

# ふれあい

高知高須病院 院内誌

2017  
vol.84

4 月号

- 本院に栄養関係功労者高知県知事表彰
- Takasuビーンズ発足
- 新人研修
- らん便り
- 慰霊祭
- 透析リハビリ
- 高知龍馬マラソン2017完走者
- 当院、高知ユナイテッド応援
- 「分院」だより
- 「はるか」だより
- 学会・研究会発表実績
- 人生いろいろすずなりリレー
- おっきくなったね
- ニューフェイス紹介
- クラブ活動報告
- ひまわり通信
- ご結婚・ご出産おめでとう



特集  
(P2~3)

## KAIZEN 発表大会



「はるか」だより(P9)



## クラブ活動報告

### ゴルフ部

【第21回 TEAMきずな杯ゴルフ部コンペ】  
日時/3月11日(土)  
場所/kochi黒潮カントリークラブ(太平洋コース)

- 優勝 **寺尾尚民** 理事長
- 準優勝 濱田篤秀さま(エール薬局)
- 3位 寺尾美智副理事長
- 4位 水口隆副院長
- 5位 堀見忠司名誉院長
- ベストスコア賞 寺尾美智副理事長(84)

大会  
成績



### 釣り部

- 大会成績 【グレ釣り大会】  
日時/2月25日(土) 場所/大月町柏島
- 1位 42cm/北代益孝(管理部東部医療庶務課)
- 2位 41cm/田村誠(介護福祉士)
- 3位 39cm/山中理司(管理部施設課)



## ひまわり通信

### 保育園・幼稚園入園おめでとう

すっかりお兄ちゃん、お姉ちゃんになったね。  
院内託児所でみんなと過ごしたたくさんの思い出は、  
私たち保育士の宝物です。

ありがとう



藤村 詠大 くん  
(こどもの国託児所)



岡崎 章紘 くん  
(大津保育園)



濱田 南継 くん  
(佐古保育所)



濱田 葉瑠 ちゃん  
(佐古保育所)



寺尾 優杏 ちゃん  
(につしん幼稚園)



山下 碧翔 くん  
(一宮保育園)



菜名 快政 くん  
(一宮東山保育園)



透析室看護師  
**小野 悠加**  
さん  
(旧姓:松本)

3月3日  
入籍

理学療法士  
**水田 好隆**  
さん

2月14日  
入籍

臨床工学技士  
**川上 剛**  
さん

2月14日  
入籍

おめでとう



藤村舞(透析室看護師)  
平成28年2月26日生まれ 詠大(えいたく)くん



〔尚腎会 2017年2月の診療実績〕

●外来患者数/3,510人 ●紹介患者率/19.2% ●新入院患者数/93人 ●退院患者数/89人 ●平均在院日数/18.4日 ●病床利用率/76.5%



■学会や研修参加の見える化(図1)

院外・院内研修参加数ランキング2015

院外 山本浩主任、小川副主

院外・院内研修参加数ランキング2016 4月~7月期

院外 川村浩史くん 大黒恭涼くん  
院内 田村副主任 島中祥吾くん

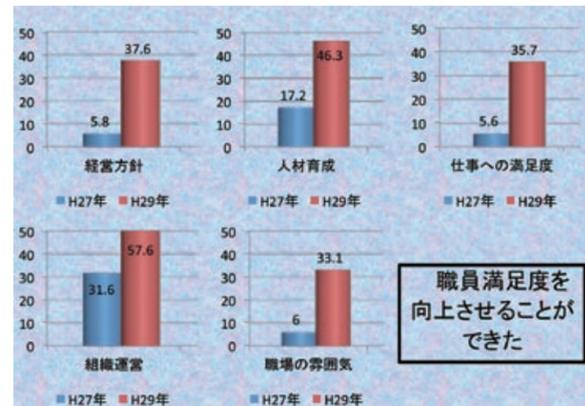
院外 田村副主任 芝宏弥くん  
島中祥伍くん  
院内 大石真弓さん 高橋和也くん

院外 川上剛くん 曾我部良哉くん  
山本晟也くん  
院内 山本浩平主任 西川和孝くん

■忘年会(写真1)



