

新年明けましておめでとうございます

本年は、法人の3つの基本方針

- 1、地域医療とリハビリ医療を掲げ、地域の中核的役割になる。
- 2、継続勤務を可能とする就労環境を確保する。
- 3、持続的発展を可能とする経営をはたす。



の元に、増床に向けての本格的な始動の年となります。

今まで培い、共有してきた病院機能をより充実させ、地域に選択される資源として地域医療・リハビリテーションを、変わらず大きな2本の柱と位置付け邁進していきたいと考えています。

その為には、病院が持つ機能である外来、入院、リハビリテーション、訪問診療、健診、介護サービスといった法人の強みとすべき機能を更に強く厚く、また法人内の各部門間でのパイプを密にすることで、法人内の理解浸透、法人外への周知を進め、存在意義を高めることが重要です。

また、職員の皆さんの意識を集約するため、クリアにしなければならない点についても合せて精査することにより、私自身の環境理解も進めたいと考えております。

地域資源として、認められることは皆さんの継続勤務を可能とし、法人の持続的発展を可能とすることに繋がります。当然、評価は利用される皆様がされることとなりますので、その地域ニーズを、私たちが対応できる範囲でセーフティーネットとして実現できるよう、変わらぬ協力をお願いします。

具体的になすべき案件は、一つずつ共有しながら乗り越えていきましょう。

そして、私たちに、法人としての集結した底力を見せていきましょう。

本年もよろしくお願ひ致します。



医療法人社団 紫苑会
理事長 田中 博

◆Contents◆

☆理事長新年あいさつ ☆国際救命救急協会インストラクター成瀬PT科長Q&A

☆栄養ワンポイントアドバイス ☆菊池新師長就任Q&A



国際救命救急協会インストラクター

リハビリテーション部

理学療法科 科長 なるせ 成瀬 ともたか 友貴



▶ CPRとは…日本語では『心肺蘇生法』と訳されます。簡単に言うと、心臓や呼吸が止まってしまった方に行なう、心臓マッサージと人工呼吸の事です。

Q 現在開催中の CPR 研修の指導お疲れ様です。

A ありがとうございます。本研修は平成 21 年より本格的にスタートし、今年で 5 年目になります。今年度の研修は 10 月から 2 月までの 5 ヶ月間の予定で現在も行なわれている最中です。CPR という言葉も、最初は血液データの“CRP”とよく呼び間違えられていましたが、最近はそれも少なくなりました。ここ数年は参加者も増えてきており、CPR 研修が浸透してきたように感じます。本研修は私以外に 14 名の仲間に支えられて行なわれています。この 14 名のスタッフは皆さんに教えるために、毎年、国際救命救急協会主催の厳しい CPR 研修に参加し認定資格を取得しています。CPR スタッフには感謝しています。

Q なぜ国際救命救急協会のインストラクターになろうと思ったのですか？

A 私が理学療法士になって 2、3 年目の頃、先輩 PT から「下肢切断患者さんの歩行練習中に急に心停止を起こした」「訪問リハビリで家を訪ねたら居間で患者さんが倒れていた」などの体験を聞く機会がありました。その時、もし私がその現場にいたらどのように対応したのか考えました。しかし、その頃の私は具体的にどのようにすればいいのかわかりませんでした。その時、たまたま職場で CPR 研修を受講する機会がありました。それが始まりです。それから 15 年くらいずっと続けています。インストラクター資格を取ったのはまだ 5 年前のことです。教育委員会主催で CPR を教える機会を頂いたのがきっかけでした。

Q 私も CPR 研修に参加しましたが、なかなかコツをつかむのが大変ですね。

A 私も最初はそうでした。特に、初めて受講した翌年は全く忘れてしまっているという惨憺たる状態でした。しかし、3 年、4 年と継続していくに従い、だんだん体に残るようになってきました。皆さんも毎年継続して行う事で少しずつ体に染みついてくると思います。CPR 研修は毎年行っていますので、年に 1 回、CPR を思い出すつもりで受講してみてください。

Q いざ目の前に人が倒れていた時に、とっさに動くために必要なことはなんですか？

A 私は今でも時々行なっていますが、もし目の前で患者さんが急に倒れたらどう対応しよう…、もし自宅で家族が倒れたらどう対応しよう…というように、時々頭の中でもシュミレーションしています。それから、年に数回、練習用の人形を出して練習しています。とっさに動くようにする為には、考えなくても体が動くぐらいまで反復練習するしかないと思います。しかし、それよりもっと重要なことがあります。実際、CPR が出来るようになって、全ての方が救助活動をするわけではありません。特に私たち日本人は恥ずかしさや、間違えたことをしたらどうしよう？などの自信の無さから、なかなか救助活動が出来ない方が多いと思います。見て見ぬふりをしてしまう人もいるかもしれません。ですから、やはりとっさに動くために必要なことは、目の前に倒れている人がいたら、助けたい！助けなきゃ！という強い気持ちを持つこと。行動を起こす勇気を持つことだと思います。…と偉そうなことを言っていますが、私自身まだそのような現場に遭遇したことがないので、本当に動けるかどうかはその時になってみないとわかりません。

Q 今は AED が設置されている場所も増えていますが、AED が近くにない場合はどうしたらいいのですか？

A 目の前に倒れている人がいたら、まず救急車の要請です。それから AED が近くにない場合は、自分が CPR を行います。周りに人がいたら、AED を探すように頼んで下さい。そして救急車あるいは AED が到着するまで CPR をひたすら続けます。通報から救急車到着が平均 8 分ですから、その間心臓マッサージを 600 回ぐらいは行わなければなりません。当然、体力も必要ですが、体を上手に使い、楽に心臓マッサージができるような体の使い方を覚えることが必要です。

