

三朝温泉病院広報誌 — misasa —

みささ

2019.7

vol.42



特集

三朝温泉病院 放射線科 ラジエーションハウス

山陰地方の病院で初めて「医療被ばく低減施設」として認定！

スタッフを通して知る
三朝温泉病院の『今』

副看護部長・医療安全管理者
田辺 由香理

misasa's NEWS

- 院内研修会を開催
- 看護フェアを開催 他

この味が好き！

生揚げときゅうりの
ごま酢の味噌和え

三朝温泉病院 放射線科

ラジエーションハ

山陰地方の
病院で初めて

「医療被ばく低減施設」として認定!



「医療被ばく低減施設」認定取得への思い

放射線科長 中松 裕輔

東日本大震災における福島での原発事故以降、放射線診療や被ばくに対する関心の高まりを感じていました。その中で放射線科として何が出来るかを考えた末、安全な検査を確保し、患者さんに安心して検査を受けていただくために『医療被ばく低減施設』の認定取得に取り組むことにしました。

認定へ向けた道のりは決して平坦ではなく、思いの違いから衝突することもありました。しかし、評価項目の解釈を皆で行うことで、スタッフ同士の考えが次第に形成されて理想形へ近づいていき、約2年間かけて取得にいたりしました。

●「医療被ばく」とは

病気の診断・治療のために受ける被ばくのことです。被ばくによる損害よりも、病気を診断・治療し生命予後を良くする利益が上回る場合に放射線診療を行います。

●医療被ばくを低減するために

「被ばく低減」とは、単に被ばく線量を減らすのではなく、診断能と線量のバランスを最適化することを意味します。放射線診療で得られる画像は、一般的に線量が多いほど画質が向上しますが、線量が多いと診断能が向上するわけではありません。被ばくが医療目的に見合うように管理することが診療放射線技師の責務です。



認定取得による 患者さんへのメリット

当院では、診断に必要な内容を低下させずに、医療被ばく線量を約3割減少できました。また、被ばく管理として、当院で実施した全ての放射線診療の被ばく線量を記録し、患者さん自身のおおよその被ばく線量も知ることが可能となりました。



患者さんが不安なく検査できるようにご説明します!

