

おはよう

地域に提供します！
医療女子力。



リハビリテーション科 産後ケア外来チーム

病院理念 安全、安心で良質な医療を提供し、常に地域から信頼される病院

ネガティブ ケイパビリティ

negative capability 消極的受動性

三朝温泉病院 院長 森尾 泰夫

Topics

- ネガティブケイパビリティ 消極的受動性
- 三朝温泉病院 看護部の取組み
- “お母さん”のケアを通じて 地域を元気にする仕事

最近、新聞でこの言葉を見て気になり調べてみました。不確実なもの、未解決なものを受容する能力で、英国のエリート養成のボーディングスクールでは、曖昧な状況に耐えることを教えるそうです。物事が決定する途中は宙ぶらりんな、居心地の悪い状況にあり、この宙ぶらりんな状態に耐えることがエリートの条件だそうです。すぐに答えが出ず、どうにも対処しようのない事態に耐える能力、出来ない状況を受け止める能力を使って、我々はどう対処しているでしょう？全てが白黒はっきりした2極ではなく、その中間の状況の方が多くのように思います。医療は人と人の関わりで問題が起きますが、簡単に解決出来ず落ち込むのではなく、時間をかけ折り合いをつけ、ゆっくりと解決出来ない状況に寄り添い付き合うことが大切です。もう一つ好きな言葉を紹介します。「社会的共通資本」米子市生まれの経済学者宇沢弘文先生の提唱された言葉で、自然環境、社会的インフラストラクチャー、制度資本の3つの要素があります。教育、医療、司法制度などの制度資本はその大切な構成要素です。社会的共通資本はその専門家集団の自立的な職業倫理に基づき運営されるべきで官僚などの支配を受けるべきではないと主張されています。病院は大切な社会的共通資本です。我々医療者はこのことを常に考えながら社会に貢献していくことが求められます。

三朝温泉病院は田舎の小さな病院ですが、こうした役目を負っていることを常に意識して行動したいものです。



三朝温泉病院の
看護部を
取材しました！

～三朝温泉病院



すべては患者さん



Q

三朝温泉病院は看護師さんがいっぱい！
チームワークを保つために工夫していることはありますか？

A

年度始めに「目標説明会」で
目標の共有をしています！



坂根 裕子 看護部長

看護部では、毎年4月に「目標説明会」を行っています。病院長の今年度の方針をもとに、その年の看護部が何をを目指すのかを看護部職員に説明することにより認識を共有していきます。さらに、看護部目標をもとに、各師長が各部署の目標を説明します。他部署の師長の熱い思いや病棟の特色、目標を理解することは、看護部全体で取り組むことの意味を知り、連帯感を持ち、より患者さんへいい看護、いい笑顔を届けるため、看護部職員が同じ目標に向かって活動することに繋がっていきます。



今年度の目標は
これです！

平成29年度 看護部の目標

- ① 患者の気持ちに寄り添い、安全・安心で質の高い看護を提供する → KEYWORD 1・2
- ② 医療情勢の変化を理解し、病院経営に積極的に参加する
- ③ 各自が個人目標に向けて活動するとともに、一人ひとりが丁寧に人と関わり、お互いを大切にしあえる職場作りに貢献する → KEYWORD 3

