

〒184-8511 東京都小金井市桜町 1-2-20 / TEL042-383-4111 (代) [http:// www.sakuramachi-hp.or.jp/](http://www.sakuramachi-hp.or.jp/)**基本理念**

私たちはキリストのように人を愛し 病める人、苦しむ人 もっとも弱い人に奉仕します

基本方針

1. 地域医療機関と強い連携を保ち、地域に根ざした信頼される病院運営をめざします。
2. 全人的（身体的、精神的、社会的、霊的）ケアを行います。
3. 全職員のよいチームワークによる患者さん中心の医療を行います。
4. 常に自己研鑽に努め、質の高い、安全・安心な医療を提供します。
5. 患者さんの訴えに誠心誠意耳を傾けます。

平成27年度の病院運営について

病院長 小林 宗光

桜町病院では今年度も運営の重点目標を決め、運営会議や院内報にて職員に周知を図り目標の達成に向けて取り組んでいるところです。目標の達成には職員一人一人の努力と協力が欠かせません、緊張感と問題意識を持って日常業務を見直す努力が常に必要だと思っております。

1. 経営の健全化を図る。2. 医療の質の向上を図り、患者満足度の高い医療を実践する。3. 地域の医療機関との連携の強化を図る。4. 安全な医療を効率的に提供するために、診療情報システムを活用しやすい環境を整備する。5. 病院の機能に見合った職員を確保するとともに、職員の資質向上のため、研修環境の充実を図る。

後期高齢者がピークを向かえる2025年度の医療提供体制の実現に向けた医療制度改革が進行中です。病床機能の分化と連携の推進、在宅・地域包括ケアシステムの構築に向けた取り組みが主要なテーマで、病床機能報告制度も開始され、地域医療計画も策定されつつあります。

日常生活圏域の中で医療・介護・福祉サービスを利用して住み慣れた地域で安心して暮らせるようにするための社会の仕組みが地域包括ケアシステムです。小金井市でも昨年度から多職種メンバーで構成されたいくつかの委員会が動きだし、「地域包括ケアをどうするか」という議論が本格化します。

桜町病院では病院、診療所、医師会との医療連携にとどまらず、在宅支援診療所、訪問看護ステーション、在宅介護支援センター、地域包括支援センター、福祉施設ともこれまで以上に積極的な地域連携に取り組み、在宅療養支援をサポートしていきたいと考えておりますので、これらの施設と「事例検討会」を5月から開始します。事例検討会を通して、問題点や成功事例の情報を共有し、

連携の質の向上とスタッフ間の顔の見える関係を構築し、医療や介護のスタッフから頼られ、患者さんのニーズにも答えられる、より地域に根ざした病院でありたいと思っております。当院の在宅医療につきましては昨年訪問リハを再開、今年度はホスピスの在宅診療を再開したいと考えています。

最近の院内の話題を3つほどご紹介します。

産婦人科では平成26年度の分娩数が483件（3年前に比し25%増加）、内視鏡手術の件数が293件と多くの患者さんにご利用いただいております。外来での待ち時間を少しでも短縮するために産婦人科の診察室1室、超音波診断装置1台を増設いたしました。念願であった助産師外来は始める予定で準備中です。

栄養科では2011年から少しずつソフト食（ペースト食の方に素材がわかるように形を再現した食事）を導入し、今では夕食のペースト食はすべてソフト食で提供しています。市販の軟らかい食材は極力使用せず、一般食の方と同じ食材にしています。日頃の成果をニュートリー株式会社主催の「第5回ソフティアを使った嚥下食レシピ大賞」に応募したところ、アイデアと愛情溢れる素晴らしいレシピであると評価され今年の1月に「エピソード賞」をいただきました。

