



日本医療機能評価機構

より高度な整形外科医療を志すために

たかおか 整志会

TAKAOKA SEISHIKAI

| 広 | 報 | 誌 |
2021
秋号
No.63



朗唱の会

高岡万葉まつりのメインイベントである朗唱の会は「万葉集全20巻4,516首」の歌のすべてをリレー方式で歌い継ぐビッグイベントです。今年も当院スタッフが万葉歌人になりきって動画放映に参加しました。

撮影者：看護師長 川原 由起

CONTENTS もくじ

- 2 巻頭言 澤田診療部長
- 3 感染制御チーム
- 4 自主トレーニング
- 5 新しい汎用超音波画像診断装置を導入
秋の味覚で免疫力UP!
- 6 整志会トピックス
- 7 勤続20年・10年表彰

高岡整志会病院 基本理念

1. 市民の健康・医療・福祉の向上を目指し、明るい豊かな生活の実現に貢献します。
2. 職員が生き生きとして豊かにその使命を発揮する場を作り、患者さんが迅速に社会復帰できるように努めます。
3. 整形外科専門病院として、すべての患者さんの尊厳と権利を尊重し、最先端の技術で患者さん中心の治療を実践します。



日本医療機能評価機構認定病院

巻 | 頭 | 言

The greeting of the beginning of a book



やれることは今すぐに

診療部長 澤田 利匡

ご存じの方もいるでしょうが、富山県は世帯当たりの自動車保有率は全国2位（一般法人日本自動車工業会2019年度）です。患者さんの中には車で移動ばかりしていますという方が高齢者だけでなく、若い営業職の方も多いのですが。それでは運動量は当然低くなると予想され、予想通り全国保険協会の2021年度の運動睡眠アンケートの結果からは、富山県民の運動量要改善者数は、2017～2019年まで全国でワースト1-3位、ちなみに睡眠時間もワースト1-2位です（みなさん、そんなに朝早く夜遅くまで仕事しているのでしょうか）。

運動の話を出したのは、手術患者さんのBMI（Body Mass Index）が35以上、または体重が90kgを越える方が増加しており、手術の難渋例が多くなっています。BMI35以上は重症加算として麻酔管理で診療報酬がupしますが、麻酔科医師の術中術後管理も大変で、手術難易度、合併症のリスクが高いにも関わらず、手術点数は同じです。そこで減量しないと手術しませんという医療機関もありますが、実際患者さんからすれば減量は大変だと思います。

私事ですが、ここ約5年間で体重を約20kg落として、ようやく正常体重の仲間入りをしました。きっかけは覚えていませんが、ある日思い立って始めました。1日の飲食量は1.5kg以内（食事中も体重計で計測します）、炭水化物を極力控え、週末3日間でtotal 15kmを歩く生活をして、徐々に体重落としてしました。問題はこれをいつまで継続すればいいかですが、現状では継続する恐怖より、もとに戻る恐怖が打ち勝っています。

ですから減量というのは中途半端な気持ちではできず、時間もかかることは理解できるようになりました。しかし「車がなければ生活できない」人も当然いるでしょうが、車がなくても出来ること（健康維持には必要な事）を、やろうとしない習慣が出来てしまい、車での移動にとらわれてしまった方も多いのではないのでしょうか。ちなみに当院から徒歩で、庄川越えて射水市に入るのは約35分程度で可能ですし、自転車で雨晴海岸まで約1時間で到達できます。以前は「車でなければ」と思っていた場所への移動は、自分の足で到達可能な場所がたくさんあることが分かり、「時間がかかる」を「自力で可能である」と個人的には発想を転換し、positiveに解釈していますが、皆さんはどうお考えになりますか。

今回は体重の話为例にしましたが、やると決めればコツコツ継続することで、それなりの成果が上がる事柄はたくさんあります。当院は中企業の規模でするので、いいことは次の日から現場で実践できる経験をもっています。コロナ感染の制約がある中でこそ、職員や患者さん、関係者の方の御意見を頂き、当院のシステムを修正、改良できるように、ご意見をお待ちしています。

感染制御チーム紹介

感染制御チームとは、病院内の感染対策を担うチームです。その対象は、患者さんはもちろんのこと職員や面会者にも及びます。

院内では、Infection Control Team（インフェクションコントロールチーム）の略語で「ICT」と呼ばれております。組織においては、感染管理委員会の下部組織に位置し、多職種から構成され院内ラウンドを行い、院内感染の予防対策の具体的実行及び職員の安全確保の推進を図ることを目的に活動しています。

