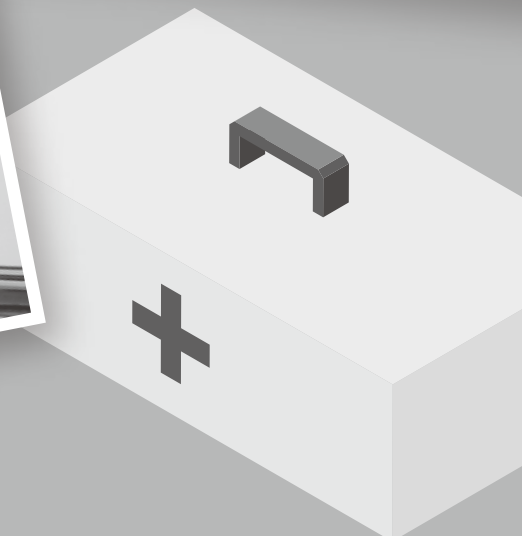
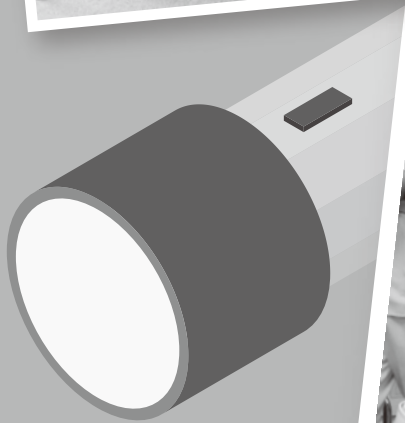


防災訓練を行



いきました!



2月28日に大規模地震を想定とした防災訓練を実施いたしました。今回は病棟において①安否確認・被害確認→②災害対策本部への報告→③本部で情報収集→④院長に報告というプロセスで行いました。

今回の訓練では、アクションカードと病院機能確認表という2つのツールを使って、発災時の初動対応を行いました。発災時に、対応手順が書かれたアクションカードをとりだし、カードを確認しながら、安否確認と被害確認、避難経路の確保など定められた初動項目を実行していきます。続いて部門の責任者は情報を確認しながら、病院機能確認表を作成し、本部に報告する、という流れとなります。アクションカードを用いることにより、慌てることなく、スムーズに初動を行っており、訓練経験の有無に関わらず、誰でも初動を実行できる点で非常に有効でした。

地震以外の自然災害、台風やゲリラ豪雨、洪水や雪害などは、天気予報やアプリを通じて概ね数時間前に予測をすることができる一方、地震は予知から発災までの時間はわずか数分と限られています。今回の訓練は、医療スタッフも充実している日中を想定いたしましたが、夜間帯になると医療スタッフも少なく、初動復旧が遅れることが想定されます。管理者との連絡もとることが難しくなるかもしれません。そういった状況下でも、患者さんに対する医療体制を継続しなければなりません。

政府の地震調査委員会は2022年1月、南海トラフで今後40年以内にM8.0～9.0の巨大地震が発生する確率を、前年までの「80～90%」から「90%程度」に引き上げました。

巨大地震に備え、計画どおり進んだからといって満足することなく、今年度はさらにブラッシュアップした訓練が実施できるよう発災後の医療提供体制(計画)を見直していきたいと考えています。

事務 日沖 大輔



新入職員の紹介



介護というと「大変さ」や「優しい気持ち」だけがクローズアップされがちですが、介護福祉士養成校での2年間の学びの中心は「根拠ある支援」でした。自分の感覚や気持ちだけで対応するのではなく、知識を元にした的確なアセスメントを行った上で患者様を中心に、その人らしさを支える為の支援です。

患者様やそのご家族様に寄り添う事の出来る介護福祉士へと成長していく為に、日々努力を重ねていきたいと思えます。51歳で貫禄がある為、戸惑われるかとは思いますが、新卒の新米です。ご指導、よろしくお願い致します。

介護福祉士 西久保 美加

西3階に配属となりました新城です。家庭の事情によりブランクができ、新人というには年を重ねていますが、初心を忘れず精進していきたいと思っています。

前職での経験を通して、自身の親の人生を振り返り重ね合わせるようになって、患者さんやご家族が人生のどんな時期でどんな状態であったとしても、大切な人生の一部ではないかと考えるようになりました。その時に東病院での研修を行い、その人らしさを支える看護とは何かを考え、志望動機となりました。