当院はいままで院内禁煙としてきましたが5月31日（世界禁煙デー）から敷地内禁煙といたします。ご理解とご協力をお願いいたします。

今後とも「患者さんの声に耳を傾ける」「患者さんの痛みや苦しみを理解する」「患者さんの傍に寄り添うケア」の姿勢、「桜町マインド」を実践する中で安全で安心の医療の提供に努めてまいります。

皆様こんにちは。今回は当院での変形性関節症に対する治療をご紹介します。私はリュウマチ関節外科を標榜しておりますが、日常診療では膝や股関節などの変形性関節症の方々に対する治療を中心に行っております。特に膝関節の変形は高齢化社会に伴う国民病ともなっており、潜在的膝関節変形のある方まで含めると現在本邦には2530万人の変形性膝関節症患者がいると考えられています。アメリカでは膝関節の変形が原因で寝たきりとなる方は17%を占め、心臓病が原因で寝たきりとなる方の11%を上まっています。そのような方々に対し当院では手術も含めて積極的に治療を行っております。

ほとんどの関節疾患において基本となる治療はストレッチと運動です。変形の少ない関節でも関節周辺の筋肉が硬い場合には、気圧や気温が変化するときに関節の痛みが出やすいといわれています。一方かなり変形の進行した関節でも周辺の筋力を強化することで痛みがなくなる場合もあります。しかし運動によって関節痛が悪化する初期段階は、まずは痛み止めの内服薬や外用薬などを使用したり、関節内に注射を行ったりします。しかし痛み止め内服薬は胃腸障害や腎障害などを起こすリスクがあり、また関節内注射はごく僅かですが細菌感染を起こす可能性がありどちらも長期的に行いたい治療ではありません。上記の治療で痛みが和らいでいる間に運動を開始し痛みの起こりにくい関節にすることが目標ではありますが、痛みが取れず日常生活に支障をきたす場合には手術治療をお勧めすることもあります。

変形性関節症に対する手術は人工関節置換術を中心に行っております。人工関節は痛みを手術前の0～20%程度まで大幅に軽減する非常に効果の高い手術です。しかしリスクもあり、まず関節の動きは必ずしも良くはならないことで、特に膝関節では正座は出来なくなります。また人工関節には耐用年数があって破損した場合には入れ替えの再手術を要することがあります。現在膝関節では25年以内に20%、股関節では

20年以内に30%の方が入れ替えを要すると考えられています。股関節では脱臼のリスクもありますが、当院では脱臼しにくい手術方法を行っております。術後の痛みに対しては硬膜外麻酔、創部周辺麻酔などを組み合わせて極力痛みを少なくしております。また膝関節では関節機能をほぼ温存する部分人工関節などもあります。手術療法は決して安易に選択する治療法ではありませんが、当院ではリスク対策を十分に行っており術後の除痛効果も高いことから関節の変形・痛みの強い方にはお勧めしたい方法です。ご興味のある方は外来などでお気軽にご相談下さい。