医師

薬剤師

臨床検査技師

事務部門

感染制御チームのメンバー15名で構成されています。
病院感染を低減させるため、各職種が専門性を
発揮し協働で感染対策に取り組んでいます。

看護師

栄養士

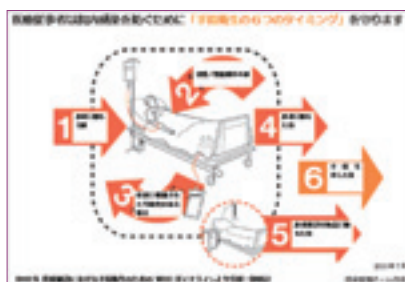
理学療法士

診療放射線技師

主な活動内容

手指衛生の啓蒙活動

手指衛生は、感染対策の基本です。擦式アルコールの使用を推奨しています。毎月使用量を調査し各部署にフィードバックし、職員に対し啓蒙活動を行っています。



院内ラウンド

院内感染対策の実施状況を確認するために、病棟はラウンドを隔週で実施し感染リスクが少ない部署は、2か月に1回実施しています。現場では、感染対策の指導及び情報収集を行っています。



院内感染事例の把握

感染対策の啓蒙を目的として職員に向けて、手術部位感染率と季節のトピックスを加えて、院内感染管理ニュース月に1回、県内の感染ニュースは週に1回感染レポートとして発行しています。

院内感染管理ニュース
高岡総合病院
感染管理委員会
2021年5月

手術部位感染率

	3月	4月	5月	6月
OP数	147	122		
感染数	2	0		
%	1.36%	0.00%		

《感染成立の3要因と感染対策》

感染経路は ①病原体（感染源） ②感染経路 ③宿主の3つの要因がそろって感染します。感染対策においては、これらの要因のうちの1つでも取り除くことが重要です。特に、「感染経路の遮断」は感染拡大防止のためにも重要な対策となります。

病原体

感染経路

宿主

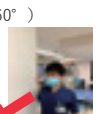
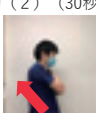
私たちが感染する病原体（細菌やウイルス）の多くは、まず私たちの手に付着します。その手で鼻や口に触れると、その病原体が体内に侵入し、感染が成立します。また、私たちが病原体のついた手でまだ多量のものに触れる、同じ人がそれらに触れることで、感染が広がります。私たちの手は、さまざまな感染症を運んでいるのです。手を洗うことで、手についた病原体が体内に侵入するのを防ぐだけでなく、周りの人に感染を拡げる事を防ぐこともできます。手洗いは、日々の生活の中でもできる、きわめて有効な感染対策といえます。

病原体からの「感染経路の遮断」

●「持ち込まないこと」「持ち出さないこと」「拡げないこと」が重要です

ストレッチ、エクササイズがホームページからダウンロードできるようになりました

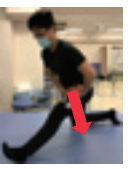
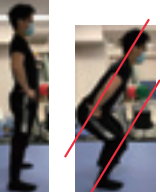
肩関節ストレッチ、エクササイズ

①後方 (30秒停止)  ・背筋を伸ばしストレッチしたい方を腰に手を当てる。反対の手で腕を前方へ。 ※体が一緒にねじれないように注意!	②腕後方、肩側方、脇の下 (30秒停止)  ・ストレッチしたい腕で同側の肩甲骨を触る。反対の手で肘を後方へ。そのまま反対へ傾ける。※左右傾ける時は腕は固定
③腕の付け根 (30秒停止)  ・ストレッチしたい腕の肘を伸ばし、反対の手で反対方向へ引っ張っていく。 ※体が一緒にねじれないように注意!	④胸 (1) (30秒停止) 60° 90° 120°  ・壁の横に立ち肘から先をつけ前方へ。肩60°、90°、120°の3パターン行う。 ※おへそを前に移動させるイメージで。
⑤胸 (2) (30秒停止)  ・ストレッチしたい腕で反対の肩を持つ。反対の手で後上方へ押ししていく。	⑥鎖骨周囲 (回×3セット) 1) 2)  ・反対の手で鎖骨(胸の上にある骨)の下を押す。ストレッチする方の方を上下(1)前後(2)に動かす。
⑦肩甲骨周囲エクササイズ (回×3セット) 60° 90° 120°  ・うつ伏せになりおでこをベッドにつける。肘を伸ばし肩をそれぞれの角度で挙上する。※肩甲骨を寄せることを意識する。	⑧後下方 (30秒停止)  ・ストレッチしたい側を下にし横向きになる。あごを肩の上に置き、反対の腕で下向きに曲げていく。

