

はあとふる

Vol. **32**
SPRING

Heartful 2009.5

地域の皆さまに、心(Heart)と技術(Hands)でヘルスケアサービスを提供するためのコミュニケーション誌



■特集

**はあとふるグループ看護部は、
患者さま・ご利用者とともに
安全で安心できる
あたたかい看護を提供します。**



はあとふるグループ 看護部一方針一

1. 根拠に基づいた確かな技術で安全なケアを提供します。
2. 患者さま・ご利用者の個性を尊重し、
心に届く説明で安心できるケアを提供します。
3. 細かな配慮のできるあたたかい看護を提供します。
4. チームケアに看護の専門性を発揮します。

インタビュー

看護師のお仕事

「子育てやスキルアップなど、がんばる仲間をサポートしています。」

まめ知識

腹筋強化のすすめ



トピックス

「第15回スポーツ選手・指導者交流会」を開催。

「心の再生」府民運動に参加しました。

「手術数でわかるいい病院2009」にランキングされました。

“Cafe” Infection Control



島田病院、八尾はあとふる病院は
「病院機能評価認定病院」です。

はあとふるグループ

医療法人(財団) 永 広 会
社会福祉法人 はあとふる

私たち はあとふるグループ看護部は、 専門的な知識と技術の習得ができ、 自分のライフプランにあったスタイルで、 職員が生き生きと働ける職場作りに取り組んでいます。

はあとふるグループの島田病院、八尾はあとふる病院、介護老人保健施設 悠々亭、訪問看護ステーションハートパークはびきのでは、多くの看護師が活躍しています。看護師は、医療・介護・福祉の分野で重要な役割を担っています。それぞれの分野毎に異なる専門性が求められるので、専門的な知識と技術の習得が必要です。そして何より、やりがいを持って生き生きと働くためには、職場環境が重要です。

【スキルアップへの取り組み】

職員一人一人が個々の能力の向上を目的とした院外の研修や学会発表など積極的に参加できる環境作りを行っています。また、院内研修もスタッフのニーズに応じた計画をたてており、専門的な知識と技術の習得により、個々のスキルアップをはかれるよう支援しています。

【働きやすい環境は、エキスパートナースが作ります】

島田病院では、働きやすい環境作りとして、エキスパートナースの育成に取り組んでいます。エキスパートナースは、5年以上の経験を持つ看護師を中心に外来、病棟、手術室で手術前、手

術中、手術後の看護を実践できる看護師です。また、エキスパートナースは、その日の勤務人数や仕事量に応じて、人手不足になる部署で勤務します。エキスパートナースの存在は、子育てや介護など、個々のライフプランにあった勤務を強力にサポートしています。

【サークル活動】

バレーボールやバドミントン、バスケットボールなどサークル活動を自主的に運営し、楽しく活動しています。オフタイムのサークル活動が、良いコミュニケーションの場となり、チームケアに役立っています。



より良い看護を提供するためのチーム運営

はぁとふるグループでは、会議、委員会、カンファレンス、プロジェクトなど、チームで活動を行っています。「チーム運営」では、それぞれの役割を持った専門職種が集まり、患者さま、ご利用者を主体とした意見交換がなされ、はぁとふるグループの活動を

支えています。質の向上や働きやすい職場環境を作ることに取り組んでいる「はぁとふるグループ看護部合同の委員会活動」をご紹介します。



看護部 教育委員会

看護師のスキルアップを目標に、「安全・安心な看護技術の実践」「施設特性に対応できる看護記録記載基準の改定」「看護実践・成長の共有」に取り組んでいます。具体的には、DVDを用いて注射や浣腸などの技術を目で確認しながら、正確な技術を見直せるようにしています。その他にも伝達講習会や看護研究会を企画しています。参加した看護師からは、「昔のようなやり方では危険やね。」という声や、携わる機会の少ないケアへの興味など、毎回さまざまな反応があり、積極的な意見交換が行われます。



