

# 大文字

京都民医連あすかい病院  
広報誌

vol.34

2020年11月

病院理念

1. 患者・利用者の人権を尊重し、安全で質の高い保健・医療・介護活動を行います。
2. 地域住民、地域の医療・福祉機関、諸団体に開かれた活動を行います。
3. 学習につとめ、日々成長する組織であり続けます。



公益社団法人信和会 京都民医連あすかい病院



「法然院の冬の庭」苔の明るい緑が目には染みます。 Gorou Ishikawa

特集

あすかい病院のHPH

あすかい病院 





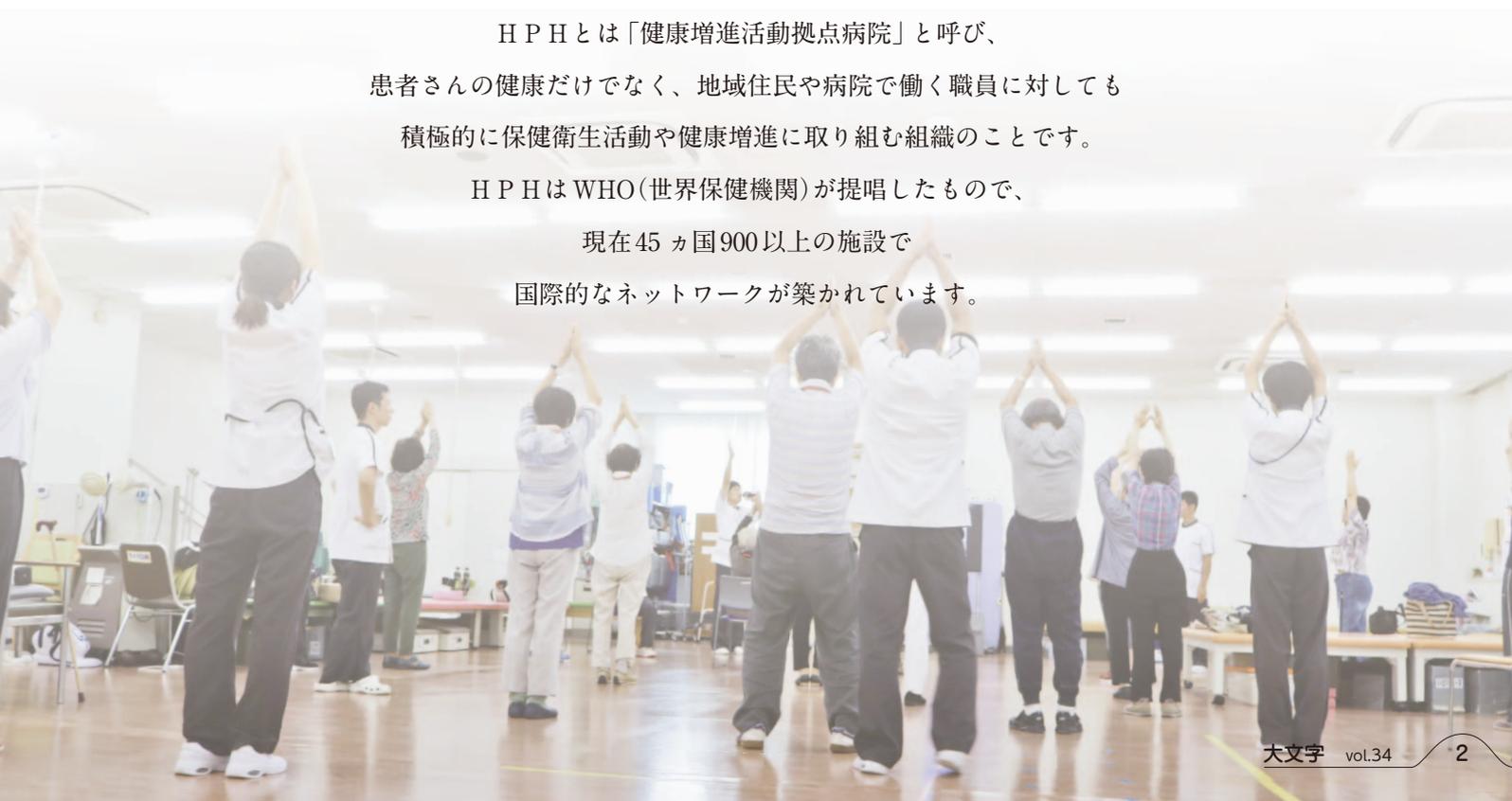
# あすかい病院は 2020年5月4日 HPH

(Health Promoting Hospitals & Health Services)