理想の看護師像は患者さんに誠実に向き合い心に寄り添い、患者さんのご家族だけでなくチームメンバーにも信頼される看護師です。長く働き経験を積んでいく中で、課題を見つけ向上に努め、看護に反映させていきたいです。まずは基本的なことを身につける、与えられた役割を果たせるようになることが目標です。粘り強く学び達成できるよう頑張っていきますので、どうぞご指導よろしくお願いいたします。

看護師 新城 理央



◆数独の解答◆

2	7	4	6	8	3	5	9	1
3	5	6	9	2	1	4	8	7
1	8	9	7	5	4	6	2	3
6	1	3	4	7	8	9	5	2
5	4	2	1	9	6	3	7	8
8	9	7	5	3	2	1	6	4
9	3	1	8	6	7	2	4	5
4	6	8	2	1	5	7	3	9
7	2	5	3	4	9	8	1	6

医局室だより

皆様、初めまして。これまで刈谷豊田総合病院に腎臓内科医として勤務しており、また過去に東病院の外来診察を担当していたこともありますので、皆様の中にはご存じの方もいらっしゃるかもしれません。4月より刈谷豊田総合病院の勤務に加え、刈谷豊田東病院の透析センター長を任命されました小池と申します。両院の兼務となり、直接、患者さん一人ひとりを診察する機会は多くありませんが、患者さんと医療者が二人三脚で「高齢化社会をより良く自ら生きる」医療を提供できるよう、豊田会の診療体制変革を通じて携わりたいと考えております。新型コロナ、高齢化社会、災害という未曾有の時代に戸惑いもありますが、恩師たちの言葉「医師を志した時点で一生勉強を続けたいといけないう。学問だけでなく人生勉強だよ。」を胸に、皆様にいろいろとご指導・ご協力いただきながら、職務に尽力して参ります。どうぞよろしくお願い致します。

4月から透析患者さんに対して行うリハビリテーションが保険収載されましたので豊田会でも実施に向け、準備を始めました。興味のある方はぜひお声がけください。

医師 小池 清美

医療福祉室だより

刈谷市の配食サービス(調整食)に、 透析食・やわらか食・ムース食が加わりました。



刈谷市では、見守りが必要で、食事の支度が困難な高齢者の食生活の自立を支援するために、定期的に自宅に食事を届けるとともに、安否確認をするサービスを行っています。これまで、一般食と調整食(病気療養のために、食事に配慮が必要な人には、低カロリーや減塩の食事)を届けていました。

この4月からは、より様々な身体状態の人に対応ができるように、透析食・やわらか食・ムース食などのメニューが追加になりました。

対象となるのは、65歳以上の高齢者のみの世帯で、隣接地に扶養義務者が居住されておらず、配食サービスの提供が必要と判断される方です。(地域包括支援センターの職員または担当ケアマネジャーのアセスメントによる判断があります。)

配食サービスの利用を希望される場合は、地域包括支援センターまたは担当ケアマネジャーに、まずはお相談ください。

医療ソーシャルワーカー 中山 真理子



足元スッキリ むくみ対策

座り仕事や立ち仕事中心の人に多い足のむくみ。むくみがそのまま疲労感につながる人も少なくないようです。健康な人の場合、足のむくみの主な原因は血流の悪さにあります。

通常、心臓から動脈を通過して足に送られた血液は静脈を通過して心臓に戻ります。ところが、心臓の力が弱いと足の筋肉や組織による静脈血を心臓方向へ押し上げる「筋ポンプ作用」が働かないために静脈血が溜まってむくみが起こります。

足のむくみ対策と解消法（一時的なむくみの場合）

- ①休憩時間に足を高くする
- ②窮屈な下着や靴を避ける
- ③水分補給を適度に行う
- ④入浴はぬるめのお湯にする
- ⑤下半身を鍛える
- ⑥規則正しい生活を送る

むくみの原因は性格や生活習慣病など人それぞれです。
原因を探り自分に合った対策を行いましょう。

看護師 原田 陽子

コメディカルリレー

コグニサイズで認知症予防

新型コロナウイルスの影響により、私たちの暮らしは外出や人と会う機会が減るなど生活が大きく変化しました。身体や頭を使うことが減ることで、認知機能は日々衰えてしまいます。毎日の生活にちょっとした運動や脳トレ習慣を加えることは、認知症予防に効果的だと言われています。一人でも、お家で気軽にできる「コグニサイズ」についてご紹介します。「コグニサイズ」とは、コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を組み合わせた造語で、頭で考えるコグニション課題と身体を動かすエクササイズ課題を同時に行うことで、脳と身体の機能を効果的に向上させることが期待されます。みなさんも是非やってみてください。

