

# おもいやり



## 目次

- P2 …… 医療安全管理室の紹介  
医療安全推進週間の取り組み
- P3 …… 認知症サポーター養成講座
- P4 …… 特集・インフルエンザ対策  
・栄養室通信  
・新任医師紹介



片野鴨池にて

## インフルエンザ対策

知らないうちに、顔や頭を触っていませんか。

幼児は頭や顔を2分に1回触れているそうです。

インフルエンザは、口・鼻・目の粘膜からウイルスが侵入することで感染し、咳やくしゃみのしぶきをあびるだけでなく、手を介して侵入します。

口に触れる機会が多い**食事の前**と不特定多数の人が触れた物と接触する機会が多い**外出後**には、必ず手洗いがが必要です。手洗いをクセにすることが、最も有効な感染対策です。

感染症の受診者が増えるこの時期、**病院へ出入り**の際も、擦り込み式のアルコール製剤で手指衛生を行ってください。



手洗いをクセにし、インフルエンザを予防しましょう!



## ストップインフルエンザ



体調の悪い方  
かぜ症状のある方  
ご面会をご遠慮ください

加賀市感染対策支援チーム2018

▲面会時の感染対策  
久藤総合病院・石川病院・加賀市医療センターで共同作成したポスターです。

## 栄養室通信

2月に旬を迎え、店頭をにぎわせる柑橘類。中でもほど良い酸味と苦味、さっぱりとした甘味もあるはっさくは、多くの人に好まれています。しかし、「皮を剥くのが面倒だ」と敬遠している人も多いのではないのでしょうか？

実は、はっさくには美肌に欠かせないビタミンCが豊富に含まれており、1個で1日に必要な摂取量(成人100mg/日)の約70%が摂れます。ビタミンCの効果は、メラニン色素の生成を抑え、シミの発生を予防し、コラーゲンの生成を助けて肌のハリや弾力、シワの改善が期待できます。またターンオーバーを整えてくれるので、肌の様々な悩みに効果を発揮します。

はっさくには疲労回復や免疫力を高める効果があるので、ちょうど風邪を引きやすいこの時期にはもってこいの果物ですね。

はっさくを食べて美と健康を手に入れましょう!!

### はっさくの皮まで食べて無駄なく栄養補給

はっさくの外皮は、調理法次第で食べられます。オレンジピールのように外皮を砂糖水で煮て乾燥させればはっさくピールのできあがり。外皮に果肉を若干加えて砂糖水とレモン果汁で煮れば、はっさくジャムができます。はっさくの外皮には、食物繊維やポリフェノールなどの栄養が多く含まれており、便秘の予防やコレステロールの吸収を押さえる効能などが期待できます。



### はっさくの選び方と保存方法

- 外皮にハリとツヤがある
- 茶色い部分がない
- ヘタが緑色で生き生きとしている
- ずっしりと重みがある

### 麻酔科 新任医師 紹介

1月1日着任

うへだ まさき  
上田 真己



専門分野・得意分野

- ・手術麻酔
- ・集中治療
- ・ペインクリニック

専門医・認定医等の資格

- ・日本麻酔科学会専門医
- ・麻酔科標榜医
- ・AHA-ACLSプロバイダー

公立加賀中央病院で生まれ、中学卒業まで加賀市で育ちました。加賀市のために頑張りたいと思い、故郷に戻ってきました。加賀市医療センターのさらなる発展のために尽力していきます。

## 編集後記

昨年の反動か、今年は暖冬のように雪の日が非常に少なくなっています。昨年の大雪のことを考えると嬉しい限りですが、九州で育った私にとって北陸の雪景色は毎年の楽しみの一つでもあり、少々寂しい冬となっています。先日ようやくまとまった雪が降りましたが、まだまだ物足りないあと外を眺める毎日です。(K・S)

加賀市医療センター

広報委員会

〒922-8522 石川県加賀市作見町36番地  
TEL 0761-72-1188(代) FAX 0761-76-5263(代)  
E-mail kikakukeiei@city.kaga.lg.jp

平成31年2月5日発行



### 基本理念

「おもいやり」  
私たちは、市民とともに、市民中心の医療を提供し、市民の健康を守ります



### 基本方針

- 1 信頼される最適な医療を提供します
- 1 救急搬送をことわらない体制を目指します
- 1 将来を担う優れた医療人を育成します
- 1 地域に根付いた医療を実践します

