

いつまでも健やかに・・・ 私たちの願いです。

医療法人玉昌会 加治木温泉病院

発行 平成22年11月30日

広報誌 第20号

すこやかか加温



寒くなってきました。

いかがおすごしでしょうか？



目 次

巻頭言（副院長 穂満 博文）	2
南日本新聞紹介・患者様の権利宣言	3
新入職員の紹介	4
外国人介護福祉士候補生受け入れ	5
イベント・行事	6～11
メンタルヘルス通信	12・13
肩こりについて（リハセンター）	14
介護保険制度（地域連携センター）	15
肺炎について（薬局）	16
大豆の健康パワー（栄養課）	17
診療情報の提供・セカンドオピニオン	18
個人情報保護方針	19
氷山の一角・編集後記	20

医療法人 玉昌会 行動指針

低 賞 感 微

低：全てに謙虚な気持ちで接する
賞：お互いを思いやり敬意を払う
感：全てに感謝する

巻頭言

副院長 穂満 博文

先日、飛行機を利用したのですが、天候があまり良くなく結構飛行機揺れました。飛行機が揺れると飛行には影響が無いと言われてもやはり不安がありますが、それを和らげてくれるのが客室乗務員の方々の笑顔、そしてパイロット、管制官、整備士など、飛行機の運用に携わる人たちへの信頼です。

日本の航空会社はどこも安全管理は徹底していると思いますが、やはり自分が乗る時は信頼している航空会社を選んでいきます。

これは医療にも言えることで、安全管理が徹底している病院、信頼できるスタッフから治療を受けたいと考えるのは当然のことです。

航空業界と医療はちょっとしたミスで命に関わってくるということで似ています。

航空業界では米国で1970年代から航空事故及びインシデントの可能性を低減するために操縦士、管制官、整備士等から自発的に提出された安全報告を収集・分析・周知する航空安全制度（ASRA）が設けられその後各国で行われています。この航空業界の安全管理の考え方が医療の領域に応用されて、インシデント報告、ヒアリハット報告として定着しています。

当院では、医療事故防止対策委員会、リスクマネジメント部会が活動しており、インシデント・アクシデントレポートの収集、分析、対策案の提示、報告、医療安全に関する研修会などを行い安全な医療を目指しています。

これからも病院を利用される患者様が安心して医療が受けられる、信頼される病院であるために努力していきます。

加治木温泉病院

理念

基本方針

《理念》

法人の行動指針である（低賞感徴）に沿った医療・サービスを提供して地域に貢献します。

《基本方針》

1. 患者様の尊厳と権利を尊重した医療・介護を目指します。
2. 患者様の視点に立ち、良質で安全・安心な医療・介護の提供に努めます。
3. 地域での亜急性期から慢性期を担う病院として医療・福祉施設との連携と在宅部門の充実を図り、入院から在宅への一貫した医療・介護サービスの提供を目指します。
4. 健全な病院および在宅事業部の運営を行い、安心して働き甲斐のある職場作りを目指します。

第1回しあわせの杜合同文化祭

11月6日の土曜日に始良市反土にあるしあわせの杜コミュニティガーデンにて、第1回しあわせの杜合同文化祭が行われました。当日は好天にも恵まれ、利用者さまやご家族、地域にお住まいの方々など、およそ150名の方々が参加くださいました。出店で、ミニうどんや唐揚げ、おでんなどを購入し敷地内のフードスペースで食べたり、フリーマーケットで掘り出しものを買ったり、お茶会や綿菓子などふだんではなかなかお目にかかれないブースなど、思い思いに楽しんでくださいました。利用者さまからは「普段部屋の中での食事なので、外で食べると開放的で楽しかった。綿菓子も子供のころを思い出しました。」と喜びの声が多数聞かれました。

