

ほっとネット

Contents

P1 巻頭言

病院機能評価審査 お疲れさまでした
副院長 染川 幸裕

P2 特集

セカンドオピニオン(がん関連)担当医のご挨拶
顧問 平田 公一

P2 季節のレシピ ~秋~

P3 診療科発

周術期口腔機能管理について
歯科口腔外科 主任医長 北川 栄二

P4 部門紹介

事務部 総務課
事務部長 木下 真一

P4 新任医師紹介

P5 小学校での禁煙教育活動

保健管理部部長 佐藤 広和

P5 活躍する介護士さん

5階西病棟 師長 吉谷地 明美

P6 地域発

医療法人晴生会 晴生会さっぽろ病院
院長 山村 政臣先生

新そらちゃん&はなちゃんシリーズ
“食べると眠くなるのはなぜ？ オレキシシン？”

JR札幌病院 間違い探しゲーム

ほっとネット43号当選者発表



日本交通医学会



緩和ケア講演会



暑い夏!リレーマラソン大会

JR札幌病院 基本理念

心の通う医療
信頼される医療
地域社会に貢献する医療

基本方針

1. 社会のニーズに合った専門的な医療を提供するよう、医療技術の向上に努めます。
2. 患者様の権利を尊重し、プライバシーを守ります。
3. 地域の各機関との連携を重視し、地域医療に貢献します。
4. JR北海道の職域病院として、社員・家族の健康増進に寄与します。



H24.7.6 日本医療機能評価機構より
ver.6.0の認定を受けました。



巻頭言

病院機能評価審査 お疲れさまでした

5月・6月は、朝寒さで目覚めてしまうような寒暖の変化の大きい日々が続き、7月に入ると、かたや猛暑、かたや大雨洪水にみまわれた地域がでるなど、いったい日本は、地球はどうなっているの?と心配する毎日です。また、夏風邪も流行り、私もその洗礼を受けてしまいました。激しい咳症状がなかなか止まらず苦しんだあげく、遂にかかりつけの耳鼻科を見切って呼吸器内科を受診し、なんと3日程度で回復しました。咳症状は、当院では耳鼻科よりは呼吸器内科の方が断然良いですよ。

さて、今年度は、当院が当番施設となって交通医学会総会を6月10日(土)、11日(日)に札幌市で開催しました。また、今回二回目となる病院機能評価審査を6月29日(木)、30日(金)に受けました。同じ6月にこの様な二つの大きな行事がありましたので、院内各部門は大わらわでしたが、何とか6月を乗り越えることができました。

交通医学会総会では、プログラム作成や進行の事前準備、そして学会当日の裏方作業にと、各部署から割り振られ

た担当者は活躍し、限られた予算のなかで、当院の特色をアピールできた学会になったと思います。

また、病院機能評価審査に関しては、各部署とも審査を受けることが決まってから、以前の経験をふまえて日常業務内容を見直しながらかつと改善が進んでいたように思います。さらに、院内での審査模擬シミュレーションも何度か行った後、本番では皆、自信を持ってサーベイヤー達の質問に答えていました。この自信は、診療部、看護部、そしてコメディカル各部署とも、日常業務を新たな視点から見直ができていたという自覚が回答者達にあったからだと思います。実際、私も、診療記録をSOAPに基づき、きちんと記載する様になりました。そして、この病院機能評価を受けたイベントを契機に、これまで以上に患者さんに寄り添ったJR札幌病院としての医療が展開されることになると思っています。



