医療法人喬成会　花川病院　広報誌

つながる手と手

～はなかわからのメッセージ～

第９号

もくじ

●新年度のご挨拶
●ミラクル賞受賞！～健育会グループの取り組み～
●いしまちひろば主催　ケア・カフェ in 花川病院　のご報告
●まめ知識「ウォーキングのコツと注意点」
●「はなカフェ」今年度もどうぞご贔屓に
●出張講座のご案内
●医師紹介「憲克彦院長」
●新入職員自己紹介
●「つるし雛プロジェクト」改め「つるし飾りプロジェクト」始動！
●花川病院　行事予定のご案内
●花川病院のキッチン「栄養科」の思い

●平成 28 年 4 月 8 日発行　●発行人：憲克彦　●編集長：金子宏美　●企画・製作：花川病院地域連携相談センター
医療法人喬成会花川病院　〒061-3207　石狩市花川南 7 条 5 丁目 2 番地　代表電話(0133)73-5311
花川病院ホームページ　http://www.hanakawa-kyouseikai.or.jp/

新年度のご挨拶

雪解けもすすみ、すっかり春らしい季節になって参りました。

昨年度の介護保険法改正に加え、今年度も診療報酬の改定に伴い、医療機関・各事業所の皆さまにおかれましてはより一層ご多忙のことと思います。

さて、昨年度も当院の取り組みにご理解・ご協力をいただき誠にありがとうございました。昨年は、10 月に新しく憲院長を迎え、リハビリテーションの充実拡大を図って参りました。電子カルテの導入や外来診療時間の延長、新しく外来にリハビリテーション科を新設するなど地域の皆さんに安心してご利用いただけるよう体制の拡充を行って参りました。入院はもとより外来の患者さんも増え、更に地域の皆さんに必要とされる病院となるべく社会・医療情勢を見据えながら信頼され安心してご利用いただける病院を目指し、職員一同取り組んで参りたいと思っております。本年度も変わらず、皆さんのご理解・ご協力をお願い申し上げます。

なお当院外来・入院・訪問診察、または地域への出張講座やボランティアなどのご相談窓口として地域連携相談センターをお気軽にご利用ください。（問い合わせ）花川病院　地域連携相談センター（月～金曜日 9 時から 17 時）0133-76-2727（かねこ）

「ミラクル賞」受賞！～健育会グループの取り組み～

ミラクル賞チーム代表　小木 MSW

健育会グループでは、日頃の業務において理事長から施設や職員、部署に対して送られる様々な賞が設けられています。

今回は、その中の一つ「ミラクル賞」をご紹介します。

ミラクル賞とは、毎月、グループ内の病院や施設から候補となる症例が出され、そこから理事長が「卓越したチーム医療の実践により、現代の医学の常識を超えて奇跡の回復を成し得た症例」に対して表彰されるものです。健育会グループでは、このミラクル賞を全病院・施設が集まり発表する「チーム医療症例検討会」の開催や今までの症例をまとめた「ミラクルブック」という冊子を作り、職員のスキルアップにつながる取り組みをしています。このように発表の場があることでグループ全体の病院・施設で意識が向上し、賞をもらうことで職員の仕事のやりがいや、より良いチームアプローチにつながると感じています。

実際に地域連携相談センターでは、H28 年 2 月にミラクル賞を受賞することができました。その時に、一つの症例をまとめることは自分達の関わりを振り返ることができ、反省や改善点が見えたり、受賞することで今後も頑張ろうというモチベーションの向上につながると改めて自分自身も実感することができました。

このような賞を一つのきっかけとして、これからも職員一人ひとりが専門職としての

力を発揮し、チームアプローチを強化することで患者さんやご家族の持つ力を最大限に引き出せる様に努力していきたいと思います。（こぎ）
（※ミラクル賞や他の健育会グループの取り組みについては「健育会グループ」のホームページをご覧下さい。）

