### 医療安全川柳

本名前を 名乗ってもらお 何まならがらて まぶしいあさひ またあっる 間違い防ごう 60 はしい そう言える場が 中わからない そう言える場が 中わからない そう言える場が 中からない そんな時ほど 要確認 ししい そんなけほど 要確認 かったいから またしい からない そうにん かったい からない そうにん かんしゅう しょう はいい からこそ ネーフルネーム いえないからこそ ネーファイ なんか違う ス 飲むまえに 名 見たつもり 一 見たつもり 一 見たつもり 一 何か変 思えば 知ってても 名 知ってても 名 がとう S

要確認 ごう 6R R くごに ネームバンド おちちゃうよ

衣笠 古 コケナ

フ 0 自くナド手おあけう日届聞炊わーク術もんいま中いこ スタおいせんい こくてる これやんんい これやんんい んのりりへがく真 る い組いの たしじんけか

れフシボー チームずるまえ やフう 0) お !トレギだ 印

医療安全推進週間(2023年11月19日~ 11月25日)の取り組みとして、医療安全川 柳の募集を行いました。毎年、多数応募し ていただきありがとうございます。

患者さんからは、49首の応募があり、三 役、医療安全管理委員会委員で投票し選出 しました。

来年度も心がホッと和むような川柳のご 応募よろしくお願いします。

医療安全推進室

### ₩ 1位

「あんぜんへ スクラム組んで ワンチーム」 ₩ 2位

「まんしんを 捨てて初心の 謙虚さを」 ₩ 3位

「またあとで そのやり残しが ミスの元」

### 【景品】 くろくまポーチ(ボーダー)



サイズ/約W200×H150×D40mm キュートなくろくまの柄をあし ナュートなくしていずザイン。 大きめのサイズで収納力抜群で す。コスメポーチャペンケースと してはもちろん、通帳サパスポートなどをまとめるのにもびった リプマルチに使えるポーチです。 可愛らしいアイテムは記念品サ

プレゼントにもオススメ!



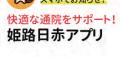
2023年11月より 経年劣化による療養環 境の改善目的で病室改 修を開始しました。

収納棚等の備品だけ でなく、クロス貼替、 空調更新を行い、照明 も温かみのある仕様に しております。患者さ んが快適に入院療養で きるように改善をすす めております。

### ●らくらく会計 医療費あと払いサービス

### 入院費のあと払い にも対応しました





退院計算を 待つことなく帰れる

退院5日後に クレジットカードから決済

2階エントランスホール アプリ登録窓口まで



12 | SawavakaLife

姫路赤十字病院

〒670-8540 兵庫県姫路市下手野1-12-1 TEL:079-294-2251 FAX:079-296-4050 ホームページ https://himeji.jrc.or.jp/ 広報誌 「さわやかライフ」 Vol.142 2024年 3 月発行 発行責任者/院長 岡田裕之 編集責任者/広報委員長 石川慎一

日本赤十字社 姫路赤十字病院

姫路赤十字病院 広報誌

## さわやかライフ

SawayakaLife

2024.3





Contents	
○ 診療科のご紹介:緩和ケア内科 02~03	○ 看護学校だより 新たな一歩を踏み出そう! 10
○ 患者満足度調査ご報告 04~05	○ 相の会 ······· 10
○ 栄養課の「さわやかさん」たち 06	○ リハビリテーションだより 11
○ 能登半島地震救護活動 07	○ がんについてもっと知ろう!市民講座 11
○ 看護部だより 患者さんの社会復帰をサポート 08	○ 医療安全川柳12
)検査技術部だより 正確な検査データで安心を提供… 08	○ 令和 5 年度医療安全川柳結果発表 12
○薬剤部だより 薬と食べ物の相互作用に注意! 09	○ 入院病室をリニューアル 12
一 栄養課だより 『よく噛んで食べる』ことの大切さ ····・ 09	○ らくらく会計 入院費のあと払いにも対応 12

表紙写真: 栄養課



### ● お仕事に関する相談会のご案内 ●

仕事を辞めると 決めてしまう前に



今できることは何か一緒に考えませんか?

