



2019年度 新規採用職員 辞令交付式

## — 理 念 —

赤十字の理想とする人道・博愛の精神にもとづき、よりよい医療を提供し、地域の利用者に信頼される病院をめざしています。

## — 基本方針 —

1. 地域医療の推進と救急医療の充実に努めます。
2. 患者・利用者の権利を守り、その意思を尊重した医療を行います。
3. 地域住民の健康増進と疾病予防に努めます。
4. 清潔、快適で、やすらぎのある環境づくりに努めます。
5. 常に研鑽を重ね、資質・技術の向上に努めます。

Pick up

- ・看護師特定行為研修の開始にあたって
- ・ちば管理栄養士の「いきいき健活メニュー」



ペケレベツとは

アイヌ語で「明るく清らかな川」を意味しており、清水町の由来となっています。



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

# 清水赤十字病院

〒089-0195 北海道上川郡清水町南2条2丁目1番地 TEL 0156-62-2513  
FAX 0156-62-4460

URL <http://www.shimizu.jrc.or.jp/> MAIL [rcssoumu@shimizu.jrc.or.jp](mailto:rcssoumu@shimizu.jrc.or.jp)



## 平成の終わりに“格差”について考える

病院長 藤城 貴教

ここ北海道十勝の春は例年よりも極端に積雪が少ないものの、寒さだけは健在である。冬のあいだ道路も川も樹々ですら氷に覆われ、人々は寒さと足元の危うさのため歩行を可及的に控えていたため、外来を受診する糖尿病患者は一様に血糖コントロールが悪化し、高血圧症の患者は軒並み家庭血圧が上昇している、いわゆる季節間格差である。

いうまでもないが、我々医療人は日本政府が定めた制度に則って医療を提供し診療報酬を得ている。富士山の山頂では下界で150円の飲料水が500円で売られている。この350円のギャップは3776mを運ぶ輸送費と希少価値であろう、ざっと計算すると高度10mあたり1円の差になる。しかしながらこの国では東京の真ん中でも霞ヶ関から1200km離れた清水町でも医療の値段は均一である、医療を提供するためのコストは一樣ではないのだが、国民皆保険制度と医療費の全国一律料金は国民にとっては大きな恩恵であろう。ちなみに自動車を買ってもアマゾンで通販を利用して北海道料金という格差がある。

世界の経済大国アメリカ合衆国においてはオレゴン州政府が決めた“オレゴンルール”が医療の基本原則をよく説明している、① freeandeasyaccessibility, ② highquality, ③ low cost であるが、すべてを享受することは出来ないと予め謳っており、米国は③を捨て、英国は①を捨てている。一方の日本は以上の三つを保証するほかに国民皆保険制度があり、医療費のおよそ4割が国民の税金で賄われている。世界有数の長寿国は偶然ではなく、なるべくしてなっているのだ。しかし、そこには医療従事者のプロ意識やボランティア精神の犠牲のもとになりたっているというのは言い過ぎであろうか？とくに医師不足の地域では勤務医の長時間労働が問題となっている。厚生労働省は遅まきながら“働き方改革”を打ち出し医療者の過労を軽減させようとしている、驚いたことに朝日新聞によれば“2024年度から勤務医に適用される残業時間の罰則つき上限について、一部の特定の医療機関に勤める医師では年1900-2000時間の水準とする案を厚生労働省がまとめたことがわかった。対象は、地域医療への影響が懸念され、救急・在宅医療など緊急性の高い医療に対応する全国の施設を想定。業務がやむなく長時間になる医師に限る。ほかの一般勤務医の上限は年960時間とする。”とある。これでは地域医療に従事する医師はますます減ってしまう。ちなみに年間2000時間は土日祝を除いた一日あたりに換算すると8時間になり、労働時間は一日16時間まで認められる計算である。医師の給与は一般の人との格差が大きいと言われるが、我々は貴重な人生を切り売りしているとも言える、これは格差と言えるであろうか。

