



今さら聞けない「マスク」の話

Q

マスクをつけて外出していたら、「表裏反対ですよ」と言われました。ひもの付け根があるほうが内側だと思っていました。見分け方を教えてください。



A

製品によって違うので、ひもの付け根だけでは判断できませんが、代表的な不織布マスク2種類を例に説明します（ワイヤーが入っているほうが上です）。

1 階段式プリーツ

（一方向の向きに階段式になっているタイプ）

プリーツが下向きになるほうが表です。

ウイルスがプリーツにたまるのを防ぎます。



2 オメガ式プリーツ

（中央が一番高く、上下に広げるタイプ）

広げて真ん中が膨らむほうが表です。



※メーカーなどの文字が刻印されている場合は文字が読めるほうが表です。

Q

肌色またはピンク色のマスクを着けていると、検温機で「マスクを装着してください」とアナウンスされます。

A

肌の色と同化しやすいです。アナウンスが気になる方は、ほかの色のマスクを着用するとよいでしょう。

注意

マスクを外した後はせっけんなどで手を洗いましょう。捨てるときは、ビニール袋に入れて閉じて破棄してください。

めだか

さんくろうニュース
MEDAKA

5月号

2022年 (No.88)

巻頭

新入職員を紹介します

ナースの部屋

説明と同意

～防げる事故がすぐそこに！



yumi



医療法人三九会 三九朗病院

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 88号 (2022年5月) 年3回 (2月、5月、10月) 発行

表紙絵: 「わたしの特別幸せブレンド」 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 サंकロウ
診療予約専用 ☎0565-35-3960



三九朗病院
モバイルサイト

新任の医師を紹介します

2022年4月から、整形外科の常勤として佐藤晋介医師が着任しました。医師を志したきっかけや当院の印象をお聞きしました。

— ご出身はどちらですか？

佐藤：名古屋市千種区です。大学、医局は東京でしたが、愛知に戻って20年以上経ちました。

— 当院の印象はいかがですか？

佐藤：リハビリにとっても熱心に取り組んでいることに感銘を受けました。また、院長や職員の皆さんがアットホームな雰囲気、働きやすい病院だと思いました。

— 医師を志したきっかけは？

佐藤：私自身が若い頃から腰に痛みがあり、なぜ痛みが起るんだろうと疑問を感じていたことでしょうか。まさか痛みが体を守っているとは考えてもみま

せんでした。

— もし医師になっていなかったら？

佐藤：映画を観るのが好きなので、映画製作の一員かな。何かを創作する仕事ですかね。

— 趣味は何ですか？

佐藤：ゴルフ、登山、映画鑑賞、読書、エアロバイクです。ここ数年は登山がマイブームです。3000m級の山の上から見る景色は最高ですね。

いつかは北アルプスの穂高連峰のジャンダルム^{*}を制覇したいです。

— 専門の診療科についてお聞かせいただけますか？

Topic



さとう しんすけ
佐藤 晋介 医師（整形外科）
日本医科大学医学部卒業

佐藤：整形外科の分野は、手術で完璧に治すのがなかなか難しいことがあります。ですから、予防が一層大切なのではないかと考えています。

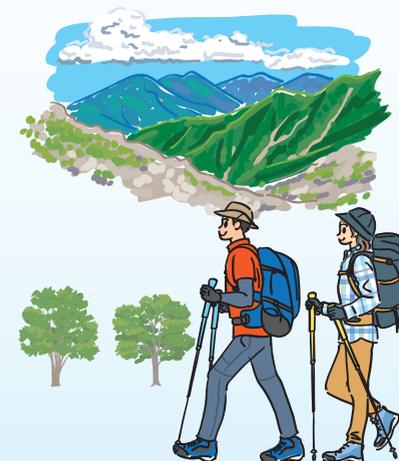
— 日頃の診療で心がけていることは、何でしょうか。

佐藤：何か一つでも患者さまの利益になることを持ち帰っていただけるよう心がけています。例えば、特に治療することがない場合でも、それで診療が終わりというのではなく、その人に合った正しい情報を提供できるようにしたいと考えています。