看護部 スキンケア・排泄ケア委員会

褥瘡を含めたスキントラブルの発生率を減少させることと、発生してしまっても早期治癒を可能にすることで、スキンケア・排泄ケアの質向上に取り組んでいます。具体的には、各部署からのスキンケア・排泄ケアに関する活動報告を受け、サポート方法の検討や、各施設で発生したケースを元にした事例検討の活動を行っています。また、これまでのマニュアルやガイドラインの修正にも取り組みます。排泄ケアに関しては、スタッフの意識がまだまだ低いので、啓蒙活動にも取り組んでいます。



看護部 感染安全対策委員会

医師をはじめとした専門職種が参加する医療安全管理委員会と感染対策委員会で決まった指針を看護部職員全体に徹底させています。また、インシデントレポート(※1)やアクシデントレポート(※2)と感染予防に関するサーベイランス(※3)を分析し、解決策を検討しています。具体例をあげると、感染予防を目的とした手洗いを推進することや、指差し呼称の推進などに取り組んでいます。委員会メンバーの看護師は、意欲的で日常業務での安全対策に関する相談や提案もしています。

※1 ヒヤリハット報告 ※2 事故報告 ※3 調査監視



看護部 業務委員会

安全な看護技術の手順整備に取り組んでいます。看護技術の手順を定期的に見直すことで、患者さまにより安全に医療を提供できる環境を作ります。作成した看護技術の手順は、写真やスライドを活用するなど、職員に分かり易くする工夫を凝らして現場に徹底させます。また、新入職員へ業務手順の使い方等の指導を行う役割も担っています。「毎日の業務で困っていることは業務委員へ」を合言葉に、現場の意見を取り入れた手順書作成に取り組んでいます。

はぁとふるグループ 看護部 ホームページ: <http://www.heartful-health.or.jp/kangobu/kangobutop.html>

島田病院 看護部 ホームページ: http://www.heartful-health.or.jp/kangobu/shimada/simadakangobu_index.html

子育てやスキルアップなどが がんばる仲間をサポートしています。

私たち看護部では、生き生きと働けるように仕事だけでなく、個々のライフスタイルにあった勤務ができるよう支援しています。今回は、仕事と育児や勉強との両立をしながら働く看護師とプランクを経て復職した看護師をご紹介します。

島田病院 キノウチ カズエ 木内和恵さん



2年前、島田病院に就職したころは、保育園に通う子供がいました。小さい子供がいますと、病気などで急に休まないといけなくなったり、迎えに行く時間もあるので、常勤の看護師として働くことと子育てを両立できるか不安がありました。でも、島田病院には、子育てや通学などを両立しながら勤務しているスタッフも多いし、みんなが助け合って勤務する職場風土があったので続けることができました。(もちろん私もできる時は、他のスタッフに協力して、持ちつ持たれつです!) また、勤務年数が長く、経験も豊富なエキスパートナースが、スタッフの急な休みで人員不足にならないようにフォローしてくれる体制もあります。こんな環境があるので、子育てをしながら、自分のライフスタイルにあった働き方で看護師としてのキャリアを積み重ねることができます。

介護老人保健施設 悠々亭 アオキ ユカ 青木優佳さん



准看護師で介護老人保健施設 悠々亭に入職し、看護師になるために学校に通いながら勤務しています。老人との関わりが大好きで、以前も他の老人施設に勤務していました。学校に行っても仕事を続けたいと思っていたのですが、通学しながらでは、勤務時間が限られてしまいます。でも悠々亭では、個別の状況に応じて勤務の相談にのってくれるので、両立する事ができています。

学校でわからなかった事を悠々亭の先輩看護師に教えてもらえるので勉強になりますし、プライベートな相談にものってもらったりして、楽しく勤務しています。看護師の国家資格を目指して勉強とお仕事を両立しながら充実した日々を送っています。