## に加盟しました

HPHとは「健康増進活動拠点病院」と呼び、患者さんの健康だけでなく、地域住民や病院で働く職員に対しても積極的に保健衛生活動や健康増進に取り組む組織のことです。

HPHはWHO(世界保健機関)が提唱したもので、  
現在45ヵ国900以上の施設で  
国際的なネットワークが築かれています。



# HPHの 目的



HPHの目的は、病気や不健康な状態の原因を決して個人の責任にせず、社会全体で人々の健康づくりをすすめる、究極の目標である「平和」を追求することです。

この間、世界では社会と健康の関わりが科学的に証明され、「健康の社会的決定要因」の存在が確認されています。具体的には「幼少期」「社会的排除」「労働」「失業」「社会的支援」「薬物」「食品」「交通」といった項目が原因となり、健康格差を生んでいることが研究で明らかになっています。「スポーツ関連のサークルに参加している人の割合が多い地域は転倒リスクが低い」、あるいは「収入が低い人ほど糖尿病の合併症が増える」のはその一例です。健康格差を解決するため、社会保障制度の改善と、健康な社会を住民とともにつくるヘルスプロモーション活動（健康に影響を与える環境を改善していく社会的活動）が今こそ求められています。



## 転倒予防教室①

過去1年間に転倒したことがある方は、再度転倒する可能性が高いと言われています。転倒予防教室では、身体能力を測定して転倒危険度を判定し、転倒の要因や住環境の危険リスクと対策について講義します。



## 転倒予防教室②

「足腰が弱った」「ちょっとの段差でつまずいてしまう」転倒しないためにどんな運動をしたらいいのか、実際に座位体操や太極拳などを行い、理学療法士が専門的なアドバイスをします。

## あすかい病院の HPH活動



地域住民の健康増進を図るために、退院後の患者さんの様子を伺う「お元気ですか訪問」や気軽に医療介護を考えてもらう「まちかど健康チェック・地域医療懇談会」、当院のリハビリスタッフによる「転倒予防教室」など、様々な取り組みを行っています。また、スーパーや薬局を訪問し、当院栄養課が作成した料理のレシピを設置してもらう活動も開始しました。そして、民医連運動のパートナーである健康友の会と協力し、通院が困難な患者さんの送迎ボランティアや各種サークル活動・お食事会などを通じて、住みやすく孤立を生まない地域の居場所作りを進めています。医療費を心配することなく受診していただく「無料低額診療事業」や平和や憲法、社会保障制度を改善する運動も健康を守る重要な取り組みとして位置づけ活動しています。職員の健康づくりにおいても部署ごとで目標を設定し実践しています。



### 健康チェック

京都左京健康友の会の健康づくり委員会主催で、北白川のスーパー前をお借りして無料健康チェックをしています。血圧と骨密度の測定、看護師からの結果説明と健康相談を行います。



### 置きチラシ

地域のスーパーに当院栄養課が監修したレシピ「おうち時間でらくらくクッキング」を設置しました。今後も健康にまつわる情報を気軽に手に取っていただけるような取り組みを進めていきます。

## 民医連運動

### そのもの



あすかい病院は「安井病院」の時代から民医連事業所として、健康友の会をはじめ地域とともに「安心して住み続けられるまちづくり」を進めてきた歴史があります。紹介した活動は皆さんにとってどれもなじみがあるものばかりではないでしょうか。HPHは決して特別なことではなく、これまでの活動をさらに多くの人々に知ってもらい、ともに発展させていく民医連運動そのものです。

新型コロナウイルスの影響で今もなお不安な思いをされている方がたくさんいらっしゃると思います。今後もあすかい病院は、皆さんの不安を少しでも和らげ、健康で安心して暮らせる地域の拠り所になれるよう努力していきたいと考えています。

(HPH事務局 伊藤翔大)