いしまちひろば主催「ケア・カフェ」in 花川病院　のご報告

3 月 23 日(水)に花川病院にていしかり医療と福祉のまちづくりひろば(通称：いしまちひろば)主催の「ケア・カフェ」を開催しました。
いしまちひろばは、石狩市内の医療と介護に携わる専門職が集まり、病気や障がいがあっても、住み慣れた自宅や地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな企画・運営を行っています。

今回は「リハビリスタッフに聞いてみたいこと」をテーマに、石狩市内のグループホーム、サービス付き高齢者住宅で働いている介護職員の方にご参加いただきました。全体で 45 名が参加され、カフェのような雰囲気で気軽に楽しく「効果的な運動と認知症予防」、「食事と飲み込みについて」をテーマに、グループワークを行ないました。

花川病院からは、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、保健師、ソーシャルワーカーがメンバーとして参加しました。特に参加者の関心が高かったテーマは、「食事や飲み込みについて」でした。各グループで言語聴覚士を中心に、『施設でもできる飲み込みの訓練方法（シャキア法）』や『飲み込みの悪い方への食事レシピや適切な一口量について』の話しがあり、参加者からは「明日からやってみます」「この方法なら利用者さんにも出来そうです」など前向きな声が多く聞かれました。また全体を通じて、参加者から「気さくにリハビリスタッフや他の施設の介護職員さんと交流できる機会は初めてです。とても有意義な時間でした。今後もこのような機会があるとうれしいです。」や「日頃の悩みなど話す機会をまた作ってほしい。」といった定期的な開催を期待する声も聞かれました。今回初めて参加したリハビリスタッフからも「とにかく楽しかった。介護現場で働く経験豊富な参加者から、たくさんの日頃からの取り組みや気をつけていることを聞くことができ、今後はリハビリ場面で活用していきたいです。もっともっと石狩圏域での医療と福祉の交流が出来る場が増えていくといいですね。」など、リハビリスタッフと介護職員が交流することで、相互によい効果があったかなと思います。

当日の様子。大盛況です。

今後も石狩圏域の顔の見える連携のために、花川病院の持っているさまざまな可能性やパワーを地域に還元していきたいと思います。（OT うちしば）

まめ知識　ウォーキングのコツと注意点

春、道も歩きやすくなり日中は暖かい温度になってきました。これから運動を始めようと考えている方で、まずは少し歩こうかな？と考える方も多いと思います。
このウォーキング、運動療法としてリハビリの現場でも取り入れられています。
有酸素運動の代表格であるウォーキングは、①心肺機能の向上　②脂肪の代謝促進
③血糖のコントロール　④下肢の筋力の向上　⑤骨粗しょう症の予防
などの効果も期待できます。
今回はコツを簡単にご紹介します。

目標万歩計などの活用もやる気や達成感に結びつきやすいですね。
また、ウォーキングに慣れている方ならウォーキング専用のポール（ストック）を使用してのウォーキングも運動量・エネルギー燃焼量を増やすことができます。
いずれにしても無理せず『安全第一』を。持病をお持ちの方は主治医の先生に相談しましょう。細切れでも 10 分程度など継続できる時間で。また水分の補給・温度にあった服装の調整・靴は足に合った紐の運動靴など、体力に合わせて無理はせず徐々に始めるようにすることが大切です。（PT さとう）

「はなカフェ」今年度もどうぞご贔屓に

平成２７年８月より石狩市内のパン屋「フルールドゥペーシュ」さんのご協力をいただき、月に２回、第２・４水曜日の午後開催しています「はなカフェ」について、ご紹介させていただきます。
『はなカフェ』は「地域の方が気軽に立ち寄り、くつろげる空間を提供したい」「患者さん・ご家族の憩いの場を提供したい」という花川病院の職員ひとり一人の思いから始まりました。病院ならではのカフェということで病院職員オリジナルの健康情報

