独立行政法人
国立病院機構

相模原病院からの

http://www.hosp.go.jp/~sagami/

耳より いいメール

国立病院機構 相模原病院　広報誌
平成27年11月30日号
発　行：国立病院機構 相模原病院
発行責任者：金田　悟郎
住　所：相模原市南区桜台18-1
電　話：042-742-8311（代表）
ＦＡＸ：042-742-5314

第68号

北アルプス・涸沢10月の紅葉（撮影：経営企画室　井上　浩嗣）

第68号 目 次

◆「感染管理認定看護師のお仕事」…… 2
◆「緩和ケアチーム活動紹介」…… 4
◆「高校生の１日看護体験」…… 6
◆「たんぽぽ保育園の園舎が新しくなりました」‥ 8
◆「10月31日(土)に災害訓練を実施しました」‥ 9

連載 近隣協力医療施設の紹介コーナー
町田市原町田
「ミーナジェイ町田クリニック」……10

SAGAMIHARA
NATIONAL
HOSPITAL

私たちは患者の皆さまの人権を尊重し、十分な説明と同意に基づき親切で心のこもった医療を提供します。

「感染管理認定看護師のお仕事」

感染管理認定看護師
佐野　睦美

感染管理認定看護師ってなに？

こんにちは、今回は感染管理認定看護師の紹介です。私の役割は病院、施設、在宅医療における感染を予防し「患者さん・ご家族、医療従事者及び病院で働くすべての人々とその家族を感染から守る」ため、医師・看護師・薬剤師・検査技師・事務職員からなる感染対策チーム活動を積極的に推進することです。

どんなお仕事をしているの?

活動の場は主に医師・看護師・薬剤師・検査技師・事務職員で協働している感染対策チームと看護部職員からなる感染防止対策委員会（リンクナース会）です。

病院、施設、在宅医療における感染の予防、感染予防の教育や相談、実際に感染症が発症した場合には、感染の起こった現場の調査や感染対策を行い、更なる感染の拡大防止や職員への情報提供を行っています。

ラウンドの様子

最も力を入れていることは、毎日、さまざまな部署をラウンドして現場の情報収集をしながら感染防止技術の確認や指導と共に、感染対策の実践を評価し、問題点を部署の職員と一諸に考え改善する活動です。その他にも、 ニュースの発行や、研修会を通しての職員教育・啓発をしています。

今年は特に手洗い・手指消毒の実施を推進する活動をしています。患者さんに、感染の原因となる細菌やウイルスを運ばないように、WHOが提唱している「手指衛生5つの場面」の実施推進、「手洗い評価月間」の実施、一患者さんあたりの一日の手指衛生実施回数調査などによる職員啓発活動を行っています。多くの看護職員は手指消毒剤を携帯して、いつでもどこでも消毒ができるようなりました。

ＷＨＯが提唱する「手指衛生５つの場面」
※サラヤ株式会社より許可を得て掲載。

このように消毒剤を携帯しています

感染管理認定看護師からのメッセージ

冬はインフルエンザやノロウイルスの感染対策に特に注意が必要なシーズンです。

ニュース等で報道されているように、今シーズンは新しい種類のノロウイルス(遺伝子型GⅡ.17の変異型)によって、大きな流行が起こると予想されています。今回、国が全国的に注意を呼びかけているノロウイルス対策についてお話します。

●どうやって感染するの？

ノロウイルスの感染はほとんどが経口感染（口から体内に入り感染する）であり、次のような感染経路があると考えられています。

感染者のウイルスが大量に含まれる便や吐物などから直接もしくは二次的に感染する場合や、調理などを行う食品取扱者が感染しており、その者を介して汚染した食品を食べた場合、またウイルスに汚染された貝類（特に二枚貝）を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合などがあります。

●潜伏期間と症状は？

潜伏期間(感染から発症までの時間)は24～48時間で、主症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛で、発熱は軽度(37～38℃くらい)です。

症状は通常であれば1～2日ほど続いた後、治癒します。ただし、免疫力の低下した老人や乳幼児では長引くことがあり、激しい嘔吐や下痢による脱水症状に気をつける必要があります。