八尾はあとふる病院 ハフ 原よりみさん



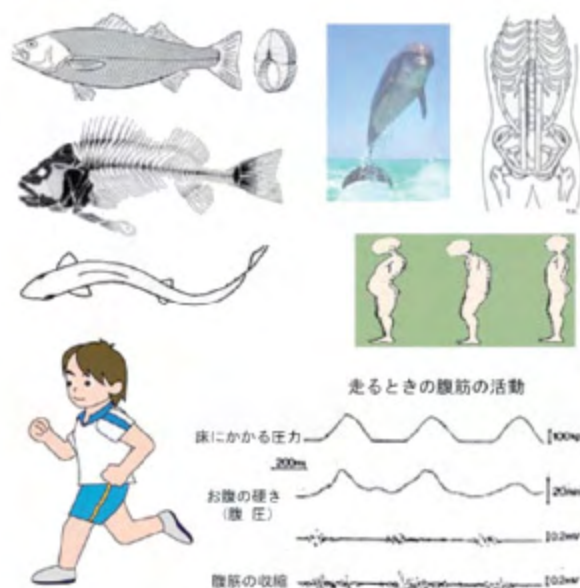
八尾はあとふる病院に入職するまで、19年間も看護の仕事から離れていたもので、最初は不安もありました。19年間も看護職から離れていると、医療も進歩しているし、バイタルサインの計測方法も分からない状況になってしまいます。基本的な技術が不足していたので、不安もいっぱいでした。でも、プリセプター(新人指導者)から看護技術の基礎指導を受け、八尾はあとふる病院の事を教えてもらったり、その他にも様々な相談にのってもらいながら勤務し、今年で5年目になりました。入職したての頃は、苦勞もありましたが、今では、やりがいのある看護職に復職できて「がんばって良かった」と思っています。

長く看護職から離れていて復職する場合には、私のような気持ちの方も多いと思います。プリセプター制度もありますので、看護職への復帰に悩んでいる方は、充実した日々が送れるように一緒にがんばってみませんか。

腹筋強化のすすめ

■八尾はあとふる病院 リハビリテーション部 部長 小野 仁之 医師

「カジキ」という魚は秒速20m以上の速度で泳げるのだそうです。これは人間の水泳世界チャンピオンのほぼ10倍の速度ということになりますが、なぜ魚はそんなに高速で泳げるのでしょうか？料理するとわかるように魚の身体には華奢な背骨の左右に筋肉がたっぷりついていて、身体を左右にしながら進むようにできています。呼吸は「えら」を通じて水中から酸素を取り込むので人間のように胸やお腹を動かして息をする必要がないし、水中では重力よりも水の抵抗だけを減らして泳ぎに特化した体形になっているのです。これに対して鯨やイルカは形は魚に似ていますが哺乳類ですから人が泳ぐのと同じように「腹筋」を使って身体を上下にしながら泳ぎます（尾ビレも魚と違って水平についています）。



地上で立って生活する人間にとっては腹筋の活動はさらに重要です。世間ではお腹がたるんでくると見た目が悪いとか「メタボ」だとか、もっぱら美容や成人病予防の観点からとりあげられることが多いのですが、実は腹筋は重力に抗して姿勢を作り、活動するときには動作を安定させる作用を果たしています。例えば人が走るときには脚が地面に着地する寸前に腹筋が先に活動して腹圧を高め、胴体を硬くして背骨にかかる衝撃を弱めて腰を守る作用をしていることが明らかになっています。運動するときにはたくさん息をし



すが、強い呼吸のためにも強い腹筋が必要なのです。

腹筋が重要なのはスポーツをする若い人だけの話ではありません。高齢になるとさまざまな病にかかる確率が高くなります。癌であれ脳卒中であれ、お年寄りが最後に命を落とす直接の原因は「肺炎」それも食べ物や唾液が気管に入ることによっておこる「誤嚥性肺炎」が最も多いといわれます。気管に入った異物を「ムセ」てはき出すには強い咳ができるだけの腹筋の活動がなくてはなりません。ですから人間が健康な生活を送るには日頃から腹筋を鍛えておく必要があるといえましょう。

