



し ょ う な ん め ー る

SHONAN
湘南鎌倉総合病院広報誌

Mail

Number 145
2019 April



ハクセキレイ(雛)
湘南鎌倉総合病院にて
撮影者：施設管理係 前島 崇忠

▶ 特集 ◀

就任のごあいさつ 看護部長 八木沼 正子

- よりやさしい病院を目指して
湘南鎌倉総合病院が取り組む品質改善
- 第5回リハビリテーション便り
リハビリテーション科の役目
膝の痛みとリハビリテーション
- お知らせ
婦人科外来より
がんサロン開催・院内コンサート開催
第6回マタニティ坐禅開催
ゴールデンウィークの診療体制

みなさまの感謝の言葉を励みに

就任のごあいさつ

「ありがとう」
の言葉に支えられて。

ありがたいことに患者さん、ご家族の方から感謝のお言葉もたくさんいただきます。その「ありがとう」の言葉に支えられ、また私たちがこの仕事にやりがいを感じて頑張ることができています。

皆様こんにちは。

昨年12月より看護部長として勤務しております八木沼正子と申します。年末押し迫った時期に転勤し、あつという間に春となり、たくさんのお新入職者を迎える時期となりました。

ピカピカの新人さんたち、木々の芽吹き、黄・紫・ピンク等色とりどりの花もお目見えし、わくわく楽しい季節です。

看護部長 八木沼 正子
(やぎぬま まさこ)

さて私ごとですが、この徳洲会グループにご縁をいただき、26年になりました。入職は湘南鎌倉病院のすぐ後に開設された千葉西病院（現…千葉西総合病院）に就職、それから大阪（松原徳洲会病院）、神奈川（湘南厚木病院、茅ヶ崎徳洲会病院、湘南藤沢徳洲会病院）と転勤し、今に至っています。

当院にはこれまで何度も来院することがあったためか、新しい職場への緊張感はいつもとより軽かったように思います。

豊かな人間性を持ち合わせた人材の育成。

現在、当院は2020年夏完成予定の「先端医療センター」を着工しています。そのさらに1年後は「外傷・救命救急センター」の増築予定です。その事業展開にふさわしい看護師の育成も急がれます。社会のニーズに合った救急をはじめあらゆる疾患に対応できるジェネラリストの育成、一方ではがん看護、高齢者看護等スペシャリストの育成にも注力していきます。

もちろん看護師である前に豊かな人間性を持ち合わせた人材の育成も必須です。看護の現場も少子超高齢社会を反映し、いろいろと様変わりしています。「断らない医療」の実践では多種多様な背景の方に対応していく必要があり、限りある看護力にITをいかに駆使してカバーするか、あるいは安全性を担保していくか創意工夫が求められています。AI（人工知能）も

近い将来活用することになるのでしょうか。早い回復を願って多職種での連携も求められます。院内だけでは



なく、患者さんが地域に戻る際には「その人らしく住み慣れた地域で幸せに暮らす」を支援できるよう、持てる社会資源—地域の病院・施設・事業所・行政その他たくさんの方々と連携した「地域包括ケアシステム」の構築に努め、支援してまいりたいと思っております。

解決できない問題には何を創造したらよいか、想いを巡らせる必要もあります。まだまだ十分ではありませんが、患者さん、ご家族の方が少しでも高い満足が得られるよう改善していく所存です。

ありがたいことに患者さん、ご家族の方から感謝のお言葉もたくさんいただきます。その「ありがとう」の言葉に支えられ、また私たちがこの仕事にやりがいを感じて頑張ることができています。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



看護の日のイベントを開催します!

5月12日はナイチンゲールが生まれた日にちなんで「看護の日」とされています。



かわいい絆創膏のプレゼントがございます。お気軽にお越しください!



開催日:2019年

5月11日^土

時間:9:00~15:00 場所:湘南鎌倉総合病院 1Fエントランス

■看護師になってみよう!