当院では次のような 就労に関する相談会 を実施しています。

### ハローワークの 出張相談

・毎月第2火曜日 14:00~16:00

### 社会保険労務士による 相談会

毎月第4金曜日 13:30~17:00

#### お問い合わせは

お電話または相談支援センター窓口へどうぞ 電話 079-294-2251(代表) 079-299-0037(直通)

### √ 姫路赤十字病院を受診される皆様へ /

### かかりつけ医をもちましょう

かかりつけ医とは、日常的な健康管理や風邪をひいた時、 あるいは体調などに不安を感じた時、慢性期の継続的な治 療が必要な時にかかる診療所や医院の医師のことです。 入院や専門的な治療が必要な時には、かかりつけ医からの FAX紹介で大きな病院にかかりましょう。



日常の診察 治療診察 健康上の相談

患者さん

患者さんの紹介

救急車による 緊急な診察



姫路赤十字病院

姫路赤十字病院は、「地域医療支援病院」です。

姫路赤十字病院 地域医療連携室 TEL: 079-294-2251(代)

緩和ケアとは、重い病を抱える患者やその家族一 人一人の身体や心などの様々なつらさをやわらげ、よ り豊かな人生を送ることができるように支えていくケ アです。

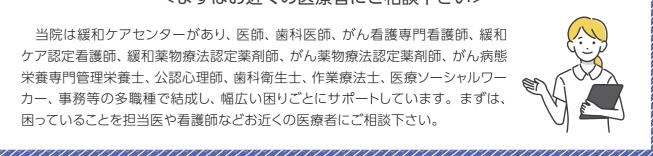
また病状のどの時期においても行われる医療で、 がん治療と並行して身体と心を整え、自分らしい生活 が行われるように主治医と協力して、さまざまな専門 科が必要に応じて支援します。

外来で通院される患者さんに対しての症状緩和治 療のみならず、必要時に神経ブロック療法での症状 緩和に対する入院も行っています。また入院中の患 者さんに対しては、緩和ケアチームでの活動も行って おり、多種職が関わり緩和ケアに取り組んでいます。 緩和ケアには、それぞれの症状にあった適切な治療 やケアがあります。「つらいな」と思ったら、お気楽に ご相談していただければと思います。

緩和ケア部長 福永 智栄

### ≺まずはお近くの医療者にご相談下さい≻

当院は緩和ケアセンターがあり、医師、歯科医師、がん看護専門看護師、緩和 ケア認定看護師、緩和薬物療法認定薬剤師、がん薬物療法認定薬剤師、がん病態 栄養専門管理栄養士、公認心理師、歯科衛生士、作業療法士、医療ソーシャルワー カー、事務等の多職種で結成し、幅広い困りごとにサポートしています。まずは、 困っていることを担当医や看護師などお近くの医療者にご相談下さい。



Sawayaka Life | 03 02 SawayakaLife

### → 外来部門・入院部門

### 患者満足度調査ご報告

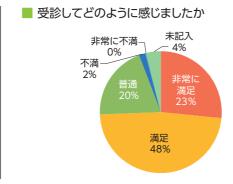
令和5年10月に患者満足度調査を実施しました。ご協力いただきました皆様に お礼申し上げます。ここに調査結果を報告いたします。 ホスピタリティ向上委員会 委員長 森井 和顔

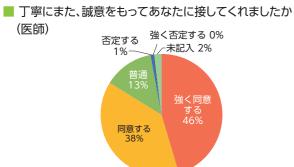
# 委員長 森井 和彦

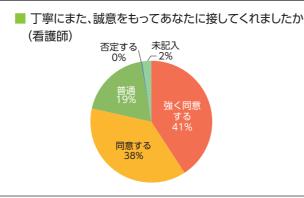
### 外来部門(令和5年10月2日・6日)