釧路地方では真夏以外は暖房を使用する。私は若いころの2年間を釧路市の救急病院で勤務したが、夏も寒く半袖を着る機会もなく8月以外はずっとストーブのお世話になった。北海道では車のタイヤを夏と冬で履き替えるように、靴も夏用と冬用がないと屋外を歩けない。日常生活にも内地とは違った出費がかさむ。

信じられない話だが、かつての相撲王国北海道十勝から久しぶりの幕内力士矢後（やご）が誕生した。清水町の隣、芽室町の出身で同町出身の横綱に芝田山親方（通称スイーツ親方）、言わずと知れた元横綱大乃国がいる。さらに日本相撲協会会長の八角親方は元横綱北勝海で同じく十勝管内広尾町出身である。私が大相撲に興味を持った昭和50年代、人気力士は北海道出身者が多く北の湖、千代の富士、北勝海、北天佑など、いずれ劣らぬ強者がそろっていた、古くは大鵬に代表されるように、生活が豊かではなかった北海道からは多くの相撲入門者がいたが、内地と同程度の経済水準に追いついた現代では“土俵に埋まった金”を手にしようとする若者はいなくなった、これは地域間格差が解消された負の結果かもしれない。余談であるが、この頃の力士の体にはテーピングが目立つ、古来日本の神事であった相撲は時を経て国際

的なスポーツへと変貌している、それにつれて力士の大型化が目立ち取り組みも技術より圧力優先で大味なものになってしまった、体格差を肥満で埋めようとしているように見える、そして無理な増量は怪我につながりテーピングが増えるというわけだ。相撲ファンからすれば昔は小兵力士が活躍することに面白さを覚えたのだが。先日葛飾赤十字産院の三石院長が銀座のバーにいらした折に小兵力士の代表格である元小結の舞の海さんがいらしたとのこと、“藤城先生の方が立派な体格でした”と誉め言葉とも何とも云われぬコメントを頂戴した。このところ太りすぎではあるが、“元力士より立派な体格”とあっては三石先生の温かいご助言も聞き流すわけにはいくまい、何とか標準体重との格差を解消せねば。

昨年、150年を迎えた北海道であるが、いつの頃か“試される大地”と言われるようになった、この標語の伝えたい意味は十分にわからないが、平成の時代に味わった色々な格差や試練を解消すべく次の時代を故郷の北海道で“がっぷり四つ”に受け止めたいと思う。“格差”とは憂うものでも悲しむものでもない、それ自身が我々の進むべき指針であり原動力そのものである。

(日本赤十字社 院長連盟通信 平成 31 年新春号の原稿を改編し寄稿)

## 地域公開講座「在宅医療～住み慣れた地域で最期まで暮らし続ける～」

1月31日、清水町ハーモニープラザにて地域公開講座「在宅医療～住み慣れた地域で最期まで暮らし続ける～」を開催しました。訪問診療、訪問看護、訪問リハビリテーションの立場からそれぞれ川村雄剛消化器内科部長、篠原祥枝看護師、新田篤理学療法士が講演を行いました。



看護師 篠原 祥枝

当日は清水町内外から100名を超える方々にご来場いただき、在宅医療に対して関心の大きさを実感しました。

私は当院の在宅医療について訪問看護とはどのようなものか、実際にどんなことをしているのか等、事例を用いてお話しさせて頂きました。

病気を抱え、在宅で療養される事は不安・心配があると思いますが、訪問看護で来てもらえると「安心」と言うお声を一番多く頂いています。

2025年には全人口の4人に1人が75歳以上の後期高齢者になると言われています。また、患者さんの約7割は在宅で最後まで過ごしたいと希望しているという報告もあります。

私は患者さん・ご家族のお話や様子、気持ちを十分確認し、具体的な解決が出来るようサポートしていきたいと考えています。今後は緩和ケアや家族ケア等も学びを深め、「住み慣れた地域でその人らしく最後まで」を叶えるため各専門職と連携していきたいです。



