



みみ

耳よい

メール

国立病院機構 相模原病院 広報誌
平成30年1月31日号
発行：国立病院機構 相模原病院
発行責任者：金田 悟郎
住所：相模原市南区桜台18-1
電話：042-742-8311 (代表)
F A X：042-742-5314

第76号



南伊豆・爪木崎に咲く野水仙（撮影：経営企画室 井上 浩嗣）

第76号 目次

- ◆「摂食・嚥下障害看護認定看護師のお仕事」2
- ◆「知っていますか？形成外科（けいせいげか）と美容外科（びようげか）」…………… 3
- ◆「～病院機能評価受審～施設認定を頂きました」…………… 5
- ◆「市民公開講座ダイジェストからだに良い食生活」…………… 6
- ◆「当院の松井副内科系診療部長への取材記事が読売新聞に掲載されました」 8
- ◆「職員募集のご案内」…………… 9

連載 近隣協力医療施設の紹介コーナー

相模原市南区「木村医院」…………… 10



SAGAMIHARA
NATIONAL
HOSPITAL

私たちは患者の皆さまの
人権を尊重し、
十分な説明と同意に基づ
き親切で心のこもった医
療を提供します。

「摂食・嚥下障害看護認定看護師のお仕事」 ～患者さんの食べたい思いを支援しています～

摂食・嚥下障害看護認定看護師
副看護師長 中川 佳美

摂食・嚥下障害看護認定看護師ってなに？

皆さん、こんにちは。今回は、「摂食・嚥下障害看護認定看護師」の仕事についてご紹介します。「摂食嚥下(せっしょくえんげ)」とは、食べ物を認識してから、口を經由して胃の中へ送り込む、一連の動作のことです。摂食嚥下障害を起こすと、スムーズに飲み込めなくなり、必要な栄養が摂れず低栄養となることがあります。また、不潔な口の中で増えた細菌が唾液や食物と一緒に肺に流れて誤嚥性肺炎を起こす危険などがあります。

そのため食べられる方に限らず、食べられない方も、飲み込みの機能を評価し、栄養状態の把握や管理、口腔ケアを基本とした機能維持・向上を行っています。様々な職種の医療スタッフと連携を取りながら、患者さんの“食べたい”の一步を支援しています。

どんなお仕事をしているの？

私は病棟で勤務しながら、週1回 認定看護師として活動しています。

病棟ではスタッフと共に、患者さんに提供している食事が、噛みにくいものや飲み込みにくいものになっていないか内容を検討し、必要に応じて軟らかい食事への変更やスプーンなどの食具の変更を行っています。また、安全・安楽に食事が行えるよう、食べやすい・飲み込みやすい姿勢の調整を行っています。患者さんによっては、歯磨きが行えないため、口腔内の汚染状況を週1回チェックし、患者さんに適した口腔ケア方法を検討しています。入れ歯が合わない、歯がぐらつき噛めないなどの問題には、歯科の介入が行えるよう調整を行っています。

週1回の活動時間では、主に栄養サポートチームの一員として、医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師などの専門スタッフが連携し、それぞれの知識や技術を持ち合い、最良の方法で栄養支援を行っています。午前は、栄養サポートチームの対象となった患者さんの口腔機能を評価するため、歯科とともに病棟訪問を行い、午後は、栄養サポートチームのメンバーとカンファレンスを行っています。患者さんの病状や治療方針などを病棟看護師に情報提供してもらい、食事内容・形態や必要な栄養量などを検討しています。



歯科診療の様子(写真左：筆者)

その他の活動として、院内外の看護師に向けてオープンセミナーや栄養サポートチームの勉強会、看護専門学校講師なども行っています。様々な活動を通じて、一人でも多くの摂食嚥下に障害のある患者さんやそのご家族に寄り添った質の高い医療の提供に繋がっていきたくと考えています。

ムセ込むことが増えた方や飲み込みづらいなど、お困りなことがありましたら、お近くの病院スタッフにご相談ください。



口腔ケア演習の様子 (講師は筆者)