— 患者さまへ一言お願いします。

佐藤：丁寧な説明を心がけていま

す。そのため、診療に時間がかかり、お待たせするかもしれませんが、ご理解くださいますようお願いいたします。健康寿命を延ばせるように、一緒に考えていきましょう。



^{*}ジャンダルム：飛騨山脈（北アルプス）穂高連峰・奥穂高岳の西南西にあるドーム型の岩稜。標高は3,163 m。

ナースの部屋

説明と同意 ～防げる事故がすぐそこに！

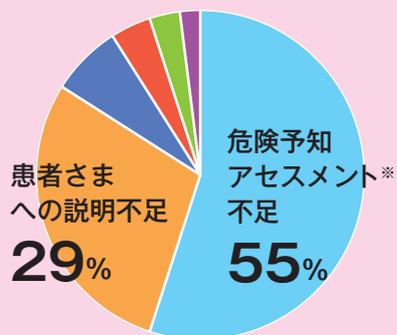
B2病棟 なかにし の・すずき まみ・いな なおみ
中西 志乃・鈴木 麻美・新名 直美

日常生活動作の回復に向けてリハビリに取り組み、安心して入院生活を過ごしていただけるように、私たちは、患者さまや様々な職種と情報交換をしながら環境の調整を行っています。今回は、転倒防止対策の一環として取り組んでいる「説明と同意」について紹介します。

転倒の原因の3割が「説明不足」

2020年度に当院で発生した患者さまの転倒事故のうち、約3割が「患者さまへの説明不足」が原因でした。その要因を分析した結果、私たちが説明している内容について、私たちと患者さまの間で、理解にずれがあるのではないかと考えました。

■ 2020年度の転倒数の理由



※転倒の危険性についての調査と評価

説明したつもり
だったけど
なんで伝わら
なかったんだらう

ちゃんと
伝わっていたら
防ぐことが
できたのに…

医療者の理解 ≠ 患者さまの理解

医療者の理解 ≠ 患者さまの理解

理解のずれが生じる原因として、患者さまと医療者とのメンタルモデルの違いがあります。メンタルモデルとは、自分の心の中に持つイメージや固定概念、暗黙の前提などのことです。メンタルモデルが違っていると、同じ言葉でも理解が異なります。私たちが伝えたいことと、患者さまが説明を聞いて思い描くことが異なる可能性があります。

ピクトグラムで説明を分かりやすく

そこで、患者さまと私たちが共通の理解でリハビリに取り組めるよう、言葉だけでなく、イラストを使って説明することにしました。私たちは、日常生活で最低限必要な動作（ADL：Activities of Daily Living）、起居動作・移乗・移動・食事・更衣・排せつ・入浴・整容を表すADLピクトグラムを作成しました。



ピクトグラムは昼用と夜用の2種類を作成

イラストを使用して説明した患者さまには、転倒の報告がありませんでした。「自分一人でもどこまで動いていいか分かりやすくなった」「自分でできることが分かりやすくなったため、時間がかかっても一人で頑張って着替えた」など、患者さまからの前向きな声もいただいています。

これからも、患者さまに「ここに来て良かった」と思ってもらえるように活動を継続していきます。

これからも
説明を
分かりやすく



高齢ドライバーの「運転技能検査」が始まります

作業療法士 川村 直希

75歳以上の方が運転免許証の更新をするときは、「認知機能検査」と「高齢者講習」を受けます。さらに今年の5月13日から、一定の交通違反がある高齢ドライバーには「運転技能検査」が追加で行われます。

対象者は？

免許更新通知が届いた時点から過去3年間に「一定の交通違反歴のある」75歳以上のドライバーです。

一定の交通違反とは

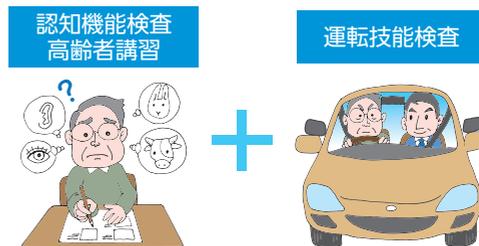
通行区分違反、携帯電話使用等、交差点右左折方法違反等、安全運転義務違反、信号無視、交差点安全進行義務違反等、速度超過、通行帯違反等、横断歩行者等妨害等、横断等禁止違反、踏切不停止等です

どのような検査？

教習所や運転免許センターで実際に車を運転し、運転操作の能力や交通法規を遵守して運転する能力などを検査します。

運転技能検査は、免許有効期限の6か月前から何度でも受検可能。不合格になった場合も、期日までに合格すれば認知機能検査に進めます。そこで認知機能検査にも合格すれば免許証を更新できます。