■結果



最優秀賞 臨床工学部  
(職員満足度 最下位からの脱却)

はじめに

平成27年7月に、全職員を対象とした職員満足度調査がおこなわれた。その調査結果は、平成28年1月の診療部会で管理部によって報告され、臨床工学部内自身の満足度が大変低いことが分かった。

目的

臨床工学部の職員満足度を向上させる

取り組み内容

- ◎毎週連絡会の実施
- ◎検討事項/決定事項/研修会等開催内容の周知徹底のため、重要事項の読み上げだけでなく、議事録をすべてメール配信し、情報伝達を強化した
- ◎学会や研修参加の見える化と参加数上位者のランキング発表(図1)
- ◎優秀な報告書を全員へメール配信
- ◎忘年会の余興への参加(写真1)
- ◎何かを依頼する時は、「信頼されているから依頼されている」ことを理解してもらう
- ◎採用希望者や見学希望者の増加、座長や講演依頼の増加等、知名度がどんどんアップしていることを知ってもらう
- ◎何かの賞を受賞した、患者さんからお褒めの言葉を頂いた等、いいことをしたスタッフのことは、部署内の全職員に伝わるように部内の朝礼で伝える

結果

平成27年に比べ、平成29年の職員満足度は向上し、次なる改善項目も明らかとなった



第8回 KAIZEN発表大会

最優秀賞

部署 臨床工学部  
演題 「職員満足度最下位からの脱却」



最優秀賞の臨床工学部スタッフ

2月4日(土)に第8回KAIZEN発表大会を開催しました。各部署で1年間取り組んだ業務改善の成果を発表する本大会も今年で8回目。今回の最優秀賞は臨床工学部の「職員満足度最下位からの脱却」でした。また優秀賞、奨励賞は地域医療連携室、管理部診療情報課医事がそれぞれ受賞しました。おめでとうございます。

臨床工学部全員で勝ち取った最優秀賞



今年で第8回を迎えたKAIZEN発表大会。臨床工学部の成

績を振り返ると、第2位の優秀賞は3回受賞しているのに、最優秀賞はずっと逃してきました。いつか最優秀賞を取りたいとチャレンジし続けていましたが、そう簡単にいただける賞ではありませんでした。

そんな日々の中、二昨年に行われた職員満足度調査の結果が報告され、臨床工学部内自身の満足度が非常に低いことが分かりました。そこで、満足度向上を目指し、事業計画・マニュアル等の周知のために毎週連絡会を開催し、積極的な情報発信を行いました。また学会・研修参加の見える化や参加数上位者のランキング発表、忘年会余興への参加等、やる気アップや遊び心も取り入れました。全員の協力のもと、さまざまなことに取り組んだ結果、満足度が向上しました。その報告も兼ねて本大会で発表したところ、念願の最優秀賞を受賞すること

No.	演題名	部署・演者名
1	看護に専念できる環境への取り組み	看護部外来・杉本 真衣
2	東部VA管理業務におけるKAIZEN	臨床工学部・小谷 英誉
3	手指衛生の意識向上を目指した取り組み	リハビリテーション部・松本 節子
4	業務の効率化・透析治療の質の向上を目指して	看護部透析室1・黒石 由実佳
5	職員満足度最下位からの脱却	最優秀賞 臨床工学部・濱田 あすか
6	保険証確認率向上への取組	奨励賞 管理部診療情報課医事・原田 千子
7	東部活動チームの取り組み	看護部安芸透析室・國澤 昭
8	ノーリフティング推進に向けての取り組み	介護福祉部はるか・堀内 美鈴奈
9	ソーシャルワーカー業務の効率化を目指して	優秀賞 地域医療連携室・大倉 恵子

第8回KAIZEN発表大会発表リスト

臨床工学部課長代理 濱田 あすか

# 高知高須病院が「栄養関係功労者高知県知事表彰」をいただきました！

2月2日(木)、高知高須病院は、給食の管理運営が特に優秀であり他の模範とすべき特定給食施設であるとして、高知県知事より「栄養関係功労者高知県知事表彰」をいただきました。この表彰について、栄養部の鈴木千栄子主任にお話を伺いました。



