

# ☆ほすぴたる



## Contents

『すべては患者さんの心地よさのために』

— 家政と清掃の仕事 —

医療ミニ講座：運動会でケガをした！

キズの応急処置はこうする!!

家庭でできる運動 — 第2回 — など

- ✚ 豊岡病院
- ✚ 日高 医療センター
- ✚ 出石 医療センター
- ✚ 梁瀬 医療センター
- ✚ 和田山 医療センター

# 病院で働く人の仕事を紹介します！



すべては患者さんの心地よさのために。

— 家政・清掃の仕事 —

寝具の1セット。

ベッドメイキング依頼の電話があると、すぐに駆けつけます。

ドライ  
手洗イ  
手術着やオペ用シートも手を抜きません。

カバー掛けも息がびったり。  
チームワーク抜群です。

多くの種類のユニフォームを管理。

手洗イ

患者さんで家族が通られる  
こともある通路。  
お花は毎日欠かしません。

アイロン仕上げもばっちり。

ピシーツ。

私たち家政員は、全館の寝具類（リネン）管理業務を受け持っています。

主な仕事は、入院患者さんのためのベッドメイキングです。6月から9月は夏用、10月から5月までは冬用のリネンの交換などを行っています。外来患者さんの検査や治療のための睡眠検査室や透析室、職員当直室のベッドメイキングも大事な業務です。病室のカーテンや、白衣などの保管もしています。

私たちのモットーは、患者さんが病室に案内された時「少しでも不安が取り除け、気持ちよく過ごしてもらえますように」と心をこめ、きれいに、スピーディーにベッドメイキングを行うこと。これは、どのベッドメイキングも同じ思いです。今後もこの気持ちを忘れずがんばっていきます。

あまり患者さんとお逢いする機会はありませんが、影から治療に参加しています。

## 家政

豊岡病院 管理部主任  
澤谷 なるみ



# 清掃

私たち清掃担当は、院内すべてのフロアについて、365日、病院の衛生管理の基本である汚染除去を行っています。

業務内容は、病室・トイレ・廊下等の日常清掃、洗浄ワックス掛け、ガラス清掃、ベランダ清掃、空調フィルタ清掃等の定期清掃に加え、手術室（清潔区域）での清掃・ベッド準備など特殊な部署の清掃も担っています。

日常清掃では、清掃カートに各種道具を収納し、移動しながら作業しています。病棟エリアは自動床洗浄機で、外来エリアは搭乗式自動床洗浄機で、共用部の床面洗浄を行っています。定期清掃では、日常清掃で落ちない汚れを手動床洗浄機（ポリッシャー）を使用して除去しています。

病院には患者さん・お見舞いの方・職員など多くの方の出入りがあり、通行の方の迷惑にならないよう、安全を確保するよう心掛けて作業に当たっています。今後も病院の美観及び環境衛生を保持するため、真剣に取り組んで参ります。

## 清掃担当 (委託業者)

お掃除道具たち。手袋やスポンジを色で使い分け。



吸引セットの交換。



病室はいつも清潔に美しく。



手術室の清掃！！



手洗準備万端。



# ドライ

次の手術準備と清掃同時進行。



隅々まできれいにお掃除します。



これが、搭乗式自動床洗浄機。



清掃方法の統一と質向上のための研修会。



# 手洗い

ワックス掛け。



ガラス清掃。



清掃前。こんなクモの巣があることもあります。



# はこうする!!

豊岡病院 形成外科部長

徳力 俊治 医師



切り傷の応急処置法をお教えします。

# 保

護

# 洗

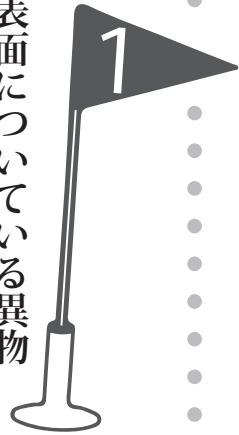
う

まずはとにかく

運動会シーズン、転んだりしてケガをすることも多くなります。すり傷、切り傷の場合、まずその場でしていただきたいことがあります。洗う、保護する、圧迫する、安静にする。これだけで治ってしまうことがほとんどです。その後医療機関にかかる必要が生じた場合も、処置が簡単にでき、早く治る可能性が高まります。これ以外のことは、しても効果がなかったり、逆に治りを悪くすることさえあります。