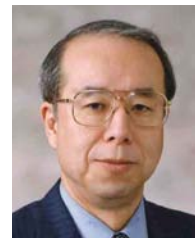
副院長
染川 幸裕



日本交通医学会

特集

セカンドオピニオン (がん関連)担当医のご挨拶



顧問
平田 公一

「がん」のセカンドオピニオン担当医の平田公一と申します。腫瘍外科、消化器（消化管、肝胆膵領域）外科、乳腺外科を専門とする医師です。当院での勤務は、平成27年4月からです。前任医療施設は、約40年間勤務した札幌医科大学付属病院です。外科部門の教授として、あるいは付属病院長などの立場にてセカンドオピニオンの体制作り、実施内容の病院評価、あるいは担当医師としてセカンドオピニオンを行なって参りました。思い起こしますと、予期しえずに「がん」の診断を受けてから間もない時期に今後どうしたらよいか困惑される中で整理・確認の為に、あるいは今後の治療方針などに迷いを抱き、相談と自己決定の為にという機会となっていました。心を開いてくださり自らの思い、質問、悩みなどを語ってくださり、時にはご趣味、生活環境も交えての考え、意向（意志）をご家族の方々あるいは信頼されているご友人を共にされての交流となることがございました。限られた時間内での会話では言い尽くせぬ場合もあったのではとも想定

致しておりますが、自ら多くを整理されて語ってくださって冷静にお話し下さったことに心から敬意を覚えたものでした。

セカンドオピニオンの機会にご理解、ご納得いただいた場合は嬉しく、私からも感謝いたしました次第です。自身ががん患者になった時、あるいはがん患者の家族となった時に最善の選択をするにはどうするとよいか、どのような方でも心の弱くなっている時ゆえに早期の自己決定はつらいものです。主治医が示す診療内容に納得でき自己決定のできる場合は望ましいのですが、再確認を必要とする場合あるいは十分に納得されていない場合には、別の医師によるセカンドオピニオンによって、可能な限り納得した上で前向きに受療することが大切です。自己決定の重荷を医療者と分かち合い、共有し合っって自身が後悔をせぬ受療が望ましいと考えます。そのためのがん医療情報を提供出来ることに願いを込めて担当させて頂きます。

季節のレシピ ～秋～

日本には四季があり、その季節ごとに「旬」の食べ物があります。旬の食材は、最も生育条件が揃った環境で育てられ最も成熟している時期に収穫する食材だからこそ味もさることながら、栄養価の最も高い状態にあります。最近では一年中、様々な食材が出回り「旬」がわかりにくくなってきましたが、今回は、秋の北海道で取れる「旬の食材」をお手軽なレシピと一緒に紹介します。栄養価の高い旬の食材を上手に取り入れ病気を予防する体づくりをし、旬の味覚を楽しみましょう。

【当院の地域貢献イベントで提供した季節のお食事】

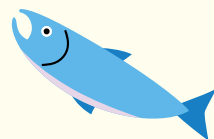


●旬の味覚の一口コラム●

北海道の秋の味覚といえば

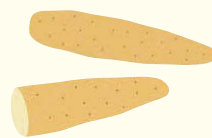
「旬の食材 鮭」

鮭には脂質はそれほど多くはありませんが、中性脂肪を減らすEPA、脳の働きを活性化するDHAなどの不飽和脂肪酸がしっかりと含まれています。血中のカルシウムを骨に運ぶビタミンDも豊富なため骨粗しょう症の予防効果も期待できます。また、鮭の皮には肌の生成に不可欠なコラーゲンが豊富に含まれています。



「旬の食材 長芋」

北海道産長芋は11月～12月が旬、長芋にはネバネバ成分のムチンが含まれています。このムチンは、胃の粘膜を保護する働きがあり、たんぱく質の消化・吸収を助けるため、疲労回復、体力増強、風邪予防などにも役立ちます。この季節に積極的に摂れるといいですね。



●作り方●

①鶏肉の長芋人参二色巻き醤油麹焼き

若鶏むね皮なし・50g 長芋……………20g
人参……………15g 醤油麹……………5g

- ① 鶏肉は両開きで巻きやすくカットし醤油麹に約3時間漬けておきます。
- ② 長芋は生のまま人参はさっと茹でます。
- ③ ①の下味のついた肉で巻いて焼きます。

②鮭の幽庵焼き ゆず添え

キングサーモン・60g みりん……………4g
料理酒……………4g しょうゆ……………4g
ポン酢……………2g ゆず……………2g

- ① キングサーモンに調味料とゆずの果汁を入れ約3時間漬けて焼きます。
- ② 盛り付けの時にゆず皮の線切を魚の上に飾ります。

③青菜ときのこの黄菊和え

ほうれん草…30g しめじ…10g
菊のり…0.3g しょうゆ…1.5g 辛子…0.3g

- ① ほうれん草としめじは下茹でをします。
 - ② ①をだし汁で洗い水分を切っておきます。
 - ③ ②を辛子醤油であえます。
- *だし汁で下洗いすることで調味料が少なくても味がつきます。