Q 成瀬さんの今後の抱負を教えてください。

A CPR 仲間をたくさん増やすことです。皆さんの中で、もっとしっかり CPR の勉強をしたい！ CPR の認定資格を取りたい！という方がいましたら成瀬まで声をかけて下さい。

Q スタッフや地域の皆さまに一言お願いします。

A 毎年 CPR 研修の時に話をしているのですが、CPR はいつ使うか分からない技術です。もしかしたら、一生使わないまま終わってしまう技術かも知れません。でも、“もしもの時”のために是非覚えておきたい技術の一つです。

スタッフの皆様、当院には AED が 6 台設置されています。院内どこからでも 1 分以内に運んで来られます。どこに AED が設置されているのか再度確認して下さい。

地域の皆さま、私たちスタッフは“もしもの時”のために CPR 研修を毎年行っています。皆様が安心して当院を利用できるよう、これからも頑張っていきますので応援よろしくお願い致します。

成瀬さんは、一人でも多くのスタッフに CPR を習得してもらうように厳しい指導を行う一方、春から夏はキュウリやトマトなどを栽培し家庭菜園を、秋から冬は薪割りや薪材の確保をしながら薪ストーブを楽しむ、自然をこよなく愛するセラピストです。



健康診断と食事について



【尿酸】

栄養相談をしていると「尿酸値が高いからビールをやめて焼酎にしたよ」という話をよく聞きます。皆さん、いろいろ努力をされているのがわかります。確かにビールはアルコールの中で、最もプリン体が多いのですが、実はアルコール自体が尿酸の産生を亢進し、排泄を障害します。何を飲むにしても飲酒は、ほどほどにということです。

食事では、プリン体の多いレバーや鰯・エビを避けるのはもちろんですが、肥満を防ぐ為、食べ過ぎないことも大切です。卵と牛乳以外のタンパク質はプリン体を多く含むので、一回の食事量は、魚なら切り身を一切、薄切り肉なら 3 枚程度としましょう。

水分摂取は、尿量を増やして尿酸を排泄させるため、お茶や水を積極的に飲みましょう。

食事以外にも、こまめに水分補給をしながら、適度な運動を心がけましょう。

管理栄養士 佐野 直美

師長に就任して

看護部 3階病棟師長 きくち 菊池 けいこ 恵子



Q 師長就任おめでとうございます。

A ありがとうございます。まだまだ未熟者で今も不安でいっぱいですが、精一杯務めさせていただきたいと思います。

Q 師長に任命されたときはどのような気持ちでしたか？

A「師長という大役を私のような者でいいのだろうか？信じられない！自信もないので断ろう」と思いました。けれど、看護部長や他の師長から「役が人を育てるのよ」とすすめられ受けさせていただきました。

Q これからどのような病棟にしていきたいと考えていますか？

A 入院されている患者様に、少しでも自立に近づけることができるような援助を提供できるように、病棟全体で取り組んでいきたいです。患者様とご家族様に、この病院に入院してよかったと思っていただけるようなケアを提供していきたいです。また、働くスタッフも仕事にやりがいを持って、楽しいと思って働いてほしいので、みんなで力合わせて楽しい病棟にしたいです。

Q 富士いきいき病院の感想は？

A スタッフ一丸となつてがんばっていて、地域の皆さまに愛され、必要とされている病院だと思っています。

Q スタッフや地域の皆さまに一言お願いします。

A これからも地域の皆さまのニーズに少しでも応えられるように努力していきます。どうぞよろしくお願い致します。

普段から元気いっぱいの菊池師長。今年も富士スピードウェイをママチャリで走る耐久レースに病院の仲間たちと参加するほどのパワーの持ち主です。菊池師長のいるところ、優しい眼差しから自然と朗らかな和ができる雰囲気をもった師長です。



ご意見・ご要望・その他お問い合わせは下記までご連絡ください。



医療法人社団 紫苑会 富士いきいき病院 〒419-0205 静岡県富士市天間1640-1

患者専用フリーダイヤル
0120-191-719

TEL 0545-73-1919(代) FAX 0545-73-1916(代)

- | | | | |
|--------------------------|---------------|------------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> | いきいきリハビリセンター | TEL 0545-73-1925 | FAX 0545-73-1916(代) |
| <input type="checkbox"/> | 内科外来・健診センター | TEL 0545-71-0160 | FAX 0545-71-0950 |
| <input type="checkbox"/> | 医療連携室 | TEL 0545-73-1929 | FAX 0545-73-1917 |
| <input type="checkbox"/> | 通所リハビリテーションふじ | TEL 0545-73-1915 | FAX 0545-73-1923 |
| <input type="checkbox"/> | 訪問看護ステーションふじ | TEL 0545-73-1914 | FAX 0545-73-1917 |
| <input type="checkbox"/> | 訪問リハビリテーション | TEL 0545-73-1914 | FAX 0545-73-1917 |
| <input type="checkbox"/> | 居宅介護支援事業所ふじ | TEL 0545-73-1914 | FAX 0545-73-1917 |

URL <http://www.iki-iki-hp.com>

E-mail [jinji@iki-iki-hp.com](mailto:jinja@iki-iki-hp.com)