表彰を受ける大田院長(高知県庁にて)

## interview

**Q1 表彰おめでとうございます。**

ありがとうございます。この度の表彰は、当院が開院してからこれまで栄養の質向上のために携わってきた全ての方々の、努力や取り組みのお陰だと感じています。

**Q2 特定給食施設として、どのような点が評価されたのでしょうか？**

昨年末、「高知県食と栄養の会」より、当院を高知県知事表彰へ推薦したいとのご連絡を頂いたのですが、その理由を伺うと、給食運営、栄養管理、栄養指導の取り組み等を考慮した結果ですとのことでした。

**Q3 これまでの取り組みについて、教えてください。**

私が当院に入職して最初に驚いたのは、厨房機器の掃除が行き届いていてとてもきれいなこと、そして残食の量が少ないことで

した。本来、厨房が衛生的であることは当然ですが、当院の栄養部では、代々掃除手順や食数管理がきちんと受け継がれ、常に美しい厨房、無駄のない材料管理が行われています。そして、その方法も常に改良点を見出しながら、改善を繰り返してきました。これらの積み重ねが今回の表彰に繋がったのだと思います。

**Q4 最後に、栄養部のこれからについて、一言お願いします。**

今以上に良い給食運営、栄養指導ができるよう、邁進したいと思えます。職員皆さん、よろしくお祈りします。



診療技術部栄養部主任 鈴木 千栄子

# Takasu ヒートアップ 発足しました

## 腎臓病の総合医療

より手厚い看護を目指して



外来看護師 川村 侑

昨年末より、旧そらまめチームに病院内の専門職が加わり、腎臓病の総合医療を担うべく、より手厚い看護を目指す目的で名称改め、「Takasuヒートアップ」が発足しました。

「Takasuヒートアップ」では、質の高い医療を目指し、腎臓専門医、コメディカルが、専門的知識を共有し、個別性を生かした患者サポートを行っていく予定です。2カ月に1回(偶数月)の教室の開催、年1回の腎臓病食の試食会に加え、世界腎臓デーへの参加呼びかけ、その他腎臓に関する勉強会のお知らせなどを行います。

教室の中では、日常生活の注意点について、腎機能を悪化させない方法などについての講義があります。日常生活の困りごとや

## CKDにおけるチーム医療の必要性と 質の高い医療を提供するために



心配な事などがある時は、私たちスタッフにお気軽ににご相談下さい。私たちが、対処方法について一緒に考えていきます。これを機に一緒に学び、よりよい生活を目指していきましょう。

## 新人研修を終えて

当院では新卒看護師を対象にした新人研修を年間8回おこなっています。

手術室看護師 間城 美幸



昨年の3月21日に新卒として入社し、はや一年が経ちました。入社後すぐに看護部の新人研修がおこなわれ、講義では尚腎会の看護師の理念や各部署の役割等を学び、グループワークを通して、身だしなみや挨拶が患者さんに与える印象などを学習しました。それから2カ月ごとに研修を設けていただき、フィジカルアセスメントや看護技術といった看護師として基本的なことを学びながら、就職後の経過を新人同士で振り返りました。

そして先日、最後のプリセプター研修と合同で二年間の振り返りを行い、プリセプター(先輩看護師)から手紙を頂きました。この一年で自分が成長できたことの喜び、これから

頑張りたいこと、自分が指導者になった時の新人との接し方を考える機会になりました。プリセプターはもちろん、各部署の様々な職種の方々にお世話になりました。二年目に突入しますが、まだまだ未熟者の私たちを、これからもよろしくお祈りいたします。

### 【平成28年度 研修スケジュール】

- 4月 前期新人研修(全新人職員対象) 職業人、看護師としての心構え
- 5月 前期実技演習
- 7月 リフレッシュ研修
- 9月 後期実技演習
- 10月 後期新人研修(全新人職員対象)
- 12月 実技チェック研修
- 2月 新人、プリセプター合同研修