### 医療懇談会

地域医療懇談会は医療従事者が直接皆さんにお話しする場として毎回好評です。その時々合った皆さんの関心や不安なことに寄り添えるようなテーマ設定を心がけています。



### 送迎ボランティア

京都左京健康友の会の送迎ボランティア。病院の診察後、ご自宅までお送りしています。「足が悪く通院が大変だったので助かります」と喜ばれています。

# 食事から健康を

## あすかい病院 栄養課

あすかい病院の栄養課では、入院されている方の食事の調整や栄養サポートチームの活動を通して、栄養状態の改善を目指しています。

### 栄養指導



管理栄養士が入院・外来、在宅で患者さん、ご家族に対して栄養指導を行います。糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病指導はもちろん、退院後の食事計画や嚥下食、低栄養対策の相談も増えてきました。いずれもご事情に合わせて、配食や市販品と

手作りの組み合わせなど、続けやすい情報提供を心がけています。在宅訪問栄養食事指導は介護保険と医療保険、どちらでもできますのでお訊ねください。

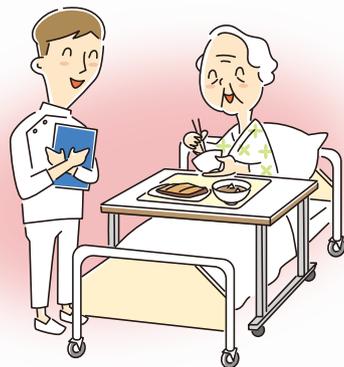
### 食へやすくておいしい 食事提供を



「毎日の食事が楽しみ。だしが効いておいしい。」などうれしいご意見を頂き、スタッフ

一同励みにしてまいります。作る側が同じ料理を何百食盛りつけても、召し上がる方に届くのはそのうちのひと皿。ひとつひとつ丁寧提供することを心がけ、今後努力し続けていきます。

各個人に合わせて  
手作り資料も用意



## 食事作りの秘密

### みなさんにお楽しみを

ほっこりと四季を感じて頂きたく月1、2回行事食を実施しています。行事食ではデザートにも力を入れています。あんみつや京都ならではの季節菓子も嚙下食の方まで食べていただけるよう工夫しています。



▲水無月



▲嚙下食対応! かしわ餅



▲紅白羊羹



▲クリスマス



▲緩和ケア病棟限定! 初釜の花びら餅を提供

緩和ケア病棟では週3回、選択メニューの提供を行っています。麺類やお寿司、どんぶり物が人気です。緩和ケア病棟限定のイベントもあります。

**【だしはすべての基本】** 毎日、濃いめのだしをとり、色々な料理に使っています。だしの力で野菜の煮物やお味噌汁が薄味でもおいしくなります。中華のスープをガラからとる日もあります。

### 嚙下食

リハビリスタッフや看護師と連携しながら、安全・おいしさに加え、見た目の良さもめざしてミキサー固形食とやわらか食を導入しています。



▲ミキサー固形食のうなぎの蒲焼にバーナーで焼き目をつけています。焼き目をつけると、見た目も風味も蒲焼に近づきます。



▲左から普通食・やわらか食・ミキサー固形食のうなぎの蒲焼(行事食で提供しました)



## 地域の方々へ電話かけ訪問

〜コロナ禍だからこそつながろう〜



組織課  
佐久 功

民医連に加盟する当院には「京都左京健康友の会」というパートナーが存在します。

「健康で安心して住み続けられるまちづくり」をテーマに、地域に住まう人々の健康づくりや居場所づくり、ボランティア活動などに取り組んでいます。会員には当院の患者さんでない方もたくさんいらっしゃいます。

しかし、今年は新型コロナウイルス感染症の拡大により、



友の会活動も2月末から中止を余儀なくされました。多くの方が家から出られず、人と

人とのつながりが薄くなっていくなか、友の会として何かできないかと始めたのが、会員への「電話かけ訪問」です。

友の会役員と病院職員が電話かけを行い、4〜7月の4ヶ月間で490人の方と会話をすることができました。会話の中で、体調を崩されていないか、医療・介護や日常生活で困りごとはないかを聞き取りました。会員の方からは「持病があるので感染が怖い」「外に出ないようにしているけど、それがしんどい」などの声が寄せられました。相談されたことに対してお答えするとともに、必要に応じて対応できる部署へ引き継ぎを行いました。また、会話の中で

は「電話をくれたことが嬉しい」や、医療者へのねぎらいのお言葉もいただきました。

電話かけを行った友の会役員からは「家にいてふさぎ込んでいる人は、おしゃべり相手になるだけでもとっても喜んでくれる」との感想が、職員からは「緊張したが感謝されて良かった」「ふだん地域の方と接することがないので、貴重な経験となりました」などの感想が聞かれました。

