「ここに来て良かった」そんな施設をめざして　http://www.sankuro.or.jp/

さんくろうニュース めだか MEDAKA

10月号
2022年（No.89）

Topic 新任の医師を紹介します

Services Information ヒューマンエラーを防ぐ「KYT研修」

医療法人三九会　三九朗病院

おしらせ　SANKURO INFORMATION

第十二回 さんくろう川柳 結果発表

333通の応募を頂きました。ありがとうございます。今回のテーマは「検査」です。さんくろう川柳選考委員会による審査の結果、左記の6名様が受賞されました。

特選

寝ガティブを
歩ジティブにするのが検査
さくらがい 様

最優秀賞

ばあちゃんの
検査慣れした　あの動き
山本 譲城 様

問診で　耳の検査を　先にされ
馬場 鈴代 様

入選

後半は　勘が物言う　目の検査
アカエタカ 様

骨密度　今どき密が　良しとされ
勝野 裕子 様

検査中　増えるスタッフ　増す不安
松永 智文 様

最終選考まで残った20句をご紹介します。

- 自画自賛　検査したら　ガーン癌　小沢 光枝 様
- 「きれいです！」内臓美人の　レントゲン　キクちゃん 様
- 検査日の　妻の言葉が　優し過ぎ　井上 英一 様
- 頑固爺　孫が手を引き　初検査　河野 喜幸 様
- 好きな物　食べていいとは　怖すぎる　桑原 智恵子 様
- 陰と陽　結果だけは　陰がいい　古川 亘紀 様
- 境目に　並ぶ検査値　悩ましさ　坂本 義教 様
- 視診のみ　触診は駄目　初デイト　札場 靖人 様
- 政治家の　腹の腹黒さを　診る選挙　若槻 泰治 様
- 異常なし　検査結果に　日本晴れ　小原 久美子 様
- 体重計　乗る前トイレ　駆けこんで　松本 みか 様
- お薬と　検査結果は　後でキク（効く・聴く）　石田 賢吾 様
- 再検査　ドクターからの　招待状　早雲 直 様
- 検査後の　ご褒美いつも　マドレーヌ　美海 様
- 定期的　検査で得るもの　心理的　滝本 なつき 様
- 別腹が　肥大してると　いう所見　田崎 信 様
- 健診で　冥土の旅を　先延ばし　南雲 則一 様
- 内視鏡（カメラ）より　絶食辛いと　嘆く妻　平岡 清嗣 様
- えっ私？　昔告白　今告知　鈴木 恵美 様
- 検査前　年に一度の　休肝日　沙緒翁 様

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、親し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 89号（2022年10月）　年3回（2月、5月、10月）発行
表紙絵：「心に灯りを点す」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（サンクロウ）

三九朗病院 モバイルサイト

新任の医師を紹介します

Topic

2022年7月から、塩見正哉医師が常勤医として着任しました。出身や専門分野、趣味などについてお聞きました。

塩見 正哉（しおみ まさや） 医師

名古屋大学医学部卒業
日本外科学会認定医
日本消化器がん外科治療認定医
日本ドッグ学会認定医
日本消化器がん検診学会認定医

── ご出身はどちらですか？

塩見：出身はここ豊田市です。朝日小学校の第1回卒業生で、中学まで地元に通いました。

── 当院の印象はいかがですか？

塩見：職員の方は皆さん、あいさつをしっかりして明るい環境を作っている印象です。

── 医師を志したきっかけは？

塩見：かなり昔のことなので記憶がぼんやりしていますが、医師という仕事に漠然とした憧れを持っていたところに、祖母からの「医師になってほしい」という強い希望があったことです。それを聞いたのが高校生のときで、それから「医学部進学」を目指すようになりました。

── もし医師になっていなかったら?