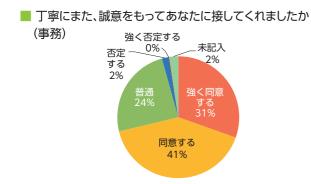
配布数 570枚 回収数 414枚

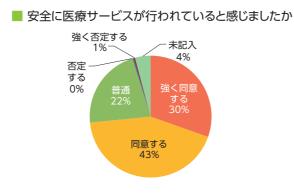


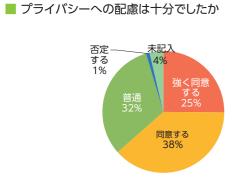


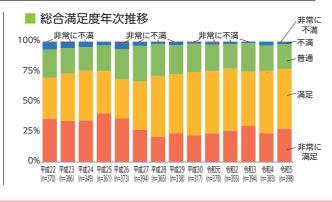


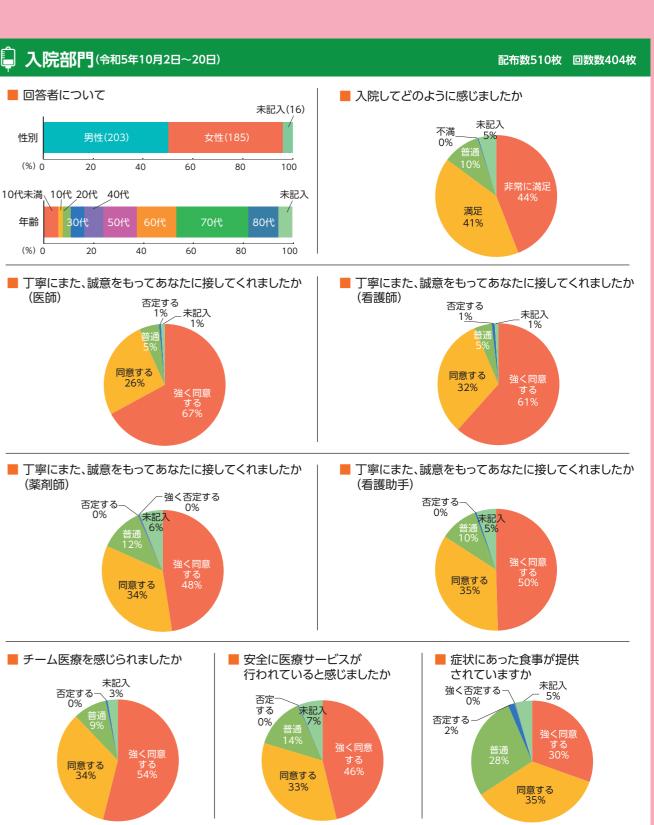


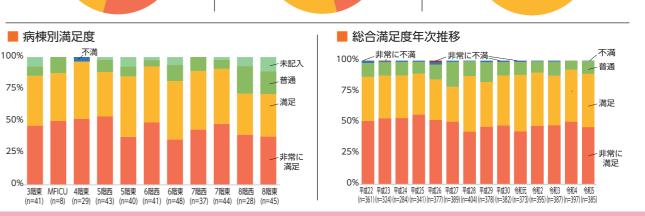












ご協力いただき、まことにありがとうございました

04 SawayakaLife 05



### 栄養課の 「さわやかさん」たち

信頼される栄養士になるために



### 栄養課のお仕事

食は健康の源であり、食の歪が体調を悪化させ、病気を招くこともあります。また手術や治療をしても、栄養状態が悪いと治療効果にも影響を与えます。

患者さんの病状に合わせた食べやすい食事を提供し、栄養管理や栄養指導を行いながら回復の サポートをすることは栄養課の大きな役割です。

栄養課の人員:管理栄養士9名 調理師16名 調理補助2名 事務員1名

### 食の提供

治療食や軟菜食など食事の種類は120食種以上あり、その中から患者さんの病態や必要エネルギー、塩分制限の有無、食事形態などを加味して食事が提供されます。

管理栄養士は食種ごとの院内基準に合わせて献立を作成しますが、アレルギーがある場合は個別献立をたて、専用のゾーンで調理師が調理盛り付けするなど注意を払っています。摂取量の少ない患者さんにはベッドサイドへ訪問し、レスキュー食やさわやか食など食べやすい食事の提案も行っています。

