

JCHO札幌北辰病院 広報誌



No.46
2018.1

Polaris

ポラリス

hokushin.jcho.go.jp



INDEX

院長から 新年のご挨拶	2
医療の現場から① 緩和ケア外来新設に向けて	3
医療の現場から② 家庭でできる転倒予防対策	4
こんにちは 医療連携・相談室です 『医療法人 潤和会 札幌ひばりが丘病院』	5
第3回JCHO地域医療総合医学会が開催されました	6
『第1回JCHO札幌北辰病院市民公開講座』 新任医師のご紹介 インフォメーション	7
●いきいき健康教室開催のお知らせ ●学ぼう会のお知らせ ●研修会のお知らせ(医療従事者対象)	



独立行政法人 地域医療機能推進機構
JCHO 札幌北辰病院



新年のご挨拶

院長 高橋 昌宏



新年あけましておめでとうございます。

旧年中は皆様に多くのご支援を頂きましたこと、病院職員を代表いたしまして厚くお礼申し上げます。今年一年が皆様にとりまして良き年になりますことを心よりお祈り申し上げます。

さて、当院は今年で独立行政法人地域医療機能推進機構(JCHO)傘下の病院となり、札幌北辰病院と名称も変更して5年目を迎えます。この間、病院を取り巻く環境が激変していることは周知のことと思います。これを踏まえて今年の札幌北辰病院の取り組みについて説明したいと思います。

現在、団塊の世代が75才以上となる2025年を目途に要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることが出来るように医療・介護・住まい・生活支援・予防が包括的に確保される体制(地域ケア包括システム)の整備が必要になっています。厚別区の高齢化のスピードは札幌市の他区よりとても早く進んでいます。すでに当院では地域包括ケア病棟の導入、認知症ケアチームによる認知症患者への介入等の取り組みを始めています。厚別地域の中核病院として地域包括ケア病棟の拡張や在宅診療への参画および在宅診療所、介護福祉施設との連携をさらに推し進めていきたいと考えています。また、併設する健康管理センターによる予防医療の伸展や各診療科との連携により、疾病の早期発見、早期治療にも繋げていきたいと考えます。

救急医療の体制については総合診療科による内科初期救急の受け入れ体制を整備、強化することで平成28年度は救急車の搬入台数が1010台と

初めて1000台を越えました。平成29年度は目標を月100台、年間1200台としましたが、現在の試算では年間1100台に止まる予定です。地域の救急医療を支えるため、今後も体制強化に努めていきます。

がん診療の更なる充実を推し進めるため、本年度の指定を目指して北海道がん診療連携指定病院の申請を行いました。これに伴い、緩和ケア外来を開設し(毎週火曜日午前・完全予約制)、がん相談窓口も設置して多くの患者さんやそのご家族の悩みのご相談に対応しています。開放的な環境で皆さんをお待ちしていますので気軽に立ち寄ってみてください。

現在、世界的にiPS細胞技術やゲノム編集、人工知能を始めとする科学技術が目覚ましい発展を遂げています。一方、高齢化社会にある日本では地域包括ケアシステムの整備が必至の状況になっています。当院も常に最新の医療を皆様に提供すると同時に来るべき超高齢化社会に対応出来るような体制を構築していきたいと考えています。職員が一丸となって安心・安全な医療を提供すべく日々研鑽していきたいと考えています。本年もよろしくお願い致します。



医療の
現場から

1

緩和ケア 外来新設に向けて

麻酔科 原口 文彦



このたび高橋院長の命を受け12月1日より緩和ケア外来を開くことになりました、麻酔科医の原口です。外来開設以前も緩和ケアチームとして2008年から院内のがん患者様の疼痛コントロールを中心に呼吸苦、せん妄などをチームとして診察、処方、助言しておりました。

チーム設立当初は麻酔科医と薬剤師と緩和認定看護師の3名で細々とチームラウンドをしておりましたが、次第にチームの活動が院内でも認識され、外科・泌尿器科の患者さんが増えたこと、最近では血液内科からの依頼も増えた事等により緩和ケアチームの活動の場が広がっております。また、最近は麻酔科医らしくブロック療法も併用しております。

これまでは院内の患者さんに対して緩和療法を提供しておりましたが、緩和ケア外来の開設によって今後は院外の方も対応できるようになります。完全予約制をとっておりますので、受診をご希望の方はまず当院までご連絡ください。なお、診療時間は火曜日10:30～11:30と短い時間となっております。