最後に痛みの起こりやすい肩と膝について、高い効果がありなおかつ簡単に行える運動をご紹介します。以下を参考に根気よく運動を行ってみて下さい。

肩①ドアノブなどにゴムバンドを取り付け一方の端を片手に持ちノブの正面に立つ。肘を折りたたんでバンドを自分の方に引っ張り5秒間保持。これを左右5回ずつ。

②足を肩幅に開いた状態で壁に向かって立ち、5秒間かけてゆっくり壁腕立て伏せ。これを10回。

③うつ伏せになり腕は脇に置く。左右の肩甲骨を静かに体幹正中に引き寄せる。力を半分抜いた位置で10秒間保持しリラックス。これを10回。

膝①背もたれ付椅子に座り緩いゴムバンドを両足首に巻いてつなげる。片方の膝を完全に伸ばし一方の膝を可能な限り曲げて2秒間キープ。これを左右5回ずつ。

②仰向けに寝て足をまっすぐ伸ばし60度まで持ち上げ2秒間キープ。軽い場合には1～2kgの重りを足首に巻く。これを左右10回ずつ。

③椅子や壁に手を置いて両足でつま先立ちをする。2秒キープし戻る。これを10回。

以上の運動を1日3セット行う。

暑いときの食事の工夫



栄養科長 松尾 敦子

本格的な夏を迎える前に

夏は高齢者に限らず体力を消耗する季節ですが、梅雨の季節の時も油断はできません。夏に入る前から、準備することが大切です。

しっかり食べること、体を動かすこと、よく眠ること。基本的な生活リズムを作っておくことは食中毒や熱中症に対する抵抗力をつけるだけでなく夏バテにおちいらない体を作ります。

- ・こまめに水分をとりましょう。
- ・暑くなってくると食欲が低下し、食事を抜いたり、めんだけですませてしまいがちです。炭水化物だけの食事は、ビタミンB1の働きが追いつかずエネルギーになりません。しっかり食事をとった

つもりでも体はだるくなったり、疲れやすくなったりします。少なめでも1日3食、ごはん、パン、めんといった主食だけでなく、肉や魚・大豆などのたんぱく質の主菜とやさいの副菜に主食、主菜、副菜のバランスを意識して食事を摂りましょう。

そうめんやうどんのアレンジ

蒸した鶏やツナの缶詰、ゆで卵  や錦糸卵などとかめやトマト、レタスや茹でたキャベツなどをめんに乗せて食べれば、たんぱく質やビタミンも一緒に摂ることができます。

お試しください。



●はじめまして● よろしくお願いたします。

桜町病院に就職して

北4階病棟 榎 裕子

4月1日より北4階病棟（内科病棟）で勤務しています。桜町病院で看護師としてスタートできたことがうれしく、毎日患者様と接することをとても楽しく感じています。一方で、総合内科での仕事は様々な分野に対する幅広い知識やアセスメント能力、判断力が求められ自分の力不足を日々痛感しています。周囲の先輩方はみな多くの経験・知識・技術を持ち、患者様に寄り添った看護を実践しており、毎日が学ぶことでいっぱいです。まだ自分自身の勉強が不足しており、分からないことも多いですが、早く看護チームの一員として活用できるように、努力していきたいと思っております。そして、患者様・ご家族が療養生活の中で少しでも笑顔で安心して過ごすことができるように、信頼され細やかなサポートができる看護師を目指して頑張っていきたいと思っております。

職場紹介 北4病棟

北4階病棟師長 黒崎 綾子



私たちの職場「北4」は内科病棟で、優しいオレンジ色を基調とした温かみを感じる病棟です。4階からは、西側には富士山、東側には東京スカイツリー（少し遠いですが…）を眺めることができます。特に、よく晴れた早朝の富士山は大変美しく、患者さんの心を癒し慰め、また夜勤明けの私たちスタッフの心も元気にしてくれます。北側には緑豊かな小金井公園が、南側には中央線武蔵小金井駅が見えます（目を凝らすと電車が走っているのも見えます）。毎年4月初旬には、小金井教会に降り注ぐようにして咲き誇る桜を上から眺めることができます。他の階では味わえない4階ならではの魅力です。

ベッドは48床あり常時40床以上が稼働しています。季節によっては予約が混雑し入院をお待ち頂くこともありますが、できるだけ速やかに入院できるよう努力しています。病棟には、看護師28名（常勤21名、非常勤7名）、看護助手5名のスタッフが所属しています。6名の内科医（循環器・呼吸器・消化器・糖尿病）を中心に、ホスピス科をはじめ各科医師と連携している様々な病気に対応しています。肺炎や尿路感染などの身近な病気をはじめ、心不全や肺気腫など慢性疾患の増悪、糖尿病のコントロール、大学病院等で集中治療や先進治療を終えた後の転院、廃用性症候群のリハビリ、がん終末期の症状コントロールなど、様々な病気、様々なステージにいる患者さんを受け入れています。また、1人の患者さんが同時にいくつも病気を抱えていることも少なくありません。そんな時は主治医が中心となり、病棟カンファレンスで他の専門分野の医師とも相談しながら治療方