また患者さんにとって食事が楽しみとなるよう毎月の行事食では管理栄養士と調理師で検討会を開き、試作を何度も重ねて献立をたてています。その他、特別メニューや選択メニュー、誕生祝、出産のお祝い膳・デザートも提供しています。





#### チーム医療

食事が経口摂取できない患者さんには経鼻や胃瘻から栄養剤を注入して栄養管理することもあり、 医師や看護師、薬剤師らと連携するため栄養サポートチーム (NST) や緩和ケアチーム、ICUカンファ レンスへの参画を積極的に進めています。



食事相談や栄養指導では幅広い年代、様々な病状、異なる生活習慣の患者さんとお話をすることが多く、専門知識だけでなくコミュニケーションスキル (=表現力、対話力)が求められます。患者さんから信頼される栄養士になるため、患者さんの声をしっかり傾聴し、心や身体の栄養についてサポートしてまいります。

栄養課 高田 ちほ



### 能登半島地震救護活動

令和6年1月1日、新しい年を迎え、家族や友人とお正月の時を過ごしていた16時10分、突然北陸地方を中心に大きな揺れが人々に襲いかかりました。「能登半島地震」です。

被害が大きく、被災地の正確な被害状況の把握にかなりの時間を要した為、金沢市の日赤石川県支部でも、日赤本社への救援要請が困難を極めました。

それでも、報道等による被害状況から全



国の赤十字が団結し、各ブロック単位で石川県の各市の担当市町割を行い、1月2日から震源地に近い 珠洲市、輪島市、七尾市、穴水町に、それぞれ医療チーム(救護班)の派遣を開始しました。

ライフラインが寸断されていること、携帯電話が繋がらない地域、土砂崩れによる主要な道路の寸断など、救助を大きく妨げる自然災害の大きさを知ることとなり、大規模かつ継続的な赤十字支援の継続が重要となりました。

近畿(第4ブロック)では、特に被害の大きかった輪島市において、毎日3チームが医療救護を展開し、医療ニーズの把握と医療チーム(救護班)の活動調整を行う日赤コーディネートチームの編成も併せて、現在も活動を継続しています。

当院から、1月13日より順次医療チーム(救護班)の派遣を開始し、2月26日現在、4チームの医療チーム(救護班)と日赤災害医療コーディネートチーム1チーム、多可日赤合同班1チームを派遣継続しています。 3月に入っても派遣は継続することとなりますが、長期にわたる避難所生活は心身ともに厳しさをましています。

今後は、医療チーム(救護班)に加え「こころのケア班」の派遣継続も行います。

赤十字は、この大災害の一日も早い復興のため、「被災者に寄り添った支援」を継続していきます。

社会課 大西 勝彦



他の救護班とミーティング



避難所での診察



こころのケア活動



段ボールベッドの設営



難所での巡回診療

SawayakaLife 07

### 患者さんがその人らしく生きる(生活する)ための 意思決定支援と継続看護を行います

5階東病棟は、整形外科・麻酔科の病棟です。 運動機能の障害や痛みを伴う患者さんが症状改善 のため手術治療・症状コントロールを目的に入院 されます。

良質で安全な療養環境を提供し、苦痛の少ない 入院生活が過ごせるように、医師・看護師・リハ ビリセラピスト・薬剤師・栄養士・ソーシャル ワーカーなど多職種で連携し、患者さんを支援し ています。疾患により運動機能が低下しているた め、日常生活援助を必要とする患者さんが多いで すが、治療・リハビリ目的を共有し、その人らし く生活できるよう、療養環境を整えることを大切 に看護しています。また、外来・地域連携にも力 を入れています。手術目的の患者さんは当院での 治療後、安心して社会復帰のためのリハビリが出 来るように、入院前予約システムを導入して、地 域医療機関との連携を図りながら転院・退院支援 を行っています。

### 5階東病棟 高橋 智代

患者さんの社会復帰のための目標を知り援助す るため、患者さんやご家族とのコミュニケーショ ンを大切にしています。何でも遠慮なくお伝え下 さい。



### 検査技術部だより

### 検査室の中を覗いてみませんか

皆さんが通院または入院されている時に受け た、検査結果はどのようにして生まれてきている のでしょうか?