「知っていますか？ 形成外科（けいせいげか）と美容外科（びようげか）」



形成外科・美容外科医長
秋本 峰克

形成外科は耳慣れない診療科の代表で、整形外科とよく間違われます。顔面や手足など体表から見える全身のあらゆる部位を対象とします。怪我や手術によって失われた形態（かたち）や機能（はたらき）を再建することで、生活の質（QOL：quality of life）を向上させる診療科です。

形成外科では生まれつき、手術や怪我によって変形し失われた形をなおし、修復します。美容外科では、特に異常はありませんがコンプレックスや気になる部分（まぶた、しわ、たるみ、しみなど）を改善させます。形成外科も美容外科も境界はなく、手術や治療のあとにはより美しく、若々しく、元のようになることを目標に治療を行っています。

たとえば、顔のほくろやいぼが大きくなって目立つから取りたい。背中に脂肪のかたまりがあるけどとりたい。まぶたが重い。逆さまつ毛で目が痛い。巻き爪が痛い。シミ、しわが気になる。年齢も性別も関係なく受診していただけます。

扱う疾患は幅広いですが、相模原病院での代表的な疾患をご紹介します。

① 体表のできもの

当院では体表のできもの切除を行っています。近隣の開業医の先生から最も御紹介いただいている疾患です。小さいものであれば手術時間も20分かかることが多く、日帰り手術が可

能です。ホクロや、粉瘤（皮膚のできもの）、脂肪腫（脂肪のかたまり）などの、気になるできものを切除しています。傷痕もできるだけ目立たないように手術を行っています。



レーザー治療がきれいな仕上がりが予測されるときは、レーザー治療をおすすめします。

当科では手術およびレーザー治療に対応しています。小学生の局所麻酔、日帰り手術も行っています。

② まぶたのたるみ

お顔の年齢による変化で最も気になるのは、まぶたのたるみです。形成外科ではまぶたのたるみ、目の開けづらさを治療します。眼瞼下垂（がんけんかすい）とよび、近年肩こりや頭痛の原因にもなるといわれています。まぶたを挙げる筋肉を調整し、たるんだ皮膚を切除してふたえを作ります。若返りの効果も期待でき、新聞も読みやすくなります。



逆さまつ毛の手術も行っています。ほとんどの方が保険診療で治療しています。

③ 巻き爪

巻き爪で悩んでいる方はたくさんいらっしゃいます。どの科を受診していいのか？わからないという話をお聞きします。形成外科では手術で巻き爪を改善する方法と、ワイヤーによって手術を行わずに爪の変形を矯正する治療を行っています。ワイヤー治療は自由診療で行いますが、1回/月程度の通院で数ヶ月間治療を行います。



当院通院中のリウマチの患者さんも治療を受けています。年齢や、通院中のご病気にかかわらず治療は受けていただけます。

④ シミやあざのレーザー治療

シミのレーザー治療は、自由診療で行っています。レーザー治療ができるシミとできないシミがあります。シミと書いていても、皮膚のガンや、イボの場合もあります。いわゆる、顔や首のブツブツも治療します。必ず診察を行い治療方法の決定をします。お肌のタイプ、肌質によりレーザー後に色素沈着(色が濃くなる状態)になる方もいらっしゃいます。アフターケアも合わせて医師、看護師がお肌のケア、アドバイスをさせていただきます。

レーザー治療はシミに限らず、保険診療での子様のあざ(扁平母斑、異所性蒙古斑)にも行っています。当院では0歳から94歳の方までレーザー治療を受けていただいています。



⑤ しわのボトックス治療(自由診療)

下の写真のような目尻や眉間のしわに対してボトックス治療を行います。



ボトックスは筋肉の動きを弱める薬剤で、注射することで動いた時のしわを改善します。若返りが可能となります。効果は4~5か月程度です。最近は「プチ整形」という呼ばれることもあります。現在の美容医療において最も行われている治療法の一つです。