放射線科以外の職員も院内で研修を行い、放射線に関する知識を学んでいます



MISASA ONSEN HOSPITAL

ウス

2年がかりで、
ついに認定を
いただきました！



ときに衝突する
こともありながら



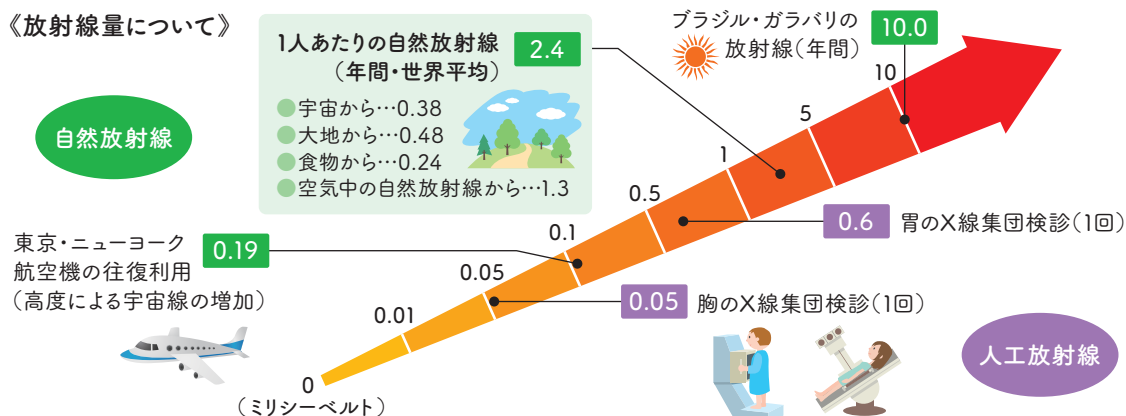
次第に全員の
気持ちがひとつとなり…

「知りたい！放射線のこと」 レントゲン撮影(エックス線撮影)の 体への影響は？

Q. レントゲン撮影でどれくらい被ばくするの？

A. 宇宙や大地、食物や空気中の自然放射線による被ばく線量は、1人当たり年間2.4ミリシーベルト(世界平均)と言われ、胸部エックス線撮影の48回分に相当します。それぐらいレントゲン撮影時の放射線量は少ないのです。

《放射線量について》



Q. 放射線を浴びるとがんになるの？

A. 放射線と聞いて気になるリスクに、がんがあると思います。右の表は放射線の危険度を、他の危険因子と比べたものです。喫煙者は1,000～2,000ミリシーベルト(以下、mSv)の放射線被ばくと同程度、肥満や高塩分食品などは、200～500mSvの放射線被ばくと同程度の発がんリスクがあると推定されます。一方、100mSv未満では、発がんリスクの検出が極めて難しいです。

出典:国立がん研究センターホームページ

※放射線の発がんリスクは広島・長崎の被ばくによる瞬間的な被ばくを分析したデータ(固形がんのみ)であり、長期にわたる被ばくの影響を観察したものではありません。
※相対リスクとは、被ばくしていない人を1としたとき、被ばくした人のがんリスクが何倍になるかを表す値です。

放射線の線量 (ミリシーベルト)	がんの 相対リスク※	生活習慣因子
1,000～2,000	1.6	喫煙者
500～1,000	1.4	大量飲酒(毎日2合以上)
200～500	1.22 1.29 1.15～1.19 1.11～1.15	肥満(BMI≥30) やせ(BMI<19) 運動不足 高塩分食品
100～200	1.06	野菜不足
100未満	検出困難	

当院の 撮影線量

レントゲン検査

● 胸部: 0.033mSv
● 腰椎: 0.719mSv
● 股関節: 0.116mSv

CT検査

● 胸部: 7.1mSv
● 腹部: 7.7mSv

医療では確認できないリスクより、検査を受けるほうが健康管理に役立つと考えます。必要な検査は心配しないで受けてください。



スタッフを通して知る 三朝温泉病院の『今』



患者さんの安全を守る、 組織を守る『医療安全』

～ルールを作り遵守することは、組織を守り個人を守ること～

『医療安全』を守るために欠かせない、医療安全管理者。当院でその役目を担う田辺副看護部長に、その仕事内容や日々の心がけを伺いました。



副看護部長・医療安全管理者

たなべ ゆかり

田辺 由香理

平成19年医療安全管理者の資格取得。以後ジェネラルリスクマネージャーとして医療安全に関わる。平成27年からは副看護部長と二足のわらじを履いて現在に至る。

— 医療安全管理者とはどのようなものなのでしょうか

医療安全管理者とは、医療安全に係る40時間の研修を受け、病院長(管理者)から医療安全に関して委譲された権限に基づいて、業務を行う者です。

— どのようなことを意識して活動されていますか

ヒヤリハット報告の改善策に「確認をする」というのを見かけます。医療安全管理者は、「なぜ確認しなかったのか」という点について要因や背景を探ります。ルールは無かったのか、あってもしなかったのはなぜか?考えます。個人の問題だと思っていたことが、案外、職場風土やルールの風化によることがあります。組織横断的に活動し、「やりにくさ」を組織的に考えることが大切になります。



— 問題の防止にはどのような対策が有効でしょうか

再発を防ぐためには、いつ誰がどのような対応を行うかを明確にすることと、患者さんに近い一部の職員だけが頑張るのではなく、組織全体で安全活動に取り組むことが重要です。そのためには、組織全体のシステム作り(ルールを守る、マイルールを作らない、など)が必要です。医療安全管理者は、これらのシステムが最善になるよう調整し、組織的に取り組める環境を整える役目を担っています。

また、これらを遵守することは、患者さんを守ることはもちろん、職員を守ることにもつながります。職員を守ることまた、良質な医療の提供につながる大切なことです。

— 最後になりますが、個人として組織の中で同じ目標を持って協働するために大切にしているものは何ですか

「感謝と反省」です。あたり前であることにも感謝する気持ちと、自分の行いを振り返る習慣をいつも意識しています。

「感謝」は周囲に向けてのメッセージであり、「反省」は自分の行いを振り返ることです。これらが合わされば、個々も全体も、良い方向へ向かっていけるのではないのでしょうか。医療安全に欠かせない「組織として考える」ということにも欠かせない考え方だと感じています。

