

ひだまり

HIDAMARI

秋号
2023
vol.209



スポーツ整形外科外来関連スタッフ

目次

02-03 特集

「スポーツ整形外科外来開設のお知らせ」

04-05 Hospital Now!!

「日本医療機能評価機構 病院機能評価認定を受けました」

「NPO 法人卒後臨床研修評価機構による認定を受けました」

06 外来診療日一覧表（10月2日現在）

07 看護師は見た！

「皮膚科のこと知っていますか？」

レシピ de 元気！

「ホクホク！ やさしい味のカレーコロッケ」

08 ひだまりNEWS

より良い医療の提供を行うとともに、市民の健康増進に貢献することで、市民の信頼に応えます

特集

Topix

「スポーツ整形外科外来開設のお知らせ」

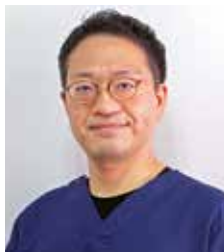
整形外科長兼スポーツ整形外科長 さく 朔 伊作

スポーツ整形外科外来を開設

当院では、以前からスポーツ整形外科の診療を行っており、発生頻度の高い膝関節の外傷・障害治療（膝前十字靭帯損傷に対する靭帯再建術、半月板損傷に対する切除術・縫合術）を中心に診療実績があります。

今回、新たに「スポーツ整形外科外来」を開設しました。院内の各部門が連携し、診療を行う体制が整っており、患者様の早期治療・早期復帰に向けたサポートをさせていただきます。

スポーツ外傷・障害でお困りの方はぜひ、専門外来を受診ください。



朔 伊作 医師

【診療日】毎週月曜日
14:00～17:00



〈資格〉

- ・日本整形外科学会専門医
- ・日本整形外科学会認定スポーツ医
- ・日本整形外科学会認定
運動器リハビリテーション医
- ・日本スポーツ協会公認 スポーツドクター
- ・臨床研修指導医

〈所属スポーツ競技団体〉

- ・日本バスケットボール協会スポーツ医学委員会委員
- ・静岡県バスケットボール協会医科学委員会委員長
- ・女子バスケットボールチャンソンVマジック
チームドクター

スポーツ外傷・障害とは

スポーツ外傷とは、スポーツ中に転倒したり、他のプレーヤーと接触するなどして、一度の大きな外力で発生する急性のけがのことです。骨折や脱臼、靭帯損傷、腱断裂などのけががあります。



スポーツ障害とは、スポーツ活動の継続により過度な負担が体の特定の部位に蓄積し、徐々に組織が損傷して痛みなどを生じる疾患のことです。

代表的なものに野球肩、テニス肘、アキレス腱炎、疲労骨折、腰椎分離症などがあります。成長期にある小学生から高校生の年代の方では骨端症（こつたんしょう）や離断性骨軟骨炎（りだんせいこつなんこつえん）などの特有の障害が起こることがあります。



スポーツ整形外科とは

スポーツ整形外科とは、スポーツ外傷・障害を扱う診療科です。競技スポーツの方のみでなく、学校体育やレクリエーションスポーツ、中高年の方の運動・体力作りまで、幅広い層を対象とします。初めの診断が重要となり、診察や画像検査により正確な診断をし、早期に治療を開始し早期運動復帰につなげます。

近年は画像検査としてはMRIや超音波画像装置が普及し、診断学が向上しています。外傷や障害によっては手術を必要とする場合もありますが、手術においては関節鏡という内視鏡を用いたダメージの少ない治療法が普及、発展してきたことで、早期復帰が可能となっています。トレーニング理論を取り入れたリハビリテーションを行うことも重要で、復帰後の再発を防ぐことにもつながります。

競技種目、年代、性別により特有の外傷・障害があり、その診断や治療には一般の整形外科とは別の専門性が求められます。スポーツ外傷・障害でお困りの方は、まずはお近くの診療所やクリニックを受診してください。専門的な診断や治療が必要と判断される場合には、スポーツ整形外科を標榜する専門医療機関への紹介を受けていただくことをお勧めします。

