

## 外来での感染症対策の取り組み

来院される皆さまにご協力いただきながら、新型コロナウイルス感染症対策を始めて1年以上が経ちました。2021年2月より、新たに外来待合室にクリーンパーティションを設置して感染症対策を強化しました。



### クリーンパーティション (日本エアータック株式会社)

下部のファンが汚染空気を吸い込み、内蔵されている高性能空気フィルターで清浄化して上部から放出します。

玄関では、継続してマスク着用の確認、体温チェック、手指消毒のお願いをしています。混雑による感染を予防するため、受診を希望される場合は、必ず事前に電話でご予約ください。

また、病棟の感染防止のため、現在お見舞いはお断りしていますので、ご了承ください。なお、オンライン面会をご利用いただけます。詳細についてはお電話でお尋ねください。



体温計



手指消毒

※2021年4月の状況です。状況によって対応が変わることがあります。

# めだか

さんくろうニュース

5月号

2021年 (No.85)

MEDAK★

巻頭 新入職員を紹介します

健康づくり 災害時の対応～感染症対策編～



広報誌名「めだか」は、当院の中庭でみんなに愛でられ育つめだかのように、親んでいただきたいという思いから名付けられました。

めだか 85号 (2021年5月) 年3回 (2月、5月、10月) 発行

表紙絵: 「大切な時間」 坂尾 有美

発行責任者: 加藤 真二 発行: 医療法人 三九会  
〒471-0035 愛知県豊田市小坂町7丁目80番地  
TEL 0565-32-0282 (代) FAX 0565-35-2570