主な業務

- 医療安全のための委員会運営に関する活動
- 医療安全に関する職員への教育・研修の実施
- 医療事故を防止するための情報収集、分析、対策立案、実施、評価
- 医療事故への対応
- 医療安全に関わる他部署との情報の共有と協力体制の構築

医療安全活動の歴史

1999年に重大医療事故(手術患者取り間違え・消毒薬の血管内誤注入)がおきました。これをきっかけに、国は医療安全管理体制の整備を義務づけました。医療事故は、「あってはならないこと」から「起こりうること」と見方が変わり、また、個人の問題ではなく、組織の問題として考えるように変わっていきました。



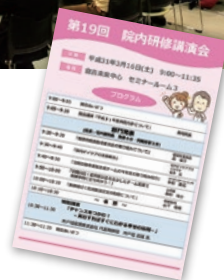
● 院内研修会を開催

3月16日(土)第19回院内研修講演会を開催しました。

森尾院長より「平成31年度病院方針」の発表後、各部署報告として、今回は「糖尿病療養指導委員会の取り組み」、「院内デイケアの活動報告」、「当院自動車運転支援チームの今年度の取り組み」、「症例検討会を活かしたチーム医療の取り組み」、「医療被ばく低減施設認定の取得」の発表がありました。

特別講演では、井戸垣産業株式会社代表取締役 井戸垣昌延氏より、「チャンスをつかむ! 実行すればすぐにわかる幸せの法則」と題し、「信ぜれば成り、憂えば崩れる」「職員や家族を信じる決心」「良いと思ったことはすぐにやる。ダメならやめれば良い」など身近で前向きになる話がありました。

これからも地域から信頼される病院となるよう、職員一同努めていきたいものです。



健康相談を行いました



患者さんの給食も、「看護の日弁当」に!



三朝こども園を訪問し白衣体験を行いました



ゴスペルオーブによるコンサート!

● 看護フェアを開催

5月8日(水)看護フェアを開催しました。

患者さんや地域の方と『看護の日』を共有し、だれもが看護の心、助け合いの心を分かちあう機会となることを目的に当院看護フェアを開催しました。

私たちが患者さんの看護をするうえで大切にしていることは「患者さんを感じる心。看護の心」です。令和という新たな年を迎えましたが「看護の心」は時代に関係なく引き継がれています。今年の当院看護フェアのテーマは「ココロをつなぐ」です! 盛りだくさんの企画で看護の日をPRしました。

＼ 看護の日とは? ／

21世紀の高齢社会を支えていくためには、看護の心、助け合いの心を、広く国民が分かち合う必要があります。このことを、老若男女を問わずだれでも認識するきっかけとなるように、厚生省(現厚生労働省)により「看護の日」が制定されました。

- 看護週間 毎年5月12日を含む日曜日から土曜日までの1週間
- メインテーマ 『5月12日は看護の日 看護の心をみんなの心に』
- 由来: 近代看護を築いたナイチンゲール生誕の日になみ5月12日に制定



● 鳥取県看護協会看護フェア2019 「看護川柳」最優秀賞受賞

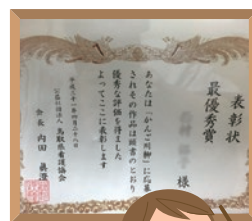
当院看護補助者が応募した作品が、中部地区最優秀賞を受賞しました。

最優秀賞

「大丈夫」それでも支えは 必要です

本人コメント

ある時、患者さんが「大丈夫!」とおっしゃいましたが、少し距離を置いてみると、どこか無理をされているんじゃないかなあと感じる場面がありました。その時の気付きを川柳にしてみました。少しでも支えになれるようこれからも頑張ります。



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!



今回の
テーマ

暑い日に
ぴったり!