現在緩和ケアチームのメンバーは麻酔科医 原口の他、緩和薬物療法認定薬剤師の鈴木主任薬剤師、下口谷薬剤師、がん性疼痛看護認定看護師の佐々木副看護師長の4名で構成されています。手前味噌ですが非常に優秀なスタッフです。

以下、チームメンバーから一言挨拶申し上げます。

〈薬剤師より〉

チームの中で薬剤師は、患者さんの抱えている問題の解決に繋がるような薬剤の情報を提供したり、医師・看護師と共に患者さんのつらい症状の原因を考える等の活動をしています。薬が苦痛症状の原因になってしまっていないか、飲み合わせに問題がないか等のチェックは薬剤師が得意とするところです。

原口医師はとても気さくで優しく、患者さんはもちろん、他スタッフの意見にも耳を傾けてくれますので、

緩和ケアチームの一員としてやりがいを感じながら活動しています。

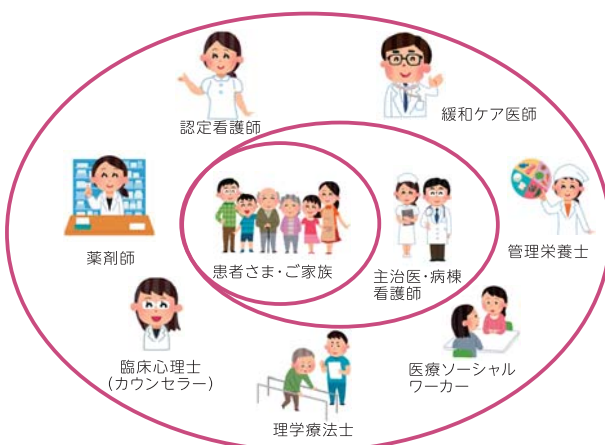
〈看護師より〉

がん治療中の患者さんの中には、がんとは関連のない体の小さな異変にも敏感になり、がんのせいではないかと不安になることもあるのではないのでしょうか。

医療者にゆっくり思いを聞いてもらい、納得のいくように説明してもらえることや、小さな症状にも親身になって対応してもらえることが、患者さん・家族の安心に繋がると考えております。これまで緩和ケアチームは入院患者さんを対象に活動してきましたが、今後は信頼している緩和ケアチームのメンバーと共に、外来通院中のがん患者さん・家族のサポートも行っていきたいと考えております。

〈おわりに〉

緩和ケアは、命を脅かすような病気にかかってしまった患者さんとその家族を対象とし、「つらい」と感じた時からスタートするべきと言われています。この「つらさ」には体のつらさだけでなく、心配事や不安など気持ちのつらさも含まれます。すべての「つらさ」に対応するには、まだまだ時間が足りませんが、チームで協力しながらできる限り対応していきたいと思っておりますのでよろしくお願いします。



家庭でできる 転倒予防対策

リハビリテーション科 山本 崇



介護を必要とせず自立した生活ができる生存期間のことを「健康寿命」と言います。健康寿命が長ければ、自由に出かけることができ、いつまでも家族と暮らせ、家族にも負担をかけないといった満足度の高い生活を送ることができます。

そのような生活を送るためにも日常生活の中で転倒し怪我を負わないようにしたいものです。特に高齢者の方は転倒し、骨折するリスクが高いため注意が必要です。そこで今回は家庭でできる転倒予防対策について紹介したいと思います。

人は加齢によって筋肉量が減り、バランス機能が低下していきます。そのため体が動かしづらくなり、転びそうな時に咄嗟に体を立て直すことが困難になります。また、歩行の際は歩幅が狭くなり足の上げ方も小さくなるのでつま先で歩くと足裏全体を地面につけるような歩き方を心がけてください。

筋力低下やバランス機能の低下には筋力トレーニング等がとても有効です。下図にご家庭でできる簡便なトレーニングをいくつか紹介しますので是非お試しください。なお、運動時の注意点ですがご自身の体調に合わせ無理をせず、運動中は呼吸を

止めないようにしましょう。また、立つて行う運動は動かないものを支えにしてください。1～5までは筋力トレーニングの運動です。1日10～20回を目安に行ってください。6～7はバランス練習となっています。どちらのトレーニングも慣れてきたら少しずつ回数、秒数、頻度を増やしてみましょう。繰り返しますが、運動をする際は無理をせずに、できることから始めてください。