毎年恒例!ちびっこ白衣で写真を撮ろう
白衣や医療グッズを用意しています。

■測定コーナー

血圧・BMIの測定ができます。BMIとは身長から見みた体重の割合を示す体格指標です。

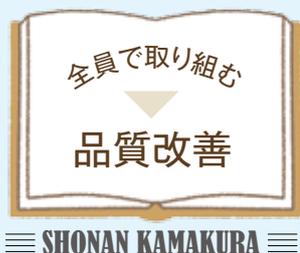


■妊婦・高齢者体験をしてみよう

装具を身に着けて、妊婦や高齢者の生活環境を体験。認知機能テストもあります。

■ファーストエイドブース

人が目の前で倒れたときにあなたならどうしますか?一次救命について学んでみましょう。



より **やさしい病院** を目指して

湘南鎌倉総合病院が取り組む品質改善

① 品質改善とは？ 品質改善 (QI:Quality Improvement) と聞いて何を想像されますか？

ケース①

身近な例ですが、ある寮で、きちんと分別のできているゴミ袋が 100 袋のうち 70 袋しかなく、30 袋は回収されず分別をやり直していました。分別ゴミ箱を増設するなど工夫して、分別ができていないゴミ袋を現在の 30 袋から 5 袋に減らそうと寮全体で取り組むのであれば、これは品質改善活動と呼べるだろうと思います。

毎週、ゴミ回収のたびの時間が減って気を良くした寮長さんは、食事にデザートを付けると決めました。今度は皆で 100% を目指したくなるかもしれません。



ケース②

ある部品工場で、品質規格を外れるネジを減らすために、製造工程や製造機械を見直しました。見直し後に不良品の発生率が期待通り低減すると確認し、品質改善に成功しました。結局、新しい製造機械の導入費用は、不良品による損失の低減により回収され、利益にも貢献する結果となりました。

これは製造業の例ですが、日本の第二次産業が第二次世界大戦後に急成長した背景には、品質改善への取り組みがあったと言われています (図表：品質改善の流れをご参照ください)。



品質改善の流れ PDCA サイクル



② 当院でもテーマを決めて品質改善に取り組んでいます



病院にも品質改善は重要です。常により良い病院を目指して、当院でも継続的に取り組んで来ました。組織的な活動として展開するため QI センターを設立したのが 2014 年のことで、5 年が経とうとしています。毎年度、病院全体と各部署単位の品質改善指標を掲げ、全職員が参画して課題の改善に取り組めます。この活動の目指す先は「より良い病院」になることです。

◀ 年 1 回、職員が集い、各部署の品質改善活動の成果を共有する QI 大会 (2018年9月7日)

③ 2019年度の病院全体指標を決定

全職員から提案や意見を募り、このほど 2019 年度の病院全体指標を決定しました。(右図)

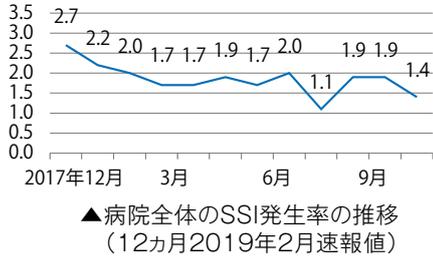
2019年度 湘南鎌倉総合病院 病院全体指標

- ① 創感染 (SSI) 発生率の低減化
- ② 退院後 7 日間以内の予定外再入院率の低減化
- ③ 待ち時間に関するクレーム発生率の低減化
- ④ 新入院患者数の増加 (なるべく早急に、ひとりでも多く、困っている患者さんにご入院いただく体制の構築)
- ⑤ 医療用ライン・チューブに関するトラブルの低減化

④ 5つの病院全体指標の概要 今年度の5つの病院全体指標の概要は次の通りです。

1. 手術部位感染 (SSI) 発生率の低減化

手術部位感染 (SSI) は手術の深刻な合併症で、切開創や手術操作が及ぶ臓器・体腔に発生する感染のことを言います。当然、この抑制は私たちの重要なテーマです。発生率は表の通り低減傾向を示し、全国の平均 (JANIS: 約 900 病院の統計データ) と比べても極端な異常値はありません。それでも、更に低減させるべく、症例を検討し、原因を見つけ、その対策を練っています。