検査項目はたくさんあり、患者さんから出され るサンプル(検体)も血液や尿など様々です。

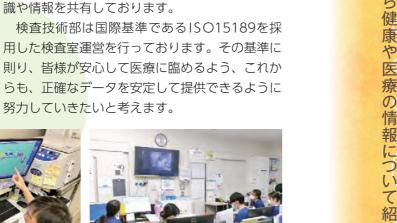
そのため、検査室の中には、まるで工場のよう に大きな検査機器がたくさん並んでいます。その 検査機器を動かす中で稀に不調になることもあり ます。検査結果に影響が及ばないように、不調を いち早く発見するために、臨床検査技師は機械の



〈機械が並ぶ検査室>



<結果と機械を確認する技師>



<勉強会の様子>



### 正確な検査データで安心を提供

#### 品質管理課 松﨑 俊樹

状態を逐一チェックしています。検査結果も患者 さんそれぞれに、基準の値や前回の値と比較しな がら、正確なデータが出ているか確認しています。 また、定期的に症例に対する勉強会を行い、知

検査技術部は国際基準であるISO15189を採 用した検査室運営を行っております。その基準に 則り、皆様が安心して医療に臨めるよう、これか らも、正確なデータを安定して提供できるように 努力していきたいと考えます。



各部

### 食べ物と薬の相性??

「ウナギと梅干し」、「天ぷらとスイカ」など食 べ合わせが悪いといった話を聞かれたことはあり ますか? これらは昔からの言い伝えのようなも ので、はっきりとした根拠はないようですが、薬 と食べ物には明確に一緒に摂るのを避けた方がい いものがあります。

たとえば納豆に豊富に含まれるビタミンKには 血液を固める作用があります。心筋梗塞などで 血液を固まりにくくし血栓ができるのを予防する ための治療薬ワルファリンはビタミンKとは反対 の作用になるので、一緒に摂ると薬の効果が弱 くなってしまいます。ビタミンKを含む食べ物に は、納豆の他にホウレンソウやブロッコリーなど の緑黄色野菜があり、これらの野菜もあまり多量 に食べると問題になることがあります。

またグレープフルーツなど一部の柑橘類はカル シウム拮抗薬とよばれる種類の降圧薬(アゼルニ ジピン、アムロジピンなど) やタクロリムスなど

#### 薬剤部 玉田 智子

の免疫抑制剤の代謝を遅らせるため、薬の効果を 強めたり副作用を出やすくさせてしまう恐れがあ ります。

日頃何気なく食べているものでも、薬との食べ 合わせにより問題が生じる可能性があります。新 しい薬が開始された際はお薬手帳を持参し、薬剤 師に食品などとの相互作用はないか必ず確認する ようにしましょう。



薬の効果を強めたり副作用を出やすく させてしまう恐れがあります

### 栄養課だより

### よく噛んで食べていますか? 🧥

現代人は忙しく、食事の時間が十分確 保できず急いで食べたり、ファストフード など時間をかけずに食べられる柔らかいものを好 む傾向にあります。そのため、昔と比べ噛む回数 や食事にかける時間が大幅に減っています。

栄養指導の際にも、「昔からの習慣で早食いで す。」「食事の時間、10分もかからんわ。」などと 患者さんからよくお聞きします。しかし、『よく噛 んで食べる』ことは、様々な良い効果があります。 少しずつ意識して食事するようにしてみましょう。