脇の下の汗(腋下多汗症)でお悩みの方には、保険診療でのボトックス治療をおすすめしています。

その他にもやけどの治療、やけどや怪我の傷跡、手術の傷跡、ケロイド、刺青の除去、わきがの診療をさせていただきます。ピアスの穴あけの相談も受け付けています。病院ホームページにも形成外科の扱う疾患を掲載しています。

スタッフ一同相談しやすく、不安のないお気持ちで治療や手術を受けていただけるように努めています。形成外科や美容外科は今すぐ治療しなくてはいけないことは少ないです。「受診したら治療しなくちゃいけない」と思わず、まずはご相談、お話だけでもお聞きになってください。

形成外科・美容外科外来週間予定表

	月	火	水	木	土
AM		手術	初診 再診	初診 再診	初診 再診
PM		再診	再診	手術	手術

～病院機能評価受審～

施設認定を頂きました



地域医療・情報部長
瀧川 政和

相模原病院では、平成29年6月29～30日において、公益医療法人日本医療機能評価機構（JCQHC）による病院機能評価（主たる機能：一般病院2 機能種別版評価項目3rdG：Ver.1.1）を受審いたしました。連日にわたり、各専門領域（診療管理・看護管理・事務管理）の知識と経験を有するサーベイヤーによる詳細且つ厳しい審査を受け、その結果、平成29年12月1日付けで同機構が定める評価基準「主たる機能：一般病院2」の達成病院として認定されました。（写真）この事により相模原病院は地域に根ざし、安心・安全、信頼と納得を得られる医療サービスを提供しており、日々切磋琢磨している病院であるとの評価を第三者機関から頂いた事になります。

審査の大項目は (1)患者中心の医療の推進 (2)良質な医療の実践 (3)良質な医療を構成する機能 (4)理念達成に向けた組織運営となっており、それぞれ大項目の中に多岐にわたる中項目が定められており、大変厳しい審査を経験しました。審査結果は、S：秀でている A：適切に行われている B：一定の水準に達している C：一定の水準に達しているとはいえない…の4段階の評価となりますが、各中項目の審査結果は概ねA評価を頂きました。僅かばかりの指摘事項は有りましたが、すぐさま改善を加える事で対処可能な事柄でした。特に放射線科においては、「画像診断機能を適切に発揮している：S評価」という最上級の品質評価を頂きました。《血管造影などのIVRを365日24時間体制で行う事ができる体制を確立している事、

CT・MRI・核医学検査等、全ての画像（100%）が放射線診断医により読影されている事、診療放射線技師の能力及び教育プログラムに則った体制構築や認定技師の育成に努めている事、各種画像検査の安全・安心な検査体制の構築がされている事、そして地域医療連携においては、地域の医療機関からCT・MRI・核医学検査等々の依頼を直接受け、同日中に読影結果を返信する等々の実際を鑑み、画像検査機能は特に秀でている》…との大変すばらしい講評を頂きました。日々、努め積み重ねていた診療業務に対して、最上級の品質であるという評価がされた事は嬉しい限りです。

相模原病院が提供する医療サービスは医師、看護師等様々な専門職種スタッフの技術的、組織的連携によって担われています。また、病診・病病連携の推進に付いては、長く地域への広報活動を続けてきた経緯が有り、平成23年9月に承認を受けました地域医療支援病院の認証に伴い、更に力を入れ取り組んできた積年の成果が見えている昨今です。今後も本認定を発奮材料とし、病院全体一丸となり、更に鋭意努力を重ね、地域への医療貢献に努めてまいりたいと思っております。

どうぞ今後共、皆さまのご指導、ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。



市民公開講座ダイジェスト

明日から実践!