午後の1時からは、始良市の山田保育園の園児たちのちびっこ太鼓や訪問介護の管理者による日舞披露なども楽しまれていました。

利用者さまの日頃の作品も展示されていて、「きちんと額に入れてたり、掛け軸になっていたりすると大層立派に見える。来年も頑張って作品を作りたい。」と意欲があがっていました。

この日の出店やフリーマーケットでの収益は、鹿児島県を通じて、奄美大島大雨災害義捐金に寄付されました。



患者さまの権利宣言

すべての人は、人格を尊重され健康に生きる権利を有しています。患者様におかれましては、健康を回復し、維持増進するために、医療スタッフの助言協力を得て、患者様の選択のもとに、最善の医療を受ける事は人として基本的権利です。

【平等で良質な医療を受ける権利】

患者様は本人の経済的社会的地位、年齢、性別、疾患の種類などにかかわらず平等で良質な医療を受ける権利が有ります。

【選択の自由の権利】

患者様は担当医師および医療機関を選択し、または変更する権利があります。またいかなる時でも他の医療機関の医師の意見（セカンドオピニオン）を求める権利があります。

【知る権利】

患者様は、自らの状況（病名、病状、検査結果）について納得するまで十分に説明を受ける権利があります。

【自己決定権】

患者様は納得できるまで説明を受けたのち、医療スタッフの提案する医療行為を自分で選択する、同意して受ける、あるいは拒否する権利があります。

【個人情報の保護】

患者様は、全ての個人情報、プライバシーが守られる権利があります。

外国人介護福祉士候補生受け入れ

日本・フィリピン経済連携協定、日本・インドネシア経済連携協定の合意に基づく枠組みで、（自由貿易協定の要素に加え、貿易以外の分野、例えば人的交流の拡大や投資、二国間協力等を含めて締結される）外国人看護師・介護福祉士候補生を受け入れるしくみができる事に伴い、当法人では、2人の介護福祉士候補生を受け入れる事となりました。2人は三年後の介護福祉士資格取得を目指し当院にて頑張ります。よろしくお願いいたします。

名前：アルフレド マリリン カヌト

職種：ケアワーカー

趣味：読書

一番大切にしているもの：家族

自己PR：経営の大学を出た。

結婚していて息子がいる。

好きな言葉：HE WHO HASA WHY TO LIVE
CAN BEAR
WITH ALMOST ANYHOW

（生きる目的のある人はどんなことにも辛抱できる）



名前：デグズマン ディヴァイン グレイス

職種：ケアワーカー

趣味：音楽を聴くことです。

日本のドラマを見ることです。

一番大切にしているもの：家族と信仰

自己PR：こんにちは。私はフィリピンのザンボアンガという町から参りました。日本に来たいという私の夢がかないました。この機会を与えてくれて本当に感謝しています。宜しくお願いします。

好きな言葉：ありがとうございました。



イベント・行事

階層別宿泊研修

9月3、4日の2日間 鹿児島市の中原別荘にて玉昌会階層別宿泊研修が開催されました。今回は入職13年以上経過した職員と昇格者が対象で総数42名が参加しました。今回の研修では、およそ1時間の理事長の講話の後第1部の研修会がスタートしました。第1部のグループ討議のテーマは、理事長が講話の中でも話された在宅医療を取り上げた「在宅医療の重要性が問われる中で、中堅職員の求められる役割」というものでした。第2部のテーマは、中堅職員に求められる報・連・相でした。今回の研修はベテランや管理職を対象としたもので、要求されているもののレベルが高くプレッシャーの中各グループ討議し、意見交換をしている様子が見られました。2日目は、発表の前に報連相のレベルについての説明がありましたが、各自中級レベル以上の報連相が出来ているか振り返り、より高度のレベルを目指し業務に取り組んでいくことと思います。