診療科発

周術期口腔機能管理について



歯科口腔外科
主任医長
北川 栄二

“周術期口腔機能管理”聞き慣れない用語だと思いが、最近ホットな話題となっていますのでご紹介します。

対象者：全身麻酔下に頭頸部領域、呼吸器領域、消化器領域等の悪性腫瘍の手術、臓器移植手術又は心臓血管外科手術などを受ける方、骨髄移植の手術を受ける方、がん等に係る放射線治療または化学療法を受ける方が対象になります。

実際に何をするか？：手術やがん治療に先立ち、または治療中に、口腔ケア（口腔内の清掃・含嗽方法の指導と確認）、必要な歯科治療（ぐらぐらしている歯の処置や、入れ歯の調整、抜歯、歯周病の治療、歯石除去など）を行います。いずれも健康保険が適用となる治療です。当院では、主治医からの依頼だけでなく、定期的に病棟を回診しながら患者様からの相談を受け付けています。

（写真1）

メリットは？：口腔内の細菌は口の中だけではなく、手術部位の感染、誤嚥性肺炎、感染性心内膜炎など全身

写真1:周術期口腔管理のため看護師とともに病棟回診しています



の感染の原因になることがあります。また、移植手術や人工物留置後に用いる免疫抑制薬、抗がん剤などを使用すると通常より感染しやすい状態になります。口腔内の環境を整えることで、これらの感染を可及的に予防することを目的としています。

また、化学療法や頭頸部の放射線治療により、口内炎、口腔乾燥、味覚障害、口腔内の感染症の増悪などが生じることがあります。口内炎の症状が強いと、食事や飲水が困難になり、体力の低下などにより治癒が遅れる原因になるばかりではなく、化学療法や放射線治療をやむなく中断せざるを得ないこともあります。適切な口腔管理により、合併症の予防や症状の軽減が期待できます。

（写真2）

また、術後早期経口摂取が可能となり、体力の早期回復、早期退院・在院日数の削減にもつながることが多くの施設から報告されています。

問題点：手術や治療開始までの期間が短く、十分な歯科治療や口腔ケアを行えないことがあります。また、がん治療などでは歯科を受診する精神的なゆとりがないこともあります。周術期に限らず、常日頃から口腔内のチェックとケアを受けておくことが“転ばぬ先の杖”となるでしょう。

写真2:

抗がん剤治療中に、口内炎の痛みにより食事が摂れなくなりましたが、口腔ケアと歯形の調整後、7日後に口内炎がほぼ消失し、摂食を再開、化学療法が再開となりました。



部門紹介

事務部 総務課

事務部長
木下 真一

平成29年4月に事務部長を拝命しました木下です。これまで、患者として利用してきましたが、逆の立場で仕事をする事となりました。よろしくお願いいたします。

鉄道が好きで入社し、これまで、車両整備を振り出しに、運転士、駅、総務、開発、東京などで勤務してきました。ということで、医療の世界は初めての職場となりますが、世界は違いますが、「安全第一」という精神のもと、様々な教訓から得られた、新たな技術や経験の積み重ねがあって今日があると、その歴史の重みを感じています。

例えば、鉄道の場合、昭和26年に「桜木町列車火災事故」という大惨事が起き、その後の省令により、鉄道各社は綱領等を定め、今日に至っても安全にかかわる行動規範としてその精神を受け継いできました。ちなみに弊社の綱領は、

- 一 安全は輸送業務の最大の使命である。
- 二 安全の確保は、規程の遵守及び執務の厳正から始まり、不断の修練によって築き上げられる。
- 三 確認の励行と連絡の徹底は、安全の確保に最も大切である。
- 四 安全の確保のためには、職責をこえて一致協力しなければならない

.....