筋力トレーニングの他に身の回りの環境を整えることもまた、転倒予防には重要です。居室内のカーペットがめくれている、歩く場所にコードや物があるとそれだけでつま先で歩くと足裏全体を地面につけるような歩き方を心がけてください。また、北海道はこの時期屋外が雪道で大変滑りやすくなります。特に圧雪された路面や店内の濡れたタイルなどは転倒リスクが高いので、そのような路面では歩幅を狭くし足裏全体を地面につけるような歩き方を心がけてください。

転倒を予防して元気で楽しい生活を送りましょう！

1. 膝伸ばし



ゆっくり膝を伸ばして
ゆっくり降ろします

2. 足上げ



足を真っ直ぐ上にあげて
降ろします

3. つま先上げ



かかとを付けたまま
つま先を上げて降ろします

4. かかと上げ



背伸びをするように
かかとを上げて、
降ろします

5. 膝曲げ伸ばし



ゆっくりと軽く膝を曲げて、
伸ばします

6. 片足立ち:目標60秒



いきなり、60秒は大変なので、
まずは短い秒数から始めましょう。

7. 継足立位:目標20～30秒



1セット終わったら
足を入れ替えて
もう1セット



医療法人 潤和会 札幌ひばりが丘病院

多くの病院には医療連携の担当部署として「医療連携室」等といった、担当部門が設置されています。

今回から、当院が普段連携をしている病院の連携担当部門にスポットをあて、地域連携に対する取り組みや考えを伺います。

第1回目は札幌ひばりが丘病院の地域医療支援センターを訪問し、センター長の日崎先生、副センター長の丹羽さんにお話を伺いました。

診療科目は内科・消化器内科・呼吸器内科・緩和ケア内科・老年内科・整形外科・リハビリテーション科。緩和ケア病棟や地域包括ケア病棟、内科整形外科の病棟や医療療養病棟があります。居宅介護支援事業所や訪問看護ステーションも併設されています。

地域医療支援センターについて 教えてください

正面玄関入口の左横に地域医療支援センターがあり、看護師2名、MSW3名で地域の医療機関からのご紹介を得て患者さんの受け入れを行い、患者さんの外来受診や入院から退院までのご支援を通して、地域の皆様に貢献しています。地域の病院、施設、ケアマネジャーの皆様と地域の医療・介護を考えるネットワークづくりにも力を入れています。

当院との連携についてのお考えを お聞かせください

ポストアキュート（急性期を経過した状態の患者様を受け入れる病院）として貴院との連携、緩和ケアの連携を含め、今後さらに強化していきたいと思っています。

医療連携に対するお考えをお聞かせください

患者さんの身近な地域にある病院と共に切れ目のない医療・介護の連携を目指しています。当院で提供できるサービスは何かを、利用者さまやご家族さまを主体として考え、地域の医療・介護・福祉等のさまざまなサービスとの連携強化に積極的に取り組んでいます。