針を決定します。カンファレンスは毎週行っており、薬剤師、看護師、栄養士、医療ソーシャルワーカーも参加し、それぞれの立場から患者さんを支えられるように情報を共有しています。

最近では、入院患者さんの高齢化に伴い、治療が終了してもすぐに退院できないケースが増えています。当病棟も例外ではありません。入院により足腰の筋力低下が生じリハビリをしても入院前の日常生活動作のレベルまで戻ることが難しかったり、また、病状がある一定以上回復せず、カテーテル等の医療用具を身につけたまま生活していかなければならない場合があります。核家族化、老々介護などよく耳にしますが、実際に現場で関わっていると、ご家族の力だけで患者さんのお世話をしていくことには限界があるのではと感じることもあります。私たちは患者さんが入院した時から日々の治療や看護に加えて退院後のことも考えはじめます。患者さん、ご家族がどう考えているか、それにはどんな支援が必要か、主治医をはじめ看護師、理学療法士、作業療法士、言語療法士、薬剤師、栄養士、医療ソーシャルワーカーがチームで協力しながら退院の日を無事に迎えられるように支援しています。特に、医療ソーシャルワーカーは地域にある社会資源に熟知しているため、在宅に戻る場合、施設や転院先を探す場合など、患者さん、ご家族の心強い支えになってくれています。

針を決定します。カンファレンスは毎週行っており、薬剤師、看護師、栄養士、医療ソーシャルワーカーも参加し、それぞれの立場から患者さんを支えられるように情報を共有しています。

最近では、入院患者さんの高齢化に伴い、治療が終了してもすぐに退院できないケースが増えています。当病棟も例外ではありません。入院により足腰の筋力低下が生じリハビリをしても入院前の日常生活動作のレベルまで戻ることが難しかったり、また、病状がある一定以上回復せず、カテーテル等の医療用具を身につけたまま生活していかなければならない場合があります。核家族化、老々介護などよく耳にしますが、実際に現場で関わっていると、ご家族の力だけで患者さんのお世話をしていくことには限界があるのではと感じることもあります。私たちは患者さんが入院した時から日々の治療や看護に加えて退院後のことも考えはじめます。患者さん、ご家族がどう考えているか、それにはどんな支援が必要か、主治医をはじめ看護師、理学療法士、作業療法士、言語療法士、薬剤師、栄養士、医療ソーシャルワーカーがチームで協力しながら退院の日を無事に迎えられるように支援しています。特に、医療ソーシャルワーカーは地域にある社会資源に熟知しているため、在宅に戻る場合、施設や転院先を探す場合など、患者さん、ご家族の心強い支えになってくれています。

「桜町に入院して良かった」

そう感じて頂けるように、これからも桜町マインドを胸に、チームで協力し合いながら患者さん、ご家族のために努力していきたいと思えます。

トピックス

聖ヨハネ会合同入職式

薄曇りの空の下、満開の桜が美しく咲き競う4月1日、本館戸塚ホールにおいて聖ヨハネ会合同入職式が執り行われました。例年になく大勢の新入職職員が参列しました。新入職員はやや緊張した様子も見られましたが、理事長の聖ヨハネ会の理念のお話や各部門長からの歓迎のごあいさつをいただく中で、新たなスタートへの意気込みを感じる晴れやかな式となりました。

院内研究発表会開催

平成27年3月14日（土）、院内研究発表会が開催された。今年は薬剤科、手術室、放射線科、南3階病棟、検査科からの5題の研究発表と療養病棟、南3階病棟、更に療養病棟からの事例検討発表が行われた。

