

## 新年のごあいさつ



理事長  
亀井 一成

あけましておめでとうございます。皆さまにおかれましては令和初めてのお正月を清々しくお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は病院をご訪問頂くお客様の中に、丸いドーナツ型の17色のピンバッジを付けられた方が多い一年でした。お聞きすると国連で採択されたSDGsエスディージーズ（Sustainable Development Goals：持続可能な開発目標）のマークで、2030年迄に達成しようとする17の大きな目標を表しているそうです。ピンバッジを付けた企業等はその趣旨に賛同し、それぞれにターゲットを立てて取り組まれているとのことでした。

いま私たちは自然環境の変化だけでなく、経験したことのない技術革新や人口減少・働き手不足などの大きな社会変化の時代を迎えていると思います。あらゆる組織も個人も柔軟に社会の要請に応え、未来に希望を持ちながら進化することが求められているのです。

私たちは病院の透明性を一層高め、地域の医療提供ネットワークの一員として多くの信頼関係を築き、皆さまの希望・期待や懸念に応じて参りたいと考えています。

本年も職員一丸となって精進いたしますので相変わりにませず、ご指導・ご鞭撻を賜りますよう、よろしく願い申し上げます。



## 亀井病院の目指すもの … ～ 透析業務体制の見直し～



臨床工学部主任  
後藤 知宏

当院では月・水・金（午前・午後・夜間の3クール）76名、火・木・土（午前・午後の2クール）48名の計124名の患者さんの透析治療を行っています。

今日まで、患者さんに安心・安全な透析治療を受けていただくため業務に取り組んで参りました。

2019年4月より新しい透析業務体制が始まりましたのでご紹介します。

### 透析業務の見直しのきっかけ

当院は業務の見直しの機会として2004年からISO 9001の認証を受け、年1回の外部審査受審と年2回の内部監査を実施しています。2018年2月に実施した内部監査にて「午前・午後の入れ替え作業の見直しをしてはどうか」という意見がありました。入れ替えの時間帯である11:30～13:30の中でも特に12:00～13:00は業務量が最も多く、インシデントの発生件数の多い時間帯でした。この時間帯を改善することが、より安心・安全に透析治療を受けていただけることに繋がると考え、業務を見直しました。

### 新しい透析業務体制

現状のスタッフ数での対応を想定し12:00～13:00の時間帯の業務量を前後の時間帯に分散できるように検討しました。

まず、午前透析の終了時刻に細かく時間差を設けるため、透析開始時刻と患者さんの入室方法を見直しました。開始時刻を8:00から7:45に早め、入室方法を3グループ制（10分おきの入室）から4グループ制（10分または15分おきの入室）に変更しました。

設備面では、透析ソファベッドよりベッドを好む患者さんが多いことから、ソファベッドをベッドに変更しました。

また、勤務形態の見直しも行い、早朝の透析準備専門の勤務形態を設けました。

他部署の意見を参考にしながら、患者さんの生活スタイルを変えないように配慮し検討を重ね、新しい透析業務体制を行っています。

### 当院の施設認定等

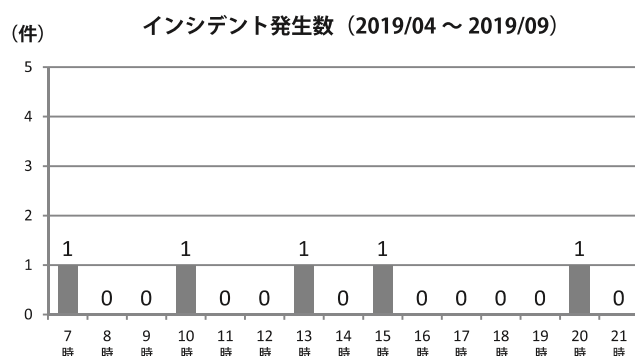
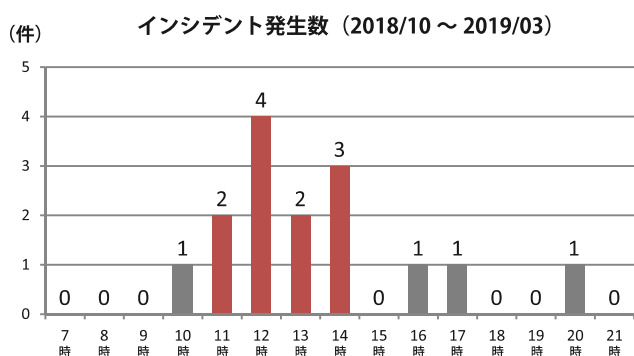
### ワークライフバランス