スポーツ整形外科の代表的治療

» 前十字靭帯損傷の手術 » リハビリテーション



» 前十字靭帯とは

前十字靭帯とは膝関節の中で大腿骨（太ももの骨）と脛骨（すねの骨）を繋ぐ靭帯です。大腿骨に対して脛骨が前方にずれるのを防ぐ、とても重要な役割を担っています。

» 前十字靭帯損傷とは

運動中などの膝のけがにより、前十字靭帯が断裂すると、以後運動の際に膝の不安定を感じるようになります。運動だけでなく、歩行や階段の昇り降りなどの日常生活動作でも膝の不安定を感じる方もいます。

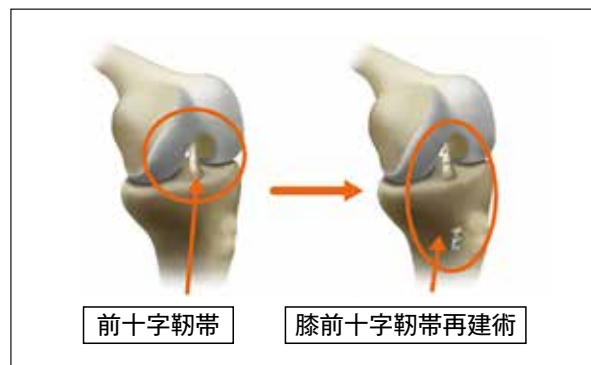
» 前十字靭帯損傷の診断

診察やMRIなどの画像検査を行うことで診断が可能です。



» 前十字靭帯再建術とは

靭帯の機能を獲得するためには手術が必要となります。スポーツの復帰を目指す方には手術を受けることをお勧めします。膝から移植腱を採取して、関節鏡を用いて前十字靭帯が断裂した部位に腱を移植します。



» リハビリテーション

手術翌日よりリハビリテーションを開始します。数週間以内に退院、数ヶ月後にジョギングを開始し、約8ヶ月後に競技復帰を目指します。



「日本医療機能評価機構 病院機能評価認定を受けました」

副病院長兼医療の質管理センター長 酒井 直樹

病院機能評価とは？

病院機能評価とは、病院が自発的に受ける第三者機関による審査のことです。審査では「安全で安心な医療が提供されているか」「病院としての基本的なことが適切にできているか」といった点が評価され、無事審査を通過すると写真のような認定証が授与されます。認定期間は5年間で、更新するためには再度審査を受ける必要があります。全国には、病院機能評価の認定を受けた病院が約2,000施設あり、昨今では診療報酬や公的指定を受けるにあたり、この認定を受けることが求められるようになってきました。

当院では、2002年(平成14年)に初めてこの認定を受けて以降、継続して審査・認定を受けており、今年2月に受けた審査を経て、この度5回目の認定を受けることができました。認定証に星が5つありますが、これはミシュラン5つ星というように水準の高低を表すものではなく、5回目の認定を表しています。



審査の内容

審査は、公益財団法人日本医療機能評価機構より派遣されたサーベイヤー(評価調査者)によって実施されます。サーベイヤーは、医療に精通する医師、看護師、事務職等で構成され、全国の病院から選出されます。当院では今年6名のサーベイヤーにより2日間の訪問審査が実施されました。

審査項目は全部で89項目あり、下表のように第1から第4までの、4つの領域に分けられます。審査では各項目ごとにS~Cの4段階で評価され、全ての評価がB評価以上の場合、認定基準に達していると判断され、認定を受けることができます。「ここを直したほうがいいですよ」という点が特にないものがA評価、さらに、他の病院よりも優れていると見なされたものがS評価となりますので、審査にあたってはどの項目もA評価以上を目指して臨んでいます。

今回の当院の受審成績は下表のとおりです。全領域で「A評価:適切に行われている」が80%以上であり、患者様に一定水準以上の安心・安全で質の高い医療が提供されているという評価をいただけたと感じています。今後、「A評価以上100%」を目指して、医療の質をさらに向上させることができるよう、職員一丸となって取り組んでまいります。