外来診療のご案内  
診療予約専用 ☎0565-35-3960



三九朗病院  
モバイルサイト



医療法人三九会 三九朗病院

# 新入職員を紹介します

聴いてみました

- 1 得意なこと
- 2 好きな言葉
- 3 タイムマシンがあったら
- 4 宝くじが1億円当たったら何をしますか？
- 5 一番幸せな時間は？

**浅雄 真帆** 兵庫県神戸市

看護師

2 人生一回きり！  
4 旅行 世界中を旅したい  
5 休みの日の前日の夜

**寺島 まゆ** 岐阜県

看護師

3 過去に戻ってもう一度学生がしたい 4 貯金、いっぱい旅行する 5 おいしいコーヒーを飲むとき

**加藤 瑞菜** 愛知県幸田町

看護師

3 未来に行って自分が何をしているか見てみたい  
4 旅行と貯金 5 眠たいときに寝られること

**山田 英津子** 愛知県豊田市

臨床検査技師

1 妄想  
2 ケセラセラ  
3 戦国時代の鉄砲商人になる

**肥田 侑奈** 愛知県常滑市

管理栄養士

4 大学生に戻ってたくさん旅行がしたい  
4 庭付きで大きな窓のある木造平屋建ての家を建てたい 6 天気の良い日に早起きをして時間を有意義に活用できたとき

**瀬戸口 幸美** 愛知県豊田市

看護補助

2 笑顔 4 家を買う。子どもたちといるいろなところへ旅行 5 好きなアーティストの音楽を聴いているとき。子どもたちと話をするとき

**石黒 若葉** 神奈川県南足柄市

看護師

1 人の誕生日を覚える  
4 半分貯金して半分自由に使う 5 おいしいものを食べているとき

**松本 翔子** 愛知県名古屋市中区

看護師

3 中学生に戻ってもう一度部活をしたい  
4 旅行 5 休日

**鈴木 里麻** 愛知県豊田市

看護師

3 今後公開予定の映画を観る 4 買い物 5 おいしいものを食べる時

**藪木 晴香** 愛知県豊田市

看護補助

1 ピアノを弾くこと 2 ありがとう 5 音楽を聴きながらドライブするとき

**柏本 均** 愛知県豊田市

看護補助

1 車の運転  
4 海外旅行  
5 家族と過ごしている時間

**橋本 真由** 愛知県豊田市

看護補助

1 料理が得意  
2 始まるばかりの旅行  
5 寝ている時間

**山中 聖奈** 愛知県豊田市

看護師

2 笑顔 4 自分の好きなアーティストのライブにたくさん行ってグッズを買いたくるとき 6 飼っている犬と遊んでいるとき

**長谷川 藍** 愛知県豊田市

理学療法士

2 感謝  
4 世界旅行  
5 友達とおしゃべりしているとき

**杉野 航史** 岐阜県可児市

理学療法士

2 気合い  
4 1億円で宝くじを買えるだけ買う  
5 人と会話をするとき

**山口 美和** 愛知県豊田市

看護補助

1 歌を歌うこと 2 小さなおさが一つ君に届きますように  
3 昔住んでいた家へ行って赤ん坊の自分の動画を撮りたい

**高田 典子** 愛知県豊田市

看護補助

1 立って寝られる 3 未来の自分や家族が幸せか見てみたい 4 何でもいいので1日で使い切りたい

**北野 直美** 愛知県豊田市

看護補助

2 継続は力なり 4 住宅ローンを返済して残りは貯金 5 家族とたわいもない話で笑っているとき

**平石 凌大** 愛知県豊田市

理学療法士

1 音楽 4 欲しいものを満足するだけ買う  
5 バイクに乗っているとき

**板倉 紗也** 愛知県豊田市

理学療法士

3 100年後の未来に行ってみる 4 マンションを建てる 5 おいしいものを食べているとき

**吉戸 大悟** 愛知県春日井市

理学療法士

1 野球 2 割引き 3 尾崎豊のライブに行きたい

**山本 真希** 石川県金沢市

看護補助

2 耐雪梅花麗 4 世界遺産巡りをしたい 5 甘いものを食べるとき、子どもたちとゴロゴロしながら眠る時間

**宮下 遥** 愛知県豊田市

ノアノア看護師

1 整理整頓 4 世界中を旅する 5 満腹でゴロゴロしながら寝落ちするとき

**前浪 文香** 静岡県菊川市

健診保健師

3 ハワイに行つてゆっくり過ごす!! 4 家を建てる!!  
5 子どもの寝顔を見ているとき

**天野 雅斗** 愛知県安城市

作業療法士

1 本を読む 4 いろいろな場所に旅行する 5 ご飯を食べているとき

**加藤 勇太** 愛知県豊田市

作業療法士

1 体を動かすこと  
4 欲しい物を買う 5 好きなことをしているとき

**加上 美玖** 愛知県みよし市

作業療法士

3 未来をみる 4 世界中を旅行する 5 おいしいものを食べるとき

**井木 徹** 愛知県豊田市

ケアマネージャー

2 一日一生  
5 愛犬とのんびり散歩をする時間

**山本 里香** 愛知県豊田市

通所リハビリ補助

1 ヨガ 4 住宅ローンの返済と子どもの学費代  
5 おいしいものを食べているとき

**佐藤 麻美子** 長崎県長崎市

颯とよたりハビリ補助

2 ありがとう 3 宇宙に行つて地球を見てみたい  
4 裏庭を買い、憩いの場をつくりたい