- 日本泌尿器科学会泌尿器科専門医拠点教育施設
- 日本透析医学会専門医制度認定施設
- 日本麻酔科学会麻酔科認定病院
- 日本緩和医療学会認定研修施設
- 日本静脈経腸栄養学会NST稼働施設
- DPC対象病院
- 急性期一般入院料1（7対1看護）
- 産休・育休後の復職率100%を15年間継続しています

## 新体制から6ヶ月が経過して

透析開始時刻と入室方法を変更したことで、12:00～13:00の時間帯の業務量を少しではありますが分散することができ、空いた時間にはフロアリーダーによる透析開始作業のチェックが行えるようになりました。また、午後透析の開始作業を30分前倒しすることができ、業務効率の向上に繋がりました。

インシデント発生件数については、新体制変更前後6ヶ月で比較すると12:00～13:00の時間帯の発生件数は減少し、全体で見ても減少しました。(下図参照)



さらに2019年7月に実施した患者満足度アンケート調査では、透析患者さんの待ち時間の評価である「穿刺の待ち時間」において「満足」が**66.7%**(2018年)から**80.6%**に向上しました。

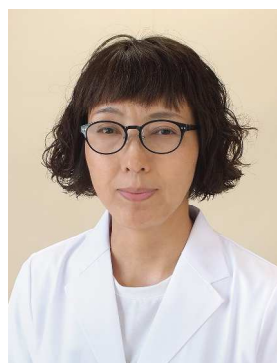
新体制が始まり6ヶ月が経過しましたが、現状に満足することなく今後も業務の見直しを行い、より安心・安全に透析治療を提供できるよう取り組んでまいります。

## 新入職員の紹介 ①氏名 ②職種 ③出身地 ④趣味・特技 ⑤抱負をひと言



- ① 森口 美江 (もりぐち みえ)
- ② 管理栄養士
- ③ 徳島県
- ④ D.I.Y
- ⑤ これまで給食受託会社の管理栄養士として働いておりました。そこで得た知識や技術を活かし、また一日でも早く一人前になり、皆さんのお役に立てるように努めてまいります。

## 医薬品の安全使用に対する取り組み ～ポリファーマシーについて～



薬剤部主任  
山村 智里

「ポリファーマシー」や「残薬」という言葉を耳にされたことはありませんか？

「ポリ」=多い、「ファーマシー」=薬で「多剤併用」を意味する造語ですが、多くの薬を服用することにより副作用などの有害事象が起こりやすい状態にあるということです。特に高齢者の薬物有害事象の増加には二大要因があるとされています。



一つは、加齢により薬を代謝・濾過する機能が衰え、効き目が強くなったり体から排泄されにくくなることです（薬物動態/薬力学的な変化）。もう一つがポリファーマシー（多剤併用）です。高齢者では、服用薬剤が6剤を超えると副作用などの有害事象が増加する危険性があると報告されています。何の病気でもらった薬かわからなくなったり、複数の病院で同じ症状に対する薬をもらってしまって、飲んでいない薬が自宅に余っている患者さんが時々います。調剤薬局で配られている「節薬バッグ」は、残薬の把握に一役買っています。また、「お薬手帳」は、重複処方や飲み合わせだけでなく、大規模災害時にはカルテの代わりとなり、患者さんにいち早く薬を届ける大切な媒体となりました。