全体目標から部署目標へ



◀看護部目標説明会の様子。

全体で目標を共有しているから、部署ごとに分かれていても、ひとつのチームとして活動することができるんですね！



▼説明会のために作成した資料。イラストや写真の1枚1枚にも師長の思いが込められています。

1年間大切に育てて実らせる「梨」に、心をこめた看護を重ね合わせて



みんなが手を繋いで、やさしい看護の風船をとばしたいという思いを込めて



の笑顔のために



Q

看護部目標を達成するために、
それぞれの部署ではどのような取組みを行っていますか？

A

看護部の目標を軸に、部署ごとにも目標を立てます。
それにより「今、必要とされていること」を考え実行しています。



KEYWORD
1

患者さんの
気持ちに寄り添う

こまめに
気づきを共有！



一般病棟の目標

信頼関係に
基づく看護

信頼関係に基づいた「寄り添う」看護の実践。倫理カンファレンス・接遇の勉強会の実施

医療療養病棟の目標

気づきの
フィードバック

「おやっ、おかしい」等の個々の倫理的な気づきを認め合い、フィードバックする

KEYWORD
2

地域連携を通して
看護の専門性を

回復期リハビリテーション
病棟の目標

顔の見える
関係づくり

しよいやの会※等に参加し、求められている役割の理解と、顔の見える関係づくり

地域包括ケア
病棟の目標

多職種で協力

各教育入院パス、医療型ショートステイの受け入れを多職種の協力のもとに運用する

KEYWORD
3

お互いに大切に
し合う職場づくり

オペ室の目標

目標の見える化

各自の目標を見える化し個々の目標の達成に向けてお互い協力し合う

外来の目標

悩みの共有

業務上の問題悩みを声に出す・持ち帰らない・引きずらない

看護部長の目標をもとに、
部署ごとに目標を立てます！

目標はたくさんあって、
これらはその中の一部
だそうです！

悩みは話して、
笑顔の看護を♪

どの取組みも、その根源にあるのは「患者さんに笑顔になってもらいたい」という思いなんです。

◀毎週水曜日の始業前に師長が集まり抄読会を行っています。管理者としての学びを深めるために自主的に集まり、思いを共有し「患者さんに寄り添うとは」を語り合います。

※ しよいやの会…鳥取県の将来あるべき医療体制の実現に向けての取り組みの一環

スタッフを通して知る、
三朝温泉病院の“今”——

“お母さん”のケアを通じて 地域を元気にする仕事

当院の『産後ケア外来』立ち上げの際、その中心となり関わった
大丸利沙理学療法士に、きっかけや意気込みを伺いました。

—— 産後外来を立ち上げたきっかけ

元々産後リハビリテーションに興味を持ったのは、4年前の私自身の出産がきっかけです。フランスやアメリカでは医療として産後ケアを受けることができるのを知り、理学療法士としてできることはないかと勉強を始めました。2年前から三朝町で産前クラス（ウェルカムBaby教室）や6カ月健診に介入する機会をいただき、その中で産後すぐに関わる必要性があるということで、健診として三朝町から業務委託を受けました。

—— 産後ケアの効果、必要性や利点

産後ケアは、妊娠中から続く腰痛・骨盤帯痛や、出産後も続く尿失禁、抱っこや授乳などの赤ちゃんのお世話のつらさなど、様々な症状に効果を発揮します。女性は更年期になると女性ホルモンが減少し、尿失禁や臓器脱などの症状がでることがありますが、骨盤底筋を鍛えることで予防できるということがわかっています。将来も元気であるために、出産後のケアはすべての人に必要だと思います。



症状の原因を特定するために細やかな評価を行う大丸理学療法士。

—— 立ち上げのために受けた研修と意気込み

産後ケアについて日本ではまだ始まったばかりの分野であるため、すでに40年の歴史があるアメリカの理学療法士協会の産前産後理学療法コースを受講しました。リスク管理や評価～治療までの過程を実技を交えながら学ぶことができ、教科書だけで分からないことも理解できるようになりました。まだ日本でも数少ない取り組みですが、お母さんに元気になってもらうことで、家庭が明るくなり、地域が元気になると思っています。スタッフみんなで頑張ります。



だいまる りさ
理学療法士 大丸 利沙

2015年4月、三朝温泉病院にて理学療法士として勤務開始。自身の出産をきっかけに産後リハビリテーションについて学び始め、現在は当院の産後ケア外来にて、出産をきっかけに発症した症状に悩んでいる方などへのケアを行っている。趣味は料理と旅行。家庭では4歳の子を持つ1児の母として、当院では産後ケアのプロとして、精力的に活動している。

産後ケア外来を受診したい方へ

産後ケア外来では、腰痛や肩こり、腱鞘炎や尿漏れ、体型が戻らないなど産後の不調にお困りのお母さんに対し、リハビリテーションの専門職である理学療法士が適切な運動や動作についてアドバイスを行っています。子育て真最中のスタッフが大勢います。この機会に気になる体の悩みを相談してみませんか？

対象 三朝町在住で産院の1ヶ月健診を終了された産後3ヶ月までのお母さん

費用 自己負担金1,000円
※三朝町による補助金制度使用

日時 毎週金曜日 13:30～14:00

受診予約 TEL 0858-43-1321

※予約受付は前日までをお願いします。[受付時間/月～金曜日 9:00～15:00]

受診の流れ

- ① 電話で「産後ケア外来の予約」とお伝えください。
- ② 記入した問診票を持って、予約時間に病院へお越しください。
- ③ 病院受付で「産後ケア外来に来ました」とお伝えください。
- ④ 整形外科医の診察後、リハビリ室で産後ケアを行います。

※診察にてレントゲン撮影が必要な場合、お子様はスタッフが対応します。
また、授乳・おむつ替えのスペースはリハビリ室の個室に用意しております。

ぜひ、お子様連れで
お越しください。
お父さんも歓迎します！



この味が好き！



患者さんに人気の給食レシピです♪

当院のおススメ給食メニューをご紹介します。
栄養バランスのとれた食事をご家庭でも！

塩分量
(1人分)