例1) 両足で立って足踏みをしながら、1から順に数を数え、3の倍数で手を叩きます。

例2) 足踏みをしながら100から7を引き算します。

例3) 足踏みをしながら「あ」から始まる言葉を10個言う。（「あ」の次は「い」「う」など頭文字は自由に決める）



作業療法士 大橋 知広

透析センター通信

透析センターでは2021年度も新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、患者さんに参加していただき行っていた地震訓練を実施することができず、その代替として災害ビデオを10月と2月に配信させていただきました。いかがだったでしょうか?最近、地震が全国各地で頻発しています。南海トラフ地震がいつ起こるのか恐怖に感じることはありませんか?

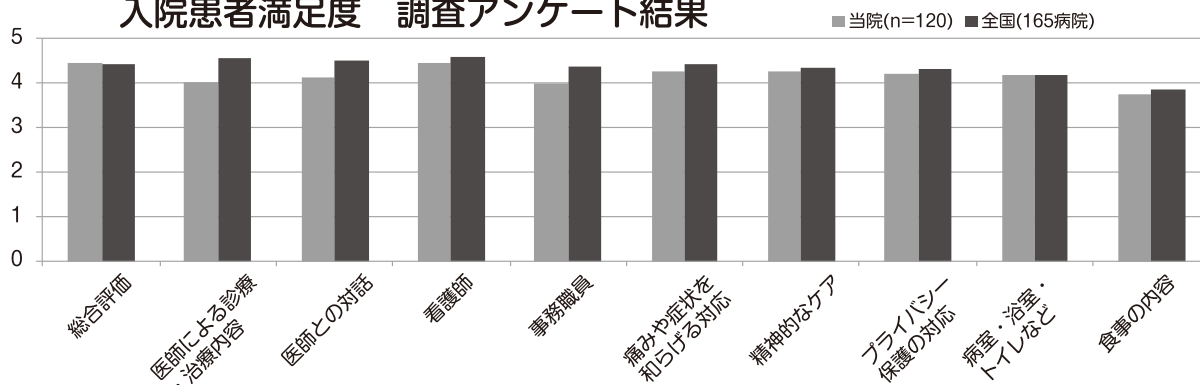
阪神淡路大震災後から予期せぬ出来事に対応するには「備え」が必要であると言われていました。透析中に発生した地震への備えとして、スタッフも災害対策係が中心となり搬送や避難訓練のデモンストレーション、災害用物品の見直し、愛知県透析医学会主催の災害時情報収集訓練に参加するなどの備えを繰り返し実施しています。また、本棚やパソコンを固定するなどの耐震対策を行っています。みなさんも災害ビデオを視聴していただくことで個々の「備え」を検討し大規模災害に備えるきっかけになればと思っています。

看護師 西 明子

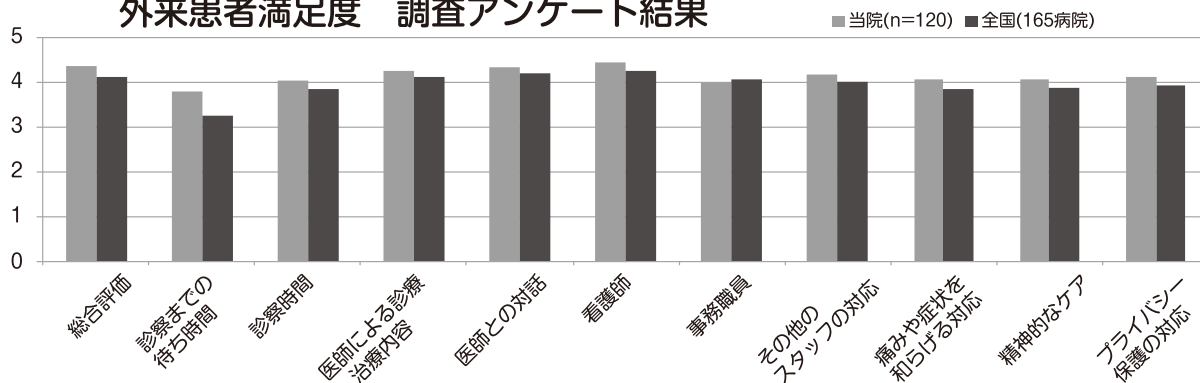
患者満足度調査

2021年11月に患者満足度調査を実施いたしました。他病院のベンチマークも含めた集計が完了いたしましたので、ご報告させていただきます。入院では満足度が他病院平均より下回っている一方、外来では満足度が上回っており、高評価いただいております。個別にコメントをいただいた患者さんも多数あり、貴重なご意見として活用させていただき、今後のさらなるサービス向上を目指してまいりたいと存じます。ご協力ありがとうございました。 広報委員会 一同