当院では病棟薬剤師が全ての入院患者さんに入院時持参薬調査を行っております。その際、お薬手帳を見せていただき、余っている薬はないか、ある場合はどうして飲めていないか、あるいは飲まないのかをお伺いしています。また重複投与や飲み合わせ、服用量に問題がないか等の確認も行います。その上で、お薬をきちんと飲んでいただくために薬の種類・服用方法・服用タイミングを検討し医師に提案、必要に応じて処方内容を変更してもらうこともあります。退院が予定されている患者さんには、その方の生活環境も考慮し、より安全に服用できるようご家族や施設の方、調剤薬局にご協力をお願いする場合があります。

当院のような小規模な病院では、スタッフ間の垣根が低く、円滑なチーム医療が適時に実施可能です。私たちの目標は、患者さんに服薬の意義についてご納得いただき治療に対して積極的になっていただくこと、安全に薬が服用できるような環境を整えることです。それにより患者さんお一人おひとりの生活の質が向上すると確信しています。

入院透析患者さんへの減薬の取り組みについては、10月6日に行われた四国透析療法研究会にて「薬剤師がアプローチする入院透析患者へのポリファーマシー対策」として発表させていただきました。



## Topics 新卒臨床工学技士 9ヶ月の振り返りとこれから



臨床工学部  
近森 美月

私は幼い頃から人の役に立つ仕事をするのが夢で、その中でも医療の道を目指してきました。現在は臨床工学技士として亀井病院の透析室で日々患者さんに関わらせていただいています。

働き始めた頃は何をして良いのか分からず、患者さんの血圧が下がっている時も先輩に代わりに対応してもらうことが多くありました。実際に自分で対応している時でも「これでいいのか、処置は間違っていないか」という不安でいっぱいであり、実力や知識不足を日々感じていました。

しかし次第に、自分が患者さんの立場であればどのような対応をしてほしいか、相談をしやすいかを考えられるようになり、より一層積極的に患者さんに向き合えるようになってきたと思います。

まだまだ至らない点や頼りない点多々あると思いますが、知識と技術を積み重ね、一人ひとりに寄り添った医療を提供できるようにこれからも努力していきます。



臨床工学部  
虫明 義史

早いもので私が亀井病院に就職して9ヶ月が経ちました。初めは何をすれば良いのかわからず、一日があつという間に終わってしまう日もしばしばありました。それでも患者さんと接する機会が増えていく中で、ようやく顔と名前が一致するようになり、患者さんからも気軽に話しかけてもらえるようになってきました。

以前は工場に勤めていたのですが、そこでは一人でやる業務が多く、チームワークを必要とする医療の現場とは違っていることが多くて戸惑うこともありました。患者さんから「もう慣れたで?」と聞かれても「慣れました」と自信を持って答えられない自分に歯がゆさを感じています。

今後は自分のできることを少しずつでも広げ、また忙しい時でも心に余裕を持ち、患者さんを第一に考えられるような臨床工学技士になりたいです。

### 先輩スタッフからのコメント

二人が入職した初日などは緊張から硬さもみられましたが、それを上回るやる気に満ちあふれた表情がとても印象に残っています。真面目な所も前面に出ているので、分からない事は積極的に質問し、先輩からのアドバイスをしっかりと受け止めている場面をよく見かけます。

患者さんとのコミュニケーションの機会が段々と増える中、マスク越しでも笑顔を意識し優しく丁寧な接遇が出来ており、世間話なども含めよく話しかけられているので、患者さんからも信頼されてきているのだなと感じます。

まだまだ覚えなければいけない事もたくさんありますが、お互いが切磋琢磨し、経験を積んで社会人としても大きく成長して欲しいです。



臨床工学部副主任  
伊東 秀記

# カメイのゴハン

## 我が家の プチゼいたく



エネルギー：889 kcal  
タンパク質：41.7 g  
カリウム：937 mg  
リン：572 mg  
食塩相当量：6.4 g



令和二年の初春を迎え、謹んで新年のお慶びを申し上げます。  
本年もご覧いただく皆さんのお食事作りのヒントになるような  
お料理のご提案に努めて参ります。 管理栄養士 山下 絵里