からだに良い食生活

管理栄養士 玉屋 仁美

みなさん、ご自身の健康について抱えている問題はありませんか？

血糖値が高い…
糖尿病

最近太ってきた…
肥満

コレステロールや
中性脂肪が高い
脂質異常症

血圧が高い…
高血圧

そんな生活習慣病の予防・改善には…



食事がとっても大切です

ではここで、ご自身の体重から現在の食事量が適正かどうかを確かめてみましょう！

BMI=現体重÷身長(m)÷身長(m)

身長160cm、体重65kgの場合

$65 \div 1.6 \div 1.6 = 25.3$

BMIは**22**が理想、
25以上は肥満



身長 (cm)	理想体重 (kg)	BMI25(肥満) 体重 (kg)
140	43	49
145	46	53
150	50	56
155	53	60
160	56	64
165	60	68
170	64	72
175	67	77
180	71	81
185	75	86

[コメント]

12月9日、おださがプラザにて市民公開講座が開催されました。今回は生活習慣病予防をテーマに、循環器科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士それぞれからお話しさせていただきました。昨今「食」に関する情報は溢れていますが、自身の食生活に結びつける事は難しく感じている方も多いのではないのでしょうか。お話しした内容の一部にはなりますが、こちらをきっかけに、今一度ご自身の食生活を振り返ってみてください!!

どんな風に食事したら良いのでしょうか？

食べ物にはそれぞれ役割があります♪

①炭水化物の役割

★主にエネルギー源となる

植物性食品に多く含まれる栄養素消化されてエネルギー源となる糖質、消化作用を受けない食物繊維の総称

摂取目標量

1日の総エネルギー量の50~60%



②たんぱく質の役割

★主に体の構成成分となる(筋肉や血液をつくる)

動物性と植物性の2種類がある

摂取目標量

1日の総エネルギー量の13~20%



③ ビタミンの役割

- ★ 体の機能を正常に維持
3大栄養素の代謝を円滑にする
- 脂溶性ビタミン
体の機能保全に働く
- 水溶性ビタミン
体に必要な酵素の補酵素として働く

④ ミネラルの役割

- ★ 骨や歯の主成分となり、
ホルモン等の構成成分にもなる
- 必要量と過剰となる量の幅が狭く、
過剰摂取は中毒症状を起こすことも



⑤ 脂質の役割

- ★ エネルギー源、
生理活性物質として働く
(細胞膜や脳・神経組織の構成にもなる)

摂取目標量
1日の総エネルギー量の20~30%



脂質は動物性・植物性などの種類に関わらず **1g=9kcal** あります。摂りすぎは、肥満や脂質異常症のリスクを高めてしまいます。

塩分についてはどうでしょうか？

塩分の摂り過ぎは高血圧や動脈硬化に繋がります！

減塩の工夫

- ① 漬物や塩蔵品は控えめに
- ② 加工食品より生鮮食品を
- ③ 調味料はかけずに、つける
- ④ 麺・パンよりも米飯食に
- ⑤ 汁物は1日1回に

野菜を食べると
いいこといっぱい♪



食物繊維

- ・ 満腹感が得られて食べ過ぎ防止に
- ・ 食後の血糖値の上昇を緩やかに
- ・ コレステロールの排泄を促す
- ・ 排便を促す=便秘予防・整腸作用

カリウム

- ・ カリウムは尿から塩分の排泄を促す働きがあります
- ・ 十分に野菜を食べる事で、高血圧の予防にも繋がります



果物

果物は、食物繊維、ビタミンが豊富な食品です。適量の摂取は冠動脈疾患や脳卒中のリスクを低減すると言われてはいますが、糖分が多い食品でもあるため、食べ過ぎには注意が必要です。

ぜひ 今日から実践！

食事はバランスが大切です。
毎日の食事管理こそが健康への第1歩です。
今日が、ご自身の食事について
見直すきっかけとなれば幸いです。



栄養バランスの良い食事



当院の松井副内科系診療部長への取材記事が読売新聞に掲載されました

医療ルネサンス No.6676

関節リウマチの今

3/6

妊娠、母乳育児へ薬調整

関節リウマチは女性に多く、妊娠・出産の年齢に発症する人も少なくない。薬は胎児や母乳に影響がでるタイプもあるが、薬を替えたり、休薬したりすることで、出産・育児をうまく乗り越えられる。