●感染を防止するには？

日頃から正しい手洗いを習慣にしておくことが大事です。

特に、便や嘔吐物を処理する時は、適切に行いましょう。

感染力は非常に強いので汚染された服や床などを消毒して感染の拡大を防止しましょう。

～ ご自宅でできる感染予防 ～

●吐いたものの処理方法

①消毒液（下記参照）を作ります。

②マスク・手袋・エプロンを着用します。（大きなビニール袋でエプロンを作成します）

③ビニールのごみ袋、新聞紙・キッチンペーパや雑巾を準備します（可能なら窓を開け、換気をしましょう）。

④汚物の上に新聞紙をのせ拭きとります。キッチンペーパや雑巾を消毒液に浸し、汚染した場所にかぶせ、10分待ちます。

⑤使用した新聞紙・キッチンペーパ・雑巾などはビニールのごみ袋に入れ密閉し、廃棄します。その後、使用した手袋やマスク、エプロンも同様にビニールのごみ袋に入れ密閉し廃棄します。

●よごれた衣類の洗濯方法

便や吐物で汚れた衣類をそのまま洗濯機で洗うと、洗濯槽内や他の衣類が汚染されます。マスクと手袋を着用し、バケツやたらいで便や吐物を水洗いしてから、消毒薬に10分程度浸して、他の洗濯物とは別に洗いましょう（洗濯物が色落ちする可能性があります）。天気がよければ外に干してしっかり乾燥させましょう。

●簡単にできる消毒液の作り方

表は、塩素消毒液５％（「ハイター」「ブリーチ」）の場合です。

濃度	消毒するもの	水の量	もとになる消毒液の分量
0.1%（1000ppm）	嘔吐物、便で汚染された場所や衣類の消毒	1L	原液20ml（ペットボトルのキャップ4杯分）
0.02%（200ppm）	調理用具、床、ドアノブ、便座の清掃など		原液５ml（ペットボトルのキャップ1杯分）

ペットボトルのキャップ１杯は約５mlです。

※「ワイドハイター」等の酵素系色柄物漂白剤には消毒効果はありません。

「緩和ケアチーム活動紹介」

手術部長
麻酔科医長
鈴木　麻葉

緩和ケアチームは、入院外来を通じ、治療の副作用や病気に伴う身体や心の苦痛症状を緩和し、その方らしい生活を支援することを目的として活動しています。苦痛があれば対象疾患は悪性腫瘍に限定されませんが、平成24年がん対策推進基本計画より「がんと診断された時からの緩和ケアの推進」は特にがん診療連携指定病院必須要綱のひとつです。がん治療と並行して外来緩和ケア診療を実施すると

①抑うつ、不安を持つ患者が有意に減少する
②QOLが良好に保たれる
③予後が延長する

という研究結果が出ています。

よって私たち緩和ケアチームの今年度活動目標は、院内各診療科の先生方に早期からの緩和ケアの意識を高めていただくことに定めております。メンバーは身体症状緩和担当医師、精神症状緩和担当医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床心理士、医療ソーシャルワーカー、リハビリ担当医師、放射線科医師から構成され、主治医の先生もチームメンバーに加わっていただきます。緩和ケアチームの活動は、対象が

①入院患者様
②外来患者様　の２群に分かれています。

①入院患者様のチームメンバー個々による日々の診療のほか、毎週火曜日15：00からチーム全体カンファレンスを行い、その後引き続き回診で患者様のもとに伺います。カンファレンスでは患者様一人ひとりについて1週間の経過と現在の問題点をチェックし、チームメンバーでディスカッションを行い、各部門で支援すべき事項を明確にします。

②外来患者様は毎週水曜日午前中完全予約制の外来で診療しています。緩和ケア外来は全人的治療を行うことを目的とした外来で患者様お一人に対し、30-60分の十分な診療時間を設けております。チーム専任医師とがん専門看護師による診療です。

また、チームメンバーによる院内勉強会、緩和ケア研修会（今年度は7月に終了）も定期的に開催されております。勉強会内容について具体的なご要望ございましたら、是非お寄せください。

緩和ケア研修会の様子（講義）

緩和ケア研修会の様子（グループワーク）

緩和ケアのご案内

● “緩和ケア”とは

がん患者さんは、がん自体の症状のほかに、痛み、だるい感じなどのさまざまなからだの症状や、落ち込み、悲しみなどのこころの痛みを経験します。
「緩和ケア」は、がんと診断されたときから行う、からだとこころの苦痛をやわらげるためのケアです。