**河村 紗衣** 愛知県豊田市

作業療法士

4 世界一周  
5 ライブDVDを観ているとき

**伊藤 大貴** 愛知県豊田市

作業療法士

1 バレーボール 4 世界中を旅し続ける 5 お風呂でのんびりするとき

**築瀬 明日香** 愛知県豊田市

作業療法士

1 バレーボール 3 過去やほかの国へ行ってどんな生活をしているのを見る 5 読書など好きなことに時間を使うとき

**芥藤 忍** 愛知県豊田市

颯とよたりハビリ補助

1 ひまがあればどこでも寝られる!! 2 何とかなる!!  
5 テレビを見ながらウトウトしているとき...zzz

**岸本 朋美** 愛知県豊田市

医療事務

2 ありがとう  
4 平屋を建てたい  
5 お布団の中に入ったとき

**加藤 美優** 愛知県刈谷市

医療事務

2 ありがとう  
4 世界一周旅行  
5 食事をするとき

**蘇武 佳奈子** 岩手県一関市

言語聴覚士

1 掃除とバドミントン  
4 夢のマイホーム  
5 家族と過ごす時間

**坂田 彩夏** 愛知県豊田市

言語聴覚士

1 書道 3 未来に行って自分がどうなっているか見てみたい 5 入浴後にアイスクリームを食べているとき

**谷 美優** 愛知県豊田市

言語聴覚士

2 思いやり 3 生きている間では見られない未来まで行って旅行したい 5 食事の時間、おやつを食べているとき

**尾崎 明音** 愛知県豊田市

医療事務

2 風が吹けば補屋が儲かる  
3 何年前か、海外旅行  
5 おいしいものを食べているとき

**熊岡 里恵** 愛知県豊田市

医療事務

1 スポーツ球技全般が好き  
2 失敗は成功のもと  
4 家族で世界一周の旅

**中村 恵美** 愛知県東郷町

メディカルサポート

3 大学生に戻つてもう少し真面目に勉強する 4 ゆっくり船旅で世界一周 5 お風呂を上げて布団に入り眠りにつくまでのひととき

# 看護部を紹介します

当院では、2021年4月に看護部長が交代し、各病棟の看護管理者も新しく就任しました。新たな顔ぶれを紹介します。

## 看護部長あいさつ



かのう あけみ  
加納 明美

当院の基本方針に「家族的な優しい対応」とあります。私は高校を卒業して当院に勤めてから、たくさんの場面でそれを感じてきました。

就職した当初は、初めて社会に出て働くことに加え、病院という特別な環境から、不安と緊張の毎日でした。しかし、温かく見守り続けてくれた事務長をはじめ、厳しくも優しい先輩方や気心許せる仲間が存在、そして毎日の看護からたくさんの学びを気付かせてくださった患者さまとの出会いによって、いつしか「ここに来て良かった」という思いに変わっていきました。

今日に至るまでにたくさんの「人」に育てられ、看護のやりがいを見つけることができました。これからも出会う人たちを大切にしながら、ここに来て良かったと思ってもらえる施設、看護部を目指して仲間とともに尽力していきます。

## 副看護部長あいさつ



あんどう しす  
安藤 思都

三九朗病院に関わった方が毎日笑顔で過ごせて「ここに来て良かった」と思っていただけのように、寄り添う看護の確立を目指していきたくと思っています。まずは、看護部業務を見直し、安心・安全への取り組みを実施します。さらに、教育体制の構築を行い、よりよい看護の提供を目指します。

毎日、笑顔で頑張ります。(^^@)

## A3病棟



勝田、森山

課長代行 勝田 亜由美、主任代行 森山 美香

退院後の生活を見据えた看護ケアの提供を目指します。患者さまとのやりとりの中で、何気ないことでもお互い笑顔になれる瞬間をととても大切に思っています。患者さまもスタッフも、楽しく過ごせる病棟にしていきたいです。

## B2病棟



加藤、荒木

課長 加藤 瞳、主任代行 荒木 葉子

回復期病棟の入院期間は数か月に及びます。その中で、患者さま一人ひとりに向き合いながら、質の高い看護・ケアを提供し、少しでも安心した入院生活・退院生活ができるようスタッフ一同笑顔で精進していきます。

## B3病棟



日高、田口

課長代行 日高 則子、主任代行 田口 裕子

患者さまが安心してリハビリに専念でき、心地よく入院生活を送ることができるよう、様々な職種と協働していきます。B3病棟に入院して良かったと思っただけのような病棟づくりを目指します。

## 外来



花田、船津

主任 花田 めぐみ、主任代行 船津 麻美

患者さま、ご家族さまから「ありがとう」の笑顔をいただけるよう、一人ひとりに寄り添った外来看護を目指します。信頼され満足していただける外来看護サービスの提供を目標に、スタッフ一同日々努力していきたいと思ひます。

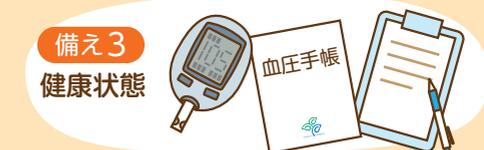


# 災害時の対応 感染症対策編

近年多発している自然災害に加え、東海地区は特に南海トラフ地震にも備えなければなりません。新型コロナウイルス感染症の流行により、災害への備えも変わりました。少しでも自分や家族への感染リスクを減らせるように、今回は感染症対策に絞って災害への備えについてご説明します。