2. 退院後7日間以内の予定外再入院率の低減化

退院して直ぐに、意図せず再入院となってしまう患者さんがいらっしゃいます。2017年から2018年にかけてこの発生率は若干増加しました。

異なる病気が理由など、避けられないことも多い一方で、治療が充分でない状態での退院や、退院後の受け入れ態勢の調整が十分でないなど、配慮していれば避けられたはずの再入院が含まれる場合もあります。常にモニターし、要因を追究して低減化に取り組んでいます。

2018年1-12月	1.79 % (390名)
2017年1-12月	1.64 % (364名)

3. 待ち時間に関するクレーム発生率の低減化

電車が遅れば、誰しもストレスを感じるでしょうが、原因や復旧の見通しが案内されれば、ストレスも多少は軽減すると思います。外来でお待ちの方の患者さんにも同じことがあると考えました。そこで、私たちは患者さんの立場で、できるだけ情報を、丁寧に説明するよう心がけています。私たちが至らず、長くお待ちと感じられた際には、どうかひと声お掛けください。

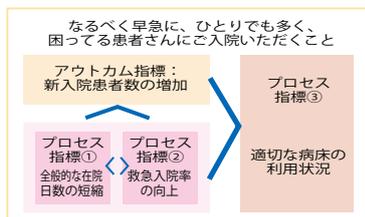


▲プロジェクト推進メンバー

◀『AIDET』というツールを用いて職員のコミュニケーションスキルを向上させ待ち時間に関するクレーム低減化をはかる。

4. 新入院患者数の増加 (なるべく早急に、ひとりでも多く、困っている患者さんにご入院いただく体制の構築)

「患者さんを断らない」ことが当院の原点の一つです。これに則り、「なるべく早急に、ひとりでも多く、困っている患者さんにご入院いただける体制を構築する」ことがこの指標の趣旨です。当院には、早急な治療を必要とする重症の患者さんが数多く来院されます。こうした方にはなるべく直ぐにご入院いただきたいと思ひます。しかし、病床に多少でも余裕が無ければ物理的に叶いません。地域連携の強化など様々な手段で病床の利用状況に余裕を持たせ、新たな入院患者さんをより多くお引き受けして、急性期病院の本来の機能をより良く発揮することが、この指標の狙いです。



5. 医療用ライン・チューブに関するトラブルの低減化

効果的に薬剤や輸液を体内に届けられるように、また、必要な栄養を経鼻で胃に通せるように、病院ではカテーテルほか、多くのライン・チューブが治療目的で使用されます。これらに関するトラブルは報告件数も多く、低減化への取り組みが求められています。患者さんが自分で抜いてしまう場合も少なくありませんが、こうした場合にも対策はあり得ます。

安全な療養環境と、最善の治療を提供する上で、起きべきでないこのトラブルの低減に取り組んでまいります。



⑤ より良い病院、やさしい病院とは

当院が目指す「より良い病院」とはどういう病院でしょうか。一言で表すならば、「やさしい病院」となるのでしょうか。では、「やさしい病院」とは…? 単純ではありませんが、患者さん、ご家族、地域社会にお住いの方々に、選んで良かったと思っただけの病院を目指しています。

何かお気づきの点などございましたら、是非、ご意見・ご要望としてお寄せください。

病院に関わる全ての人々が、少しずつより良くなる場所であるために、当院の品質改善活動にご理解をお願いします。

ご意見BOXが置いてある場所

1F 総合案内・初診窓口・患者さんの声コーナー (公衆電話隣)





当院のリハビリテーション科について

やくわり

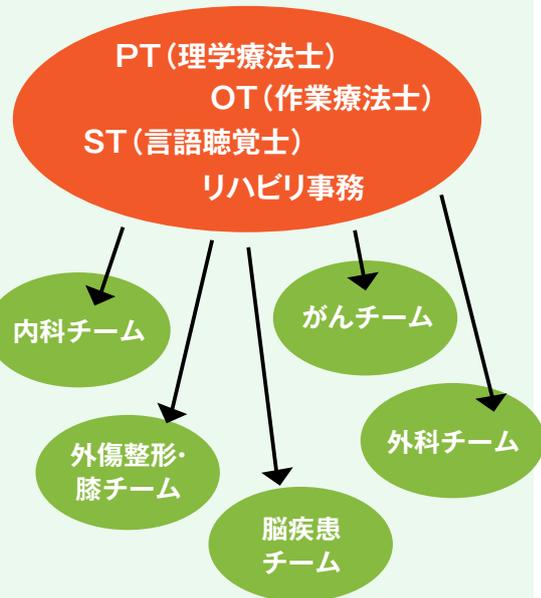
- ✓ 医師を中心とした多職種と連携!
- ↓
- ✓ 患者さんの早期離床を目指す!
- ↓
- ✓ 生活・社会を取り戻すサポート!



