ、日常生活能力を維持したまま退院できるような看護を行いたいと思い、認知症看護認定看護師の資格を取得しました。

当院では入院されている患者さんを対象に月2回(第2・4月曜日)認知症ケアチームが認知症患者さんの回診とカンファレンスを実施しています。私も認知症ケアチームの一員として活動しています。ケアチームは医師・看護師・薬剤師・リハビリ・MSWと多職種で構成されており、生活環境の変化で混乱してしまう方や夜間不眠の方などの、療養環境の調整やケア方法、薬剤調整について様々な対応を行っています。また、自宅や施設へ退院された認知症の方の

退院後訪問を行い、退院後の生活についてフォローアップも行っています。最後に認知症看護は「症状だけではなく、残された能力に着目し、その人らしさや持てる力を引き出すこと」が大切と考えます。認知症の方とそこご家族、病院スタッフが笑顔で過ごすことができるように、これからも認知症ケアの実践に取り組んでいきたいと思っています。



実家は安中市松井田町横川の国道18号沿いにある昔ながらの喫茶店です。私はナポリタンとピザトーストが大好きでおすすめしています。周辺は釜飯で有名な横川駅や碓氷峠鉄道文化むら、碓氷湖とめがね橋を散策できるハイキングコースも整備され、食と自然と文化財が調和した景観が良い場所です。休日には散歩がてら足を延ばしてはいかがでしょうか。

オンライン面会をご利用ください

当企業団では新型コロナウイルス感染防止対策として入院患者さんへの面会を禁止しているため、オンラインでの面会をおすすめいたします。

病室と院内の面談室をインターネット回線で繋ぎ、画面上で面会するシステムです。平日の14:30から16:30の間に、1回あたり10分程度、事前の予約が必要です。

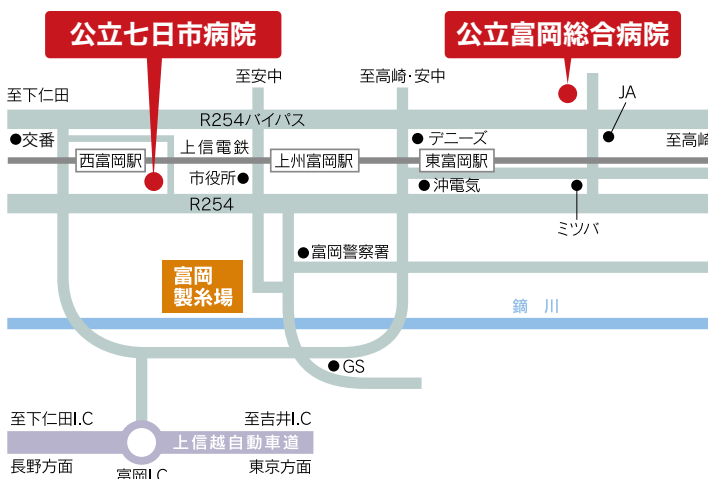
ただし、公立富岡総合病院での利用に関しては、急性期病院の機能上、患者さんの状態を考慮させていただきます。

面会禁止によってお互いの顔が見えず不安も多いと思います。少しでも不安を和らげることができるよう、オンライン面会を上手に活用してください。

ご予約は医療ソーシャルワーカー（患者支援係）か、お近くのスタッフへお声掛けください。



交通の ごあんない



発行

富岡地域医療企業団 公立富岡総合病院

〒370-2393 群馬県富岡市富岡2073-1

TEL.0274-63-2111

FAX.0274-64-1406

<http://www.tomioka-hosp.jp>

tomihp@mail.gunma.med.or.jp



富岡地域医療企業団 公立七日市病院

〒370-2343 群馬県富岡市七日市643

TEL.0274-62-5100

FAX.0274-62-5211

<http://www.nano-hosp.jp/>

nanobyin@nano-hosp.jp