入院患者満足度 調査アンケート結果



外来患者満足度 調査アンケート結果



数独

ルール

- ①タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ②太線で区切られた3×3のワク内(マスは9コ)にも1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ③従って、タテヨコ、ワク内で、同じ数字が重複して入ることはありません。とにかく算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

* * * * *

下の例題を解いてみましょう。空いているマスのどこからうめてもいいのですが、まず1をどこかにいれてみましょう。盤面の右上、3×3のブロック内(A・B・C・D)に必ず一つ入れなければなりません。この時、B・C・Dでは、ともに下に1があるので入れられず、Aにしか入りません。同様に、左下の3×3のブロックをみると、F・Hは右に1があるのでダメ、Eも上に1があるのでアウト、だからGに1、と決まります。そう、実に気楽に遊べるのです。

●例題●

1	3	7	4	B	8			
7		4	8	A	5	C		
8	5	9	3	D	2			
	3	5	4	1				
5	9	2	6		4			
8	1	9	2					
3	F	8	1	2	7			
E	9	G	3	2	6			
6	H	4	5	9	1			

●例題の解答●

1	6	3	2	7	5	4	9	8
9	7	2	4	3	8	1	5	6
8	4	5	6	9	1	3	7	2
2	3	6	5	8	4	7	1	9
5	1	9	7	2	3	6	8	4
4	8	7	1	6	9	5	2	3
3	5	8	9	1	6	2	4	7
7	9	1	3	4	2	8	6	5
6	2	4	8	5	7	9	3	1

●問題●

	7	4						
			9	1	8			
		3	4	7		9		
								8
8		7	5	3			6	
9	3		8					
	6					7	3	
	2			4	9		1	

◆解答はP4に掲載しています◆ 問題提供：ナンプレ20 (<http://numberplace.net>)

診療予定表

2022.4.28～

		月	火	水	木	金	土(第1)	土(第3)	
外来診療	午前	1診	岩田	岩田		大林	成田洋		大林
		2診	金野	骨粗しょう症外来(金野)	大田	荻野	杉浦	専外(原田)	専外(原田)
		3診							
		4診	大川内	小山(第1・3)	大川内	千郷	大川内	大川内	大川内
		5診		平塚	沢江			沢江	
		6診	原田	専外(原田)	谷口		谷口		谷口
		内視鏡	加藤美	溝口	吉田	加藤美			
	午後	1診	沢江	大林	市健診(沢江)	大川内			
		2診	成田	谷口	原田	原田			
		3診							
		4診	禁煙外来(岩田)	膠原病専門外来(小山)	腎不全(佐藤)				
		5診							
6診			専外(原田)						
透析センター	午前	午前	成田・杉浦	千郷・佐藤	佐藤・千郷	平塚・杉浦	千郷・成田	栃井	近藤初(5月～)
		CAPD		近藤章	成田	鈴木(第1・3) 伊藤(第2・4)	小山(第1・3) 平塚(第2・4)		
		病棟	平塚	成田	杉浦	佐藤	平塚		
	午後	午後	佐藤・平塚	平塚・杉浦	小山・杉浦	成田・佐藤	杉浦・成田		
		PTA		千郷・成田	千郷・成田	千郷・杉浦	千郷・平塚		
		病棟	平塚	成田	杉浦	佐藤	平塚		

外来診療受付時間

- 平日：午前 8時30分～11時30分 午後 1時00分～3時00分
- 土曜日：午前 8時30分～11時30分 午後 休診
- 外来休診日：日曜・祝日・第2・4・5土曜日

編集後記

寒い季節が終わり、今年も春がやってきました。東病院にも新たなスタッフが加わり、新しい体制での一年が始まりました。(自分はもうフレッシュではありませんが、)若手に交じって、新たな気持ちで自己研鑽に励みたいと思います!

広報委員 鈴木 琢也

刈谷豊田東病院
ホームページは
こちらから▼