☆毎日痛みのない範囲で行ってください。

高岡整志会病院

股関節周囲のストレッチ、エクササイズ

大腿前面 (30秒停止) 片膝立ちになり前足に体重をかけていきます。腰を反らないように注意しましょう。 	大腿後面 (30秒停止) 膝立ちからももを下に押しします。腰が丸まらないように注意しましょう。 
大腿外側 (30秒停止) 膝を組み、上半身を前に倒します。上体をひねらないように注意しましょう。  バリエーション 下のような体勢になり上半身を前に倒します。膝の角度を変えて無理なくおこなひましょう。 	大腿内側 (30秒停止) ①骨盤が後傾しないように開脚し前傾していきます。  ②股割り 膝をしっかり開きます。肩を入れましょう。 
股関節内旋、外旋 (30秒停止) 股関節、膝を屈曲90°にし、内側に倒します。反対の足で膝を抑えるとより外旋筋のストレッチができます。 	スクワット (回×3セット) 上体と下腿(すね)が平行になるように膝をまげる。 

☆毎日痛みのない範囲で行ってください。

高岡整志会病院

【項目】

1. 猫背を予防したい方へ (①タオル体操 ②脊椎ストレッチ ③体幹運動・下肢ストレッチ)
2. スポーツ愛好家の方へ (①肩 ②胸郭 ③肘関節 ④股関節 ⑤膝関節 ⑥足関節)
3. 人工膝関節の手術を受ける方へ (膝)
4. 手・指の動きにくさを感じる方へ (手・指ストレッチ)
5. からだをほぐしたい方へ (ストレッチポール)

【注意点】

運動を行う際には転倒に充分お気をつけください。

また運動に伴う制限(心疾患や呼吸器疾患、運動に伴う痛みがある方など)がある方は主治医やリハビリスタッフにご相談ください。

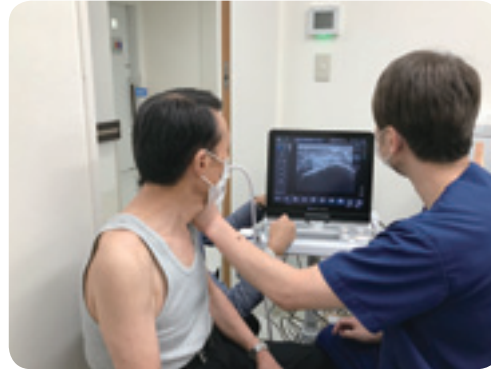
当院リハビリテーション科で実際に患者様に指導しているトレーニングで特に重要だと思ふものを厳選しています。入院患者さんや通院患者さんだけでなく、退院後の自主トレーニングとして活用する他、**健康状態を維持・向上させたい方にオススメの内容**となっています。是非、ホームページからダウンロードして無理のない範囲でチャレンジしてみてください!

新しい汎用超音波画像診断装置を導入しました！

2021年8月に汎用超音波画像診断装置（コニカミノルタ）を新たに導入しました。超音波はX線と異なり、身体への侵襲がなく、安全で簡易的に体の内部の状況を可視化出来る装置です。従来の装置より、画像が鮮明で画質が向上し、X線検査に写らない腱や筋肉の損傷などが外来診察時に速やかに診断できるようになりました。また痛みに関連する部位が、より鮮明に描出され、適確かつ安全に神経ブロックや筋膜リリースが行えるようになりました。



筋膜リリース



肩胛板損傷の診断

女性にも嬉しいアンチエイジング♡ 秋の味覚で免疫力 UP!