となっています。含蓄がある文章で気に入っていますが、鉄道独特の「かたさ」を感じる方もいらっしゃるかも知れません。

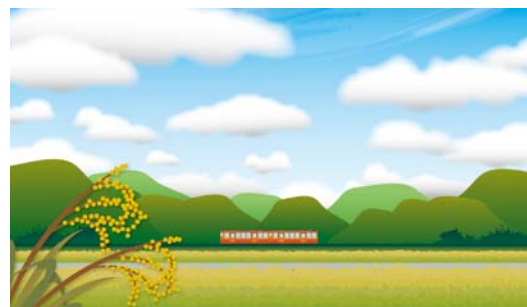
さて、当病院においても、医療安全を第一に、

「心の通う医療」「信頼される医療」

「地域社会に貢献する医療」

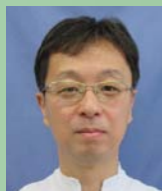
を基本理念として、日々業務に取り組んでおりますが、私の所管する事務部門には、企画室、医事課、総務課があり、病院運営を総勢19名の少数精鋭で、経営企画、人事、労務、財務、システム管理、セキュリティー、施設管理、医事、庶務、保健管理、社外対応、コンプライアンス等々病院が円滑に行うための多岐に渡る業務を行っています。

よく、会社における各部門を人の体に例えることがあります。例えば、総務部門は、老廃物を排出してきれいな血を作る肝臓や腎臓または血液そのものに例えられることがあります。事務部門もそれに近い地味な印象ですが、ないと生きてはいけない存在でもあります。体の隅々までサラサラな血が流れるよう、今後とも精進していきたいと考えておりますので、改めましてよろしくお願いいたします。



新任医師紹介

①略歴 ②専門分野 ③趣味 ④一言



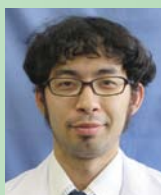
カシワギ キヨテル
外科 柏木 清輝

- ①平成8年札幌医大卒、同第一外科入局、平成13年同大大学院卒、同樹会苫小牧病院、市立室蘭総合病院、恵庭第一病院等を経て、平成29年6月より当院勤務。
- ②消化器外科全般
- ③旅行、食べ飲み歩き
- ④コミュニケーションを大切に、信頼される医療を提供していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



サトウ カズマサ
皮膚科 佐藤 一正

- ①旭川医科大学卒業 北大病院勤務
- ②皮膚科
- ③スイーツ巡り、スパイ映画をみる
- ④出戻りですがよろしくお願いいたします



カミハラ ケイスケ
眼科 神原 啓輔

- ①平成22年札幌医大卒。苫小牧市立病院、市立室蘭総合病院、札幌医大附属病院を経て平成29年8月より当院勤務。
- ②眼科一般
- ③ピアノ、柔道
- ④患者さんが安心できる優しい医療を心掛けます。眼に関することは何でも気軽に聞いてください。どうぞよろしくお願いいたします。

小学校での禁煙教育活動

当院保健管理部では、平成27年度から全国健康保険協会（協会けんぽ）北海道支部と協力して、「タバコに関する健康教室」を開催しています。札幌市内の小学5・6年生を対象にして、タバコが体に与える影響、特にニコチン依存症によりタバコが止めたくても止められなくなることや、友達に誘われるなどして興味本位でタバコを吸い始めないことの大切さを強調しています。写真のような〇×クイズ形式を交え、歯周病の写真や、タール模型の実物などを見せると、「汚ったなーい」と素直な反応が返ってきます。タバコは体に悪いとわかっているのに、どこでも売っているのはなぜかなど素朴な質問も寄せられます。「お母さんが禁煙できなくて困っているの」と、子供のまなざしは大人の矛盾に満ちた行動にも向けられています。「電子（加熱式）タバコは体に悪くないと言ってお父さんが吸っているよ」などと、タバコ（依存症）ビジネスは子供の身近なところにも迫っているのが実感されます。

子供たちがタバコを吸い始めないことによって、将来健康な職場や社会が作られていくことを願って、この活動を可能な限り続けたいと思っています。



保健管理部部長
佐藤 広和



活躍する介護士さん

5階西病棟は内科・整形外科・歯科口腔外科を有する一般急性期病棟です。急性期の時期は患者の治療を優先し手術や検査・処置が早いタイミングで行われていきます。その後の回復期過程では安全面に配慮した日常生活援助がとても重要で、患者さんのニーズに合った援助を提供し、しかも安全となると様々な人の手が必要になってきます。