審査の結果、院内研究発表の最優秀賞には手術室の「術前訪問の情報共有」が、優秀賞には薬剤科の「患者さまの望む薬剤情報提供書とは」が選ばれた。また、療養病棟の「拘縮がある高齢者の手の中の悪臭改善策の報告」に対し特別賞が授与された。



“桜町マインド”

「患者さんの声に耳を傾ける」、「患者さんの痛みや苦しみを理解する」、「患者さんの傍に寄り添うケア」の姿勢をもって患者さんに接するマインド、これが「桜町マインド」です。

【ロゴマーク解説】

職員が温かい心（ハート）で患者さんに寄り添っています。また、カトリックの十字架がそれを見守り、支えています。職員と患者さんはS字を形作っています。

「S」は桜町病院のS、寄り添う=snuggle（スナグル）、安全=safe（セーフ）、そして信頼=secure（セキュア）のSを表しています。

構成するそれぞれの色は、黄色は希望を、灰色は調和を、緑色は安心や生命力を、青色は信頼感や誠実を、赤色は元気や情熱を表現しています。

ホスピス科外来のご案内

当院のホスピス外来は完全予約制で、平日月曜日から金曜日の午後に行っています。

ホスピスは治癒が困難と判断されたがん患者さんの痛みや苦しみを和らげ、難しい病気を抱えつつもどうしたらうまく病気と付き合っていけるかを一緒に考えていくところです。ホスピスをご理解いただいた上でそんなところなら行ってみたいとお考えの方は、まずホスピス相談窓口へお電話ください。外来予約が混み合っている場合には、ご病状によりキャンセル待ちなど日程を早められることもありますのでご相談ください。

外来受診の際は、病状を正確に把握するため、できるだけおかけの医療機関の紹介状をお持ちください。外来受診後ご希望によりホスピス病棟を見学することも可能ですので担当医にお申し出ください。

ご相談専用電話：042-338-2888

ご相談受付時間：土・日・祝を除く

月曜～金曜9時～12時、14時～17時



（ホスピス棟玄関）

まなざしのご案内

まなざしは当院で出産後6ヶ月までのお母さんを対象とした子育て支援の会です。お母さんのお友達作りの場を提供しながら、赤ちゃんのことや子育てについて小児科医や助産師が気軽に相談に応じています。毎回30～40名程の参加があります。



お申込み 産科退院時に予約して下さい。

開催日時 第2、第4水曜日／午後1時～午後3時

場 所 桜町病院別館3階

料 金 無料です。

患者さんの権利と責務

患者さんの権利

1. 人間としての尊厳を尊重されながら医療を受ける権利があります。
2. どなたでも、どのような病気でも平等かつ公平な医療を受ける権利があります。
3. 病状と経過、検査や治療の内容について、分かりやすい言葉で説明を受ける権利があります。
4. 十分な説明と情報に基づき、自らの意思で医療内容を選ぶ権利があります。
5. セカンド・オピニオンを希望される場合は、当院は快く診療情報を提供します。

患者さんの責務

1. 病状などに関する情報提供に努める責務
ご自分の症状や健康に関する詳細で正確な情報を医師や看護師等へ提供することにご協力ください。
2. 適切な医療行為が提供できるように努める責務
病院内では、他の患者様等に迷惑にならないように静粛を保つとともに、当院職員が適切な医療を行えるようにご協力ください。
3. 病院秩序を守る責務
病院内の秩序を守るために、当院の諸規則に従ってください。
4. 診療費支払いの責務
病院は診療報酬によって運営されています。医療費の支払い請求を受けた時は速やかなお支払いにご協力ください。

編集後記

今年度は何時になく寒暖の差が大きく、日照時間の短い春のスタートとなりました。

咲き競う満開の桜を愛でながら春を満喫したのはつい先日でしたが、今は新緑がまぶしい春本番の季節となりました。

桜町病院は今年度も四季折々の季節感を感じていただける環境を整備し、「桜町マインド」で患者さんに満足していただける医療を提供して参ります。

（周）