理学療法士 主任
北原 侑奈

診療科別ユニット型リハビリテーションチームで 「より専門的で効率的なリハビリテーション」を提供します!

多くの施設では、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士と職能別の働き方が一般的であり、ユニット型リハビリテーションチームは珍しい編成となります。ユニット型リハビリテーションチームとすることで、各職種の情報共有が迅速となり、治療方法や方向性が統一でき、より専門的なリハビリテーションの提供が行えます。これからも包括的なチーム医療を目指していきます。



それぞれのチームが毎日集まり、情報共有をして治療の方向性を確認・検討しています!



膝の痛みとリハビリテーション

その痛み軽減できます！

変形性ひざ関節症

の患者さんに対するリハビリ

理学療法士 主任
長塩 直子



関節症状の一つで原因としては主に加齢から膝関節軟骨の摩耗、変形によるものが多く4対1の割合で女性に多くみられます。症状では運動痛及び膝関節可動域の制限から立ち上がりや歩行、階段の上り下りが困難となります。症状がでる年齢は40代～50代からみられはじめ、最初は膝の違和感や我慢できる範囲内の動作痛がでできます。徐々に痛みが強くなり病院へ初めて来院される方の中には10年以上経過されている方もいらっしゃいます。

膝へのストレスを軽減させる「3つの治療法」

当院では保存治療として「減量」「歩き方」「運動療法」を指導しています。初診から3ヶ月間の保存療法で約半数が手術をせずに痛みが軽減しています。

減量 歩行時には体重の約5倍、階段では体重の約8倍の負荷が膝にかかってくるため、減量は膝へのストレスを大きく軽減させます。

歩き方 歩行した時に踵から親指に力を入れられる歩行や姿勢を指導しています。

POINT!! 杖歩行のすすめ

痛みやふらつきが強い方は杖の使用をすすめています。中には杖の使用に抵抗感がある方がいらっしゃいますが、膝や腰を曲げて傾きながら歩くよりも杖を使用しまっすぐ歩行する方が姿勢良く膝のストレスを軽減させます。

同一人物で小指側に体重を乗せた時と親指側に体重を乗せた時の膝の状態



ストレス増長



ストレス減少

かんたんストレッチ

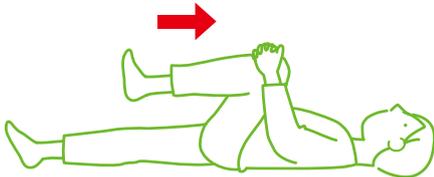
「運動療法」について、今回は自分でできる膝のトレーニングを一部紹介します。

ストレッチの3原則

- 反動をつけずにゆっくりと...
- リラックスして深呼吸...
- 筋肉をのばす...

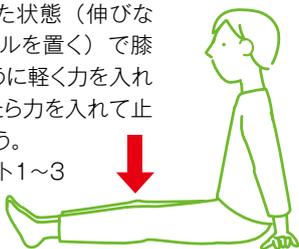
1 関節の可動域練習

膝下に手を置いて自分の胸に足を引き寄せるように曲げ、力を抜きましょう。



3 大腿四頭筋の筋力強化その1

座って膝を伸ばした状態（伸びない場合は膝下にタオルを置く）で膝蓋骨が上下に動くように軽く力を入れましょう。動いて来たら力を入れて止め5秒間保持しましょう。回数は10回を1セット1～3セット行います。