領域	対象分野	A評価「適切に行われている」以上の割合
第1	患者中心の医療の推進 (意思の尊重、地域連携、安全確保、感染制御、業務改善、療養環境)	81% (17/21項目)
第2	良質な医療の実践1 (診療・ケアの質、チーム医療)	94% (31/33項目)
第3	良質な医療の実践2 (薬剤、検査、栄養、診療情報、医療機器、放射線治療、病理、手術・中材、輸血、救急)	86% (12/14項目)
第4	理念達成に向けた組織運営 (リーダーシップ、人事・労務、教育・研修、経営、施設・設備、危機管理)	100% (21/21項目)

「卒後臨床研修評価機構による認定を受けました」

総合研修指導室 石川 雄也

当院は、NPO 法人卒後臨床研修評価機構（JCEP）による第三者評価を受審し、機構の定める認定基準を達成しているとして、二度目となる4年間の認定を受けました。（2023年4月1日）

卒後臨床研修とは？

医師免許を取得後、医師が基本的な診療能力を身につけるために行う、2年以上の初期臨床研修のことをいいます。

NPO 法人卒後臨床研修評価機構（JCEP）とは？

NPO 法人卒後臨床研修評価機構（JCEP）とは、臨床研修病院における研修プログラムや研修の実施状況の評価を行い、医師の養成に寄与することを目的とする第三者評価機構です。評価は機構の統一基準に基づく書面調査と訪問調査で行われます。

当院は病院全体で研修医の育成に取り組んでおり、審査の結果、その姿勢を高く評価していただきました。



なぜ第三者評価を受けるのか？

～研修医を受け入れると医療安全に繋がるワケ～

第三者評価を受ける意義は、「病院としての医療の質を担保する」ところにあります。

研修体制に対して高評価は自信に繋がり、反対に指摘を受けることは研修内容や運用方法を改善させ、研修の質を高めることに繋がります。

研修医の育成には指導する医師をはじめ、多くの職員が関わります。教育を通して病院内スタッフに責任感が生まれ、多職種の連携を強め、その結果として患者様に提供する医療サービスの向上や医療安全の確保に結びつきます。

患者様やそのご家族、連携する医療機関に安心感を持っていただくため、研修医の受入体制を整備し、その体制を第三者から評価を受けることで、医療安全に繋がっていくと考えています。



将来の焼津の医療を守るための医師の育成

当院は、優秀で教育熱心な指導医やメディカルスタッフに恵まれています。教育的風土は病院全体の人材育成にも波及し、研修医だけにとどまらず看護師等の研修の充実にも結び付いています。

平成16年度から昨年度末の約20年間に211人の医師が臨床研修を修了しました。

一緒に病院を良くしていこうと取り組んでくれた研修医もおり、今や当院の要となって活躍している医師も少なくありません。長い時間がかかりましたが、教育体制の充実に努めたことで、少しずつ良い成果に繋がっていると実感しています。

今後も、医師育成のためにより良い教育体制ができるよう一歩ずつ努力を重ね、安心・安全な医療を提供し、地域医療への貢献に努めてまいります。



外来診療日一覧表

2023年10月2日現在

診療科	午前				
	月	火	水	木	金
総合診療内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
腎臓内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
呼吸器内科 (紹介状必要・予約制)	○	○			○
血液内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
消化器内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
循環器内科 (院内他科依頼)		○	○	○	○
代謝内分泌内科 (紹介状必要・予約制)	○		○	○	○
脳神経内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
精神科 (新患受入休止)	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○
整形外科 (予約推奨)	○	○	○	○	○
形成外科 (紹介状必要・予約制)	○		○		○
脳神経外科	○	○	○	○	○
皮膚科	○	○	○	○	○
泌尿器科	○	○	○		○
透析	○	○	○	○	○
産婦人科 (予約制)	○	○	○	○	○
眼科	○	○		○	○
耳鼻咽喉科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
放射線科 (予約制)			○		○
歯科口腔外科	○		○		○

- ◆受付時間
 - ・午前 8時00分～11時00分 (再来受診) 8時00分～11時30分
 - ・午後 12時30分～15時00分
- ◆予約受付
 - 054-623-3111(代表) ※受診科をお知らせください。
 - ※午後の診察はすべて予約制です。ご注意ください。
- ◆外来担当医表