しあわせの杜合同敬老会

9月18日（土）に始良市加治木町反土にある、住宅型有料老人ホーム『しあわせの杜・ケアレジデンス おはな』にて第1回合同敬老会が開催されました。当日は、同敷地内にある グループホーム『しあわせの杜・ケアレジデンス木もれ日』小規模多機能ホーム『しあわせの杜・ケアレジデンスとまり木』 始良市西餅田にある小規模多機能ホーム『しあわせの杜・ケアレジデンスお福』の入居者、利用者さまやそのご家族約100名がバイキング形式による昼食に舌鼓をうちました。バイキングでは普段のメニューでは、なかなかお目にかかれない寿司や焼きそば、ケーキ、ムースといったものもありました。入居者さまからも「普段よりたくさん食べることができた。バイキングで自分の好きなものをたくさん食べられるのは、うれしい。」といった感想も多く聞かれました。

午後2時から、ボランティアの三味線やフラダンスの方々が演奏や円舞を披露してくださり、三味線の音色に感極まって涙を流す利用者の方も見受けられました。



第37回合同運動会

社会福祉法人晶貴会と当法人による合同運動会が今年も高井田保育園の園庭にて、盛大に開催されました。高井田保育園の園児はもちろん、高齢者施設の利用者さま、各施設の職員来賓の方々が参加される種目も盛りだくさん。かけっこや遊戯、三輪車競技など、秋晴れの中、みなさん楽しい運動会を満喫されていました。

開会式

1. 鼓隊パレード
2. 入場
3. 国旗掲揚
4. 開会の言葉
(保育園園長)
5. 大会会長あいさつ
(玉昌会会長・晶貴会理事長)
6. 優勝旗返還
7. 来賓あいさつ
8. はじめの言葉
9. 保育園園歌・運動会の歌
10. 準備運動

閉会式

1. 入場
2. 整理運動
3. 成績発表
4. 優勝旗授与
5. おわりの言葉
(高井田保育園父母の会会長)
6. 国旗降納
7. 閉会のあいさつ
(玉昌会理事長)
8. 退場



- ①かけっこ
- ②ムシキングサンバ
- ③祭り
- ④親子リレー1
- ⑤人間っていいな
- ⑥玉入れ
- ⑦動物親子のお通りだー！
- ⑧親子リレー2
- ⑨二人三脚リレー
- ⑩野に咲く花のように
- ⑪ケツ圧測定
- ⑫すきすきソング
- ⑬おやつひろい
- ⑭組体操バルーン
- ⑮いろあわせ
- ⑯狙いをさだめて
- ⑰クラス対抗力くらべ
- ⑱走ってみよう
- ⑲世界一周
- ⑳ナイスキャッチ
- ㉑宝ひろい
- ㉒力を合わせてレッグー
- ㉓大玉ころがし
- ㉔高井田グランプリ
- ㉕年長児全員リレー
- ㉖クラス対抗リレー

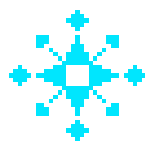
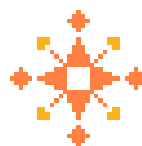


消火技術競技大会

10月26日（火）始良市防火協会主催の消火技術競技会が始良市消防本部にて開催され、加治木温泉病院からは消火器の部で2チーム、屋内消火栓の部で2チームの計4チームが参加しました。

消火器の部は、出発点をスタートし消火器にて火元を想定した標的を倒し出発点まで戻ってくるまでのタイムを競うもので、男性チーム、女性チームそれぞれ約15チームが出場する中、当院から出場した林川智昭さんが準優勝でした。屋内消火栓の部は、1チーム2名で協力し3本のホースを延ばし繋いで送水し50メートルほど先にある標的を倒すまでのタイムを競うもので、7チームが出場する中、当院から出場した島田泰裕さんと古江隆之さんのチームが優勝でした。

事前の練習の成果を十分に発揮することができました。また、防災に対する意識を高めることができたのではないかと思います。



ボランティア「ひまわり」による歌・踊り

10月8日（金）当院通所リハビリテーションにて、ボランティアグループ「ひまわり」による歌・踊りの会が開かれました。利用者様全員参加のもとで開催されたこともあり、「ひまわり」の方の盛り上げのもと、スタッフも一緒に踊りに参加するなど、楽しい時間を過ごすことができ、利用者様も喜んでおられました。