生揚げときゅうりのごま酢の味噌和え



■ 材料 (4人分)

生揚げ……………1丁(1個)
きゅうり……………1本
ホールコーン……40g(冷凍&缶詰)
すりごま(白)……少々
④ 味噌……………大さじ2
酢……………大さじ2
砂糖……………大さじ1
ごま油……………小さじ2

■ 作り方

1. 生揚げは熱湯で2〜3分茹で、油抜きし一口サイズに切る
2. きゅうりは輪切りにし、塩もみをしておく
3. ④を合わせておく
4. ボールに生揚げ、きゅうり、ホールコーン、すりごまを入れ④と混ぜ合わせる

《POINT》 生揚げの油抜き

生揚げはお湯をかけるより熱湯に入れて油抜きした方が味がよく浸みて美味しいです♪

MEMO

生揚げで
たんぱく質を
摂ろう!

暑さで食欲が落ち、疲れやすくなることはありませんか?この時期、たんぱく質を摂り、体力を落とさず猛暑を乗り切ることが大切です。

今回紹介した生揚げは木綿豆腐の水気を切って油で揚げたもので、水分が少ない分栄養が凝縮しています。たんぱく質は木綿豆腐の1.6倍、血液の材料となる鉄は約3倍で貧血予防にもお勧めです。また骨の栄養に重要なカルシウムは2.5倍以上含まれています。

生揚げは型崩れしにくく料理しやすいのですが、揚げている分エネルギーが多いため、油抜きするのがお勧めです。(油抜きのコツは上記のPOINTへ!)

拝啓、読者のみなさまへ ～看護部長からのメッセージ～



令和の時代を迎えて

三朝温泉病院 看護部長 坂根 裕子

三朝温泉病院の運営にあたり、医師会の先生方をはじめ、地域の皆様には日頃のご協力、ご支援に感謝申し上げます。

医療を取り巻く環境は目まぐるしく変化し、2025年を目途に厚生労働省では地域包括ケアシステムの構築を推進しています。三朝温泉病院では、在宅から入院、治療、療養、リハビリテーションを受けられ、病院から在宅へと向う中、患者さんに安心して退院を迎えていただくため、暮らしに寄り添う支援を職員一同心がけております。そのためには、医師をはじめ看護師、リハビリスタッフ、ソーシャルワーカー、薬剤師、栄養士など様々な職種が役割を果たし、連携をはかることが重要となってきます。当院では、患者さんを取り巻く多職種がチームを組み退院支援を行っています。患者さんまたご家族の意向を踏まえてすすめ、退院前にスタッフが自宅を訪問し安心して退院後の生活が送れるように関わっています。さらに地域包括ケアシステムをすすめていく中で、病院から地域へと支援をつないでいきます。

新しい時代を迎えましたが、私たち医療に携わる人の心掛けは変わりません。「看護の心」、「一人ひとりを大切に思う心」も同じように時代から時代へと引き継がれていきます。患者家族の皆さまに三朝温泉病院でよかったと言ってもらえるよう、職員一人一人が自己研鑽し、より一層地域の皆さまに愛される病院を目指してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。



学会発表／講演／誌上発表

誌上発表

平成31年1月～令和元年6月

掲 載 紙	表 題	著 者
Blauw	「3点セット」の徹底と医療連携を軸に、低血糖による事故や合併症をふせぐ	竹田晴彦、山口洋司、森 倫子、チームグルコ
中部医師会報No.89	医療被ばく低減施設の認定を受けて	中松裕輔
ASIAN SPINE JOURNAL	Influence of Diabetes Mellitus on Surgical Outcomes in Patients with Cervical Myelopathy: A Prospective, Multicenter Study	谷島伸二、他(森尾泰夫、深田 悟、石井博之)