私たち民医連は「支援が必要な人に対してこちらから手を伸ばして必要な支援を届ける」というアウトリーチ活動を重視してきました。今回は会員限定でしたが、それでも多くの方とつながることができました。この貴重な経験を、今後のアウトリーチ活動に生かしていきたいと思えます。



# 地域のチカラ

「いつまでも元気で住み慣れた地域で暮らしたい」そんな思いを、介護・福祉・医療と、地域のネットワークの力でかなえたい！  
今回は、左京消防団養正分団の紹介です。



## 「役に立ちたい」 24時間の出動体制

左京消防団養正分団は、19歳から80歳代の方で構成され、日々、地域を守る為の防火訓練や広報活動を行っています。災害時等には消防署と連携し、消防活動等にあたれるよう24時間出動できる体制をとっています。主に毎月5日と20日を防災訓練の日として地域の皆さんと交流をしています。また、年に1回は総合査閲と小型ポンプで水を出したりする訓練を披露します。

片岸稔之団長は、「地域の方に『いつもごころづさん』と言われるのが励みです。今年はこの地域でまだ火事はありませんが、最近はお壇のろうそくやストーブに洗濯物が引火して火事が発生することが多いようです。高齢者の一人暮らしは特に心配です。消防隊員と連絡を取りながら訪問することもあります。」と地域を見守っています。



副分団長の丸矢剛さんは「消防という仕事にあこがれ、防災に少しでも役立てればと思っています。」と自ら入団を志願されました。隊員の神農水理さんは「地域の小中学校を守る役目をする事で、孫や子供達にも防災意識が芽生えると思いました。」と言います。みなさん様々なきっかけで、地域の防火防災に役立ちたいという思いで参加されています。

いまはコロナ禍により自粛ムードがありますが、分団一丸となって地域を守るために密をさけながら、日々訓練に励み頑張っています。



### 問い合わせ先

左京消防署 代表

☎ 075-723-0119

消防団係まで

# 職場探訪



## あすかい病院 医局事務課

医師が所属している「医局」と並んで、医師が関わる業務の事務的補助を担っているのが私たち「医局事務課」です。

医局の中にデスクを置き、常勤・非常勤・管理者合わせて4人のスタッフで日々業務に動んでいます。

### 多忙極める

### 医師の業務をサポート

医師の業務全体を管理（診療体制や勤怠管理）するのももちろんですが、医師が抱える様々な業務をサポートして患者さんへ安全・安心な医療が提供できるように医師の働きやすい環境づくりに努めています。

業務内容は、「医師事務作業補助者」として診断書などの文書作成補助、診療記録への代行入力、診察室での診療補助、行政上の手続き、出張手配、医学

生実習の受け入れ調整、日常に必要な備品整理など多岐に亘ります。

「元氣」を発信する職場、  
その先にあるのは  
患者さんの「笑顔」

普段は直接患者さんと接することがありません。でも私たちが元気に医師をサポートすることが円滑で適切な医療提供となり、それが患者さんの笑顔につながっていくと信じています。今日も4人元気に声を掛け合って医師と共にかんばっています。

（医局事務課 西田 関）



▲医師の病棟回診にも同行してサポートしています。

# 在宅療養あんしん病院 登録システム **ご案内**



あらかじめ必要な情報を登録しておくことで、在宅療養中（訪問診療・定期通院中）の高齢者（65歳以上）が体調を崩し、在宅での対応が困難になった時に、スムーズに病院で受診し、必要に応じて一時的に入院ができるシステムです。

入院を希望する病院を3ヶ所選んで登録しておくことでかかりつけの医師が入院先を探しやすくなります。

パンフレットと申込書は、当院外来受付にありますので、ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。

## 以下のような状態は本システムの対象とはなりません

- 緊急性の高い病気やケガ
- 長期療養を目的とした入院

詳しくは京都地域包括ケア推進機構のホームページをご覧ください



## ご登録の流れ

1. 在宅療養あんしん病院パンフレット(申込書)を手に入れる(当院受付にあります)
2. 登録申請書の①～④の記載をする(②の病院名は一覧表から3病院選んで記載)
3. 記載済みの登録申請書をかかりつけ医に持参し、サインをもらう(無料です)
4. パンフレットに挟まっている専用封筒に入れ郵便ポストへ入れる(切手不要)
5. 後日、郵送にて登録完了のお知らせが届き、登録完了(5年に一度更新手続きあり)