訪問を終えて

緩和外来・病棟や地域包括ケア病棟、摂食嚥下に関する検査・訓練や、在宅医療・在宅サービスにより、人生の様々な場面に寄り添った取り組みをされておられました。

今後も連携をとらせていただきながら、当院も地域包括ケアに貢献していきたいと感じました。

こんにちは
医療連携・相談室です
～医療連携部門 訪問編～



▲地域医療支援センターの皆様



国道12号線沿い。▶
ビッグハウスさんや
morimotoさんの
向かい側です。

医療法人 潤和会 札幌ひばりが丘病院

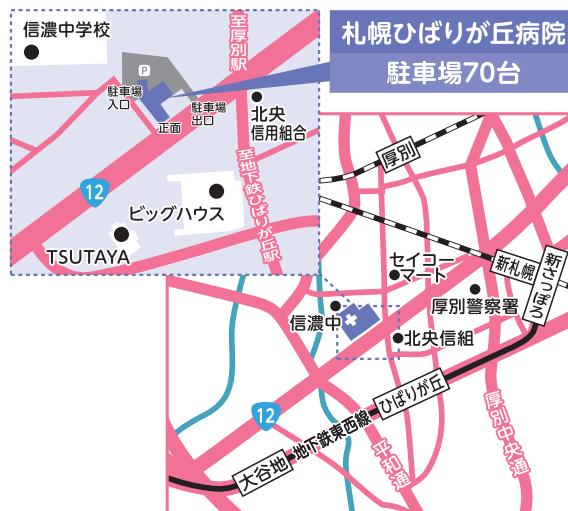
〒004-0053

札幌市厚別区厚別中央3条2丁目12番1号

地域医療支援センター直通

TEL:011-890-0050 FAX:011-890-0051

<http://www.hibarigaoka-hp.jp/>



●「第3回JCHO地域医療総合医学会」 開催報告

平成29年11月17日(金)、18(土)に東京・品川にて第3回JCHO学会が開催され、当院からも院長をはじめ26名が参加し、8題の演題を発表してまいりました。

【発表演題】

- 都市型急性期総合病院における総合診療科の役割 《総合診療科》
- 病棟における非活動性肺結核患者の感染対策について 《感染管理部》
- 看護師の身だしなみに対する患者・家族の意識調査 《4階西病棟》
- 心臓カテーテル検査における穿刺台の検討 《特殊診療部》
- シミュレーションを用いた新人多重課題研修の取り組み～オリジナルシナリオの評価と課題～ 《腎・透析センター》
- 頭部脳転移検索MRI検査における考察 《放射線部》
- 臨床検査技師による地域への参画～運転免許更新時の認知機能検査の実施～ 《検査部》
- フローチャートに沿ってペースメーカ植込み患者にMRI検査を行った1例 《ME部》



●『第1回JCHO札幌北辰病院 市民公開講座』開催報告

11月25日(土)、地域の皆様を対象とした市民公開講座を開催いたしました。

今回は「大腸がん治療の現況」をテーマに、内視鏡治療・手術治療・薬物治療についてそれぞれの観点からお話いたしました。不定期ではございますが、今後も継続して開催してまいりますので、お気軽にご参加ください。



●新任医師のご紹介



眼科 医師

まつもと ゆうすけ
松本 悠介退任医師の
お知らせ

眼科 医師

横山 千秋

インフォメーション

【いきいき健康教室開催のお知らせ(参加無料)】

1月18日(木)
14:00~15:00詳しく知ろう
腹腔鏡外科手術

(講師:当院 外科部長)



【“学ぼう会”のお知らせ(参加無料)】

1月31日(水)
11:00~11:30

アロマでリラックス

～お好きな香りのルームスプレーを一緒に作りましょう～

(講師:緩和ケアチーム・緩和薬物療法認定薬剤師)

※がん患者さんご家族(付添の方も可)が対象です。



【研修会のお知らせ(医療従事者対象)】

1月25日(木)
18:00~19:00

緩和ケア研修会

「チーム医療の実践

(緩和ケアチームの薬剤師が考えていること)」

(講師:当院 薬剤師)

2月 7日(水)
19:00~20:30

新さっぽろ栄養士連絡会

「高齢者と糖尿病」

(講師:当院 糖尿病内科医)