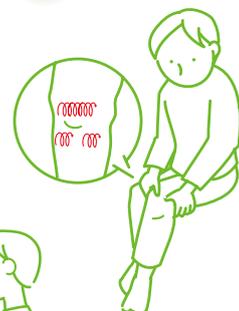


4 大腿四頭筋の筋力強化その2

座って膝を曲げた状態から膝をゆっくり伸ばします。ふとももが座面から離れないように伸ばして足首も反らして5秒間保持します。回数は10回を1セット～3セット行います。



2 膝蓋骨周囲のマッサージ



膝蓋骨の上を指先でやさしく、下は内側外側をマッサージしていきましよう。

〇〇しながらやりがちなストレッチですが、ご自身のひざの様子を確認しながらやりましょう!

注意

痛みの症状や程度は個人差があります。ご紹介させていただいた運動は痛みの範囲内で行い、運動後に膝を動かしやすいか効果を確認しながら継続的に行ってください。

がんサロン

がん体験者の語りの場です。ふらっとお越しください!

5/18[±]
14~16時

〈場所〉2F21番
オンコロジーセンター待合室
参加費無料・事前申込不要・自由参加
〈対象〉患者さんとそのご家族
〈定例〉第3土曜日(祝日除く)

「もっと知ろうがんのこと」

〈最初の30分に〉オンコロジーセンター
下山ライセンター長によるレクチャー付き

増築工事に伴う 駐車場移転について

当院では2019年5月~2022年8月(予定)にかけて大規模な増築を計画しております。工事に伴い、病院の隣にございました第2駐車場を2019年5月8日(水)をもって廃止とさせていただきます。

代替の駐車場として5月9日(木)から病院裏手の武田薬品工業株式会社側の工事エリアに新規の駐車場を開設致します。詳細については、追ってアナウンス致します。ご利用の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力の程宜しくお願い申し上げます。

2019年4月より
婦人科の初診外来は
予約不要となります。

婦人科外来よりお知らせ

受付時間は以下の通りです。変更等ございましたら随時お知らせいたします。

〈受付時間〉

【平日】 午前 午後 【土曜】
受付 7:30 ~ 11:00 12:30 ~ 14:00 受付 7:30 ~ 10:30
診察 9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 17:00 診察 9:00 ~ 12:00

※産科外来は今までどおり初診予約制です。
ご不明な点は婦人科外来までお問い合わせください。代表番号 0467-46-1717



院内コンサート



第13回
日時: 4月27日(土) 15:30 ~ 16:00
出演: 神奈川県立鎌倉高等学校吹奏楽部

第14回
日時: 5月22日(水) 16:00 ~ 16:30
出演: 和田華音さん(東京藝術大学大学院
音楽研究科 修士課程ピアノ専攻1年)

第6回 マタニティ坐禅を開催します!

(建長寺のけんちん汁を含む
精進料理のお昼ごはん付き)

日時: 6月11日(火) 10:00 ~ 13:30
会場: 北鎌倉 建長寺
対象: 体調の良い妊婦さん
予約: 湘南鎌倉総合病院
お産センター
☎ 0467-46-1717 (代表)



お知らせ!

ゴールデンウィーク(大型連休)の診療体制について

2019年4/28(日)~5/6(月)ゴールデンウィーク中の当院の診療体制は下記の通りです。
なお、通常診療の日においても診療科によって受付時間等が異なります。詳しくは前月末に発行されます診療担当表をご確認ください。※休日診療の日は、救急外来のみのご対応となります。

4月			5月					
28日(日)	29日(月) 昭和の日	30日(火)	1日(水) 天皇即位	2日(木)	3日(金) 憲法記念日	4日(土) みどりの日	5日(日) こどもの日	6日(月) 振替休日
休日診療	休日診療	通常診療	通常診療	通常診療	休日診療	休日診療	休日診療	休日診療

医療法人 沖縄徳洲会

湘南鎌倉総合病院



〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370番1
TEL 0467-46-1717(代表) FAX:0467-45-0190
ホームページアドレス: <http://www.shonankamakura.or.jp>
(直通)健康管理センター:0467-44-1454 人工膝関節センター:0467-46-7172
しょうなんメール 編集・発行:湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会

SHONAN KAMAKURA

GENERAL HOSPITAL