尚賢会 高知高須病院 慰霊祭

ご遺族33名と  
故人を偲ぶ



病棟看護師主任 岡山 智佐

当院では、毎年亡くなられた患者さんのために慰霊祭を行っています。昨年は、83人の患者さんがお亡くなりになり、慰霊祭には17家族、33人のご遺族が参加されました。当院からも寺尾尚民理事長、大田和道院長をはじめ職員39人が参列し2月18日(土)に心月記にて慰霊祭を執り行いました。

は自らの心を整え、誠意をもって看護にあたらなければならぬと改めて感じました。最後に、お亡くなりになられた患者さんのご冥福を心よりお祈り申し上げます。

慰霊祭では、要法寺の住職による法要が行われました。その後、ご遺族や故人と関わりが深かった職員とで茶話会を開き故人を偲びました。茶話会では、ご遺族から生前の思い出話を聞かせていただき和やかなひと時を過ごすことが出来ました。患者さんやご家族にとって看護師の存在は、生涯その人にとって心に残り、折にふれて思い出されます。それゆえ、私たちが看護師



透析  
リハ便り  
「ふれあい」出張版

透析患者さんの体力、筋力はデリケート

今回のテーマは「筋力」です。人はだれでも歳を重ねると体力や筋力は低下します。透析中も運動をして筋力の低下を防ぎましょう！



理学療法士 水田 好隆

みなさん「美尻」になりませんか？  
～ おすすめ運動法 ～

運動がなかなか続かない理由はなんでしょうか？ 疲れる、しんどいなど人それぞれ理由があると思います。

何か寝ながら運動をする良い方法はないだろうか？ ……実はあります！

今回提案するのは「お尻上げ」です。この運動はベッドに横になったままでできる運動で、透析中はもちろん、夜寝る前や、ちょっと横になった時など簡単にできて場所を選びません。しかも、この運動によりヒップラインを上げることに繋がり、猫背などの異常姿勢を正す筋肉に効果的に働きます。



息を吸いながら ゆっくり上げて 3秒止める

体力に応じて10～20回 交互に行ってください



息を吐きながら ゆっくり下ろす

らん便り

第2回 料理教室  
(第150回糖尿病教室)  
に参加して

薬剤師 横山 三都香



2月4日(土)、高知市保健福祉センターにて開かれた第2回料理教室(第150回糖尿病教室)に参加させていただき、薄味でも美味しいメニューを患者さんと一緒に調理しました。

きちんとお出汁を鰹節などからとったり、味にアクセントをつけたりすることで塩やしょうゆをたくさん使わない、減塩に気を付けたメニューを作ることができるのだなと思いました。メニューは、魚のおろし焼き、筑前煮、お浸し、かきたま汁、デザートで、どれもとても美味しかったです。

普段あまり料理をしない私ですが、調理工程は難しくなく、同じ班になった患者さんや看護師さんに助けていただいて楽しく作ることができました。

当日参加されたみなさん、お疲れ様でした。ぜひ、この記事を読まれているみなさんも、まずお出汁を市販のパックのものではなく、鰹節などからとることから始めてみませんか？

一番だしの取り方

- ①分量の水を鍋に入れ、昆布をしばらく浸しておく。
- ②①を沸騰直前まで火にかけ、昆布を取り出す。
- ③かつお節を加え、沸騰し始めたらすぐ火を消しそのまま2分ほど置く。
- ④③をザルでこす。

ぜひ挑戦してみてください。



第2回料理教室  
メニュー

- 魚のおろし焼き
- 筑前煮
- 春菊の胡麻和え
- かきたま汁
- もち麦ごはん
- 果物

魚のおろし焼き(1人分)

- 鯖……………70g
- 酒……………1g
- 塩……………0.3g
- 人参……………15g
- 玉葱……………5g
- 生姜……………1g
- 濃口しょうゆ……………2.5g

作り方

- ①オーブンを220℃に温めておく。
- ②鯖に塩、酒をまぶしておく。
- ③人参、玉ねぎ、生姜をすりおろし、しょうゆと和えておく。
- ④鯖の上に③のをせ、オーブンで10～12分焼く。

筑前煮(1人分)