学会発表

平成31年1月～令和元年6月

演 題	学 会 名	年月日	開催地	演 者
フレイル(frailty)： 当院での現状と取り組み ～温泉活用の可能性も含めて～	第84回日本温泉気候物理医学会学術集会	5月19日	岡山市	芦田耕三、森尾泰夫
施設紹介：鳥取県中部医師会立三朝温泉病院	第40回温泉療法医教育研修会	5月19日	岡山市	芦田耕三
腎血管脂肪腫の1例	令和元年鳥取県医学会	6月2日	米子市	竹田晴彦 他
食事負荷CPRの総和と尿中CPRとの関係	令和元年鳥取県医学会	6月2日	米子市	竹田晴彦 他
肺血栓症急性期でHFPPFを呈した2型糖尿病下肢切断例	令和元年鳥取県医学会	6月2日	米子市	竹田晴彦 他
運動器疾患患者とサルコペニア・フレイルとの関連	第61回日本老年医学会学術集会	6月7日	仙台市	深田 悟、森脇健太、福嶋寛子、 藤原正道、石井博之、森尾泰夫、 芦田耕三
立位姿勢と複数回転倒との関連性	第56回日本リハビリテーション医学学術集会	6月12日	神戸市	森田鉄二 他
人工関節置換術におけるトラネキサム酸投与・非投与 による関節可動域への影響	第56回日本リハビリテーション医学学術集会	6月12日	神戸市	松本厚一、荒石章夫、森脇健太、 深田 悟、本庄つゆ子
人工関節置換術後に生じたCPPD結晶沈着症の治療経過	第71回山陰整形外科集談会	6月22日	松江市	深田 悟、森脇健太、福嶋寛子、 藤原正道、石井博之、森尾泰夫

講 演

平成31年1月～令和元年6月

演 題	講演会名	講演日	講演場所	講演者
日常生活を「楽」に過ごせるように	安歩地区健康教室	1月16日	安歩地区公民館	別所大樹
職員の腰痛対策	みどり園職員研修	1月21日	みどり園	山根隆治
糖尿病の専門家から学ぶ！家庭でできる予防法	三朝町食生活改善推進事業 「糖尿病予防学習会」	1月24日	三朝町総合文化ホール	山口洋司、森 倫子、 吉田 彩
野球選手に身体の柔軟性は必要か？	倉吉ボーイズ研修会	1月27日	サンサンプラザ	山根隆治
移乗動作技術について	りんどうの郷職員研修	2月17日	りんどうの郷	山根隆治
ベーチェット病について学ぼう ～病気と上手に付き合うために～	難病医療相談会	2月25日	鳥取県中部総合事務所	塩 孜
当院における骨粗鬆症リエゾンサービスの現状	鳥取県中部医師会学術講演会	2月28日	倉吉未来中心	森脇健太
元気な体づくり ～腰・膝～	西小鹿地区健康サロン	3月12日	西小鹿地区公民館	別所大樹
腰痛を通して痛みを考える	第一三共株式会社鳥取営業所内研修会	3月26日	第一三共株式会社鳥取営業所	森尾泰夫
移乗・起居動作介護技術	りんどうの郷職員研修	4月20日	りんどうの郷	山根隆治
認知症看護について	鳥取看護大学 老年看護学講義	6月5日	鳥取看護大学	上本朋香
健康体操	やしろ健幸づくり講座	6月13日	社公民館	山根隆治
職員の腰痛対策	三朝町社協職員研修	6月27日	三朝町社会福祉協議会	山根隆治
医療被ばく低減施設認定への取り組み	第22回鳥取県CIテクノロジーフォーラム	6月29日	三朝町	島本 勇

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)	塩
	二診	松田	—	—	原田	石飛
	三診	芦田	芦田(午後)	芦田(午前) 三好(午後)	芦田(午後)	三好(午前)
	神経内科診察室	—	—	竹田(午前)	—	—
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
整形外科・ リウマチ科	一診	森尾	深田	森尾	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	—	森脇(午前)
神経内科	一診	—	—	—	—	瀧川(午前)※注
ドック		—	—	人間ドック(塩)	人間ドック(竹田)	脳ドック(瀧川)
					腰痛ドック(藤原)	

※注 現在、神経内科の診察は再診の方のみとなっており、初診の受付は行っておりません。

令和元年7月1日～



三朝温泉病院『公式Facebookページ』
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。



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

〒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/ 外来受付：午前8:30～午前11:00