理学療法士 新田 篤

先日、地域公開講座で「訪問リハビリについて」お話する機会をいただきました。当日は多くの町民の方に参加していただき、在宅医療への興味、関心がかなり高いと感じました。

講座では、起き上がる、歯を磨く、お風呂に入るなどといった日常生活で最低限必要な動作を練習するだけでなく、今までご本人が行っていた趣味や社会参加活動を再び行えるように、また以前のように難しくても新たにご自分で取り組んでみたいと思える目標(夢)と一緒に見つけ、叶えるための支援をしていくことについて実際の症例を交えながら紹介させていただきました。

講座では、起き上がる、歯を磨く、お風呂に入るなどといった日常生活で最低限必要な動作を練習するだけでなく、今までご本人が行っていた趣味や社会参加活動を再び行えるように、また以前のように難しくても新たにご自分で取り組んでみたいと思える目標(夢)と一緒に見つけ、叶えるための支援をしていくことについて実際の症例を交えながら紹介させていただきました。

今後、高齢者が増加していく中で在宅にてQOLを保った生活を送ることが出来る体制づくりが重要な課題となっており、訪問リハビリの役割も大変重要となります。これからもスタッフ同士で意見交換を行いながら、皆様により良い訪問リハビリサービスを提供できるように頑張りたいと思います。



## 昇任にあたって

消化器内科部長 川村 雄剛

このたびは、一方ならぬお引き立てを賜り、誠に有難う御座います。

清水赤十字病院に赴任して2年が過ぎ、皆様の暖かいご支援のもと、無我夢中の思いで勤めてまいりました。この度、消化器内科部長という大役をおおせつかり、その責任の重大さを改めて痛感している次第であります。微力では御座いますが、皆様の納得のいく実績をあげるべく、一念発起の気持ちで業務に邁進していく所存であります。

まだまだ若輩者ですが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

## 看護師特定行為研修の開始にあたって



新年度を迎え、お忙しいことと存じます。限りない可能性を持つ新しく仲間入りした皆様、社会人として組織人として多くの希望を持って日々努力をされていることと思います。一日も早く、職場に慣れて自分らしく楽しくお仕事ができますよう期待しています。

当院は、4月より看護師特定行為研修を開始致します。特定行為とは、医師の指示である手順書に基づいて、看護師が点滴の内容などを決めて実施できる行為のことです。

看護師は、患者さんを観察して医師に報告し、医師の指示を待たないと点滴や処置はできません。患者さんに対して、できるだけ早く治療を開始したいと考えるのは、医師も看護師も病院職員全員が同じ思いです。

厚生労働省は2025年問題ひいては2040年を見越して、2015年法律を改正しました。

地域包括ケアシステム及びチーム医療を推進するため、医師に報告し指示が無ければできなかった診療の補助行為を、特定行為研修を受けた看護師が実施できることになりました。

そして2019年2月、当院は特定行為研修指定機関として、厚生労働省から認可を受けました。

看護師による特定行為の実施は、医師の指示である手順書に基づいて、入院患者さんはもとより、在宅で暮らす患者さんに必要な治療を必要なときにリアルタイムに開始できるメリットがあります。また地域包括ケアシステムやチーム医療の推進ばかりではなく、医師不足の問題や働き方改革の一助にもなります。

道内赤十字病院でこの研修ができるのは、旭川赤十字病院と当院だけです。都会に行かずとも働きながら清水赤十字病院で研修を受けることができます。

地域の人々が健康を維持し持病を抱えながらも住み慣れた場所で長く暮らすことを支援することが、当院の使命であります。そのためには、実務経験5年目以上の看護師が、高度な特定行為研修を受け試験に合格し、医師の指示である手順書に基づいて、診療の補助行為をすることが必要と考えております。

超高齢化社会に対応するには、医療・介護・福祉が一体となる必要があります。住みやすい街づくりは、行政と病院の役割と考えます。入院治療はもちろん、訪問医療・訪問診療を推進する為にも特定行為研修は必須と考えています。近い将来、特定行為が実施できる看護師が地域で活躍できる社会を夢みて、研修に取り組みたいと思います。

