



# 医師会病院だより



## 理念

安心して暮らせる地域造りを目的とし、益田地域のニーズにあった保健・医療・福祉の提供を行います。

## 基本方針

1. 公正で安全な医療を提供し人材育成と研修の場を提供します。
2. 患者さま・ご家族さまの人権と意志を尊重し、納得と同意に基づいた医療を提供します。
3. かかりつけ医の支援病院としてきめこまやかな病診連携を行います。
4. 在宅を目指した保健予防・リハビリテーション・緩和ケアの充実を図ります。
5. 公益社団法人として益田地域全体にわたる保健・医療・福祉のセーフティネットを構築し、公益の増進に寄与します。

## 第190号

- ◆病院機能評価を受審しました!
- ◆ドライブ・シミュレータを導入しました!
- ◆栄養の整理整頓術  
～『体調を整える』編～

## 病院機能評価を受審しました!

当院では、令和4年10月20日・21日の2日間にかけて病院機能評価を受審しました。

### <病院機能評価とは>

公益財団法人日本医療機能評価機構による第三者評価で、5年に一度、医療機能評価機構の審査員が病院を訪問し、病院が提供する医療・サービス等の水準が一定以上にあるかを審査するものです。一定水準を満たしていると認められた場合は認定病院となり、結果は医療機能評価機構のホームページに公表されます。

当院では平成14年に初めて認定され、今回の受審は平成30年以来5回目の受審となります。

審査の種類は大きく分けると以下のようになります。

- ①書類確認審査：各種マニュアル等を見ながら、疑問点があれば審査員より質問を受ける審査。
- ②面接審査：面接形式で審査員から質問を受け、それに答えていく審査。
- ③病棟・部署ラウンド審査：実際に院内を回りながら、気になる箇所について質問を受ける審査。
- ④ケアプロセス審査：実際の診療の流れについて、カルテ等を見ながらより細かく聞いていく審査。

今回の病院機能評価受審は、多くの部署で定年退職等による世代交代が進む中で、この受審を通じて、日頃の病院運営や自分たちが提供する医療・サービスや各々の業務が適正な状態にあるかを第三者の目で評価していただき、足りない部分があれば改善していくことを第一の目的に掲げ準備を行ってきました。今回の受審を通じて、全職員が一丸となって様々な問題に向き合い、良質な医療・サービスの提供に繋げるために改ざんに取り組んできたことは、今後この病院が更に良い病院になっていくための原動力になると思います。



受審結果が出るのは半年ほど先になりますが、今後も地域の皆様に必要とされる病院を目指して医療・サービスの質向上に取り組んで参ります。





# ドライブ・シミュレータ 『Hondaセーフティナビ』を導入しました!!

脳卒中や脊髄損傷などによって障害を受けた方たちを対象に、当院では自動車の運転ができるようになるための支援を行っています。

昨年度にはありませんが、リハビリテーション科ではドライブ・シミュレータ『Hondaセーフティナビ』を導入しましたのでご紹介します。

## 『Hondaセーフティナビ』ってなに？

運転能力を評価し、運転再開の為の実車評価に移れるかの判断をサポートするソフトが入ったドライブ・シミュレータです。「認知」「判断」「操作」などの複合的動作を測定します。

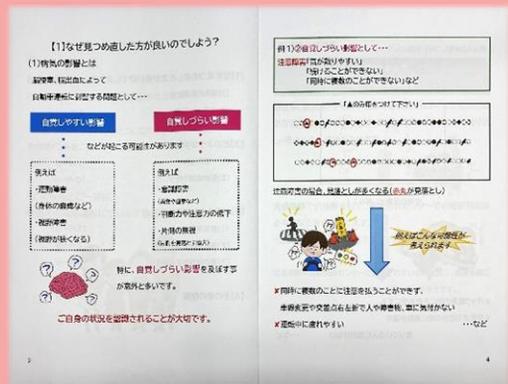


## 実際に使用してみた感想

患者様に体験していただくと、どの方向に注意が向いていないかなど、傾向がつかみやすくなりました。また、リプレイ機能を使って確認ができ、患者様も分かりやすいと思います。従来のリハビリの訓練とサポートソフトを組み合わせることで、注意障害の症状が改善した患者様もいらっしゃいました。

## 運転支援のパンフレットも作成しました!

患者様・ご家族様用に運転支援の必要性や支援の流れを分かりやすくまとめました。リハビリの際には、このパンフレットを用いて説明をしています。



リハビリテーション科では既存の運転支援の見直しを行い、『Hondaセーフティナビ』を活用することで患者様により充実した運転支援が展開できるよう積極的に取り組んでいきます。運転支援に関しましてご相談がありましたら、当院リハビリテーション科までお気軽にご連絡下さい。



## 栄養の整理整頓術 ～「体調を整える」編～

なんだか体がすっきりしない…など、誰でも感じたことがあるのではないのでしょうか。そのようなときに、ふと振り返ってみてはいかがでしょうか。今回は「体調を整える」をテーマにした栄養の整理整頓術についてみてみましょう。日本栄養士会の「栄養ワンダーBook」では、食事や食生活を整えるヒントを取り入れて、無理なく、できるだけ楽しく、自分に合った栄養の整理整頓の紹介をしています。