塩見：研究者ですかね。CRISPRという遺伝子編集技術やエピゲノム（DNA上にくっついて遺伝子発現を調整している因子）などの遺伝子関係の本を読むことがあり、そういう研究に興味があります。

── 趣味や特技は何ですか？

塩見：趣味は家庭菜園、読書。本は月に3、4冊読みます。また、大学時代にやっていたのでラグビー観戦も好きですね。
趣味とは言えませんが、犬の家族が4匹いて、彼らとの散歩も楽しみの一つです。大体1回、2時間くらい一緒に歩いています。

── 専門の診療科についてお聞かせいただけますか？

塩見：専門は消化器外科です。大学卒業後25年ほどはそれ以外の領域のことは知らずに過ごしてきました。最近は漢方医学に興味を持っていて、患者さまの治療にも対応しています。

── 日頃の診療で心がけていることは？

塩見：月並みな言葉ですが、何よりも患者さまのためになるように心がけています。
実は、私自身もC型肝炎で入院し、インターフェロン治療を受けるという、大きな病気を経験したことがあります。
その病気にかかってみないと患者さまの本当の気持ちは分からないものだということに気づかされました。
患者さまの気持ちを100％は理解できないかもしれませんが、その気持ちを察して、寄り添うことを忘れないようにしています。

── 患者さまへ一言お願いします。

塩見：地域の皆さまに、「ここにきて、診てもらってよかった」と言っていただけるような診療を心がけていきたいと思います。
よろしくお願いします。

医療安全管理委員会

ヒューマンエラーを防ぐ「KYT研修」

医療安全管理者　菅原（すがはら） 陵子（りょうこ）

当院では、定期的に医療安全に関する研修を行っています。今回は、KYT研修について紹介します。

KYTとは

危険（K）予知（Y）トレーニング（T）の頭文字を取ったものをKYTといいます。業務の様々な場面に潜む危険を予測し、対策を立てることで事故を未然に防ぐ手法です。思い込みや確認不足によるヒューマンエラーを減らすことができます。

トレーニングの方法

①危険因子を抽出する

職種や経験年数の違う様々なスタッフでグループを作り、写真やイラストを使って危険因子を探します。

多職種にすることで様々な角度から多くの危険を抽出でき、実際に働いている場所やよく見る場面を視覚的に確認することで問題点が探しやすくなります。

②危険因子から起こりうる事故を想定する

物理的な危険要因だけでなく思い込みや確認不足によるヒューマンエラーによる事故も想定します。

③危険因子について安全な行動ができるように考える

危険な行動を予知し、安全な行動や物の配置に配慮することで、安心して日々の業務を行うことができます。

やってみよう

下の写真のどこに危険が潜んでいるか分かりますか？

●回答例
・階段から出てくる人と廊下を歩いている人がぶつかりそう
・深く座っていないので椅子から落ちそう　　など

KYTは病院だけでなく、家の中、学校や会社、買い物をしているときや車に乗っているときなど、日常生活の場面でも行うことができます。写真を撮ってみんなで考えてみると、意外な危険が潜んでいることに気づくことができます。ぜひ試してみてください。

思い込みで行動するのではなく、危険を予知し、指差し確認をして行動することで事故を防ぐだけでなく、安心して仕事をすることができます。医療者が安心・安全を確保することで、患者さまにさらに質の高い安心・安全な医療を提供することができます。

今後も定期的な医療安全の研修を継続していきます。

ナースの部屋 骨粗鬆症外来

外来看護師 藤野 有佳里・整形外科医師 佐藤 晋介

スポーツもしていないし、特に無理をした覚えもないのに「骨粗鬆症」が原因で骨折してしまうことがあります。骨の量が減少し、もろくなった状態の骨は折れやすく、骨折リスクが高くなります。当院では骨粗鬆症の治療・予防をする骨粗鬆症外来を行っています。

骨折の危険因子は？

骨粗鬆症	高齢	既存骨折（骨折をしたことがある）	家族の骨折歴
喫煙	過度の飲酒	ステロイド全身投与	関節リウマチ

- 骨折の危険因子は、脳卒中の原因でもある生活習慣病と重なるものも多く、脳卒中後に後遺症が残った場合の大腿骨頚部骨折の発生率は、特に高くなっています。
- 背骨と太ももの付け根の骨折は治療後の治りが悪く、介護が必要となるリスクも高くなります。

健康寿命を延ばすには、内科的な疾患の予防だけでなく、骨の健康も大切です。自分の骨の状態を確認し、治療や予防が必要な場合は、正しい薬物療法・食事療法・運動療法で強い骨を作りましょう。