外来担当医表については、毎月1日付でホームページを更新していますのでご覧ください。また、病院受付窓口でも毎月1日から配布しています。なお、都合により担当医や担当日が変更になることがあります。
- ◆各種相談(予約制)
 - ・緩和ケア・がんよろず相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～16時00分
予約受付 054-623-3111(代表) 内線: 3031 地域医療連携室がんよろず相談担当
 - ・退院後の療養、介護に関する相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～16時00分
予約受付 054-623-3111(代表) 内線: 2090 患者支援室医療相談担当

○…診療日 検…検査

診療科	午後(予約制)				
	月	火	水	木	金
呼吸器内科 (紹介状必要)	○	○			○
血液内科 (紹介状必要)		○		○	○
消化器内科 (紹介状必要)		○	○	○	○
循環器内科 (院内他科依頼)	○	○	○	○	○
代謝内分泌内科 (紹介状必要)	○	○		○	
脳神経内科 (紹介状必要)	○	○	○	○	○
精神科 (新患受入休止)	○	○		○	○
小児科	○	○	○	○	○
形成外科 (紹介状必要)	○				
皮膚科	○	○	○	○	○
透析	○	○	○	○	○
耳鼻咽喉科 (紹介状必要)	○		○	○	
放射線科	○				
歯科口腔外科	○		○		○

特殊外来 完全予約制 △午前 □午後 一部毎週開催していない外来もあります。詳しくはお問い合わせください。

特殊外来(完全予約制)	月	火	水	木	金
腎臓内科	膠原病・リウマチ (紹介状必要)			□	
	多発性のう胞腎 (紹介状必要)			□	
	糖尿病性腎症パス(紹介状必要)	△□		△□	
代謝内分泌内科	フットケア外来 (再診予約制)		△		□
脳神経内科	認知症外来 (紹介状必要)			△	
小児科	心臓			□	
	エコー				□
	神経				□
	すこやか			□	
	療育支援			□	
	川崎病				□
	乳児検診	4ヶ月児 10ヶ月児	1ヶ月児		
シナジス	□				
外科	スキンケア			□	
	乳腺	△□			△□
	血管外科				第1・2・4 △
	呼吸器外科			△□	
	心臓外科				第2・4 □
	大腸・肛門				△□
整形外科	スポーツ整形	□			
形成外科	レーザー	□		□	
脳神経外科	脳卒中		□		
産婦人科	不妊治療	△	△	△	△
	助産師	△□	△□	△□	△□
	妊婦外来	□		□	□
眼科	網膜・緑内障		△		

看護師は見たっ!!



皮膚科のこと知っていますか？

外来看護師 吉田 奈穂

皮膚科外来について紹介させていただきます。当院皮膚科外来は、池田医師、看護師1名、医師事務作業補助者、受付事務員で日々の診察を行っています。月曜から金曜の午前中は池田医師、第1～3火曜日の午前中は水島医師も診察に加わり、患者様の皮膚トラブルの対応をしています。両医師ともスタッフからみても穏やかで優しく、相談しやすい医師です。

当院皮膚科外来では、火傷、蜂窩織炎（ほうかしきえん）、褥瘡、蕁麻疹、湿疹、带状疱疹、虫さされ、イボ、薬疹など皮膚症状全般を診ています。診療内容としては、液体窒素を用いてイボをとったり、薬剤性湿疹に対して*パッチテストを行ったりしています。パッチテストには検査したい薬剤を持参していただく必要があります。（※パッチテストとは、薬剤によるかぶれなどアレルギー症状の原因物質を確認する検査です。）

ここまでは当院皮膚科の紹介をしましたが、次に皮膚のことについて少しお話しします。皮膚は全身を覆う臓器で、バリア機能・体温調整機能・感覚器官・外見イメージなどの役割があります。普段、入浴の時にナイロントオルでゴシゴシ洗っていませんか？こ

の行動は、皮膚を痛めて乾燥や痒みのトラブルを引き起こしやすくなりますので、泡立たない弱酸性のボディソープや石鹸で、優しく洗うようにしてみてください。また、お風呂上がりには、保湿クリームや軟膏を塗りお肌の保護を心掛けてみてください。特に高齢の方や糖尿病などをお持ちの方は、皮膚の水分やバリア機能が低下しています。日頃から皮膚トラブルが起きていないか、毎日観察することも大切です。