看護部長 大沼 まゆみ

## 帰宅送迎車両運行開始



予てより、患者さんから病院受診の際の交通手段等について、貴重なご意見やご要望を多数頂戴しております。

この度、2019年4月8日より当院を受診された患者さんの帰宅送迎を開始する運びとなりました。

当面、運行時間はポスターに記載のとおりになりますが、より多くの患者さんに利用いただきたいことから利用時間や送迎地域等を踏まえた上で、今後の運行時間等を調整したいと考えております。

なお、乗車人数に限りがあることや車いす患者さん等の送迎を優先させていただきますので、一度に乗車できない場合があることをご理解いただければ幸いです。

また、利用を希望される患者さんは総合受付窓口にて申込書を提出くださいますようお願い致します。  
(総務課)

## 第2回L字会薬剤部・医療技術部・看護部 合同研究発表会を終えて



L字会とは20年以上も前の話になりますが、薬剤部や臨床検査技術課などのコメディカルの部署が一階のフロアにL字状に配列していたことから命名された、薬剤部・医療技術部合同部会のことを言います。

そこで今年はL字会の更なる資質向上と院内における連携強化を目的として、診療部をはじめ看護部・事務部、さらには地元自治体救急救命士のお力添えのもと、平成最後の3月1日に47名のご参加を頂き合同研究発表会として開催することができました。

各部署から、「専門的知識の共有」「多職種連携」「人材育成」の3つテーマで11の演題を傾聴させて頂くと改めて学んだことがあります。

それは患者さんを中心とした、各専門職の視点からの創意工夫や取り組みは大変参考になるということです。

実際、同じ職場にいても多職種が集まる機会は、各委員会や会議などはあるもののあまり多くはなく、限られた職種や同世代の人達との情報交換になりがちですが、今回のような多職種の皆様の考え方に触れることは、固まった思考に息吹を促し、新しいアイデアの発見や仕事への意欲向上に結び付くと思うからです。

5月からは新年号「令和」に変わります。

限られた時間の中でこのような研究発表会を継続することが、自部署はもちろん他部署にとってもモチベーションを高める機会となり、少しでも患者さんが安心してもらえる病院づくりに繋がることを切に願い、来年度以降も多職種の皆様との関わりを楽しみにしております。

医療技術部 臨床工学技術課 村谷 拓

## 厳冬期訓練に参加して



1月26日～27日にかけて、厳冬期避難所展開・宿泊演習に参加しました。厳冬期訓練では、避難所設営や車中泊体験など災害時を想定した様々な体験を行い、実際に受けた体験はテレビや新聞で見るとは異なり、集団生活でのストレスや暖を取ることが困難な過酷な状況であると実感しました。行政職員や薬剤師など様々な職種が参加する中で、私は看護師として集団生活で想定される感染症予防、持病の悪化がないよう避難者の健康管理をしていく役目があると感じました。今回の経験を活かし、近い将来、日本赤十字社の救護員として、避難者の健康管理や心のケアに携わってみたいと感じました。

2階病棟 藤澤 光

# 新規採用職員紹介

- ①名前 ②所属 ③出身地 ④誕生日  
⑤趣味 ⑥好きな食べ物 ⑦苦手なもの  
⑧意気込み・アピール



- ①高橋 秀徳  
②薬剤部  
③札幌市  
④ H5.1.13  
⑤バイクでツーリング、  
ボルダリング  
⑥スープカレー  
⑦梅  
⑧早く一人前の薬剤師、社会人になるため努力する。



- ①工藤 裕生  
②看護部  
③芽室町  
④ H8.6.25  
⑤写真・読書  
⑥ラーメン、寿司、豚丼、親子丼  
⑦セロリ、レバー  
⑧学生のときよりも、これから学ぶことの方が何倍も多いと思っています。先輩方の助力も得ながら成長していけるよう頑張りたいので、どうぞよろしくお願いします！