水道水で、表面についている異物

(土の汚れ等)を洗い流してください。



- 水では落ちない汚れもあるので、せっけんを使うのも○。
- 痛がっても、まずは洗うこと。
- 洗う際の出血は、心配ありません。

△ 消毒する。

↓ 実は：消毒は必須ではありません。

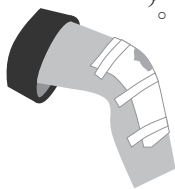


きれいなガーゼやばんそうこうで、

キズを覆って保護・保湿してください。



- ガーゼがなければ、タオルやハンカチも可。
- あれば軟膏をぬってください。保湿を助けます。
- 傷は乾かさないことが大事です。



× よもぎの葉やアロエを傷口につける。

↓ バイ菌が潜んでいるので、やめてください。

× 食品用ラップで傷口を覆う。

↓ キズの管理用に作られたものではありません。

# 運動会でケガをした！キズの応急処置

秋の運動会シーズンに知っておきたいすり傷、

安  
**静**

**圧**  
迫

ただし、『痛みが強い／腫れがひどい／歩けない／嘔吐する』などの場合は医療機関の受診をおすすめします。



熱中症予防に  
水分補給もお忘れなく。

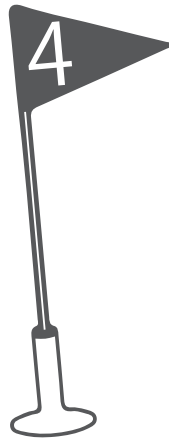
○ 冷やす。  
↓ 必須ではないけれど、  
腫れのひどい場合に有効です。



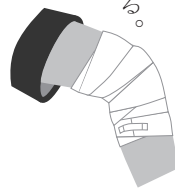
○ 腫れや出血も少なくなるので○。  
↓ 心臓より高い位置に上げる。  
ですが、こんなに上げなくても  
大丈夫です。

■ 歩き回ると、キズを悪化させます。  
■ 腕の場合は、三角巾を使うと安静を保ちやすいです。

動き回らず安静に。

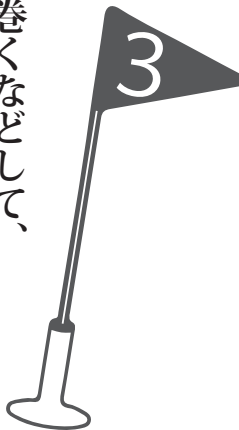


× 出血していないところまで止血する。  
↓ 出血部分だけを圧迫止血  
してください。



■ 手足なら包帯、頭や胴体なら手でしっかり  
おさえてください。  
■ 10分程度で基本的に出血はおさまってきます。  
■ 止血できていれば、一日か二日経ってからの  
受診でOK。

軽く包帯を巻くなどして、  
出血部分を局所圧迫してください。



## 平成26年 第2回 公立豊岡病院組合議会 7月定例会が開催されました

平成26年7月2日から25日まで開催された、公立豊岡病院組合議会の議案と結果についてお知らせします。

件名	提出年月日	結果
報告第1号 専決処分したものの承認を求めることについて (公立豊岡病院組合構成市長会設置条例の一部を改正する条例)	平成 26 年 7 月 2 日	承認 平成 26 年 7 月 2 日
報告第2号 専決処分したものの承認を求めることについて (職員の特殊勤務手当に関する条例の一部を改正する条例)	平成 26 年 7 月 2 日	承認 平成 26 年 7 月 2 日
報告第3号 平成 25 年度公立豊岡病院組合事業会計予算の繰越しについて	平成 26 年 7 月 2 日	了承 平成 26 年 7 月 25 日
議案第7号 平成 25 年度公立豊岡病院組合事業決算の認定について	平成 26 年 7 月 2 日	継続審査 平成 26 年 7 月 25 日

公立豊岡病院組合 議会



議会は、一般の方も傍聴できます。 **お問い合わせ** 公立豊岡病院組合 議会・監査事務局 TEL:0796-22-6111(代表)





— 第 2 回 —

日高医療センター  
リハビリテーション技術科長

理学療法士

井垣 誠



第2回の本コーナーでは、「スイスポール」「エクササイズボール」といった呼び方でも知られているバランスボールを用いたトレーニングを紹介します。

このトレーニングは、スポーツ選手から高齢者まで幅広い人を対象に実施されています。リズムカルな運動の方法を取り入れることにより、有酸素運動としての効果が期待できます。また、不安定な要素をもつボールでバランスを保つことは、関節を大きく動かす表層筋（アウトマッスル）ではなく、関節の安定性を保つ深部筋（インナーマッスル）に運動の効果がありません。したがって、本トレーニングは筋力を向上させることに加えて、バランス能力を高めることにつながり、転倒予防にも役立つといわれています。

バランスボールはいくつかのサイズの製品が販売されており、本コーナーではボールの上に腰掛けることのできる大きめのサイズのボールの上にしつかりと腰掛けた状態で、膝関節が約90度曲がり、足の裏全体が床に接地できる程度が基本です。一つの運動につき10回（1往復で1回）から始めて30回程度を目安に行い、いくつかの方法を組み合わせて10分程度実施できることを目標にします。効果的に行うためには、呼吸はみだれず、バランスがとりやすい運動のリズムを獲得することが重要です。

## バランスボールを用いたトレーニング

### 1. 骨盤左右

骨盤を左右に動かします。頭の位置が移動しないよう骨盤だけを動かし、あまり大きく動かさないことがポイントです。



### 2. 横振り

ボールを両足でしっかりとさみ、腰部は床に接地させます。上半身を固定するために腕は広げておきます。ボールを横方向に転がします。



### 3. お尻上げ

両足を曲げた状態でボールの上に置きます。そして、お尻を持ち上げます。このとき、お尻を上げすぎると横に崩れやすいので注意しましょう。



### 4. 腕立て

膝立ちの姿勢で両手をボールの上につきます。そして、ボールを前後方向に転がします。前に動かすすぎると、腰が反ってしまつて腰痛を引き起こすことがあるので注意しましょう。