- 牛蒡……………20g
- 板こんにやく……………20g
- 筍……………20g
- 人参……………10g
- 鶏もも肉……………20g
- 絹さや……………3g
- サラダ油……………3g
- みりん……………3g
- 濃口しょうゆ……………6g
- だし汁……………30g

作り方

- ①こんにやくは食べやすい大きさにちぎり、さつと茹でておく。絹さやは下茹でし、半分に斜め切りする。
- ②牛蒡はたわしでこすり、皮をうすく剥く。大きめの乱切りにし、水にさらす。筍と人参も、大きめの乱切りにする。
- ③サラダ油を加熱し、鶏もも肉をさつと炒め、別の容器にとっておく。①と②の具材を軽く炒め、鶏肉を戻す。
- ④③にだし汁と調味料を加えて落し蓋をし、汁気がなくなるまで煮る。
- ⑤小鉢に盛り付け、最後に絹さやを飾る。

《一人当たりの栄養成分》  
エネルギー 550kcal 食物繊維 8g  
たんぱく質 28g 塩 分 3.3g  
炭水化物 38g

# 分だより 院

## 「ヤッコソウ」ご存知ですか？



室戸クリニック看護師 木下 早苗

「ヤッコソウ」とはシイの古木の根に寄生する葉緑素を持たない5~6cmの小さな植物です。沖縄、鹿児島、宮崎のごく限られた場所、四国では南部の足摺岬と室戸周辺、徳島県南部にしか自生しておらず、高知県の天然記念物に指定されています。形が大名行列の「奴」に似ていることから名付けられたそうです。

…と説明しましたが、先日、娘の合格祈願に四国霊場24番札所最御岬寺に行った際に初めて「ヤッコソウ」の存在を知りました。その帰り道に息子が「ヤッコソウ」の看板を見つけ奥へ入って行くと、ロープで仕切られた一角があり、大きな木の周りに目をやると「ヤッコソウ」の自生地がありました。このとき私が見たものは全体が黒っぽくなっていましたが、11月の開花時期は全体が乳白色になるようです。

このような珍しいヤッコソウやジオパーク、おいしい食べ物がある室戸へぜひ遊びにいらしてください。

「ヤッコソウ」の存在を知りました。その帰り道に息子が「ヤッコソウ」の看板を見つけ奥へ入って行くと、ロープで仕切られた一角があり、大きな木の周りに目をやると「ヤッコソウ」の自生地がありました。このとき私が見たものは全体が黒っぽくなっていましたが、11月の開花時期は全体が乳白色になるようです。

このような珍しいヤッコソウやジオパーク、おいしい食べ物がある室戸へぜひ遊びにいらしてください。

暦の上では春でも余寒はまだまだ続く中、「高知龍馬マラソン2017」に参加、42.195kmを完走しました。

好天に恵まれた今年の参加者数は初の1万人を突破し、ランナーと観客が一体となつて大きな盛り上がりを見せました。また今年から制限時間が7時間に緩和され、老若男女問わず参加し易い大会となりました。私の計算ではスタートから10kmまで走って、後は1kmを10分以内のペースで早歩きすれば制限時間内にはゴール

が出来るはずですが、実際に参加者の完走率は94.6%と非常に高くなりました。

「高知龍馬マラソン」の魅力は、雄大な太平洋の景色、ゴールまで絶えまない声援、食べきれないほどのおもてなしに尽きると思います。みなさんもジョギングから始めて、タイムなど気にせずフルマラソンの挑戦をしてみませんか？完走後は日常生活では味わえない、達成感と高揚感、そして数日は続く鬼のような筋肉痛もあなたを待ち構えています。

# 42.195km 完走!



## 「高知龍馬マラソン2017」に参加しました

放射線技師 横山 雄一



# はるだより るか

## 歌レク 夕食前に一曲どうぞ

介護付有料老人ホームはるか 三宅 紀和



お腹がすいた。もうすぐ晩ごはんや。そんな気分の5時すぎごろ、ご飯を一層おいしく食べられるよう、残った力を振り絞って歌を一曲歌っています。お題の歌は半月間毎日同じで、指名された入居者さんが一人ずつ歌っていきます。