曲目

- ①青い山脈
- ②赤いレイ
- ③北国の春
- ④別れの一本杉
- ⑤ひとり薩摩路
- ⑥カンカン娘
- ⑦異国の丘
- ⑧よかにせどん
- ⑨あしびな
- ⑩だんな様
- ⑪河内おとこ節



特集:うつ病

うつ病は、約15人に1人が一生のうちには一度は経験すると言われています。特別な人だけがなる病気ではなく、誰でもなる可能性のある病気だと言えます。今回はそんなうつ病について特集したいと思います。

うつ病の症状

- ◆ **精神症状**: 意欲・興味の減退、知的活動性の低下、判断力、記憶力の減退、自殺念慮や自殺企図、憂うつ気分・悲哀感
- ◆ **身体症状**: 睡眠障害(不眠、早朝覚醒)、頭痛・肩こり、倦怠感・疲労感(だるい、重い)など、食欲不振、性欲減退

このような症状が2週間以上
続くと、うつ病の疑いがあり

うつ病の要因

性格特性: まじめで仕事熱心、完全主義、几帳面、仕事や家事を人任せに出来ない人、融通が利かない人、人にどう見られているか非常に気になる人

環境要因:仕事の過労、転勤・昇進・出向、退職、失業、経済問題、病気、転居、身近な人の病気・死、子供との離別、家庭内葛藤、出産、月経など

身体的要因:甲状腺機能低下・亢進症、糖尿病、インフルエンザ、肝炎、パーキンソン病、リウマチ、癌

うつ病にならないために

- 自分自身を知る:自分の性格を知りましょう。
- ゆとりある生活をする:頑張りすぎないことが肝心です
- 物事に優先順位をつける:“いい加減”も大切です。
- 自分だけで抱え込まない:信頼できる人に相談しましょう。
- マイペースの生活を! :人の目を気にしすぎないようにしましょう。
- 生活の変化に注意する:良い変化でもストレスになります。

自分自身に目を向けて、セルフケアすることも大切です。



心理相談室:岩元

肩こりについて

リハセンター

一はじめに一

肩こりは、後頸部から上背部にかけての、筋のつっぱり感とだるさ、重さ、疲労感、ときに痛みを伴う症状の総称である。原因別に分類を試みると、器質的疾患はないが筋疲労が誘因となって生じる原発性肩こりと、何らかの原疾患に起因する症候性肩こりに二分できる。原疾患が明らかな症候性肩こりの場合は、原疾患に対する治療がそのまま肩こりの解消につながるが多い。

(1) 肩こりの原因 (原発性肩こり)

肩こりは一般に以下のような要因から起こると考えられる。

同一姿勢の保持・姿勢異常

過労

寒冷

精神的緊張・ストレス

これらはいずれも、後部頸筋群・僧帽筋の無意識的な持続的筋収縮を伴い、これにより筋血流の停滞が生じて筋の新陳代謝が阻害された状態を作り出す。筋が局所的に硬くなったいわゆるコリの正体は不明であるが、筋中の老廃物が十分に洗い流されないままに炎症が生じ、筋血流停滞と相まって慢性化したものと考えられる。これは筋ポンプ作用による血流の循環が十分に機能しない状態で筋疲労を生じたと言い換えることができる。