## 京都民医連あすかい病院 看護師・介護職員・リハビリスタッフ募集

### 一緒に働く仲間を探しています

京都民医連あすかい病院では、地域に根ざした医療機関として、救急から在宅まで幅広い医療機能があります。今後も病院・在宅での療養を支える安定した医療を提供していくために、私たちと一緒に地域の方の生命と健康、生活を守る看護師・介護職員・リハビリスタッフを募集しています。

また、看護師・リハビリセラピストを目指す学生さんを対象にした奨学金制度もあります。介護職員は資格取得支援制度があります。まずはお気軽にお問い合わせください。

#### 京都民医連あすかい病院

看護師・介護職員採用担当：山際・寺尾

TEL：075-712-9082

E-mail：eggnurse@shinwakai-min.jp

リハビリスタッフ採用担当：玉井

TEL：075-712-9091

E-mail：rihabiri@shinwakai-min.jp



## スタッフ紹介

### 看護部長へインタビュー

京都民医連あすかい病院  
看護部長  
征矢 陽子



2020年4月から、看護部長となりました。今年は、新型コロナウイルス感染症に始まり、患者さんも地域の方も、新しいスタイルの生活に不安を持ち、工夫をしながら歩んでこられたと思います。医療・介護の現場も同様でした。

患者さんや利用者の方の症状の把握に努め、病院内で感染をおこさないために、急遽「咳・熱外来」を設けました。職員は、マスクやガウンが不足する中で「自分達が感染してはいけない」というプレッシャーとの闘いです。さらに、医療者としてストレスや不安は抱えても、それを共有できる会食などの交流は控え続けています。しかし、この事態は、感染対策の見直しを含めて、安全安心な医療のあり方を考える機会となりました。また健康に生活するには、人と人との触れ合いや社会生活の営み、安定した職が必要であることを、改めて痛感させられています。

今後も、地域の方とのつながりを大切にして、病気への視点だけでなく、一人ひとりの生活に必要な支援ができる病院であり続けたいと思います。

返信ハガキ・  
メールからのお声を  
一部ご紹介します。



●新型コロナ禍のせいもあるのが月日の経つのが早いこと。“あ、もう秋だ”です。病院の関係者の皆さまには、様々な対応の中、過労になっておられるのではないかと心配いたします。

●病院の紹介では日頃から働いておられる方々の良い雰囲気が写真とコメントで親しみを感じました。地域の情報もあり、コロナで大変な中、頑張っている方々がおられることを再認識させていただきました。

●親類の送迎でいつも来院しています。病院、地域が一体となり温かく親切的な雰囲気が大好きです。これからも生活者目線での医療、平和活動に期待しています。

✳️ご意見、ご感想ありがとうございました。

第28回  
ふれあいクイズ

だいもんじ  
大問字  
DAIMONJI

みんなで頑張ろう□□□□!

次の1～4の熟語の空白に入る漢字を並び替えて□□□□に入る4文字熟語を作ってください。

1. 苦肉之□ □ □ □ □ □  
…苦しませに考え出した手立て
2. 隔世之□ □ □ □ □ □  
…世の中がすっかり変わってしまったと感じる気持ちのこと
3. □ □ 抗馬 □ □ □ □ □ □  
…競技や選挙などで、実力の見合う競争相手
4. 環境汚□ □ □ □ □ □ □ □  
…人間の生産および生活活動によって生じる空気・水・土壌などの環境の劣悪化

### ご意見ご感想募集!

クイズの答えをハガキかEメールにて下記までお送りください。その際、余白に広報誌の感想や日頃感じておられることなどをご記入ください。次号で一部ご紹介させていただきます。メ切は、2021年3月末です。抽選で5名の方に、500円の図書カードを進呈します。どしどしご応募ください。

#### ハガキの場合

〒606-8226 京都市左京区田中飛鳥井町89  
京都民医連あすかい病院広報誌  
「大文字」ふれあいクイズ係 寺尾宛

#### Eメールの場合

eggnurse@shinwakai-min.jp  
※住所氏名が記載されていないことがありますのでお気をつけください。



### 第27回ふれあいクイズ 当選者発表

下記5名の方に図書カードを進呈いたしました。おめでとうございます。

(正解：無差別平等)

当選者：

古川琢也さん  
大西浩司さん  
末盛博己さん  
田中洋史さん  
山本婦美子さん