職員が唱歌や歌謡曲から季節に合った歌を選曲していますが、その曲を知っている入居者さんがいるのか、歌い難い曲ではないかなど、初日の皆さんの反応が気になります。また、伴奏がないのでアカペラで歌うと、時にはオリジナルの曲から脱線し新し

い曲が生まれることも。そこはご愛嬌で、自由に歌えるのが「歌レク」の良さです。

ちなみに歌謡曲で多くの方が歌えたのは『高校三年生』や『りんごの唄』など。思惑すべってしまったのは『ジングルベル』『とらのパンツ』でした。知らないのは当然ですね。失礼しました。この様にどれだけ皆さんの心に浸透した曲なのか知ることが出来、職員も楽しみの一つになっています。稀にワイヤレスマイクの歌声が階下に漏れることがありましたら、いっしょにそっと口ずさんでください。

## 高知高須病院は、高知ユナイテッドSCのオフィシャルパートナーです



# Jリーグを目指して

「高知ユナイテッドSC」は、主に高知県出身選手やゆかりのある人材が多い「高知のチーム」として、県内初の「Jリーグ」クラブ誕生を目指しています。

高知高須病院はオフィシャルパートナーとして「高知ユナイテッドSC」を応援しています。

※オフィシャルパートナーとは、「高知ユナイテッドSC」の運営に協賛し、様々なかたちでその活動を応援する企業です。

詳しくはHPをご覧ください <http://kochi-usc.jp/>



### 学会・研究会 発表実績

【発表期間/2016年10月~12月】

学会名	発表日	開催地	演題名	部署名	演者名
第22回日本HDF研究会	10月1日	山梨県	FIX-210Secoの性能評価	臨床工学部	吉永 祐規
第58回全日本病院学会	10月8日	熊本県	職員満足度調査を実施して~年代別の傾向~	管理部診療情報課	射手 大河
第58回全日本病院学会	10月9日	熊本県	透析室内における環境整備活動	管理部用度課	中平 仁史
第58回全日本病院学会	10月10日	熊本県	新たな育児短時間勤務制度~対象者の拡充と選択肢の増設~	管理部人事課	黒川 誠
第50回四国透析療法研究会	10月23日	香川県	A病院における下肢抹消動脈疾患重症化予防への取り組み	看護部透析室	筆坂 知世
第50回四国透析療法研究会	10月23日	香川県	FIX-210Secoの経時的除去特性	臨床工学部	濱崎 能久
第50回四国透析療法研究会	10月23日	香川県	5種類の清拭用品を用いた透析用監視装置の清浄化評価	臨床工学部	西川 和孝
第54回日本糖尿病学会中四国地方会	11月12日	高知県	当院におけるGAD抗体(RIA法)陽性例の解析	検査部	井上 美和

学会名	発表日	開催地	演題名	部署名	演者名
第54回日本糖尿病学会中四国地方会	11月12日	高知県	糖尿病合併透析患者におけるABI、TBIの特徴	検査部	中脇 里美
第54回日本糖尿病学会中四国地方会	11月12日	高知県	当院における糖尿病合併透析患者の治療薬の変遷	薬剤部	堀切 雅子
第49回中四国支部医学検査学会	11月27日	高知県	当院の透析室における臨床検査技師の業務について	検査部	片岡 友和
第6回中四国臨床工学会	12月3日	高知県	DCS-100NXとHDO2との比較検討	臨床工学部	川村 浩史
第6回中四国臨床工学会	12月3日	高知県	日機装社製DCS-100NXとDCS-27の業務効率比較	臨床工学部	川本 美奈
第6回中四国臨床工学会	12月3日	高知県	日機装社製新型透析液ポートの環境菌に対する汚染抑制効果の検討	臨床工学部	井上 英子
第6回中四国臨床工学会	12月3日	高知県	当院の透析室における災害対策の現状	臨床工学部	仙頭 正人
第6回中四国臨床工学会	12月3日	高知県	大学院に期待すること~修士取得で得られること~	臨床工学部	小川 晋平