①肥満の防止:満腹中枢が刺激され食 (20分) べ過ぎの防止につながります。

※食事開始後、約20分で満腹中枢へ刺 激が伝わるといわれています。20分 以上かけて食べることが大切です。

2脳の活性化:脳神経が刺激され、脳への血流が 増加するため、記憶力の向上や認知症の予防が 期待できます。

### 『よく噛んで食べる』ことの大切さ

### 栄養課 杉山 智美

- ③虫歯・歯周病の予防:よく噛んで食 べることで唾液が分泌され、唾液は口 腔内の細菌の繁殖を抑えてくれます。
- 4**味覚の発達**:食べ物本来の味を味わうことがで き、味覚の発達につながります。
- ⑤歯並びや言葉の発音が良くなる: 顎の 骨や顔の筋肉が発達し、歯並びや言葉 の発音が良くなります。



7がんの予防: 唾液に含まれる酵素には、食品中の 発がん性を抑制する効果があるといわれています。

### 【よく噛んで食べるコツ】

- ・噛み応えのある食材選び
- (海藻・きのこ・こんにゃく・根菜・玄米など) ・食材を大きめに切る・一口の量を少なくする
- ・水分と一緒に流し込まない
- ながら食べをしない
- (例:スマホやパソコンをしながらの食事)

Sawayaka Life 09 08 SawayakaLife

### さかかかたより



新たな一歩を踏み出そう!

### 看護師を目指している皆様へ「Next Stage ~踏み出そう 夢への一歩~」

姫路赤十字看護専門学校 専任教師 神戸真由美

姫路赤十字看護専門学校は3月の学年末を迎え、各学年のまとめをしています。

1・2年生は2月の臨地実習が終わり、1年の学びから自分たちの成長を実感しています。今年度は、地域・在宅看 護論の授業で、地域のさまざまな施設を訪問させて頂きました。地域の皆様には本校の学生をあたたかく見守ってくだ さったことに深く感謝しております。

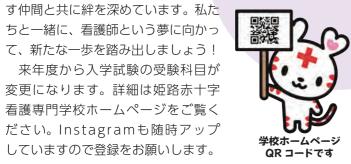
そして、3年生は、2月に第113回看護師国家試験を受験し、3月5日に卒業式を終えました。本校で学んだことを 活かして、患者さんに寄り添った看護をしてほしいと思います。

4月には新入生を迎えます。本校のスローガンは「Next Stage 〜踏み出そう 夢への一歩〜」。学生が意見を出 し合い考えました。3年間という期間に多くのことを経験します。講義では人の体や病気について学び、臨地実習では

患者さんの日常生活援助をさせて頂きながら、看護について 考えます。また、学校行事の企画・運営やボランティア活動 などを通して、協力することの大切さを学び、看護師を目指

す仲間と共に絆を深めています。私た ちと一緒に、看護師という夢に向かっ て、新たな一歩を踏み出しましょう! 来年度から入学試験の受験科目が 変更になります。詳細は姫路赤十字 看護専門学校ホームページをご覧く

していますので登録をお願いします。







相の会は、すべてのがん患者さんと 家族が対象の患者会です。

#### 『相の会』のはじまり

「がんを生き抜くためには、同じ体験をし た人との交流が必要。同じ悩みを持つ仲 間と集まり、わきあいあい(相相)と過ご し、気持ちを楽にしてがんと共存する力 を持ちましょう!!と訴えかけた婦人科の 患者さんの思いが始まりです。

#### 現在の「相の会」

平成15年に発足し、当初は婦人科の患 者さんのみが対象でしたが、他科の女性 患者さん、男性患者さんと少しずつ対象 を拡大し、現在は当院への受診の有無に 関係なく「すべてのがん患者さんとその 家族」を対象としています。

### 医師とのコミュニケーション

毎月1回2時間実施しているがんサロン「相の会」 では、前半の1時間を「1か月の振り返り」と称して 参加者の1か月の体験を自由に語りあい、後半の1時 間は毎回テーマを決めて語り合っています。



今回は『医師とのコミュニケーション』をテーマに語り合ったことを報告します。 参加者に共通していたことは、「医師に思っていることを伝えるのは難しい。」 でした。では、なぜ「難しい」のかを皆で考えました。医師への遠慮や、思いを 伝える恥ずかしさがあるかもしれないという答えが出てきました。