### 材料 (2人分)

#### 【酢の物】

乾燥ワカメ… 3g、きゅうり… 100g、むきエビ… 5尾、  
味付き数の子… 40g、だしまる酢… 30cc

#### 【ちくわの変わり揚げ】

ちくわ… 1本、人参… 7g、グリーンアスパラ… 20g、  
てんぷら粉… 30g、水… 50cc

#### 【簡単スペアリブ】

スペアリブ… 2本、中ザラ糖… 50g、  
たまり醤油… 50cc、水… 300cc、  
バタビアレタス… 2枚、赤パプリカ… 5g

#### 【はらこ飯】

だし汁（酒 10cc、みりん 10cc、濃口醤油 10cc、  
顆粒だし 1g、昆布 3g、水 180cc）  
米… 1合、甘塩鮭… 1切（100g程度）、  
イクラ… 30g、三つ葉… 少々

### つくり方

塩分が高いため、減塩の必要がある方は  
スペアリブを薄味に仕上げてくださいね。

- ① もどしたワカメはゆでて水にさらして水分をきる。  
輪切りのきゅうりを塩もみして水にさらし水分をきる。  
エビは酒少々を入れてゆでる。数の子は一口大に切る。  
ワカメときゅうりをだしまる酢と和えて器に盛りエビと  
数の子をかざる。
- ② ちくわの片側に切り込みを入れ、ゆでた人参とアスパラ  
を詰め、天ぷら粉で揚げる。3等分したものを斜めにカットし、盛り付ける。
- ③ スペアリブは分量の煮汁で煮含め、レタスとパプリカを添えて盛りつける。
- ④ 鮭は焼き、三つ葉はゆでて2cm程度に切る。  
米は洗米し水分を切り、昆布をのせて分量のだし汁で炊く。  
焼き鮭の半量を小さめにほぐし、ご飯に混ぜる。  
器に味付けご飯を盛り、残りの焼き鮭を一口大にして、  
イクラ、三つ葉と一緒にかざる。

## オフタイム ～看護師の休日～

当院スタッフの休日の過ごし方をご紹介します

子育てや親の介護が終わり、今は時間に少しゆとりが出来ました。そんなとき出会ったのが牛乳パックで作る「コッシー椅子」です。初めは甥っ子の子どものプレゼント用にとネットで調べて作り始めました。これが当院のスタッフにも好評で、今は4個目を制作中です。同じように作っても微妙に表情が違うのでなかなか奥が深いです。

牛乳パック椅子の良いところは、たくさんあります。

- ◎ コスパ最強（本来捨てる牛乳パックと新聞紙を使用しているので材料費が安い）
- ◎ 天候に左右されず隙間時間に作れる ◎ 新聞紙をぎゅーっと詰める時、ストレス解消
- ◎ 環境にやさしい（紙なので捨てる時も安全）
- ◎ 牛乳をたくさん飲むようになって骨が丈夫になる（笑）

今日もテレビを見ながら牛乳パックに新聞紙を詰めています。

（森 順子）



完成  
♪



すっごく  
おきにいりなの!

## おすすめストレッチ ♪ 股関節前面



今回は、股関節前面のストレッチを紹介します。

人は加齢とともに前かがみになりやすくなってきます。股関節の柔軟性を保ち、いつまでも若々しい姿勢を保ちましょう。

理学療法士 川崎 秀樹

### 1. 足を前後にひらく

ワンポイント!

つま先や膝は開かず足を  
まっすぐ開くと効果的です!