神奈川県座間市の美容師、畑中恵さん(38)は2011年12月、長男(5)を出産した。その後、肩や肘、手首の関節が痛むようになり、授乳が大変になった。

国立病院機構・相模原病院(相模原市南区)で関節リウマチと診断され、最も多く使われる抗リウマチ薬のメトトレキサートを飲み始めた。しかし、母乳を通じて薬が赤ちゃんの体に入ると成長に影響する恐れから、母乳を与えるのは断念。薬が効き、体の痛みは治まった。

この薬は流産しやすい

くらし 家庭

関節リウマチは女性に多く、妊娠・出産の年齢に発症する人も少なくない。薬は胎児や母乳に影響がでるタイプもあるが、薬を替えたり、休薬したりすることで、出産・育児をうまく乗り越えられる。

神奈川県座間市の美容師、畑中恵さん(38)は2011年12月、長男(5)を出産した。その後、肩や肘、手首の関節が痛むようになり、授乳が大変になった。

国立病院機構・相模原病院(相模原市南区)で関節リウマチと診断され、最も多く使われる抗リウマチ薬のメトトレキサートを飲み始めた。しかし、母乳を通じて薬が赤ちゃんの体に入ると成長に影響する恐れから、母乳を与えるのは断念。薬が効き、体の痛みは治まった。

痛みがなくなったため薬を休止し、15年8月に第1子の長男(2)を出産した。その後は生物学的製剤を使いながら母乳で育てることもできた。今はメトトレキサートを併用している。母乳育児は無理なと思っていたが、あきらめないで良かった」と喜んでいる。

「病院の実力 2017総合編」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で發っています

職員募集のご案内

募集職種、人数	医師事務作業補助者 (非常勤職員) 若干名	業務技術員【看護助手】 (非常勤職員) 若干名	事務助手【病棟・外来クラーク業務】 (非常勤職員) 若干名
採用時期	随時～平成 30 年 3 月 31 日まで (雇用期間は、1 事業年度です。 繰り返し採用できる回数は最初の採用を 1 回とし、原則 3 回までとなります。)	随時～平成 30 年 3 月 31 日まで (雇用期間は、1 事業年度です。 繰り返し採用できる回数は最初の採用を 1 回とし、原則 3 回までとなります。)	随時～平成 30 年 3 月 31 日まで (雇用期間は、1 事業年度です。 繰り返し採用できる回数は最初の採用を 1 回とし、原則 3 回までとなります。)
職務内容	病院勤務医の負担軽減を図るための 医師事務作業補助業務 1. 電子カルテにて医師の指示の下での文書作成業務 2. 文書作成システムにて医師の指示の下での文書作成業務 (いずれもパソコン使用) その他、医師の指示の下での電話対応、データ入力あり	外来・病棟での看護師業務の補助 (例) 患者搬送、物品清掃、シーツ交換、 体位交換(看護師と共同で実施)、 環境整備 等	病棟および外来におけるクラーク業務 (例) 入院受入れ補助、基本情報入力、 書類作成補助、 患者・家族・外来者への対応等 (電話対応、窓口対応) ※初心者の方も親切に指導いたします。
勤務時間	① 8 時 30 分～15 時 00 分 ② 9 時 30 分～16 時 00 分 ③ 10 時 30 分～17 時 00 分 当初は①のみの勤務、いずれは①～③のシフトで勤務(休憩時間 30 分)。 週 30 時間勤務を基本とする。	8 時 30 分～18 時 45 分のうち 7 時間 45 分(休憩時間 60 分) 1 日 7 時間 45 分・週 4 日勤務 (週 31 時間) ※シフト制勤務のため、土日祝日の勤務あり。夜勤可能者歓迎!	8 時 30 分～17 時 15 分の間の 7 時間程度 (休憩時間は勤務時間に応じて 30～60 分あり) 1 週間当たり 32 時間以内の勤務
給与等	【時間給】 1,190 円 【手当】 通勤手当 (通勤実態に応じて規定により支給) 採用後、所定の 3 2 時間以上の研修を受講し、次年度も継続して雇用を希望する者は、次年度の時間給を 1, 3 2 0 円とする昇級制度有り。また、所定の 3 2 時間以上の研修を受講し、医師事務作業補助としての業務遂行に資する検定講座等を受講している者で、次年度も継続して雇用を希望する者は、次年度の時間給を 1, 4 0 0 円とする昇級制度有り。	【時間給】 1,200 円 【手当】 通勤手当 (通勤実態に応じて規定により支給)	【時間給】 1,190 円 【手当】 通勤手当 (通勤実態に応じて規定により支給)
提出書類	履歴書、職務経歴書等	履歴書、職務経歴書等	履歴書、職務経歴書等