## 医療系進学 セミナーを 実施しています



豊岡病院組合は、但馬や京都府北部の高校に出向き、分野別模擬授業や出前講座などを行っています。

医師・看護師・医療技術職を目指す高校生と現役スタッフとの交流により、進学へのイメージをつかんでいただくという取り組みです。急性期・療養・在宅まで、あらゆることのできる豊岡病院組合での活躍をお待ちしています！



## 車いすを 寄贈いただきました

北兵庫朝日会様※1より、プルトップ・リサイクル活動として、豊岡病院へ車いす 1台を寄贈いただきました。この車いすは、読者の協力を得て集められた空き缶のプルトップで購入されたもので、これまでに寄贈いただいたものとあわせ、3台目となりました。

大切に使用させていただいています。ありがとうございました。

※1 北兵庫エリアの朝日新聞販売店

## サンスト夏の夜市に出展しました

豊岡病院但馬救命救急センターが、7/27(日)に豊岡駅前にて行われた『サンスト夏の夜市』に今年もブースを出展しました。クイズ・胸骨圧迫体験・お絵かきコーナー・ドクターカー展示などを通して、救急医療について少しでも知っていただく機会になったことと思います。

多くの方にご参加いただき、ありがとうございました。



## 医師異動のお知らせ H26.6.2~H26.8.1

### 新任医師

よろしくお祈りします。



豊岡 救急集中治療科兼  
但馬救命救急センター  
医師 杉野 貴彦

### 異動医師

梁瀬内科へ

医師 鈴木 光哉 (和田山内科 兼務)

### 退職医師

お世話になりました。

豊岡 精神科 玉山 大志  
梁瀬 外科 部長 岡本 秀樹

※この記事では病院名を以下の略称で記載しています。

公立豊岡病院：「豊岡」  
公立朝来梁瀬医療センター：「梁瀬」  
公立朝来和田山医療センター：「和田山」

クイズ これ、なんて名前？

こたえは裏表紙のどこかにあります。



# 看護師・助産師募集



病院組合からダウンロード

採用年度	募集人員	受験資格	採用予定日	試験科目	受付締切	試験日・会場
平成26年度	50名	<ul style="list-style-type: none"> <li>看護師免許取得者（助産師については助産師免許）</li> <li>45歳以下</li> </ul>	随時	<ul style="list-style-type: none"> <li>適性試験</li> <li>面接試験</li> </ul>	受験月の前末日	以下の6回の試験日を設定 1. 平成26年10月7日(火) 2. 平成26年11月7日(金) 3. 平成26年12月7日(日) 4. 平成27年1月7日(水) 5. 平成27年2月7日(土) 6. 平成27年3月7日(土)
平成27年度		<ul style="list-style-type: none"> <li>看護師免許取得者又は来春取得見込者（助産師については助産師免許）</li> <li>45歳以下</li> </ul>	平成27年4月1日	会場 豊岡病院		

※平成26年度採用の試験は1から5まで



編集・発行 総務部調整課  
chousei@toyookahp-kumiai.or.jp  
公立豊岡病院組合

採用に関する問合せ 総務部人事課

※受験資格欄中の年齢は、採用年度の4月1日時点の年齢です。

※総務部人事課でも募集要項をお渡ししています。



## 豊岡病院 後発医薬品の使用を促進しています

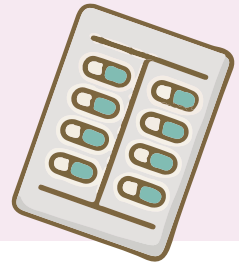
皆さんご存知のとおり、後発医薬品（ジェネリック医薬品）は、厚生労働省から「先発医薬品と同じ有効成分を同量含んでおり、同等の効能や効果が得られる」と認められた医薬品です。

先発医薬品に比べて薬の値段が安く、一人ひとりの自己負担が減少するほか、国民医療費の抑制にもつながります。

豊岡病院では、効能・効果や他の病院での採用状況、安定した供給体制が確認できたお薬については、後発医薬品に移行してまいりますので、ご理解をお願いいたします。

先発医薬品を独占的に販売できる特許期間が終了すると、厚生労働大臣の承認を得て、他の医薬品メーカーも「後発医薬品」として製造・販売できます。

後発医薬品には、先発医薬品よりも飲みやすくなるように薬の大きさや味など、よりよく工夫されたものもあります。



今年もやります！

～ 見にきんせー 豊岡病院 ～

# 第2回 豊岡病院祭

2014年10月25日(土)

9:00 - 14:00

| 雨天決行 |

病院でしか体験できない催しを多数企画！

遊びにきてください♪

主催 豊岡病院

問合せ 0796-22-6111 (代表)

これは「豊岡病院祭」の「見にきんせー」といいます。これは「豊岡病院祭」の「見にきんせー」のことです。