### 食事は仕事と一緒に。食のスケジュールマネジメント

毎日、朝昼晩の食事時間を決めて食べることで、過食や小食を管理しやすくなり、体重管理につながったり、体調を整えやすくなったりします。



### 起床後には水を一杯という習慣

朝起きたら水分を取ることが、胃から大腸を刺激して、排便を促します。排便リズムを整えたい方は、試してみてください。



### たのしく食べる、カラダよろこぶ

笑うと、消化吸収の働きが活発になり、栄養素を効率よく吸収させることができます。コロナ禍で会食が制限されていますが、家族で楽しく食べることや、一人でも音楽を聴きながらリラックスした状態で食べるなどが重要です。



### 良い眠りに、朝の光

生活習慣病の発症を予防するためには、食事と運動のほかに睡眠が大切です。朝起きたらカーテンを開けて朝日を浴びることで、14～16時間後に眠りを誘うメラトニンが分泌され、質の良い睡眠に。



### 飲んだら飲もう脱水症状に注意！

二日酔いのときの頭痛。原因は様々ありますが、脱水症状もその1つ。おつまみで塩分の多い食べ物を食べることや、アルコールの利尿作用などによって、お酒は飲んだら飲んだ分以上に水分が失われます。しっかり水分補給をしてから寝ることが重要です。



当たり前と言えば当たり前のことだけど、意識してみると、大事なことってありますよね。過食したら、欠食すればよいではなく、ほどほどに…って大事です。体調を整えるのも自分のしている食行動からと思うと無意識ではいられないはず。体調と相談しながら毎日の食生活を楽しみましょう。

# 益田地域医療センター医師会病院 外来診療担当医一覧表

令和4年10月1日より

科別	診療	月	火	水	木	金	
内科	午前	こば たろう 木庭 太郎	まつもと 祐也 松本 祐昂	かりの としひさ 狩野 稔久	こば たろう 木庭 太郎	まつもと 祐也 松本 祐昂	
循環器内科			おかざき こういち 岡崎 浩一 (9:00~15:00)				毎週火曜日
腎臓内科	午前	いとう ちからみ 伊藤 孝史 (島大腎臓内科診療教授)					毎週月曜日(第4月曜日のみ午後診療)
呼吸器内科				かわかど けい太 河角 敬太			毎週水曜日
外科	午前	休診	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	乳腺外科・肛門外科含む
	午後					いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦	第1金曜日 セカンドオペニオン
整形外科	午前	あいかわ てつや 笈川 哲也	休診 (手術日のため)	はぎ けんたろう 萩 健太郎	あいかわ てつや 笈川 哲也	はぎ けんたろう 萩 健太郎	
麻酔科	午前	さいとう ようじ 齋藤 洋司 (島大麻酔科学教授)					第1・第3・第5月曜日
リハビリテーション科	午前	にいがき みさ 新垣 美佐	にいがき みさ 新垣 美佐	にいがき みさ 新垣 美佐	なかしま あけみ 中島 暁美	にいがき みさ 新垣 美佐	
リウマチ科		すみた よしこ 角田 佳子 (9:00~15:00)					膠原病専門外来 角田(隔週月曜日)
循環器外科	午前					すまひろ しょういち 末廣 章一	第1金曜日(心臓・血管外科)
呼吸器外科						やまね まさおみ 山根 正修 (島大呼吸器外科教授)	第1・第3・第5金曜日(11:00~14:00)
婦人科		さしま さとし 木島 聡 (午後)	休診	さしま さとし 木島 聡 (午前・午後)	さしま さとし 木島 聡 (午前)	さしま さとし 木島 聡 (午前)	午前 8:30~11:00 / 午後 13:30~16:00 ※婦人科のご予約は13:30以降に承ります。
特殊外来	放射線治療	午前			たまき ゆきひさ 玉置 幸久		第1・第3・第5月曜日
	緩和ケア外来	午前			いがらし まさひろ 五十嵐 雅彦		
	無呼吸外来	午後	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎	さいとう せいいちろう 齋藤 誠一郎

## ○原則全科完全予約制となっております。

- ・ご予約がない場合、来院日に診療が受けられない場合もございますのでご了承ください。
- ・外来診療受付時間 初診 午前8:30~11:00 再診 午前8:30~11:30  
※但し、急患の場合はこの限りではありません。
- ※外来診療が変更・休診になる場合がございます。詳しくは病院HP・外来診療変更のお知らせをご覧ください。

## ~新型コロナウイルス感染症対策情報~

正面玄関にて来院された全ての方に検温と問診を行っております。  
ご協力の程、何卒よろしくお願いたします。

※新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、洗濯物の受け渡しを1階図書コーナー付近にて行っておりますので、ご協力をお願いいたします。(受付時間15:30~18:00)

## ※ 面会禁止 ※

新型コロナウイルスによる感染防止のため  
全館の面会を禁止しております

## リモート面会サービス

申し込み方法等、  
詳細は右記QRより  
病院HPを参照下さい



発行：益田地域医療センター 広報委員会  
〒699-3676 島根県益田市遠田町1917-2  
TEL: 0856-22-3611(代表) FAX: 0856-22-0407  
E-mail: [info@masumi.shimane.med.or.jp](mailto:info@masumi.shimane.med.or.jp)

- ★益田医師会病院: <https://www.masuda-med.or.jp/ishikai/>
- ☞病院だより: <https://www.masuda-med.or.jp/ishikai/info/234/>
- ★益田市医師会Facebook: <https://www.facebook.com/masudaishikai/>
- ★看護ブログ: <http://masudaishikaikango.blog130.fc2.com/>

## ~QRコード~



益田医師会病院



病院だより



Facebook



ブログ