では、「医師とのコミュニケーションにおいて患者は何をすればいいのか」に ついて話し合ったところ、以下のよう意見が出ました。

- ・考えすぎず、恥ずかしがらず、自分の気持ちを素直に伝える勇気を持つこと。
- ・自分の大事にしていることを自分の言葉で医師に伝えてみること。
- ・自分の治療目標を伝えて、医師と治療目標を共有すること。

短い診察時間を有効に活用しようと、診察室の外で患者さんやご家族は色々と 思いを巡らせていることが伝わってくる話し合いでした。

医師をはじめ医療従事者も、診察室の外で待っている患者さんの「思い」に気 持ちを向けられるようになりたいですね。

がん相談員 井上 豊子

「相の会」についてのご相談、ご質問等は総合相談支援課(079-294-2251代) または相談支援センターで受け付けています。お気軽にどうぞ。

### リハビリテーションだより

このたびの災害により被災された皆様ならびにそのご家族の皆様に心よりお見舞い 申し上げます。

もしも自分の生活圏で災害が起こり避難を余儀なくされた場合、どのように自分や家族、周囲の人々を守った らいいのか。理学療法士の視点から、今回は「エコノミークラス症候群」についてお話します。

避難直後、食事や水分を十分にとらない状態で狭い空間に長時間座って足を動かさないでいると、血行不良 が起こり、血液が固まりやすくなります。その血の塊(血栓)が肺に詰まって肺塞栓などを起こす状態を「エコ ノミークラス症候群上といいます。4時間以上座ったままだと血栓を発症する危険性が2倍になると言われていま す。さらに、肥満や糖尿病などで血管疾患が起こりやすい人、50歳以上の人は危険性が高まります。血栓がで きやすい場所は足のふくらはぎです。長時間の不動の後、トイレなどの用事で足を踏ん張り立ち上がった直後に 血栓が飛んで肺動脈を詰まらせます。肺塞栓が起こると呼吸困難や胸の痛み、冷や汗、頻脈といった症状が現れ、 ひどい場合には意識を失い死亡に至ります。

下半身には全身の筋肉の6-7割が集まっています。特にふくらはぎの筋肉は「第二の心臓」と言われ、筋肉の 働きで血液を心臓へと押し戻しています。したがって、予防策としては血行を良くするためにつま先の上下運動 をする、ふくらはぎをマッサージする、1-2時間ごとに歩くなどの心掛けが重要となります。また、弾性ストッキ ングの着用も効果があります。災害時はトイレの回数を減らすために水分を控えること多く、これも発症の危険 性を高めます。できるだけこまめに水分を取るようにしましょう。

### 







### がんについてもっと知ろう! 市民講座

がんと遺伝の関係 ~私のがんは遺伝しますか? 家族のがんは遺伝ですか?~

2024年2月17日 (土) アクリエひめじにて、「がんと遺伝の関係」をテー マに市民講座を開催しました。

講演1では、遺伝性乳がん卵巣がん症候群に関連するBRCA1という 遺伝子を発見した筑波大学プレジション・メディスン開発研究センターの 三木義男先生から、ヒト遺伝子とがんの発生、遺伝性のがんの成り立ち や、遺伝性乳がん卵巣がん症候群のお話がありました。



講演2では近畿大学大学院総合理工学研究、遺伝カウンセラー養成課程の田村和朗先生から、遺伝子の変化につい てのお話や、家族性大腸腺腫症、リンチ症候群という遺伝性大腸がんについてのお話がありました。

講演3では当院の副院長甲斐恭平から、遺伝性腫瘍に対する姫路赤十字病院の取り組みを紹介しました。

来賓の姫路市長からは、「姫路市全体で先進医療を受けられる体 制を作りたい」というご発言があり、参加者からは「難しいと思って いたが楽しかった」「遺伝子検査について迷っていたから参考になっ た」という声もありました。115名の参加者が熱心に聴講されて大 盛況の内に幕を閉じました。

来年もがんについての市民講座を企画しています。皆さんの参 加をお待ちしております。 がん診療連携課 井上 豊子