● “緩和ケアチーム”とは

がん診療にたずさわる医師、看護師、薬剤師、栄養士、臨床心理士、医療社会事業専門員（ケースワーカー）などがチームとなって、がん患者さんにとって最もよい治療を受けられるように、患者さんご自身とそのご家族を支援いたします。

●こんな症状でお困りのときは、緩和ケアチームにご相談ください。

・痛みにがまんできない
・治療にともなう吐き気、だるさなどの症状がつらい
・薬について相談したい
・食事のとり方について相談したい
・だれかに話しを聞いてもらいたい
・気分が落ち込んだり、不安なとき
・これからの日常生活や仕事について不安がある

●ご相談の方法～サポート

★緩和ケアチームによるサポートを受けたいことを主治医または看護師にお申し出ください。緩和ケアチーム専従看護師がお話しをうかがいます。

［入院中］緩和ケアチームがベッドサイドを訪問します。
［通院中］主治医と連携しながら緩和ケア外来（毎週水曜日午後）で診療します。

「高校生の1日看護体験」

副看護部長
田沼　明子

当院では、県民の皆さんに健康や看護に関心を高めていただくと共に病院を身近に感じてもらいたいと思い、様々なイベントを行っています。今回は、高校生を対象とした1日看護体験についてお伝えします。

毎年8月の第1週目に高校生対象の1日看護体験を企画し、神奈川県看護協会や相模原地区インターンシップ連絡協議会を通じて広報しています。今年は、高校1～3年生30名の申込みがあり、昨年より10名も多く参加してくれました。参加のきっかけは、将来看護師になりたい、看護職に興味があると全員が答えており、高校生のうちから将来の職業について真剣に考えている事に驚き、看護職への興味の高さに嬉しく感じました。

1日看護体験は、白衣に着替えて看護師に変身することからスタートします。高校の制服から白衣に着替えると、表情も一変して初々しさの中に緊張感が出て、見た目にはすっかり新人看護師になります。その後、病棟で看護師と行動を共にして仕事を見学・体験します。看護体験としては、患者さんとコミュニケーションをとり、清潔ケア（洗髪や足浴）や移動の介助、ベッドメーキングや手術室の見学など様々な事を行ってもらいました。患者さんからは、感謝の言葉を頂いたり、頑張って！と激励されて、高校生達は感動していました。そして、看護師になりたいという気持ちがより一層強くなり、現実的にもなったようです。看護の楽しさややりがいと共に大変さも伝えることで、高校生達は看護師になるために今の勉強も頑張ろうという気持ちになっていました。そして患者さんや家族の方と触れ合うことで、コミュニケーションの重要性も感じることができていました。

一方、看護師達も普段は当たり前に行っている看護ケアや業務の重要性、やりがいについて高校生達に伝えることで振り返る機会となり、高校生の反応を得ることで刺激となってモチベーションにもつながっていました。

担当者からのコメント

8月は猛暑の毎日でしたが、参加した30名の高校生たちは元気一杯に「看護体験」を行うことができました。個々の希望分野（内科、外科、産科、小児科）で、指導看護師と行動を共にすることで、漠然としていた「看護の仕事」を具体的に知ることができたと思います。また、高校生たちは緊張しながらも、様々な看護場面をしっかり観ることができ、積極的に参加していました。毎日の反省会では看護部長をはじめ指導看護師たちのアドバイスや看護観を聞く事ができました。指導看護師たちも、自分が相模原病院の看護モデルになれたことや、看護観を語ることで、自信に繋がり、相互学習の場にすることができました。「高校生の一日看護体験」を通して、高校生や看護職員が有意義な一日が送れたことに感謝いたします。

益々、少子高齢化社会が進み、看護職は必要とされる職業です。活躍の場が一層広がっています。国立病院機構相模原病院での「高校生の一日看護体験」が、看護職を目指すきっかけになることを期待しています。

（入退院管理室長補佐　嶋田　幸子）

１日看護体験に参加した高校生たちの声

患者さんがズボンを自力ではけた時や血糖値が下がった時など、とても喜んでいて自分もとても嬉しくなりました。

患者さんと触れ合う機会があり、小さな気遣いで笑顔になっていただいたり、「ありがとう」の一言をいただけて、少し大変だなと思っていたことが吹きとんだような気持ちになりました。もっともっと専門的に学んで、心の温かい看護師になるために、今日のことをきっかけに頑張りたいたいです。