DVD を放映したり、血圧測定器や体組成計を用いた健康チェックなど、くつろぎながら、プチ情報をゲットできるそんな空間になっています。そんな思いが皆さんに届いているのか回を重ねるごとに来院される方も増え、毎回大盛況！市の広報誌や新聞に取り上げられるなど、地域の皆さんに知っていただく機会も多くなってきました。「また来たよ」「次はいつなの？楽しみにしていますよ」という言葉や、皆さんの会話が弾んでいる姿をみると、職員もほんわか暖かい気持ちになり、嬉しい限りです。退院後に「遊びに来たよ」と笑顔で来院される方もいらっしゃいます。

今年度も変わらずに、毎月第２・第４水曜日（祝日はお休み）１３時３０分～１５時３０分に開催します。今まで以上に、楽しんでいただけますよう新しい企画も検討中です。是非お近くへお越しの際は、いらしてみてください。お待ちしています。（かねこ）

出張講座のご案内

かねてより花川病院では、無料で「出張講座」を行っています。これまで石狩市内・札幌市北区内の町内会、高齢者クラブなどからご希望いただき、介護・医療・健康に関する内容を実施してきました。内容により、当院で働く専門職（看護師・保健師・リハビリ職員・歯科衛生士・栄養士・医療ソーシャルワーカーなど）を派遣しています。是非お気軽にお問合せください。（0133-76-2727　担当：かねこ）

《これまでの内容の一部》

「腰痛・肩こり予防改善」

「冬に備えた病気・ウイルス対策」「健康体操」

「夏に向けての体調管理～脱水症について」

「肩・腰・膝の話」

「自宅でできる簡単ストレッチ」「地域の病院機能について」など。

医師紹介「憲 克彦院長」

今年度から始まる新コーナー「医師紹介」。花川病院の医師を皆さんにご紹介します。一緒に働く職員からの「○○先生のここが好き！」にもご注目ください。

記念すべき第１回目は「憲 克彦（のり かつひこ）院長」です。

診療科目　リハビリテーション科

勤続年数　１年目

趣味　高校野球やサッカーなどのスポーツ観戦

日頃心がけていること　患者さんの診察やリハビリでの変化をしっかりキャッチし、チームアプローチの指揮官としての役割を果たすこと。

患者さん・ご家族へ一言　障害を負った患者さんやそのご家族の思いに寄り添いながら、ニーズを汲み取ることを大切に、リハ医として退院までのお手伝いをさせていただきます。

憲先生のここが好き！　花川病院の院長であり、回復期リハビリテーション 4 階病棟で多くの患者さんを担当しておられる憲克彦先生です。

憲先生はいつも誰に対してもとても優しく紳士的で、病気を抱えた患者さんにとことん真剣に向き合う素晴らしい先生です。看護師からの信頼も絶大です！（NS こやま）

新入職員自己紹介

はじめまして。H28 年 3 月から入職しました医療ソーシャルワーカー（MSW）の中田早紀と申します。

これまでは急性期病院に勤めていました。入院期間がとても短く患者さんやご家族と関われる時間は少なかったです。しかし、その中でもコミュニケーションを通じて最大限気持ちに寄り添い、次の病院や関係機関に繋げていくという支援を行なえるよう心がけていました。回復期病院での勤務経験はありませんが、患者さんやご家族・職員の方々から信頼されるソーシャルワーカーを目指したいと思っています。よろしくお願いします。

「ここで一言」ということで、私の地元の南幌町について紹介させていただきます。田舎ですが、お花や緑が多くてきれいな町です。おすすめは南幌温泉と、特産のキャベツ。南幌温泉ではキャベツ丼というものがあり、キャベツの天ぷらがご飯に山盛りのっています！30 ㎝くらい高さがあります！食べきれないので、お持ち帰りが可能です。「美味しさ」というより「面白さ」目的で食べてみてください。ちなみに私は食べたことはありません。近くまでお越しの際には立ち寄ってみてください。

「つるし雛プロジェクト」改め「つるし飾りプロジェクト」始動！

昨年の７月から始動しました「つるし雛プロジェクト」。入院されている患者さんやご家族の皆さんに季節を感じていただくために、ひなまつりに向けて院内につるし雛を装飾しよう！そして、そのつるし雛を地域のボランティアさんの力を最大限にお借りして製作しよう！これが「つるし雛プロジェクト」です。