## 備え① 安全な避難場所を確認する

避難所では感染予防の観点から密を避けるため、収容人数を以前より少なくしている場合があります。自宅が安全ならば在宅避難も検討しましょう。自宅の安全に不安がある場合は、安全な場所にある親戚・知人の家やホテルなどに避難する方法もあります。日ごろから先方に協力を求めておきましょう。



## 備え② 避難用持ち出し袋に感染症対策物品を追加する

一般的な防災グッズに加えて、マスクや手指用の消毒液など感染症対策のための物品を備えましょう。避難所でも感染症対策の物品は用意されますが、マスクや消毒液などは配布量が十分でない場合も考えられます。また、体温計やハンドソープなども感染リスクを下げるために自分用に用意しましょう。

### 感染症対策のための主な備え

マスク、手指用消毒液、ハンドソープ（せっけん）、使い捨てのビニール手袋、ポリ袋（感染物用）、体温計、上履き（床からの感染防止）、ティッシュ、ウェットティッシュ、ペーパータオル、水、携帯トイレ など

## 備え③ 健康状態を確認する

体温や行動歴を毎日記録し、避難時に持ち出せるようにしましょう。持病がある場合は、血圧手帳や血糖測定などの用紙も一緒にしておくことで、避難所で感染が発生した場合のトリアージの助けにもなります。持病用の常備薬とお薬手帳も忘れずに。

感染症対策を強化した上での避難生活は、想像以上に大変です。食料や物資は、密にならないよう時間をかけて配布されます。また、共用部分のドアノブやトイレだけでなく、接触を減らすために分けられた広いスペースも、常に清潔に保つ必要があります。少しでも余裕をもって避難生活ができるように普段から備えておきましょう。

# 新人育成のための教育プログラム

リハビリテーション部 主任 伊藤 美和子

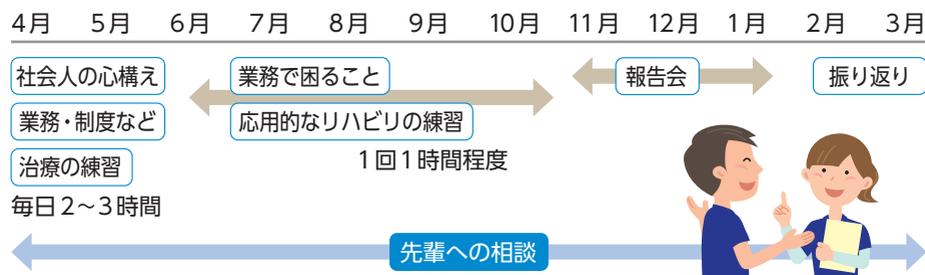
リハビリテーション部は、職員100人を超える部署です。新入職員が患者さまによりよいリハビリを提供できるよう、年間を通して教育プログラムを実施しています。

4～5月は、社会人としての心構えや、患者さまを担当するにあたっての知識や技術の確認を毎日2～3時間行います。6月以降は、月1回、研修や報告会を行います。年度末には1年間を振り返り、次年度に向けて自分の課題などを見直します。

リハビリ技術の確認は、客観的臨床能力試験（OSCE：オスキー※）という手法で行います。リハビリを行うのに必要なコミュニケーション、筋力・角度計測などの検査、乗り移りや歩行などの介助の課題を設定して、患者役・療法士役となって練習し、仕上げに確認テストを行うものです。これにより、専門的な知識、基礎的な治療技術が身につきます。また、先輩が新入職員一人ひとりに付いて、いつでも相談できる体制を整えています。