(2) 治療

物理療法：ホットパックや電気治療など

ストレッチング：圧痛や筋スパズムの生じている筋に対して行う。ゆっくりと伸張力を加え、力を緩めるときもゆっくりと行うこと。

肩こり体操：肩こり体操の目的は、持続的緊張により循環不全を生じている頸部～肩周囲の筋群を収縮—弛緩させる事により循環を改善することを主眼とする。

- ・頸部の運動：前屈、後屈、左右側屈、回旋
- ・肩甲帯の運動：挙上、下制、内転、外転 (図①②)
- ・肘あおぎ運動：図③

図①

挙上・下制

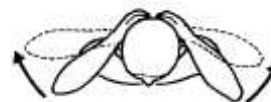


図②

内転・外転



図③



介護保険制度

～①要支援・要介護認定の申請方法～

入院をきっかけに様々な不安があるなかで「介護」に対する不安を抱えている方は多いのではないのでしょうか。介護保険制度を活用することにより、通所介護や訪問介護などの在宅サービスや施設への入所など様々なサービスを利用することができます。

今回から「①要支援・要介護認定の申請方法」「②在宅サービスについて」「③施設サービス」と3回に分けて介護保険制度についてご紹介します。

○被保険者（利用者）○

第1号被保険者…65歳以上の方で、介護や支援が必要と認定された方

第2号被保険者…40歳以上65歳未満の医療保険加入者で、特定疾病（指定された

16疾病）が原因で介護や支援が必要と認定された方

○申請○

介護サービスを利用するためには、住んでいる市町村の窓口で本人または家族などが申請し、要介護認定を受けることが必要です。申請すると認定調査が行われ、申請日から30日以内に要介護状態区分の認定結果が通知されます。

1) 申請窓口：市町村の介護保険担当窓口

2) 申請者：本人または家族

※成年後見人、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所や介護保険施設などによる申請代行も可能です。

3) 申請に必要な物：介護保険被保険者証、要支援・要介護認定申請書
健康保険被保険者証（第2号被保険者）

※要支援・要介護認定申請書は、市町村の申請窓口にあります。

※要支援・要介護認定申請書には、主治医の氏名、医療機関、所在地、電話番号の記入が必要になります。

病状によっては介護保険を申請出来ない場合がありますので、主治医にご相談ください。

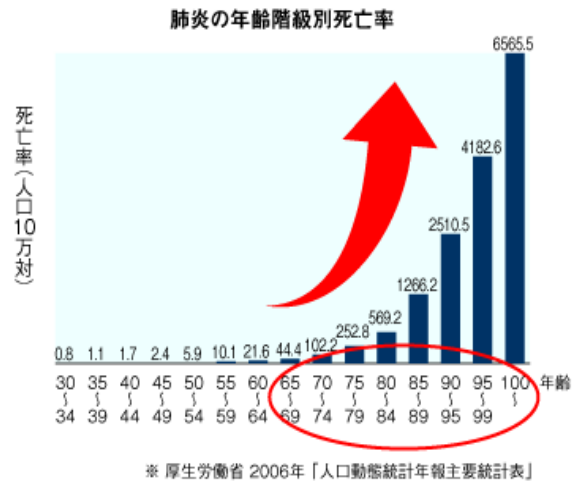
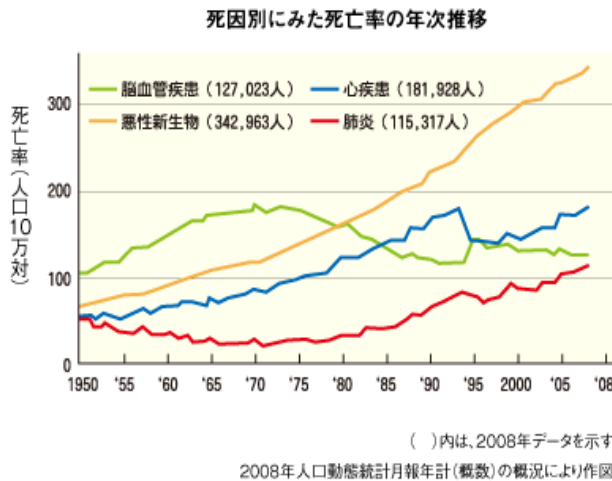