### 2. 背筋をまっすぐ伸ばしたまま、前側の脚の膝を90度まで曲げ、後ろ側の脚は床につかない程度で止め、5秒～10秒保つ

このストレッチはランジとも呼ばれ、脚の筋力トレーニングにもなります。バランスの悪い方は壁に手をつくるとよいでしょう。無理のない程度で両脚おこないましょう。



ここを伸ばしましょう!

Pipi、ってなあに？

「Pipi」とはフランス語で「おしっこ」の意味です。広報誌の発刊が決まったとき、職員に名称を募集したところ、集まったもののなかでキラリと光っていたのがPipiでした。当院の特徴である腎・泌尿器を表現できているのではないかと思います。

# 外来診療のご案内 令和2年1月現在

	月	火	水	木	金	土
<b>泌尿器科</b>						
9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●
14:00 ~ 16:30	●	●			●	
<b>透析</b>						
7:45 ~	●	●	●	●	●	●
12:00 ~	●	●	●	●	●	●
17:00 ~	●		●		●	
<b>総合診療</b>						(第1・3土曜のみ)
9:00 ~ 12:00	●	●		●	●	○
14:00 ~ 16:30	●					
<b>腎臓内科</b>						
9:00 ~ 12:00	●			●		
14:00 ~ 16:30	●			●		
<b>麻酔科</b>						
9:00 ~ 12:00	●	●		●	●	
<b>循環器内科</b>						
14:30 ~ 16:30				●		
<b>整形外科</b>						(第2・4土曜のみ)
9:00 ~ 12:00						○
<b>緩和医療</b>			(14:00 ~ 16:30)	(9:00 ~ 12:00)		
		●		●		

※緊急の検査・手術や学会出張等で変更になる場合があります。  
 ※いずれの外来も**予約制**で行っています。当日受診希望の方も電話連絡をお願いします。  
 ※毎月（月1回）の**保険証**の提示にご協力ください。



- 国道438号線沿い 文化の森総合公園の西側
  - 大型駐車場あり
  - 徳島バス 佐那河内線、徳島市バス 一宮線
- 【亀井病院前】下車。1日53便、上下線とも病院玄関前に停車します。通院・お見舞いにご利用ください。

〒770-8070 徳島市八万町寺山 231  
 TEL.088-668-1177 FAX.088-668-1122  
 ( 外来のご予約に関するお問い合わせは )  
 ( 日・祝を除く 9時～18時 )  
 ホームページ <https://www.kameihospital.com/>

## ＊＊お知らせ＊＊

- 令和元年度高齢者用肺炎球菌ワクチン 予防接種（定期予防接種）を実施しています。今年度該当する年齢（65,70,75,80,85,90,95,100歳）の方へは、専用の予診票が市町村から送付されています。自己負担金は4000円（生活保護世帯に属する方は免除）です。対象年齢以外の方も7800円（税別）で接種しています。接種期間に制限がありますのでお早めにご予約ください。
- 前立腺がん精密健診も受け付けています。
- あらかじめ電話にてご相談・ご予約ください。

## ＊＊表紙＊＊

お正月の大鳴門橋です。去年は天気も良く暖かいお正月でした。完成から35年が経ち、今ではなくてはならない社会インフラとなっています。

## ＊＊病院の理念＊＊

よりよい医療を提供し  
 社会に貢献いたします

## ＊4つの基本方針＊

1. 患者さんの話に耳を傾ける医療
2. 職員全員が医療人としての技量を発揮するチーム医療
3. 患者さんの健康回復・社会復帰を目指す医療
4. 他の医療機関と連携する医療

職員全員で患者さんが  
 健康回復に取り組むことを  
 医療的にそして精神的に支援します

## ＊＊編集後記＊＊

インフルエンザ対策には紅茶が良いと聞いてから、冬は紅茶を飲んで過ごしています。予防注射を打っても毎年感染していた私ですが、紅茶を飲むようにしてから嘘のように元気です。ただし飲みすぎると尿路結石ができやすくなるので、お気をつけください。インフルにも気を付けつつ、もし尿路結石になってしまったら、亀井病院へどうぞ。 ( T.N )