患者さんと話す看護師さんはみなさん笑顔だったのが、全体的な印象になりました。
患者さんの「（看護師になるのは）大変だろうけど、頑張ってね。ファイト！」が本当に嬉しかったです。

★お礼のお手紙★

先日はお忙しい中、私たちのために時間を作っていただきありがとうございました。

私は、一日看護体験をして、今まで以上に看護師になりたいと強く思いました。今できることやるべきことを一生懸命行い、夢に一歩でも近づけるように頑張っています。

相模原病院での体験は、患者さんや先輩看護師から、勇気や頑張る力を頂きました。来年も違う分野を体験したいと思っているのでこれからも応援してください。よろしくお願いします。

神奈川県立相模原総合高校2年　鈴木　愛美

神奈川県立相模原総合高校から
鈴木　愛美さん（２年）（中央左）
榎本　実美さん（２年）（中央右）
３南病棟（外科、呼吸器外科）の指導看護師と記念撮影

「たんぽぽ保育園の園舎が新しくなりました」

新しい「たんぽぽ保育園」の外観

相模原病院併設「たんぽぽ保育園」は今年で創立43年目に当たり、園舎は通算５戸目となります。園児３人からスタートし、一時は100人近い園児数になりましたが、少子化の影響で園児も減り、定員数60名に対して50名前後のお子さんをお預かりしていました。

最近では働く女性が増えて保育所が足りないことが社会問題になる中で、たんぽぽ保育園も入園希望者が急増し、現在は62名のお子さんをお預かりしています。そうした時代の要請もあって、この度は定員数を80名に増やしての開園となりました。

保育園職員の人手不足という課題もありますが、これからも安全で、安心してお子さんを預けることができる保育園を目指していきたいと思います。

（たんぽぽ保育園　園長　池田　真理）

開園式の様子
（向かって左から大島事務部長、片岡看護部長、金田院長、安達副院長、池田園長）

病院という職場の特徴として、職員の半数近くを看護師などの女性で構成されています。そのため、職員が子育てをしながら働き続けることができる環境を整えることは、病院の機能維持のために欠かすことができません。しかし現実には、結婚、出産、育児をきっかけに仕事を辞めてしまうケースも多く、当院でも敷地内に「たんぽぽ保育園」を併設するなどして、子どもを持つ職員が安心して働くことができるよう努めて参りました。

近年の保育園不足を背景として園児数が増えるにつれて旧園舎が手狭になり、早急な建て替えが課題のひとつでしたが、看護師確保対策の一環として「たんぽぽ保育園」の園舎を建て替えることができました。

旧園舎があった場所から移転した新しい「たんぽぽ保育園」の内部は、天井が高く、広々とした余裕のある空間が印象的です。この新しい園舎で、これからの世代を担っていく園児たちがのびのびと育っていくことを切に願います。

（管理課長　櫛田　裕之）

広びろとしたメインホール

「10月31日（土）に災害訓練を実施いたしました」

管理課長　櫛田　裕之

当院は、災害拠点病院（※1）に準ずる設備・機能を有する災害協力病院（※2）として、災害拠点病院のバックアップ体制に参加し、傷病者等を受入れるなどの医療救護活動へ協力します。

また、相模原市における災害拠点病院リエゾン（※3）として、日頃から災害訓練を積極的に実施するなど有事に備えるとともに、県内における災害の発生直後の急性期に活動を開始できる機動性を持った、専門的な研修・訓練を受けた災害派遣医療チームいわゆるＤＭＡＴの育成も進めているところです。

そのため、地震などの広域大規模災害や近隣災害発生の際には災害時医療体制を構築し、病院の機能を最大限活用して傷病者を受け入れ、十分な医療体制を提供することができるよう、災害訓練を通して、設備・機能、傷病者の受け入れ、マンパワーなど供給体制を再認識することとしております。今回の訓練では、神奈川県地震被害想定調査（※4）に基づき、都心南部直下地震を想定し、訓練当日の10月31日（土）は、150人にも上る職員が休日出勤し、訓練を実施いたしました。

本番さながらの訓練の様子

訓練では、普段の診療機能に加え、災害（警戒）レベルを最上位のレベルⅣ（厳重警戒態勢）として、全職員が参集して災害にあたることとしておりますが、新設部門として災害対策本部、トリアージ（※5）エリア、軽症患者（緑）診療エリア、中等症患者（黄）診療エリア及び重症患者（赤）診療エリアを立ち上げて、70人の模擬患者に対し、治療優先順位を決め、治療、搬送や情報伝達訓練を実施いたしました。