地域連携センター

肺炎について

薬局

肺炎の原因には、様々な要因がありますが、その多くは微生物（細菌、ウイルス、真菌（カビ）など）が肺に感染することによって発症します。重症化すると死に至る危険性があり、日本では死因の第4位を占めています。なかでも、高齢者の肺炎による死亡率は年齢とともに高くなっています。



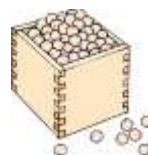
次のポイントに気をつけて、肺炎を予防しましょう。

- その1：規則正しい健康的な生活をおくりましょう。
- その2：喫煙者は禁煙しましょう。
- その3：誤嚥を防ぎましょう。
- その4：口の中を清潔に保ちましょう。
- その5：基礎疾患を治療しましょう。
- その6：高齢者の場合、肺炎球菌ワクチンの接種を考えましょう。

<高齢者の新型インフルエンザ対策としての肺炎球菌ワクチン接種>

高齢者の市中型肺炎では風邪やインフルエンザのあと発症することが多く、しかも約3割は肺炎球菌による感染であることが知られています。手洗いやうがいの励行など日常生活を工夫すること、かかっても重症化しないようにあらかじめワクチンの接種をしておくことが大切です。海外先進国では高齢者の肺炎球菌ワクチンの接種が推奨されており、米国では高齢者の65%以上が接種を行っていますが、日本ではまだ8%にすぎません。2009年10月から、海外同様日本でも再接種が可能になりました。高リスクの方はお医者さんと相談の上、早めの接種が推奨されています。

★大豆の健康パワー★



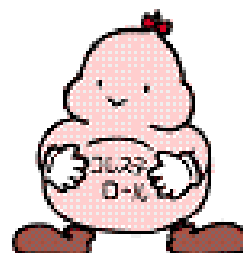
栄養科

11月に入り、お鍋のおいしい季節になってきました。
お鍋に入れる食材の定番と言えば…お豆腐！みなさんのお豆腐のイメージはどのようなものですか？身体によい？ヘルシー？
さて今回はお豆腐の材料でもある、大豆の健康パワーについてお話ししたいと思います

<動脈硬化予防効果>

大豆をよく食べると動脈硬化の原因となる悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増やすとされています。大豆には「リノール酸」、「ビタミンE」、「レシチン」、「サポニン」など、血液中の脂質を減らしたり、脂質の酸化を防いで動脈硬化を防ぐ様々な成分が含まれています。

また大豆には女性ホルモンに似た働きをする成分も含まれています。



<整腸効果>

大豆には腸の働きを活性化させる「オリゴ糖」が含まれています。便通を整え、腸内環境をよくすることは様々な健康効果につながります。

<骨粗鬆症予防効果>

女性は閉経に伴い、女性ホルモンが減少すると、骨を壊す働きが活発になります。また、腸のカルシウム吸収能力も低下しますので、女性の骨は閉経後減少が続くと言われています。大豆は骨に必要なカルシウムの補給源でもあり、さらにそのうえ骨を壊す働きを抑え、骨の代謝のバランスを整える「イソフラボン」を含んでいますので、骨量・骨密度の減少がくい止められると言われています。

<がん予防効果への期待>

がんによる死亡率を男女別に見ると、男性のほうが高くなっています。米国では国立がん研究所を中心に、植物性食品によるがん予防研究が進められています。大豆は40種類近い食品の中でがん予防にとって重要性の高い食品とし最上位の食品群に位置づけられています。



●診療情報の提供及び開示につきまして

当院では、患者さま・ご家族より診療情報の提供（診療内容の説明）及び開示（カルテ開示）についてお申し出があった際は速やかに対応させていただきシステムになっておりますが、提供・開示の際に必要な条件書類等がございます。

～診療情報の提供及び開示の条件・必要書類・申請方法～
担当の窓口にて対応させていただきます。
御遠慮なく病棟スタッフへお申し出ください。

●セカンドオピニオンにつきまして

患者さま・ご家族が、当院で十分納得していただき、患者さまが主体的に治療を受けていただく為に、第三者である他医療機関の医師の診療を受けることについては、それに応じさせていただきます。

※セカンドオピニオンとは、...