ボランティアさんのおかげでたくさんの飾りが仕上がっており、今では 10 個の飾りが装飾されています。数が増えるごとに院内は賑やかに、そして華やかになっていきます。このつるし雛は患者さんやご家族の皆さん、そして別の行事に参加されているボランティアさんにもご好評いただいており、ひなまつりだけで終わってしまうのは寂しく感じてしまいました。そこで５月の節句やお正月飾りも製作してみよう！と、「つるし飾りプロジェクト」に改め活動を継続することになりました。

患者さんやご家族の皆さんに“ほっこり”なひと時をお過ごしいただけますよう、そして活動継続を快諾してくださいましたボランティアさんの優しさに応えるべく、楽しく活動していきたいと思いますので温かく見守ってくださいね。活動にご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。（0133-76-2727 地域連携相談センター　担当：いしぐろ）

花川病院　行事予定のご案内

年間行事予定

喬成会夏祭り　７月下旬

（焼き鳥・ジュースなどの出店や YOSAKOI を含む多数のアトラクションで地域の皆さんと熱く盛り上がります。）

花川病院感謝祭　９月中旬

（患者さんとご家族にとって楽しく豊かな一日を提供します。）

クリスマスコンサート　12 月中旬

（患者さんとご家族に季節の音楽を楽器の生演奏でお楽しみいただきます。）

定期開催行事（いずれの行事も祝日はお休みします。）

はなカフェ　毎月第２・４水曜日 13：30～15：30

（患者さん・ご家族・地域の皆さんを対象にパンを１個 100 円で、コーヒーを無料で提供します。）

喫茶　毎月第１・３水曜日 13：30～15：30

（患者さんとご家族にコーヒーやココアなどを無料で提供します。）

つるし飾り　毎月第２・４火曜日 13：30～15：30

（患者さんとご家族に季節を感じていただけるよう、季節のつるし飾りを地域のボランティアさんに製作していただきます。）

花川病院のキッチン「栄養科」の思い

私たち栄養科は管理栄養士４名　調理スタッフ 14 名で献立を考え、お食事を作っています。皆さんに美味しくお食事を食べていただき、リハビリをする「力」と、病院という狭い空間で長い時間を過ごしている皆さんに、ほんの少しですが楽しい時間を提供したい、「おいしい」と笑顔になっていただきたいと考えています。

「お家のご飯が一番おいしい」とは思いつつ、「今日のこれ、美味しいね」・「食事の時間が楽しみだよ」などと言っていただくと背中に羽が生えて飛んでしまいそうになります。そんな風に皆さんとお話しながら、「今日はどれ位食べられたかしら」・「噛みにくそうにしていないかしら」・「量は足りているかしら」「残していないかしら」などを見せていただいています。

残している方にはその理由を伺い、次には違う食事をお出しして少しでもたくさん食べていただけるようにしています。中には、「食事の様子をジロジロ見ている」と感じる方もいらっしゃるので笑顔で声をかけながら、なるべく不快な思いをしないよう気を付けています。お気づきの事が有りましたら遠慮なく声をかけてくださいね。

患者さんが昨日より今日・今日より明日・一日一日力強くリハビリに取り組み、回復するための縁の下の力持ちになれたら良いと思ってスタッフ一同、喜んでいただける食事を作っていきたいと思います。（かくた）

編集後記

小春日和の心地良い日々が多くなりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

さて、新年度を迎えて初めての第 9 号はいかがでしたでしょうか？新しい職員を迎え更に医療機関としての機能の充実を図っていきたいということで、理学療法士による今からできる体作りについてや管理栄養士による日々の食事風景から取り組み意識、またカフェや出張講座、ボランティアについてなど当院でご好評いただいています内容のご紹介を中心に致しました。今年度も患者さんの笑顔を引き出し、ワクワクするような病院づくりを目指して日々取り組んで参ります。
どうぞよろしくお願い致します。（かねこ）

つるし飾りの仲間たち