1.4g

※塩分量は梅干しの種類、大きさによって異なります。

アジ

鰯の梅ソースかけ

食欲の落ちる夏は、さっぱりとした梅ソース！豚肉や鶏肉にも合います。
お好みでネギや青じそを添えてどうぞ。



材料 (4人分)

アジ(切り身でも)	4切
料理酒	適量
塩	小さじ2/3
梅干し(うめびしおでも)	20g
しょうゆ	小さじ1
みりん	小さじ2
和風だし	カップ1
片栗粉	大さじ1

作り方

1. アジに料理酒と塩をふり、油を引いたフライパン(または魚焼きグリル)で焼く。
2. 梅干しは種を取ってつぶし、しょうゆ、みりん、和風だしを加え火にかける。
3. 水溶き片栗粉でとろみをつけ、焼いたアジにかける。

MEMO 鰯(アジ)の栄養

アジが美味しい理由は、蛋白質と脂質のバランスの良さにあります。アジには旨みの素になるイノシン酸やアミノ酸、さらに不飽和脂肪酸のEPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)が含まれます。EPAとDHAには血中コレステロールを抑え、血液の流れを良くし、動脈硬化などを予防する効果があります。

塩分制限のある方は下味を料理酒のみにすると減塩に。柑橘類の絞り汁をかけると臭いも気になりません。

学会発表／講演／誌上発表

平成28年12月～平成29年6月

学会発表

演 題	学 会 名	年 月 日	開 催 地	演 者
圧迫性頸髄症の手術例の臨床検討	第66回山陰整形外科集談会	12月17日	松江市	深田 悟、森尾泰夫、石井博之、加藤芳弘
CTEPHと診断され続けた高齢女性	10th中国四国カンファレンス	1月18日	——	更科俊洋
Reverse right ventricular remodeling after lung transplantation in patients with pulmonary arterial hypertension under combination therapy of targeted medical drugs	Circulation Journal	1月28日	岡山市	更科俊洋
当院の糖尿病教室の歩み	第19回県民公開講座栄養士のための調査・研究会	3月11日	倉吉市	吉田 彩
脊髄領域における髄膜腫の臨床例	鳥取県東部読影勉強会	4月19日	鳥取市	中山英俊、山下俊能
岡山大学UTE院内プロトコルについて	第1回せとうち脈管カンファレンス	5月20日	岡山市	更科俊洋
人体等価ファントム作成に関する失敗のあれこれ	鳥取県東部MRI研究会	6月15日	鳥取市	中山英俊、中松裕輔
静脈血栓症治療の岡山大学プロトコルについて	県北エリア抗凝固療法研究会	6月16日	津山市	更科俊洋
岡山大学病院の静脈血栓症(UTE)治療	静脈血栓症(UTE)セミナー	6月20日	三朝町	更科俊洋
股関節骨折時の症例とCT撮影について	鳥取県東部読影勉強会	6月22日	鳥取市	山下俊能、中山英俊
臨床医にとっての糖尿病治療	中部医師会報告	6月23日	倉吉市	竹田晴彦
終末期がん患者のニーズ充足に向けた関わり —欲求表出しやすい環境と関係づくりを検討して—	第11回鳥取県看護研究学会	6月24日	鳥取市	青亀健一郎
患者・家族が納得して退院できるための自己決定支援への関わり —家族が遠方の場合の患者・家族の気持ちを受け止めた退院支援について—	第11回鳥取県看護研究学会	6月24日	鳥取市	津村美佳
MR室への金属持ち込みを無くそう	第18回山陰リスクマネジメント研究会	6月25日	米子市	中山英俊
食事負荷時の血糖およびインスリン分泌動態(第一報)	春季医学会	6月25日	米子市	竹田晴彦
肺高血圧症患者の肺移植後右室リバーシブルモデリング	第110回日本循環器学会中国・四国合同地方会	6月30日	高知市	更科俊洋