トリアージタグで素早く患者さんの容体を確認します。

多くの職員が参加し、充実した訓練となりましたので、来年以降も継続して実施していきたいと思います。

最後になりますが、相模原病院は、今後の新外来管理棟の建替を契機に、災害拠点病院として必要な設備・機能を有する施設としてＤＭＡＴ指定医療機関を目指すこととしております。

※１　災害時に医療救護活動の中心となる医療機関として、被災地からのとりあえずの重症傷病者の受入機能、ＤＭＡＴの派遣機能などの機能を担う病院。

※２　神奈川県では、災害拠点病院に準ずる設備・機能を有し、発災時に災害拠点病院と連携して医療救護活動を行う病院について、神奈川県ＤＭＡＴ－Ｌの整備に努める災害協力病院を指定している。

※３　相模原市では、災害時医療救護マニュアルにおいて、救護所でのトリアージの結果、病院での治療が必要と判断された傷病者は後方医療機関に搬送するとされており、相模原病院は、自院と関連する地域救護病院及び市災害時医療救護本部との連絡調整役を担います。平時においては、相模原市の災害時医療救護体制に対する医学的な助言等を行います。

※４　県の中央部から東部にかけて震度６弱の揺れが想定され、特に、横浜市、川崎市、相模原市、厚木市で、震度６強の揺れが想定されます。全県での人的被害は、死者2,990人、重症者2,810人、中等症者24,680人、軽症者35,250人と想定されます。横浜市、川崎市、相模原市で多数発生すると想定されます。

※５　災害発生時など多数の傷病者が同時に発生した場合、傷病者の緊急度や重症度に応じて適切な処置や搬送を行うために傷病者の治療優先順位を決定すること。

連載

近隣協力医療施設の紹介コーナー

町田市 原町田「ミーナ町田 ジェイクリニック」

院長
陣内（じんのうち）　祐二　先生

町田市原町田に開業して、はや３年になろうとしています。開業前は聖マリアンナ医科大学消化器・一般外科に所属しており救急医療、癌治療、内視鏡検査等を行ってきました。叔父が町田で開業をしており検査、外来等のお手伝いをしておりました。その時に担当していた乳腺外来、痔の診療、内視鏡検査等の需要が増えたため、町田で開業する運びとなりました。

当院は内科、乳腺外科、肛門科、消化器内科、循環器内科、血管外科、形成外科、婦人科などの診療を行っています。乳腺外科、婦人科では女性医師も診療しておりますので、女性特有のちょっとした症状でも安心してご相談下さい。

乳腺外来ではマンモグラフィー、超音波検査を迅速に行うことができます。また、聖マリアンナ医科大学付属研究所ブレスト＆イメージング先端医療センター付属クリニックと地域提携をしております。

当院では脂質異常症、糖尿病、高血圧といった生活習慣病から風邪、インフルエンザ、喘息、花粉症、急性胃腸炎といった急な体調変化にも対応いたします。また経鼻的胃内視鏡検査、大腸内視鏡検査を用いた消化器病の診断、治療も行っています。

相模原病院とはＣＴやＭＲＩ検査のオンライン予約システムを導入しており、画像読影結果も迅速に対応していただいております。

町田、相模原地域の皆様のかかりつけ医として幅広く診療いたします。どうぞ宜しくお願いします。

【ミーナ町田ジェイクリニック】

診療科：内科、消化器内科、循環器内科、肛門外科、血管外科、乳腺外科、婦人科、形成外科

休診日：日曜日、祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
内　科	○	○	○	－	○	○	－
消化器内科	○	○	○	－	○	○	－
循環器内科	○	○	○	－	○	○	－
肛門外科	○	○	○	－	○	○	－
血管外科	○	○	○	－	○	○	－
乳腺外科	○	○	○	☆	○	○	－
婦人科	○	☆	－	☆	⑱	☆	－
形成外科	－	－	○	－	－	－	－

「○」午前10:00～14:00 午後15:00～19:00
「⑱」午前10:00～14:00 午後15:00～18:00
「☆」午前10:00～14:00（午前のみ）

電　話：042-732-5120
住　所：〒194-0013
東京都町田市原町田4-1-17　ミーナ町田４階
ホームページ：
http://www.j-clinic.jpn.com/index.html