入院患者さんの高齢化は当病棟でも特徴的で、加えて認知症状を抱える方や手術などの侵襲をきっかけにせん妄症状を発生する方は多くいらっしゃいます。とりわけ看護師はその対応に時間を要し、抱える業務負担は大きいものでした。

そのような現状のなか、当院でも昨年からは介護士を積極的に採用し、現在当病棟でも2名の介護士と共に働く機会を得ました。介護士の方々の優れているところは患者さんの生活支援、例えば清拭や入浴介助・排泄介助・食事介助などの技術はもちろん、認知症状の患者さんに安心感を与える質の高いコミュニケーション技術を提供できるところだと感じています。

男性介護福祉士のSさんは昨年の11月から当病棟に配属となりました。これまでの豊富な介護士経験を活かし、急性期病棟で行われている医療の現場に対

しても上手に順応し、安全面を考慮して患者さんと関わってくれています。特に女性患者さんから人気で、Sさんに声をかけられ、満面の笑みを浮かべる方も多くいらっしゃいます。

女性介護士のYさんは今年1月から採用され、主に日勤の介護業務を担ってくれています。女性としての視点で患者さんの身の回りの事に細やかな配慮のできる方です。先々を読んで看護師のフォローも的確にしてくれてとても助かっています。

専門の知識や技術を習得した介護士さんがチームの一員として医療の現場で活躍してくれることは、患者や家族の満足度を高め、魅力ある病院に繋がる存在になると感じています。



5階西病棟
師長
吉谷地 明美



患者さんの話をじっくり聞く介護士さん



患者さんのお世話をする介護士さん

地域発

 セイセイカイ セイセイカイ
 医療法人晴生会 晴生会さっぽろ病院

 ヤマムラ マサオミ
 院長 山村 政臣先生


当院は、平成23年8月1日に医療法人晴生会（理事長 新谷 正義：現衆議院議員、厚生労働部会副会長他）の一員として、札幌市北区新川1条1丁目にて診療を開始致しました。患者さん一人ひとりの人権を尊重し、温かい心のこもった質の高い医療の提供を目指しています。患者さんは高齢の方も多く、症状の原因が病気なのか、加齢なのかを線引きするのが難しい方もおられます。御家族とは相談員を含め話し合い、考え方を共有する事で、個々にあった納得のいく治療を選択して行きたいと考えています。

現在の診療科は、内科、リハビリテーション科があり、外来では病院周辺にお住まいの慢性疾患患者さんの診療を主に行っています。入院病棟は、高齢化社会に対応した、医療療養病床47床、障害者施設等一般病床46床を運営しています。入院の対象となる患者さんですが、がんを含めた終末期の方、中心静脈栄養が必要な方、気管切開をされた方、神経

難病の方などは、長期療養、看取り目的での入院が可能です。当院の方針として、過度な延命治療は行っていません。また、急性期疾患の治療終了後、回復期へ移行し、在宅復帰を目指す方々は、病状によってはリハビリテーションをしながらの長期療養が可能です。理学療法士、作業療法士、言語聴覚士との訓練のもと、1日も早い家庭生活への復帰をサポートしているほか、3か月から半年で他施設へ紹介する役割も担っています。各スタッフは専門職として豊かな人間性、専門知識、技術の向上が図れるよう自己の能力開発に努め、個々の力が発揮できるよう働きやすい職場環境風土を作っています。

当院では、他の病院や診療所とも連携しながら治療に当たっています。入院患者さんを紹介される際は、診療情報提供書、看護サマリーなどをご用意しております。医療スタッフによる検討後、医療相談員が病院見学、入院に当たった具体的な相談・説明の対応をさせていただきます。交通アクセス（JR学園都市線新川駅徒歩8分、JRバス新琴似線北27条西16丁目バス停徒歩5分、中央バス新川線新川バス停徒歩5分、駐車場完備）の利便性も御検討の上、受け入れについてお問い合わせ頂ければと思います。