～食材の効果・効能～

(サンマ) 血行促進を助けるビタミンB2や、免疫力アップにかかせない良質なたんぱく質がとれる。

(梅干) 腸内環境が整い、便秘予防、肥満や糖尿病予防、免疫力アップ、抗アレルギー効果が期待！

(さつまいも・きくらげ) 食物繊維（セルロース）が豊富に含まれており、便秘の改善や予防に期待がもてる。また、血圧を下げる効果があり、高血圧予防におすすめ。きくらげにはカルシウムの吸収を助けて歯や骨を丈夫にしてくれるビタミンDが多く含まれている。

カリカリさんまのフリッター(梅ソースがけ) 材料(2人前)

さんま…2匹

小麦粉…少々

酒・塩…少々

★天ぷら粉…65g

★マヨネーズ…24g **(梅ソース)**

★牛乳…75g

揚げ油…適量

梅干し(梅肉可)…5～6個

☆みりん…小さじ2

☆酒…小さじ2

☆醤油…小さじ1

ワンポイント

卵の代わりにマヨネーズを使うことで、衣の中の水分を減らすことができるのでカラッとサクサクに仕上がります！



作り方

- ①さんまは3枚におろし、塩・酒をふりかけ臭みをとる。
- ②★の材料をボールに入れてよく混ぜる。
- ③さんまに小麦粉をまぶし、②の衣をつけて170℃～175℃の油で揚げる。
- ④梅干しは種を除き、包丁で細かくたたく。
- ⑤器に☆の材料を入れ、電子レンジで20秒加熱し、④の梅を入れて混ぜる。
- ⑥揚げたさんまを皿に盛り、梅ソースをかける。

さつまいもとおからのサラダ

材料(2人前)

さつまいも…125g

おから…40g

枝豆…50g

きくらげ…10g

★マヨネーズ…40g

★だし汁…小さじ1

★塩、コショウ…少々



作り方

- ①さつまいもは皮つきのまま20～25分蒸し、粗熱が取れたら小さめの角切りにする。
- ②おからはフライパンでふわっとするまでから炒りする。
- ③枝豆は茹でて莢から出しておく。
- ④きくらげは水で戻し、水気をとる
- ⑤ボウルに①～④を入れ★を加えて和えて、器に盛る。

消防訓練

当院では毎年2回の消防訓練を実施しています。今年度1回目は1病棟3階デイルームのゴミ箱から夜間の出火を想定して実施しました。夜間の最少人数で職員がお互いに声を掛け合い、落ち着いて避難誘導を行うことができました。今後も訓練を重ね的確、迅速に行動できるように努めていきたいと思ひます。



病院前道路で避難誘導中



金粕自衛消防隊長に避難完了報告

令和3年7月16日(金) 〈防災管理委員会〉

第15回BLS講習会（一次救命処置）

今年度も当院にてBLS講習会を行いました。コロナ禍のため外部からの参加者は無しで、各回当院の職員5人ずつが講習会に参加しました。コロナ禍の現在、特に市民が行う場合の心肺蘇生では人工呼吸は行わない、とされていることを踏まえ、胸骨圧迫とAED操作に重点をおいた講習となりました。

心停止から1分ごとに救命率は7～10%低下します。救急車が到着するまでの時間は全国平均で9分ですが、質の高い心肺蘇生が行われると何もしない場合に比べ救命率は2～3倍高くなります。いざという時、講習で学んだことを活かせるようにしていきたいです。



第41回高岡万葉まつり「第32回万葉集全20巻朗唱の会」

万葉集全20巻、4,516首の歌すべてをリレー方式で歌い継ぐビッグイベント「万葉集全20巻朗唱の会」が今年も10月に行われます。

当院からは、神谷和男麻酔科・痛み緩和診療部長、金子翔医師、中美千隆看護師、森田敏基看護師、篠島静医療事務、加納由記医療事務の6名が晴天の中、高岡大仏を背に当時の衣装を身に着け朗唱し、動画で参加しました。

【朗唱歌】八五八番～八六三番

*動画は高岡ケーブルネットワーク9チャンネルで10月1日(金)～3日(日)に放映、また高岡万葉まつりのYouTubeチャンネルは10月1日(金)から公開されます。



勤続20年・10年表彰

画像技術科主任 久世 陽子

院長をはじめ、職員の皆さんに支えられ、勤続20年を迎えることができました。心より感謝申し上げます。入職した当時はX線室とMRI室だけでしたが、今はCT室もあり、どの装置も20年前とは比較できないくらい高性能、高画質になっています。その分、操作は複雑になっていますが、これからもより良い画像が提供できるよう精進したいと思います。