腹筋強化の体操はいろいろありますが、体力に応じて島田病院や八尾はあとふる病院のセラピストやトレーナーに聞くのがよいと思います。でもそんなのおもしろくないという方はとにかく日々の生活の中で身体を動かすようにしましょう。ジョギングやダンスやゴルフやカラオケもよいと思います。そのときにお腹を意識するようにしてください。どんなお稽古事でもよくいうではありませんか。「お腹に力を入れて!」と。

profile

小野 仁之 (おの ひとし)

八尾はあとふる病院 医師

専門: リハビリテーション

肩書き: 医学博士(学位論文は「腹筋の伸長反射について」)



平成21年2月21日(土)に大阪国際交流センターで 「第15回スポーツ選手・指導者交流会」を開催しました。

今回、特別ゲストとして元シンクロナイズドスイミング日本代表で、現在は井村シンクロナイズドスイミングクラブ コーチの立花 美哉さんをお迎えして開催しました。

交流会は、まず「成長期のスポーツ障害～腰部を中心に～」をテーマに当法人スタッフ4名が講演を行いました。

成長期のスポーツ障害～腰部障害を中心に～

島田病院 理学療法士／大嶺俊充
はびきのヴィゴラトレーナー／西村貴宏

腰部障害の改善において重要である骨盤の運動性・安全性についてのチェック方法と改善方法をご紹介します。

続いて腰部障害の予防に必要な「しなやかな身体、体幹軸の固定、正しい動作」習得について具体的なトレーニング方法をご紹介します。

運動と意識～運動指導の注意点～

八尾はあふる病院 理学療法士／吉岡 豊城

スポーツ選手を指導する際には、選手の心理面に気を配ることが、選手のパフォーマンスに有効であることと、心理面の注意点をご紹介します。

成長期の腰痛～腰椎分離症～

島田病院 整形外科 医師／青木大輔

成長期の腰部障害の代表例である腰椎分離症の病態および診断と治療方法について画像を交えてご紹介しました。

元シンクロナイズドスイミング日本代表 立花さん 医療法人永広会 理事長 島田永和による対談

対談では、シンクロナイズドスイミングの21年間に及ぶ選手生活での様々なエピソードや、コーチとして再出発するまでの葛藤、コーチになられてからの苦悩など多くのことを語っていただきました。

選手時代に「世界を動かすおもしろさ」を知り、コーチになってからもそれを実現していくために「日々自分は何をすべきか？」を考え、目標を持ち続けて頑張っていきたいと話していました。また、コーチである井村雅代先生との存在はとてつもなく大きなもので、人との出会いによって、自分を成長させてゆくことができる可能性をも感じることができた講演でした。

また、オリンピックで獲得したメダルをご持参いただき、参加された方々に実際に触れていただくというサプライズもあり、貴重な体験をすることもできました。



最後に立花美哉さんのホームページの言葉を転記します。

コーチは目が一番大切
それは 見極められる 目
自分がいいと思うものをわかっている 目
世界で成果を残しているものを知っている 目
流れを見極められる 目
だから みる みる みる
学ぶ 学ぶ 習得する
道のりは とお~~~~~い

はあふるグループでは、特別ゲストを招いて、スポーツ選手・指導者交流会を開催していきます。次回は11月28日に開催する予定ですので、トップアスリートに関する貴重な講演に興味のある方は、是非ご参加ください。

立花 美哉氏 プロフィール

小学校4年生からシンクロを始め、中学3年生にジュニア日本代表に選ばれる。高校2年生で日本代表入りし、アトランタ、シドニー、アテネオリンピックを合わせて、銅1銀4計5個のオリンピックメダルを獲得。さらに、2001年世界選手権福岡大会では、武田 美保選手とのデュエットにて日本シンクロ界初の金メダルを獲得した。

2004年アテネオリンピックを最後に現役引退。その後、選手の指導、シンクロ教室、講演会、シンクロショー等を通じ、シンクロ普及活動に努める。

2005年11月よりアメリカ、カルフォルニアにあるサンタクララアクアメイズにてシンクロの指導法を学ぶ。2008年北京オリンピックでは初めてシンクロの解説を行う。現在、井村シンクロクラブにて将来のオリンピック選手達の指導にあたっている。