- ①深尾 早希  
②看護部  
③北見市  
④ H8.12.29  
⑤映画鑑賞、空手、動物園・水族館めぐり  
⑥ラーメン  
⑦辛い物全般  
⑧先輩方のご指導のもと、一日でも早く仕事を覚えて。患者さんが安心できるような看護をしたいと思えます。アピールポイントは“包容力”です。これを看護にも活かしていきたいです。よろしくお願いします。



- ①菅原 かれん  
②看護部  
③釧路市  
④ H8.8.23  
⑤音楽をきくこと、ミュージカル映画やドラマを見ること  
⑥寿司  
⑦ピーマン・セロリ  
⑧たくさん迷惑をかけると思いますが、よろしくお願いします！



- ①不藤 有沙  
②看護部  
③美幌町  
④ H5.10.18  
⑤バイクでツーリング、夏フェス、ライブ、映画、旅行、猫と遊ぶ  
⑥えび、アボカド、焼き肉  
⑦パクチー  
⑧前の病院と違うことも多く、慣れるまで迷惑をかけることもあると思いますが、よろしくお願いします。



- ①牧村 智香  
②看護部  
③芽室町  
④ S62.10.16  
⑤リースなどの装飾品づくり  
⑥ラーメン、スイカ、お好み焼き  
⑦虫系  
⑧思いやりを忘れずに過ごしていきたい。性格は内気です。



- ①堀田 沙奈  
②事務部  
③清水町  
④ H12.6.22  
⑤旅行、バレーボール、K-POPアイドル  
⑥韓国料理、いちご  
⑦きゅうり  
⑧日赤には色々な国の方が来ると思うので、英語・韓国語・中国語など、どれか1つでも話せるようにしたいです！



- ①中村 紗弥  
②事務部  
③札幌市  
④早生まれの24歳  
⑤ディズニー映画を見るのが好きです。特に美女と野獣は何回見ても泣けます。  
⑥1番好きな食べ物はみかんです。1回で13個食べたことがあります(笑) 料理はハンバーグが好きです。  
⑦辛いもの  
⑧これまで札幌で働いていました。清水町で働くのは初めてなので色々不慣れではありますが仲良くしてください！よろしくお願いします。

ちば管理栄養士の  
いきいき  
健活めにゆ〜

# アスパラとトマトの マヨネーズ焼き



●材料 (2人分)  
アスパラ1束 トマト1個 マヨネーズ大さじ2杯、(お好みで) 黒こしょう少々

●栄養成分 (1人分)  
エネルギー 105kcal、たんぱく質 2.1g  
脂質 9.1g、炭水化物 5.6g、食塩 0.2g

## 作り方



①アスパラの根元から2cm程の皮の硬い部分は皮むき器等で剥いて、食べやすい長さに切っておきます。(写真1)



②トマトはスライスに切って耐熱皿の底に敷きつめて、その上にアスパラをのせます。(写真2)



③マヨネーズを上からかけて、その上にお好みで黒こしょうを少々ふります。

④オーブントースターで焼き目が付くまで焼いたら出来上がり。(写真3)

## 清水町の食材の紹介

- アスパラは、栄養豊富な緑黄色野菜です！
- ビタミンAの前駆体であり皮膚や粘膜の健康を保つカロテン、コラーゲン生成に必須で皮膚や毛細血管の健康を保つビタミンC、細胞膜の酸化を防ぐビタミンE、栄養素の代謝を助けるビタミンB群を多く含んでいます。
- アスパラに多く含まれるアミノ酸の一種「アスパラギン酸」は、栄養素の代謝に関わるミネラルを吸収しやすくし

たり、そのミネラルを各組織に運搬したりすることで疲労回復やスタミナ増強に役立ちます。

- 清水町では毎年6月に「十勝若牛®アスパラまつり」が開かれていて、旬の味覚を楽しむために町内外から多くの人が集まります。
- 採れたてのアスパラや特産品の屋台が数多く並んだ会場では、炭火がおきた七輪を借りることが出来るため、購入した牛肉やアスパラ等でBBQをして食べることができます。