セカンドオピニオン＝第2の意見。主治医以外の医師の意見。現在の主治医以外の診断や治療方針を聞くことで十分に納得して患者さまご自身が主体的に治療を受けていただく為に実施されています。

『セカンドオピニオン外来』が設置されている医療機関では保険診療が認められ、5,000円で算定されますが、内容によっては自費で10,500円～20,000円かかることもあります。

個人情報保護方針

当院は、個人の権利・利益を保護するために、個人情報を適切に管理することを社会的責務と考えます。

個人情報保護に関する方針を以下のとおり定め、職員及び関係者に周知徹底を図り、これまで以上に個人情報保護に努めます。

1. 個人情報の収集・利用・提供

個人情報を保護・管理する体制を確立し、適切な個人情報の収集・利用および提供に関する内部規則を定め、これを遵守します。

2. 個人情報の安全対策

個人情報への不正アクセス、個人情報の紛失、破壊、改ざんおよび漏洩などに関する万全の予防措置を講じます。

万一の問題発生時には速やかな是正対策を実施します。

3. 個人情報の確認・訂正・利用停止

当該本人（患者さま）等からの内容の確認・訂正あるいは利用停止を求められた場合には、別に定める内部規則により、調査の上、適切に対応します。

4. 個人情報に関する法令・規範の遵守

個人情報に関する法令およびその他の規範を遵守します。

5. 教育および継続的改善

個人情報保護体制を適切に維持するため、職員の教育・研修を徹底し、内部規則を継続的に見直し、改善します。

6. 診療情報の提供・開示

診療情報の提供・開示に関しては、別に定めます。

7. 問い合わせ窓口

個人情報に関する問い合わせは、各部署責任者または以下の窓口をご利用ください。

個人情報保護相談窓口：地域医療連携センター

氷山の一角（意見箱より）



患者様・ご家族様からのご意見・ご要望に関する回答

▼同室の患者さんが大声を出したりしている。病室の対応を検討してほしい。

→ご意見ありがとうございます。病室については、患者様の病状や、酸素や吸引等の医療設備との関連も考えて対応しており、ご要望にすぐにはお答えできない場合もあります。出来る限りの対応を検討して参りますので、病棟スタッフまでご相談下さい。

▼病院を出る際に、出入口が分かりにくいいため、表示を行ってはどうか。

→出入口の表示については、今後検討して参ります。

▼レストランの食事をよく食べているが、量もちょうどよく、味もとてもおいしいです。毎日楽しみにしている為これからも続けてほしい。

→ありがたいお言葉を頂きうれしく思います。スタッフ一同今後も頑張ってお参ります。

ご意見箱は、外来と各階食堂談話室ならびに腎センターに設置してあります。患者さま・ご家族よりいただきましたご意見に対し、当院では毎月開催しております『サービス向上委員会』にて検討し、改善策を導き出して対応させて頂いております。皆様からのご意見を今後ともよろしくお願い致します。

☆編集後記☆

本年も広報誌をご覧頂きましてありがとうございました。来年も、また、皆様方に喜んで頂ける誌面作り目指し、頑張ってお参りますのでよろしくお願い致します。

(山元)

※本掲載分の個人名・団体名につきましては個人情報保護法に基づき、本人またはご家族の同意を得て掲載されております。



医療法人 玉昌会 加治木温泉病院

〒899-5241

始良郡加治木町木田4714

TEL 0995-62-0001 (代)

FAX 0995-62-3778

URL <http://www.gyokushoukai.com/>

診療科目

- 内科（人工透析含む）
- 皮膚科
- リハビリテーション科
- 消化器科
- 放射線科
- 泌尿器科
- 耳鼻咽喉科
- 歯科