★3 職種共通事項

応募方法	月曜から金曜(8時30分～17時00分)の間に電話連絡の上、提出書類を郵送して下さい。 書類選考の後、面接日をご連絡いたします。
書類送付先	〒252-0392 神奈川県相模原市南区桜台 18-1 独立行政法人 国立病院機構 相模原病院 管理課給与係長 中澤 TEL 042-742-8311 FAX 042-742-5314
その他	上記募集内容の詳細をお知りになりたい方は、上記書類送付先担当者までご連絡下さい。 応募書類は返送いたしませんので、ご了承下さい。 提出書類は封筒に「○○○○○○○(←該当職種名) 応募書類」と朱書きしてお送り下さい。

連載

近隣協力医療施設の紹介コーナー



相模原市 南区
「木村医院」

院長

志野原 睦 先生

このたび、「耳よりいいメール」紹介コーナーに掲載させて頂く機会を頂き、誠にありがとうございます。

当院は昭和46年に父 志野原三津夫が開業致しました。現在は、私、志野原 睦と、実姉 木村友美医師（東京女子医科大学卒）が診療をさせて頂いております。

木村友美医師は、神経内科専門医であり、脳梗塞後遺症、パーキンソン病等の神経内科疾患の患者様への対応もさせて頂いております。

私、志野原 睦は平成5年に昭和大学医学部を卒業後、菊嶋修二先生の御指導のもと、同大学院（循環器内科）を修了、聖マリアンナ医科大学病院（呼吸器内科）にて新井基央先生の薫陶を賜りました。また、橋本小児科(祖師ヶ谷大蔵)にて、橋本倫太郎先生の警咳に接し、貴重な小児科研修の機会を頂きました。現在、小さなお子様から、御年配の方まで、幅広く診させて頂けるのも、全ては素晴らしい指導医の先生方のおかげでございます。紙面をお借りし、心からの感謝を申し上げたく存じます。

相模原病院には、平素、大変お世話になっております。内科の諸先生方には虚血性心疾患、不整脈、肺炎などで苦しんでいる患者様、また、小



児科の先生方におかれましては多岐にわたる疾患にて、お困りのお子様を御紹介させて頂き、命を救って頂いております。

相模原病院は、市内最高峰の医療を提供されており、ご病気に苦しむ相模原市の皆様の希望でございます。そのような、相模原病院登録医の末席を汚させて頂いておりますことを光栄に思い、また、日々、診療への責任を痛感しております。

樗櫟の材である私には、120%の努力をして、やっと人様並みのレベルに到達できる自覚がございます。患者様のご病気に全身全霊をかけて向かっていく所存でございます。

このような、愚才の徒ではございますが、相模原病院のお力添えを賜り、微力ながらも皆様方の健康維持、増進に貢献出来ましたら、これに勝る喜びはございません。

何卒よろしくお願い申し上げます。

【木村医院】

診療科：内科、小児科、循環器内科、神経内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	△	○※	△	○	○	○
16:00~19:00	○	休	△※	○	△	休

○志野原 睦 医師 △木村 友美 医師(神経内科専門医)

※火曜日の受付は12:00まで

※水曜日の午後の受付は18:30まで

休診日：火曜日午後、土曜日午後、日曜日、祝日

電話：042-742-9769 / FAX：042-744-5929

HPアドレス：http://www.kimuraiin-sagami.com/

住所：〒252-0303

神奈川県相模原市南区相模大野 7-12-9