# 医療安全管理室の紹介

「医療安全って、いったい何?」と聞かれます。医療安全の範囲は広いのですが、

- ①患者さんの安全
- ②職員の安全
- ③医療事故への対応
- ④医療の質の担保など

が重要とされ、正面玄関や各階の掲示板に『医療安全管理指針』を掲示させていただいています。これは医療安全管理室の業務についても加味した内容となっています。

医療は患者さんに良くなっていただきたいという医療者の願いの下に行われますが、医療は大なり小なり、患者さんに危険をもたらすことがあります。厚生労働省は医療安全の研修の取り決めの他にも、医療安全・患者安全と医療安全推進週間を定めています。



## 当院での研修

**苦情対応スタディ**  
開催日 9月 6日・11日・19日 (水) (水) (水)  
時間 17:30~18:30  
場所 201 会議室  
講師 辻本 幸子 氏  
主催 リスク対策委員会

**MRI安全講習会**  
日時: 平成30年6月11日(月) 16:30~17:00  
場所: 201 会議室  
講師: 辻本幸子 氏  
対象: 放射線科職員 (10名) 受講したことの証明

## 医療安全推進週間の取り組み

### りすくんの部屋

危険予知  
トレーニング(KYT)



平成30年12月17日~12月25日まで、危険予知トレーニング(KYT)を行いました。KYTは、もともと産業界で使われている言葉で、作業の中に潜む危険について話し合い、予知と対策を行う訓練を指します。

病院の研修室を『りすくんの部屋』として患者さんの病室、療養環境に見立て、危険箇所を探す...というトレーニングをしました。業務の隙間時間を見つけ、チャレンジしている様子です。みなさんも、ぜひチャレンジしてみてください。



- 委員会では当院のインシデントを参考に10カ所の危険箇所を想定していました。
- ①リストバンドは着用しましょう。
  - ②この場所での食事は点滴が突っ張り、柵が邪魔。高さの調整も必要ですね。
  - ③薬の名前が違ってきます。
  - ④水が入ったコップの場所が遠く、ひっくり返ります。
  - ⑤ナースコールは命のコール。患者さんと相談して場所を決めておきましょう。
  - ⑥移動時、スリッパを履くなら履きやすく整えてください。
  - ⑦柵は頭側に設置し頭部からの転落防止を。
  - ⑧トイレがこの位置では時間がかかります。
  - ⑨点滴のコードが抜かれています。
  - ⑩ベッドのストッパーがかかっていません。



想定箇所以外にたくさんの注意・危険箇所を記載してもらえました。患者さんの療養環境、介護場面など...皆さんで考えて頂けると嬉しいです。

# 認知症サポーター養成講座を開催しました

『患者さんの満足する生活を考え支える会』主催



- 目的** 認知症の方や家族が安心して暮らせるまちづくりを目指す
- 内容**
- 認知症の基礎知識
  - 認知症の方の気持ちを理解しよう
  - 家族の気持ちを理解しよう
  - 自分になにができるか考えてみよう

**認知症サポーターとは** 認知症の方の『**応援者**』として温かく見守る人です  
今回の養成講座で院内のスタッフ75人が新たに認知症サポーターになりました!

## キャラバン・メイトによる講義

認知症の方へのいい対応・悪い対応のDVDを観たあと、キャラバン・メイトの丸山さん、陰西さんから講義が行われました。認知症の方は記憶が飛び飛びで、覚えること・思い出すことができなくなり、時間・場所・人もわからなくなります。今までできていたことができなくなるので、誰よりも本人が不安で、苦しく悲しく思っています。認知症の方の行動には意味があり、認知症の症状、認知症の方の生きている世界、認知症の方の生活のしづらさの理解、人として人生の歩みの中で築かれたその人の暮らしを考え、何に混乱し不安になっているのかを考え対応すること、認知症の方本人だけでなく、家族のよき理解者でもあることなどが重要だと話されました。



オレンジリングは認知症サポーターの証

### ★認知症の方への対応心得 3つのしない★

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない



### ★認知症の方への対応 7つのポイント★

- ①まずは見守る
- ②余裕を持って対応する
- ③声をかけるときは1人で
- ④後ろから声をかけない
- ⑤相手に目線を合わせて、やさしい口調で
- ⑥おだやかに、はっきりとした滑舌で
- ⑦相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する



## 講習を受けて、グループでの意見交換

医師から事務職まで多職種が参加しました!

- ・いい勉強になった。自分の行動を振り返る機会となった。
- ・行動目的を知るように努めたい。
- ・7つのポイントを忘れずに、やさしく声かけしたい。
- ・今回の研修を仕事に活かすのはもちろん、家族にも認知症の祖父母に対する接し方を教えたいと思った。
- ・認知症の家族を持つ者として、少し気が楽になった。

などの意見が聞かれ、今後の認知症ケアに活かされる研修となりました。

## 講習の参加者と満足度