●詳細が決まり次第当院ホームページでご案内いたします。お気軽にお電話でお問い合わせください。

外来担当医師 一覧

平成30年1月1日現在

受付時間

午前/ 8:00～11:00
午後/12:30～15:00
●土曜、日曜、祝日は休診

面会時間

午後/13:00～19:30

予約 及び 予約変更受付

午後/14:00～17:00

- 土・日・祝日を除く
- 小児科のみは時間内で予約も変更も可能

診 療 科			月	火	水	木	金	備 考	
総合診療科			午前	渡邊	若林	渡邊	若林	渡邊	
				中村	—	須藤	中村	須藤	
			午後(再来予約)	(交代制)	若林	渡邊/須藤	若林/中村	渡邊/須藤	
内 科	糖尿病	午前	増田	野田	野田	増田	増田	※完全予約制	
		午後	—	枝川	(増田)	相川	—		
	腎臓病	午前	佐藤	—	江端	—	山田	※完全予約制	
		午後	佐藤	—	江端	—	山田		
	呼吸器	午前	相坂	派遣医	成田	相坂	成田	※完全予約制	
		午後	高木	木脇	吉田/久保	高木	木脇		
	消化器	午前	林	林	吉田	—	久保	※完全予約制	
		午後	—	—	—	—	—		
	循環器	午前	(一般)	北	青山	—	北	北(ペースメーカー)	※一般外来は完全予約制 ※専門新患外来は予約不要 ※ペースメーカー外来は 第2・4週
			専門新患外来	内藤	—	—	—	中原	
		午後	中野	北	内藤	中原	青山		
			—	中野	中原	内藤	中野		
	リウマチ科	午前	菅原	—	—	加藤	—	※完全予約制	
		午後	—	—	安達	—	—	※完全予約制	
	小児科	血液	午前	—	安達	—	安達	—	※完全予約制
			午後	—	安達	—	安達	—	
午前		(一般)	東館	木澤	伊藤	稲澤	東館	※午後的一般外来は 予約・紹介優先	
			稲澤	—	稲澤	伊藤	木澤		
		午後(専門外来)	第1・3週:伊藤 (神経外来)	乳児健診(1歳まで)	第1・3週:東館 (川崎病外来)	東館 (心臓外来)	伊藤 (神経外来)		
			第2・4週:木澤 (リウマチ外来)	予約注射・ 予防接種(予約制)					
学童ワクチン (予約制)		第1・3週:稲澤 (血液/フォロー)	第2・4週:三崎 (精神衛生相談)						
外科		外 科 消化器外科	午前	下國	中川	高橋	—	奥村	※甲状腺:佐々木
			午後	下國	佐々木 中川	高橋 小丹枝	—	奥村	
		乳腺外科	午後	—	—	—	第1・3週:派遣医	—	※木曜日:乳腺外来の 受付のみ14:00～ ※ストーマ外来、 リンパ浮腫外来は 予約制
	ヘルニア外来	午前	—	—	小丹枝	—	—		
	ストーマ	午後	—	—	小丹枝	—	—		
		午前	—	—	—	予約制	—		
リンパ 緩和ケア	午後	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制			
	午前	—	原口	—	—	—			
整形外科	午前	安藤	加藤	安藤	加藤	安藤	第1・3・5週:山本 第2・4週:松井		
		山本	山本	山本	山本	第1週:永野 第2・3・4・5週:加藤			
皮膚科	午後	(手術)	第1・3・5週:加藤 第2・4週:山本	(手術)	安藤	(手術)			
	午前	松村	松村	松村	松村	松村	第1・3・5週:加藤 第2・4週:山本		
午後		安藤	安藤	安藤	安藤	安藤			
泌尿器科	午前	松村	松村	松村	松村	松村	第1・3・5週:加藤 第2・4週:山本		
		安藤	安藤	安藤	安藤	安藤			
	午後	松村	松村	松村	松村	松村	第1・3・5週:加藤 第2・4週:山本		
		安藤	安藤	安藤	安藤	安藤			
	午前	松田	三橋	松田	三橋	松田	第1・3・5週:加藤 第2・4週:山本		
		三橋	三橋	三橋	三橋	三橋			
午後	鈴木	(手術)	鈴木	(手術)	鈴木	第1・3・5週:加藤 第2・4週:山本			
	松田	(手術)	松田	(手術)	松田				
産婦人科	午前(婦人科)	山中(予約制)	山中	山中	山中(予約制)	—	※午前診察9:30～ ※午後診察13:30～		
	午後(婦人科)	—	山中	山中	—	—			
眼 科	午前	廣瀬	廣瀬	(予約制)	廣瀬	廣瀬	※3才児健診は予約制 ※月曜日の受付時間は 午前10:00まで		
	午後(予約制)	櫻井	松本	(予約制)	松本	松本			
耳鼻咽喉科	午前	(手術/予約外来)	(手術/予約検査)	(手術/予約外来)	(手術/予約検査)	(手術/予約外来)	※完全予約制		
		午後	(手術/予約検査)	(手術/予約外来)	(手術/予約検査)	(手術/予約外来)			
	午後	(手術/予約検査)	(手術/予約外来)	(手術/予約検査)	(手術/予約外来)	(手術/予約検査)	※完全予約制		
		午後	(手術/予約検査)	(手術/予約外来)	(手術/予約検査)	(手術/予約検査)			
放射線診断科	午前	吉川	吉川	吉川	吉川	(検査)	※完全予約制		
	午後	吉川	吉川	吉川	吉川	吉川			

※都合により代診・休診となる場合がございますので、事前にご確認願います。 ※各科の午後の(手術)(検査)(乳児健診・予防接種)は、診療時間の調整が必要ですので電話で確認してください。

JCHO札幌北辰病院広報誌「ボラリス」

発行責任者 高橋 昌宏
発行 行 〒004-8618 札幌市厚別区厚別中央2条6丁目2番1号 JCHO札幌北辰病院
編集 集 広報部会 【事務局】総務企画課 TEL.011-893-3000

病院の
最新情報は

JCHO札幌北辰病院ホームページ

ジェイコー札幌北辰病院

検索

hokushin.jcho.go.jp

Facebookははじめました

<https://www.facebook.com/jcho.sapporo.hokushin>