また、1年を通して、痒みや湿疹、皮膚の炎症などで悩まれている方も多くいらっしゃいます。そこで、日常生活の中で皮膚トラブルを極力防ぐための3つの予防行動（保清・保湿・保護）のスキンケアを紹介させていただきます。

①保清：低刺激・弱酸性の石鹸を使用し、毎日入浴して皮膚を清潔に保つ。②保湿：入浴後はできるだけ早く保湿剤を塗る。適量を優しくのばすように塗り、ゴシゴシとすり込まないように。③保護：紫外線を避けましょう。長い爪はお肌を傷つける可能性があります。そこで、深爪しないようこまめに爪は切りましょう。予防行動を心掛けて、皮膚トラブルが起こりにくい肌へ整えていきましょう。



「ホクホク！ やさしい味のカレーコロッケ」



(栄養価 1人分)
 熱量 361kcal、蛋白質 9.5g、脂質 24.3g、塩分 0.6g
 問合先 栄養科 054-623-3111(代)

材料 4人分	ジャガイモ (大2個)	320g	こしょう	少々
	ニンジン (1/2本)	80g	カレー粉	小さじ 1/4
	タマネギ (1/2個)	80g	小麦粉	大さじ 4
	豚ひき肉	120g	生パン粉	適量
	サラダ油	少量	揚げ油	適量
	塩	小さじ 1/3		

- ① ジャガイモは茹でるか電子レンジで柔らかくなるまで加熱する。熱いうちに皮を剥き、潰す。
- ② 少量の油を敷いたフライパンで豚ひき肉、みじん切りしたニンジンとタマネギを炒め、塩・こしょうを加える。
- ③ 冷ました①のジャガイモに、②とカレー粉を加える。8等分にして小判型に成形する。
- ④ 小麦粉を同量の水で溶いたものに③をくぐらせ、パン粉をつける。
- ⑤ 170℃くらいの油で表面がきつね色になるまで揚げる。

★ ジャガイモや具材は水分を飛ばすように仕上げてください。
 ★ 衣は生パン粉を使うことで、よりサクサクの食感に仕上がりますが、カロリーが気になる場合は乾燥パン粉にするのがオススメです。



8/4 高校生オープンホスピタル&一日ナース体験開催

高校生オープンホスピタル

8/4（金）に高校生オープンホスピタルを開催しました。

このイベントは、地域の高校生が医療現場を実際に見学・体験することで、医療職への関心を高め、将来の医療を担う人材を育成することを目的に、毎年実施していました。しかし、新型コロナの影響で中止が続き、今年は4年ぶりの開催となり、総数75名の参加がありました。

志望職種の内訳は、医師10名、薬剤師5名、管理栄養士4名、理学療法士4名、言語聴覚士2名、作業療法士3名、歯科衛生士5名、放射線技師4名、臨床検査技師4名、臨床工学技士5名、看護師29名でした。

高校生たちは各ユニフォームに着替え、病院の紹介を聞いた後、志望する職種に分かれて実際の仕事を体験したり、普段は入れない場所を見学したり、座談会で先輩職員を囲んでの意見交換で交流を深めました。

今回の体験で、少しでも医療職の魅力を伝えることができ、高校生が将来を考える時の一助になればうれしく思います。

病院総務課 山下 和良



高校生一日ナース体験

コロナ禍のため、2019年から4年ぶりに開催した高校生オープンホスピタルに併せて、「高校生1日ナース体験」を実施しました。参加者のほとんどが、将来看護師になりたい、医療の仕事につきたいと希望をして参加をしていました。

全体での病院説明の後、病棟で患者さんのケアを見学したり、シーツ交換などの体験を行いました。看護師との座談会では、高校生たちの笑顔があふれていました。体験後のアンケートでは、「将来、看護師になりたいという希望がさらに強まるよい機会となりました。患者さんとふれあい、癒やすことのできる存在を実際に見られて感動しました」、「将来、焼津市立総合病院で働きたいと考えていたので、今回ナース体験に参加できて本当によかったです」、「看護の大変さとやりがいを感じることができました」という感想をいただきました。

今後もオープンホスピタルを通して、実際に働く看護師が現場での看護職の魅力を伝え、多くの方々に当院のことを知っていただけるように活動していきたいと思います。

看護部副部長 松本 由賀里