栄養課 管理栄養士 千葉 早苗

参考：からだにうれしい野菜の便利帳 高橋書店  
栄養の基本がわかる図解事典 成美堂出版

## 平成 30 年度派遣医師について

地域医療の確保のため、昨年度は名古屋第二赤十字病院や遠軽厚生病院より医師派遣をいただきました。研修医時代からお世話になっている先生から指導医クラスの先生まで、様々な立場の方々が当地で幅広く診療していただきましたこと、また専門科の知識と経験を当院職員にもご教授いただきましたことに感謝申し上げます。

本年度は、専門医制度による地域医療研修の受け入れも予定されております。また、臨床研修医や医学生の見込も見込んでおりますのでご協力の程お願いいたします。

### 医師派遣(診療応援)15名

	施設名	医師名	診療科	派遣(自)	派遣(至)
6月	名古屋第二赤十字病院	渡邊 崇	消化器内科	6月1日	6月15日
	名古屋第二赤十字病院	岡山 幸平	消化器内科	6月17日	6月30日
7月	遠軽厚生病院	市来 一彦	※内科医長	7月1日	7月31日
	名古屋第二赤十字病院	豊原 祥資	消化器内科	7月1日	7月15日
	名古屋第二赤十字病院	宇野 好	消化器内科	7月16日	7月31日
8月	遠軽厚生病院	井上 充貴	内視鏡センター長	8月1日	8月31日
	名古屋第二赤十字病院	二村 建太	移植内分分泌科	8月1日	8月18日
	名古屋第二赤十字病院	辻田 誠	移植内分分泌科	8月20日	8月31日
9月	名古屋第二赤十字病院	石黒 茂樹	泌尿器科	9月3日	9月14日
	名古屋第二赤十字病院	浅野 彰之	泌尿器科	9月18日	9月28日
	遠軽厚生病院	柳川 伸幸	消化器内科	9月3日	9月28日
10月	名古屋第二赤十字病院	渡辺 裕	腎臓内科	10月1日	10月31日
2月	名古屋第二赤十字病院	山田 浩史	泌尿器科	2月15日	2月28日
3月	名古屋第二赤十字病院	植松 高史	神経内科	3月1日	3月15日
	名古屋第二赤十字病院	コウ イチオ	神経内科	3月18日	3月29日

## ちよと 病棟紹介

### ～外 来～



当院の外来は、内科・消化器内科・膠原病外来・外科・整形外科・小児科・内視鏡・各種健康診断・フットケア・外来化学療法・訪問看護に訪問診療、さら

に4月からは泌尿器科外来も新たに対応しています。スタッフは13名の看護師と2名の看護助手で、経験豊富なベテランの職員が業務にあたっています。

100%子育て経験者&真っ最中のパワフルスタッフ揃いで、患者さんにも医師にも優しく(時に医師には厳しく!?)対応させていただいております。

そして!子育て世代の方でも、とても働きやすい職場環境となっております!

対応は多岐に亘っていますが、各科それぞれに複数のスタッフが対応できるよう、日々スタッフ間の情報交換・勉強会・自己研鑽に努めております。

これからも患者さんが安心して受診していただけるよう頑張っていきますので、どうぞ宜しくお願い致します。

外来看護師 太田

## ★編集後記★



雪に備えて用意した除雪機の出番がないほど十勝地方の冬は穏やかに過ぎ、別れと出会いの季節となりました。今年は8名の新入職員を迎えてフレッシュな気分ではありますが、現広報委員は今号をもちまして2年の任期を終えることとなりました。試行錯誤しながらスタートを切りVol.5～12まで発行できましたのも、ひとえに皆様のお力添えと深く感謝しております。次号からの新メンバーでの「広報誌ペケレベツ」をご期待ください。

第2期広報委員一同