この様に私達は、地域の医療に貢献できる病院であるように努力を続けて行きたいと考えております。今後とも宜しく御願ひ致します。


医療法人晴生会 晴生会さっぽろ病院

 〒001-0921 札幌市北区新川1条1丁目1-23
 TEL:011-716-8155 FAX:011-728-2860
<http://www.aoikai.jp/sapporo/>
診療科 内科、リハビリテーション科

外来診療時間 平日 9:00~12:00 13:30~16:30
 土曜・日曜・祝日は、休診です



新そらちゃん&はなちゃんシリーズ

“食べると眠くなるのはなぜ？ オレキシン？”

そらちゃん

はなちゃん



そらちゃん「お腹いっぱいでも眠くなっちゃったよ！でもなぜ眠くなるんだろうね？」

はなちゃん「それはね、オレキシンという物質が関係しているんだ、食欲を刺激する脳の中の食欲中枢という場所で発見され、さらに睡眠にも関係する物質であることが分かったんだ」

そらちゃん「オレキシン？」

はなちゃん「オレキシンが活発に動いているときに、動物の多くは覚醒し、動きが鈍ると睡眠状態に入ると考えられているよ、満腹になるとオレキシンの活動が鈍って眠くなる、空腹になるとエサを探しに行くので、それは敵と戦う危険な行為と隣り合わせで、意識を最高レベルにまで覚醒させておく必要がある、このとき、「オレキシン作動性ニューロン」という神経細胞がオレキシンを刺激して活発化させ、野生動物を覚

醒させるのだ。最高レベルに覚醒した野生動物は、これぞ狙った獲物を捕獲し、エサにありつけるというわけです。満腹になると、もうエサを獲る危険な行動はしばらくなくて済むので、オレキシンの活動が鈍り、眠りたくなると考えられているよ、人間も同じだよ」

はなちゃん「ナルコレプシーという突然睡魔に襲われる奇病は、オレキシンがほとんど無いために起きるといわれている。その「オレキシン」の働きを弱めることによって自然な眠りを促す、新しいタイプの薬も発売されているよ。」

そらちゃん「オレキシンを増やす方法はあるの？」

はなちゃん「ストレスなく、規則正しい生活です、サプリメントはありません」

そらちゃん「いつもの肥満防止だね、ハイハイ分かりました」

クイズに答えて
景品を当てよう!!

JR札幌病院 間違い探しゲーム

2つの写真から、**5**つの間違いを探そう！
正解者には、抽選で図書券がもらえるヨ
息抜き、暇つぶし、頭の体操にやってみよう～



応募要項
応募期間：平成29年10月1日～10月31日
応募方法：応募用紙の写真の間違い箇所には○を入れ、地域医療連携センター前に設置の応募箱へご投函、又は、紙面上の写真を切り取って(コピーも可)○を記入し、住所・氏名を記載の上郵送でご応募ください。
応募先：〒060-0033 札幌市中央区北3条東1丁目 JR札幌病院 地域医療連携センター ※氏名の公表を希望されない場合はペンネームを掲載いたします。
発表方法：広報誌「ほっとネット」紙面上にて発表いたします。

ほっとネット43号当選者発表

5つのまちがいは



応募総数 **23**人

抽選の結果、次の5名の方に図書券をお送りいたします。
大嶋 由紀子 様、周田 待雪 様、藤田 直 様
武藤 紗幸 様、山井 佳緒里 様

編集後記

「食欲の秋」と言いますが、北海道は美味しいものが沢山ありますよね。私は特に北海道の生鮭が大好きです。さすがに釣りは出来ませんが、スーパーで買ってきては、焼魚やオイル焼きにしたり、白子を煮付けたりしています。今年もいよいよこの時期がやってきたと、スーパーに生鮭が並ぶ日を楽しみにしています。(石狩っこ)

発行日/2017年10月1日

編集長/伴 紀宏

編集者/大村 早代・小野 雅子・川村 千晶・河野 通晴・中村あゆみ

夏目 健文・松本 道明・若狭 千恵・渡邊由美子

発行所/札幌市中央区北3条東1丁目

JR札幌病院 広報誌企画編集委員会

<http://www.jrsapporohosp.com>