今後も、よりよいリハビリを提供できるように、日々知識の向上などに努めます。

## ● 新人教育年間スケジュール



※ OSCE (objective structured clinical examination) : 臨床技術を客観的に評価するために生まれた試験。

負担のかからない介助方法  
& 家でできるリハビリ

No.27

## “継続は力なり”の実践法

リハビリテーション部 公認心理師 高尾 卓

「継続は力なり」って言うけれど……。継続するための力も必要です。さて、そのためにもっとも重要なものは何でしょうか？

A. 目的

B. 目標

C. 意思

正解は、**Aの目的**です。  
それぞれ順にみていきます。

### ● 目的ってなに？

味わっていたい感情 → 安心感、わくわく感、ほめられたいなど

### ● 目標ってなに？

目的を叶えるための具体的な手段のこと → 目的がなければ単なる苦行

### ● 意志ってなに？

目標を成し遂げようとする心のこと → 目標がなければ意志は働きません

たとえば…

コツコツお金を貯めることが苦手、趣味は旅行という人

**目的** 海外旅行のわくわく感を存分に味わいたい！

**目標** 目標金額に到達するまでお金を貯めよう！

**意志** いつかコロナ禍が終息したら海外旅行するぞ！  
そのために日々節約し旅費を貯めなきゃ！



目標を達成するための努力を継続する過程で、面倒くさい、疲れた、ほかのことをしたい（誘惑）など様々な困難はあると思います。

でも、そんなときは**目的を忘れてしまっているだけ**かもしれません。

**達成したらどんないい気分になっているかを大いに想像してみてください。**  
きっと継続するための力がわいてくるはずです。

## なるほどサポート

リハビリデイサービス颯とよたから

リハビリテーション部 玉井 照久

# 運営推進会議を開催しています

颯とよたは、利用者さまが住み慣れた地域で可能な限り自立した日常生活を送ることができるようにサポートする、地域密着型の通所介護事業所です。社会から孤立する不安や、介護をしているご家族の負担を軽減することも目指しています。

私たちは、地域との連携を図り、地域に密着した運営を行うために、運営推進会議を開催しています。

## リハビリデイサービス颯とよた 運営推進会議

運営推進会議は、介護保険法の規定に基づき、地域密着型サービス事業者が自ら設置するものです。利用者や家族、地域住民の代表者などに、提供しているサービス内容を明らかにすることで、事業所による利用者の「抱え込み」を防止し、地域に開かれたものとしします。それにより、サービスの質の確保を図ることを目的としています。

参加者	利用者さま・ご家族、区長、民生委員、包括支援センター、三九朗病院・颯とよたスタッフ
内容	施設紹介、利用実績、インシデント報告、感染症対策、利用者さま・ご家族からの声・要望、区長・民生委員からの声・要望、S-PDCA サイクルによる目標達成の取り組み など

会議を通じて地域に開かれた運営を行うことにより、災害時の対応やボランティアの協力、感染症対策など様々な連携をスムーズに行うことができます。

今後も、地域住民の方々の意見を聴いて交流することにより、地域に信頼される事業所を目指して努力していきます。

SHIN-SHIN とよたが発信します！

ウォーキング

# 毎日の習慣でメタボ予防！

過ごしやすい気候になりました！ 景色を楽しみながら身体を動かしてみませんか？  
今回は効果的なウォーキングのコツを紹介します。

## ☆ウォーキングによる効果☆

脂肪燃焼

骨粗しょう症の予防

心肺機能・体力の向上

ストレス解消

## ＜ 歩き方のポイント ＞

### 目線

うつむかず10～20m前方を見るようにしましょう

### 腕

肘を約90度に曲げ、後ろに引くことを意識して振りましょう

### 呼吸

鼻から息を吸い、口から吐きましょう



### 姿勢

胸を張り背すじを伸ばしましょう

### 膝

着地時の膝は、曲げずに伸ばしましょう

### 歩幅

歩幅は普段よりも大きく踵から着地しましょう

⚠ 人との距離をあげ、感染症対策をしっかりと行いましょう。

目標は **1日8000歩** !!

まずは普段の生活の **プラス1000歩** から始めてみましょう！

～感染予防のため入館時の検温・手指消毒・マスク着用にご協力ください～

●メディカルフィットネス SHIN-SHINとよた(三九朗病院内) ☎0565-34-6272

【体験受付】10:00～19:00 【営業時間】9:00～21:00(土・祝20:00まで) ※休館日:日曜日