公式ホームページ <http://www.miyatachibana.com/>



「こころの再生」府民運動に参加しました。

「こころの再生」府民運動は、大人も子ども、一人ひとりが、「生命を大切にする」「お互いを思いやる」「感謝する」「努力する」「公共のルールやマナーを守る」行動で、大阪を「住んでよかった」「育ってよかった」と思える街にしていこうという運動です。ホームページの「こころの再生100人衆」には、大阪・関西にゆかりのある著名人100人が熱いメッセージを掲載しています。島田永和院長が「アカデミック」の分野に掲載されました。



「こころの再生」シンボルマークは、「あい(愛)言葉」である「ほめる、笑う、しかる」をモチーフに3つのハートマークで表現しています。

こころの再生 ホームページ

<http://www.pref.osaka.jp/kyoisomu/kokoro/index.html>

心の再生百人衆

—— 島田病院 島田永和 ——

私の仕事は整形外科医。
痛い人、動けず苦しむ人が相手です。

転んで、ぶつけて、殴られて、足首捻って、診てくれえ。
擦り傷作ると汁が出て、服がこすれて気持ち悪くて、何とかしてよ。
友だちと喧嘩、ほったたつねられ、髪の毛引っ張られ、
爪で引っかかれて、サイテー。
鬼ごっこ、追いかけて、階段とんで足を捻って、
膝小僧こすって、情けない。
雨降り、工事現場の鉄板に滑って転んで、すってんころりん、
手をついた。
腹立つなあ。
決勝戦、相手をかわしてステップ切ったら、ヒザがガクン。
みるみる腫れて立てないよ。
おばあちゃん、おうちでこけて動けない。さあ、どないしよう。

みんな、どこかが、痛くて来ます。
骨は大丈夫か、スジは切れていないか、肉離れかもしれへんで。
頭の中で「何かいなあ」と考えて、ケガの様子を調べます。
やれやれ、ただの打ち身やな。
湿布してお終い。「はい、次の人」

これは重症、検査が要るなあ。

どこがどんなに悪いのか、
どうしてそんなに痛いのか、一生懸命、調べます。
ケガの様子に分かって、さあ、これから治療です。

「今日の日曜日、大事な決勝戦」
「1週間後は初めての発表会」
「来週は孫の結婚式で…」
「明日はどうしても得意先回りがあって…」
みんな色んな事情があって、予定を抱えています。

私は痛みを何とかするのが仕事です。

でも、痛みの治療だけでは足りません。
痛みのために、予定が狂って、希望をなくし、
心が折れそうになっている人の、こんな望みも叶えてあげたい。

だから、痛みを早く取るのに注射も使うし、
手術を勧めることだってあるんです。

「注射って、痛いの？」こう聞かれて、嘘はつかれへんやろ。
「うん。針刺すときは痛いけど、後が楽やで。どないする？
早うに治りたかったら、ちょっと痛いのも我慢せんとあ。
注射がイヤなら、試合に間に合わへんで」
痛いからって、大事にするのは簡単だけど、
じっとしていると身体がなまってしまうな。
痛みがなくなったら、早うに動けるやん。
練習休まんでも、ええねんで。
試合に間に合う、かもしれへんやん。
さあ、どっちにする？

よう考えて自分で選ぶやで。
動かへんで様子見るか、それとも注射してもらうか、

「私に決めて」てか？そりゃあ、無理や。
私には、どのくらい痛いのか、どれくらい急いでいるのか分かれへんもん。
しゃから、どっちにするんか、君が決めてや。
それで、私に教えてほしいねん。

「先生、試合出てな。勝ったで」ピカピカの笑顔で報告してくれたA君。
「ちょっと痛かったけど、うまいこといったわ」ニコリ笑ったBさん。
「あかんかった。頑張ろうと思うたけど、限界やったわ」涙をためるCさん。
一生懸命生きて、動きたいのに動けない方々を、
夢中で強くなりたいとスポーツに取り組むみんなを、
何とかして、これからも応援したいと思っています。