運転技能検査に合格できなかった場合、運転免許証の更新はできませんが、希望すれば原付免許や小型特殊免許の継続は可能です。



負担のかからない介助方法
&
家でできるリハビリ
No.30

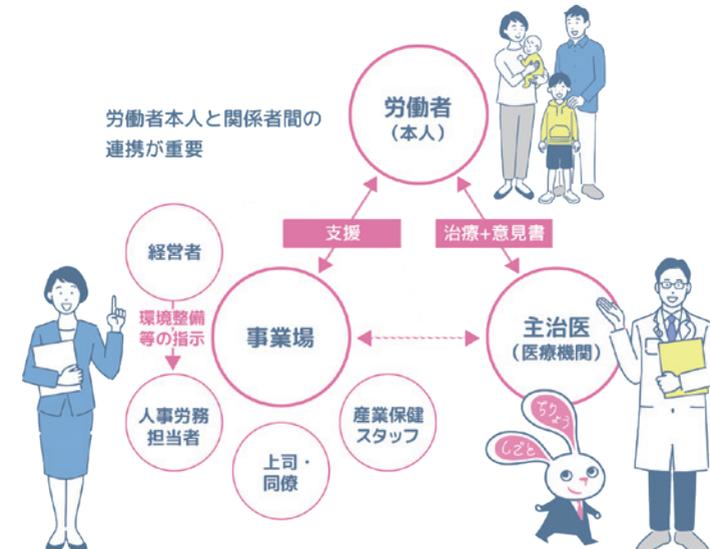
治療しながら働く人を支える 両立支援コーディネーター

言語聴覚士 宇野 美恵子

医学の進歩によって、「治らない病気」だったものが「長く付き合う病気」へと変化してきました。病気を治療しながら仕事をしている人は、労働人口の3人に1人とされています。仕事との両立が難しく、離職につながりがちな病気として「がん」を思い浮かべる人が多いと思いますが、ほかにも脳卒中、心疾患、糖尿病、肝炎、難病などがあります。

当院では、患者さまが職場に復帰し、治療しながら働けるよう、退院後の継続したリハビリや、後遺症に合わせた職場環境の整備などについて多職種でサポートしています。

また、職場によっては、医療機関と連携し、本人が安心して治療と仕事の両立ができるようにサポートする「両立支援コーディネーター」を配置しているところもあります。仕事と治療の両立に悩んでいる人は、職場の相談窓口や産業医などに両立支援について相談してみてください。「両立支援コーディネーター」による支援を受けられるかもしれません。「両立支援コーディネーター」については、厚生労働省の『治療と仕事の両立支援ナビ』をご覧ください。



なるほどサポート

セーフティマネージメント委員会から

医療安全管理者 すがはら りょうこ
菅原 陵子

2021年 医療安全推進週間

各部署が医療安全活動を発表

毎年11月25日(「いい医療に向かってGO」)を含む1週間は「医療安全推進週間」です。当院では、患者さまの安全を守るために各部署が行っている医療安全活動の内容を発表し、優秀な取り組みを表彰しています。2021年度は、職員全員の投票により、B2病棟が最優秀賞に選ばれました。



B2病棟



「説明と同意 ～防げる事故がすぐそこに!!」

※詳しくは「ナースの部屋」(6～7ページ)をご覧ください。



最優秀賞の活動内容は
玄関や待合に掲示しました



優秀賞



通所リハビリテーション



デイサービスセンターノア



A3病棟

病院特別賞



メディカルサポート

院長特別賞



転倒ワーキンググループ

審査員特別賞



B3病棟



管理事務室

皆さまに安心・安全な医療を提供できるよう、今後も活動を継続していきます。

SHIN-SHIN とよた が発信します!

運動でメタボを改善しよう!

おなか回りと血圧・血糖・脂質の数値が高い人は“メタボ”と判定されます。皆さんは大丈夫ですか? 下記の基準値を参考にメタボ判定してみましょう。

メタボの基準値

腹囲 ※おへそ回りを測定します



男性

85cm 以上



女性

90cm 以上

血圧

収縮期血圧 **135mmHg 以上** または
拡張期血圧 **85mmHg 以上**

血糖

空腹時血糖値 **110mg/dl 以上**

脂質

中性脂肪 **150mg/dl 以上** または
HDL コレステロール **40mg/dl 未満**

- 腹囲と右項目 **1つ** あてはまる場合 → **メタボ予備軍**
- 腹囲と右項目 **2つ以上** あてはまる場合 → **メタボ**



メタボになると

血管が硬くなり、心筋梗塞や脳梗塞などの命にかかわる病気になる危険性が高まります

トレーニング

有酸素運動(脂肪燃焼) 20分程度



水分をこまめにとりましょう

腹筋(おなか回り) 15回×2セット



目線はおへそ。息を吐きながらゆっくり上体をおこす

見学・無料体験受付中! スタジオ参加もできます!!

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 (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)