骨粗鬆症外来　受診の流れ

初診

診　察：医師の診察

評　価：身体計測・採血（骨代謝マーカー）・骨密度検査・レントゲン

1~2週間後

2回目

診　察：検査結果と今後の治療方針の説明

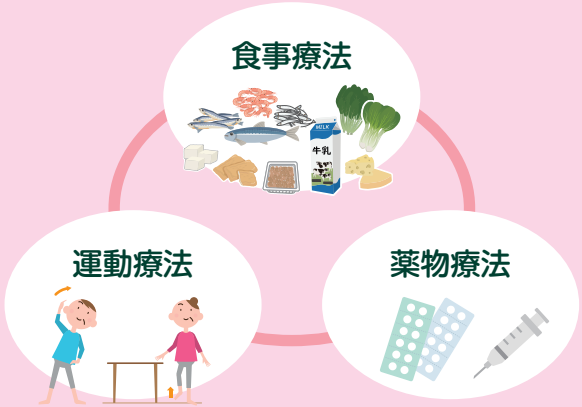
看護師：服薬指導や生活指導＊

＊ご希望に応じて栄養相談や運動指導をご案内します。

骨粗鬆症は高齢者の病気と思われがちですが、骨密度は40代から低下していくため、若くても骨粗鬆症になっている可能性があります。骨粗鬆症に関して気になることや腰が曲がってきた、立ち上がるときに背中や腰が痛む、身長が縮んできたなどの症状がある場合は、かかりつけの医師や外来看護師に、お気軽にご相談ください。

骨粗鬆症外来

- 毎週火曜日
  14：00～16：00
  （最終受付15：30）
- 担当医
  整形外科　佐藤医師



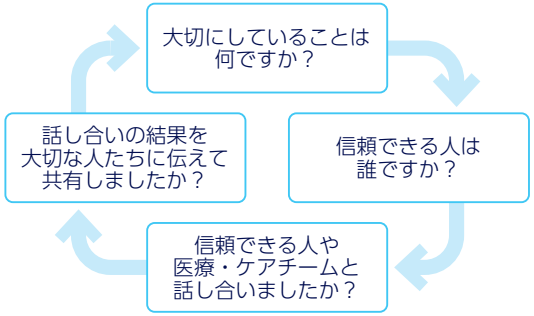
No.48

リハビリの現場から

リハビリテーションとACP

リハビリテーション部　田平 貴也

ACP（アドバンス・ケア・プランニング）とは、患者さま自らが医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいることを周囲の人たちと事前に話し合い、共有する取り組みです。



ACP の進め方の例

従来の医療は、医療者が病気に対して責任を持ち、判断してきました。最近の医療は、病気に対して、医療者と患者さまが一緒になって今後の生活を考えることが重要だと言われています。しかし、これからのことを考えることは容易ではありません。今まで普通に行ってきた生活で何が大切なのか、改めて考えてみると自分のことでも分からない方がほとんどです。

三九朗病院は、5Step（Sankuro Talk with Everybody for your life Planning：あなたの人生設計をみんなで話し合います）を進めています。5Stepを通して、患者さまの今まで大切にしてきたこと、今後の生活でやりたいことなどをスタッフと一緒に考えていくプロセス（過程）を検討しています。

5STEP の流れは、①考えてみましょう ②相談してみましょう ③話し合いましょう ④伝えてみましょう ⑤見直してみましょう　です。

負担のかからない介助方法 & 家でできるリハビリ No.31

お薬手帳アプリをご存じですか？

リハビリテーション部　松重 好男

皆さんは何種類のお薬を飲んでいますか。病気ごとに飲む薬の種類やタイミングなどは違います。薬によっては、必ず決まった時間に飲まなければならないものもあります。

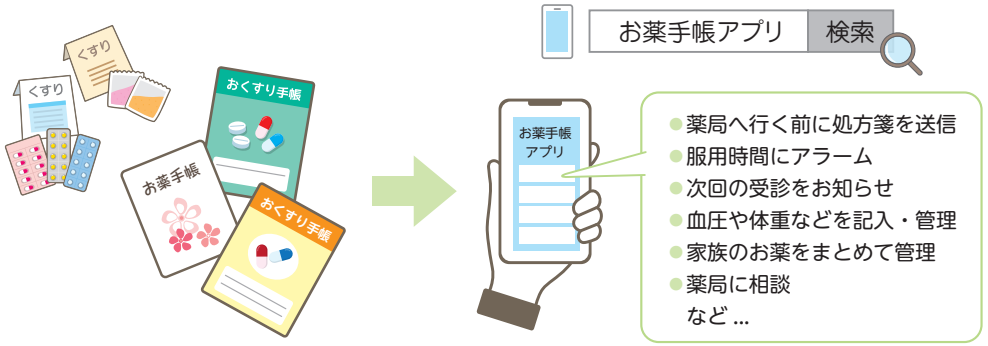
複数の薬を飲んでいると、飲み忘れがあったり、薬の管理が大変だったりします。そんなときは、「お薬手帳アプリ」を利用してみてはいかがでしょうか。