左から 坂巻 麻酔科部長 川岸 院長 久世 画像技術科主任



後方左から 福村 管理課長 齊藤 栄養管理科主任 町田 看護師
前列左から 大杉 看護師 川岸 院長 篠島 医事

部署紹介

診療情報管理室です

診療情報管理室は、診療情報を適切に管理・提供するための部署です。神谷医師を室長に、診療情報管理士4名で業務を行っています。当部署では機密な個人情報を取り扱うため、慎重かつ丁寧に業務を行うよう心掛けています。

主な業務内容は、DPCデータの管理、疾病や手術などの診療情報のデータベース構築、統計資料の作成、診療記録の開示業務などがあります。記録やデータと仕事をする部署のため、患者さんからはあまり知られていませんが、院内では活動の場所も多く各部署と連携して、日々医療・診療記録の質向上に努めています。



後列左から 佐々木 金川
前列左から 川田 神谷室長 伏江

新人職員紹介



栄養管理科
三箇 梢

7月末より調理師として栄養管理科で勤務しております。これまでの調理経験を活かし、患者様に安全でおいしい食事を提供するために、精一杯頑張ります。ご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、よろしくお願い致します。



学 術 活 動

◆日本ペインクリニック学会第55回学術集会

2021年7月22日～24日 富山国際会議場、ANAクラウンプラザホテル富山、富山市民プラザ

「他院にて線維筋痛症加療中、頸椎後縦靱帯骨化症が判明した一例」

○神谷和男



地域における「かかりつけ医」から整形外科専門病院として、

■ 患者さんの権利

1. プライバシーと尊厳が守られ、差別なく公平な医療を受けることができます。
2. 十分な説明と情報提供を受けたうえで、治療方法などを自らの意志で決めることができます。

～個人情報保護法について～

当院では、個人情報保護管理委員会を設置し、患者さんの個人情報保護に全力で取り組んでいます。ご意見、ご質問は総合受付へお気軽にご相談下さい。

■ 外来診療担当医師のお知らせ

2021年6月16日より

		月	火	水	木	金	土
午前	整形外科	8:00~12:00				8:30~12:00	7:30~12:00
		川岸	川岸	田中 金粕	川岸	澤田 金子	川岸
	関節外科、 整形外科一般	9:30~12:00 瀬川			第2・4木曜日 8:00~9:20 中野(予約制)	第1・3金曜日 9:30~12:00 瀬川(予約制)	
					9:30~12:00 瀬川		
	側弯外来						第2土曜日 9:00~11:00 関
午後	痛み緩和 診療外来					第2・4金曜日 9:00~11:40 神谷(予約制)	
	整形外科	2:00~5:00	2:00~5:00	2:00~3:00	2:00~5:00	休診	
		中原	中原	中原(予約制)	中原		
		2:00~6:00	2:00~6:00	2:00~6:00	2:00~6:00		
	股関節外来	田中	澤田	澤田	金粕		
				2:00~5:00 高橋(予約制あり)			
	痛み緩和 診療外来			第1・2・4・5水曜日 3:00~5:00 神谷(予約制)	2:00~6:00 神谷(予約制)		

- 午後の診察の受付は午前より行っています。
 - 午前(月~木)の診察は、手術により12時以降は他の医師の診察となる場合がありますのでご了承ください。
 - 担当医師が学会等で不在や診療時間が急に変更になる場合がございますので、事前にお問い合わせください。
- ホームページにもご案内しております。 電話によるお問い合わせ 月~木 9:00~17:00、金・土 9:00~12:00

病院周辺図



- ◆あいの風とやま鉄道で高岡駅下車
古城公園口(北口)より約700m 徒歩約8分
- ◆北陸新幹線で新高岡駅下車
新高岡駅より約3km タクシーで約10分

※新高岡駅~高岡駅間は、
城端線で約5分、バスで約15分

〒933-0039 富山県高岡市大手町 8-31
TEL (0766) 22-2468
FAX (0766) 26-7948

編集後記

一日も早いコロナの
終息を願いつつ、食
欲の秋なので、おい
しいものを食べて、
夏の疲れを癒しま
しょう。(㊦&㊧)

ホームページに
アクセスできます