私の仕事は整形外科医です。
みんなの痛いところ、動けない悩み、相談に応じます。

※「こころの再生」ホームページより

「手術数でわかるいい病院2009」にランキングされました。

島田病院で行っている「靭帯断裂手術」の2007年1月～12月実績(115件)が、平成21年2月12日に発売された週刊朝日MOOK「手術数でわかるいい病院2009」(朝日新聞出版)で、近畿第5位/全国第22位にランキングされました。

島田病院の115件は、関節鏡を使って行う膝前十字靭帯損傷に対する手術が主となっています。

詳しくは http://www.heartful-health.or.jp/shimadahp/syujyutu/acl_index.htm

※手術件数は各医療機関から社会保険事務所に届け出のあった件数です。



はあと ハート インフォメーション

はあとふるグループのコア概念

使 命

私たちは、
良質のヘルスケアサービスを
効率よく 地域の方々に
提供し続けます

理 念

私たちは、その人がその人らしく
自分の人生を全うすることを
心(Heart)と技術(Hands)で
支援します

基 本 方 針 4つの追求

- 1.「確かな技術」を追求します
- 2.「心に届く」を追求します
- 3.「安全」を追求します
- 4.「信頼でつながるチーム」を追求します



Cafe Infection Control

感染管理認定看護師がお届けする感染対策情報

法人事務局 感染・安全管理担当
感染管理認定看護師 森下 幸子

看護部の感染委員さんと日本環境感染学会へ行ってきました

昨年ご紹介しましたが、病院感染対策の専門家が全国から集まります「日本環境感染学会」へ今年も行ってきました。学会には医師、看護師、検査技師、薬剤師など計5,000人もの人々が集まりました。新しい情報や知識を修得するため、看護部の委員さんと一緒に行きました。

写真は、ある企業の展示ブースでの写真です。この機械(テント?)は、廊下や屋外、病室前など15分程度で組み立てることができる、陰圧スペースを作るものです。米国製で、日本にはこれから売り出されるとか。

- 新型インフルエンザなどで、何らかの空気の管理が必要となった場合、病棟全体を封鎖し陰圧にして、他の病棟へ汚染された空気が流れないようにします。

- 病院の増改築を行うときに発生する「カビ」(アスペルギルス)をこの機械の中で、工事することにより、発生するカビが病棟へ拡大しないようになっています。
- 個室の前や手術室の前に設置することで、空気により感染する病原菌を個室や手術室から外へ出さず、特殊なフィルターを通して出てくるそうです。

「これって、廊下に設置して音は大丈夫なの?」とか「誰でも組み立てることができるの?」など色々疑問に感じたことを聞くことができました。

ちょっとおもしろいなあと思いましたので、皆さまにもご紹介します。まるで、映画のシーンに出てくる(出てきた?)みたいに思いませんか?



QRコードで
簡単アクセス **Check!**

鳥田病院の情報が携帯
電話から簡単にアクセス
できます。



はあとふる グループ

- 医療法人(財団) 永広会
鳥田病院 072-953-1001
Eudynamics はびきのヴィグラス 072-953-1007
介護老人保健施設 悠々亭 072-953-1002
在宅介護支援センター 悠々亭 072-953-1003
介護サービスセンター ゆうゆう亭 072-953-5514
〒583-0875 大阪府羽曳野市豊山100-1
- ヘルパーステーション 悠々亭 072-953-1062
訪問看護ステーション ハートパークはびきの 072-953-1004
〒583-0883 大阪府羽曳野市向野3-96-7
- 八尾はあとふる病院 072-999-0725
〒581-0818 大阪府八尾市美園町2-18-1
介護サービスセンター はあとふる 072-999-8126
〒583-0815 大阪府八尾市宮町2-10-22
- 社会福祉法人 はあとふる
高齢者生活福祉センター ゆうゆうハウス 072-931-1616
〒583-0875 大阪府羽曳野市豊山96-10