従来は薬局でもらう紙の「お薬手帳」でしたが、東日本大震災をきっかけにお薬手帳の電子化が進みました。被災時にお薬手帳を持ち出せなかったため、薬が特定できずに処方をするまでに時間がかかったという問題が起きたからです。そうした問題も「お薬手帳アプリ」を利用することによって解決できるようになりました。

「お薬手帳アプリ」の中には、あらかじめ設定しておけば、飲むタイミングをアラームで知らせてくれるものもあります。

回復期リハビリテーション病棟では、入院患者さまがお薬をご自身で管理するための練習もあります。ご自宅で元気に過ごすためには、薬も大切な生活リハビリの一環です。

お薬の飲み忘れがある、管理が難しいと感じている方は、お薬手帳アプリの利用も考えてみてください。



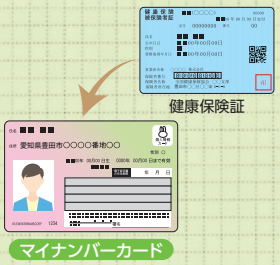
なるほどサポート

事務部から

事務長　伊藤（いとう） 順七蔵（じゅんしちぞう）

「マイナ受付」をご利用ください

皆さんは「マイナンバーカード」を取得しましたか。当院では、**マイナンバーカードを健康保険証の代わりに利用**することができます。どんなメリットがあるのでしょうか。



■「マイナ受付」とは？

マイナンバーカードを利用して保険資格を確認する仕組みです。受付に保険証を提出し、担当者が内容を入力するのではなく、本人が顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードをかざすことで、システムから保険資格情報を自動的に取り込みます。

■ どんなメリットがあるの？

◎受付での保険資格確認に要する時間が短縮され、**待ち時間が短く**なります。

◎マイナ受付で情報提供に同意をすれば、**高額療養費制度（※）における限度額適用認定証がなくても、限度額を超えた医療費が免除**されます。

※入院などの高額な医療費の支払いを抑えるために利用できる制度

■ マイナンバーカードを健康保険証として利用するには

あらかじめ「マイナポータル」のホームページで、健康保険証利用の申込み手続きをすることが必要です。

詳しくは厚生労働省のホームページの「マイナンバーカードの健康保険証利用」のページをご覧ください。

マイナンバーカードの健康保険証利用　検索

SHIN-SHIN とよた が発信します！

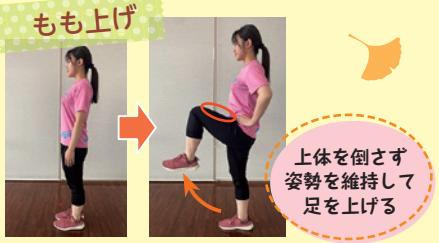
転倒＆骨折を防ごう！

骨粗しょう症によって骨が弱くなり、転倒などの衝撃で骨折してしまう場合があります。筋力・バランス力を UPして、転びにくいカラダを作りましょう！

自宅でできるトレーニング紹介

筋力 UP

もも上げ



ももの筋力 UP！
足の上がりがよくなり転びにくくなります

つま先上げ

すねの筋力 UP！
つま先が上がりわずかな段差でも
つまずきにくくなります

バランス力 UP

足指運動

指が1本1本使えることで
安定性が UP し、転倒予防に繋がります

片足立ち　※左右30秒目安

姿勢を保持することで
体幹の筋力が UP！
バランス能力が
上がります

継続が大切です！できることから始めましょう！

～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～

見学・無料体験受付中です。スタジオ参加もできます！！

●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（休館日：日曜日）　【営業時間】9：00～21：00（土・祝20：00まで）（休館日：日曜日）