講 演

平成29年1月～6月

演 題	講 演 会 名	講 演 日	講 演 場 所	講 演 者
腰痛予防体操	北栄町社協 職員研修	1月18日	北栄町社協	山根隆治
ストレッチの基本を知ろう	倉吉市スポーツ推進委員講習会	2月22日	倉吉市	山根隆治
「加齢に伴う変化 ～フレイル・サルコペニア・CKD など～ を意識した高齢者の診療について」	福山第一病院オープンカンファレンス	3月17日	福山第一病院	芦田耕三
「高齢社会における医療と今後の展望」	三朝町議会議員研修会	3月22日	三朝町役場	芦田耕三
いきいき元気サロン(小鹿地区)	29年度地区別高齢者交流会	4月4日、5月2日、6月6日	三朝町内	團野恵未
いきいき元気サロン(三朝地区)	29年度地区別高齢者交流会	4月6日、5月11日、6月1日	三朝町内	森 将志
高齢者の気をつける病気、健康管理について	八屋長生会介護予防教室	4月8日	倉吉市八屋自治公民館	塩 孜
いきいき元気サロン(三徳地区)	29年度地区別高齢者交流会	4月18日、5月16日、6月20日	三朝町内	別所大樹
いきいき元気サロン(賀茂地区)	29年度地区別高齢者交流会	4月20日、5月18日	三朝町内	近藤 宏
いきいき元気サロン(高勢地区)	29年度地区別高齢者交流会	4月25日、5月23日、6月27日	三朝町内	岩本祐輝
いきいき元気サロン(竹田地区)	29年度地区別高齢者交流会	4月27日、5月25日、6月29日	三朝町内	高見浩和
体操の有効性～部分解説を通して～	湯けむり体操ラウンド普及員養成講座	4月27日	三朝町社協	山根隆治
骨粗鬆症の薬物治療 up-to date	骨と関節セミナー	5月10日	倉吉シティホテル	森尾泰夫
当院における骨粗鬆症リエゾンサービスの取り組み	骨粗鬆症リエゾンサービスカンファレンス	5月27日	国際ファミリプラザ	吉川朋子
ステーション紹介	平成29年度訪問看護ステーション連絡協議会 中部支部スタッフ交流会	6月4日	清水病院	岩山恵理子
関節リウマチの最新治療	日本リウマチ友の会 第30回鳥取支部大会	6月4日	倉吉未来中心	森尾泰夫
関節リウマチの薬物治療 —最新のガイドラインを中心として—	プリストル・マイヤーズスクイブ株式会社 社内研修勉強会	6月7日	倉吉シティホテル	森尾泰夫
膝の痛みについて	膝いきいき教室～とりびよプロジェクト～	6月15日	根津整形外科医院	森田鉄二
骨粗鬆症薬物治療 up-to date	鳥取県病院薬剤師会西部支部定期研修会	6月21日	米子コンベンションセンター	森尾泰夫
いきいき元気サロン(賀茂地区)	29年度地区別高齢者交流会	6月22日	三朝町内	青木一樹
「足の変形予防・フットケア」「フットケア」	リウマチ教室	6月23日	三朝温泉病院	山根裕美、森 将志
興味深い経過を示したB型肝炎の一例	第38回 鳥取県中部肝疾患セミナー	6月23日	倉吉ホテルセントパレス	芦田耕三

誌上発表

平成29年1月～6月

掲 載 紙	表 題	著 者
米子医誌	高齢者入院患者の運動自己効力感を高める要因	森尾泰夫、北脇 都、森田鉄二、谷村千華、萩野 浩

外来診察案内 受付時間 午前8:30～午前11:00

外来予約専用TEL 0858-43-2476 [受付 平日12:00～17:00]

診療科名		月	火	水	木	金
内科	一診	竹田	塩	光延	松田(午前)／荻野(午後：月2回)	塩
	二診	松田	川谷	—	野口(午前)	石飛
	三診	芦田	二宮(午前)／芦田(午後)	芦田(午前)	竹田(午前：ドック診療)／芦田(午後)	二宮
	神経内科診察室	—	—	竹田(午前)	—	—
神経内科	一診	瀧川みき※注	—	瀧川みき(午後)※注	—	瀧川みき※注
整形外科・ リウマチ科	一診	院長	深田	院長	石井	深田
	二診	石井	藤原	藤原	森脇	リウマチ外来
	三診	福嶋	—	福嶋	—	—
リハビリテーション科		担当医	担当医	担当医	担当医	担当医

※注 神経内科に初診をご希望の方は、事前に神経内科へお問い合わせください。代表番号(0858-43-1321)

平成29年7月1日～

病院のご案内

名 称	(公社)鳥取県中部医師会立 三朝温泉病院	開設者	鳥取県中部医師会 会長 松田 隆
住 所	〒682-0197 鳥取県東伯郡三朝町山田690 TEL 0858-43-1321 FAX: 0858-43-2732 E-mail ishikai@hosp.misasa.tottori.jp URL http://www.hosp.misasa.tottori.jp/	病院長	森尾 泰夫
外来受付	午前8:30～午前11:00	診療科目	整形外科・リウマチ科・内科・神経内科・リハビリテーション科
		病床数	178床 一般病棟[46床] 地域包括ケア病棟[37床] 療養病棟[35床] 回復期リハビリテーション病棟[60床]

公益社団法人 鳥取県中部医師会立
三朝温泉病院

MISASA ONSEN HOSPITAL



三朝温泉病院『公式Facebookページ』開設!

院内・院外活動やイベント情報、採用情報などについて、
皆さまに広く知っていただくため、情報を発信していきます。

