広報誌

コスモス

第73号

令和７年４月

〈赤磐医師会病院基本理念〉

- 心のかよう、温かみのある医療の提供に努めます。
- 安全で質の高い医療を提供し、信頼される病院を目指します。
- かかりつけ医との連携を深め、地域と共にある病院を目指します。

赤磐医師会病院

看護部長あいさつ

看護部長　近藤 加奈子

春の暖かい日差しが心地よい季節となりました。赤磐医師会病院も新しい年度がスタートしています。当院のために尽力され看護部長を務めた藤本由紀子よりバトンを受け継ぎ、この度看護部長に就任いたしました。私は平成24年より当院で勤務し今年で13年目になります。前看護部長とは、入職以前に管理者研修でお会いしたことがあり、当院で最初に配属された病棟師長であったこともあり、縁を感じながら一緒に働かせていただきました。何かあるたびに相談にのっていただき、芯の強い頼もしい存在でした。私にはまだまだ力不足ではありますが、皆さまのお力添えをいただきながら、全力を尽くしてまいります。

赤磐医師会病院は、「心のかよう、温かみのある医療の提供」「安全で質の高い医療を提供し、信頼される病院」「かかりつけ医との連携を深め、地域と共にある病院」を目指しています。看護部だけでなく全職種が病院理念に立ち戻り、共に働く同志としての意識を強く持ち、当院で働く意味をみつけることができれば、必然と赤磐医師会病院が目指す病院に近づいていくと考えています。そのためにも、今まで以上に他部署との横の繋がりを大切に、連携をとっていきます。また看護部には新人からプラチナナース（定年退職前後の看護師）まで、様々な年代の看護師が働いております。その誰もがやりがいを感じて働き続けられるように、働きやすさだけでなく、働きがいのある職場を目指していきたいと思いますので、今後ともよろしくお願いいたします。

令和６年度看護研究発表会

令和７年３月６日に院内看護研究発表会を開催しました。
今年度も岡山県立大学　准教授　佐々木新介先生に講師をお願いし、一年に渡りご指導いただきました。

当院における短期間で再入院を繰り返す患者の実態調査

南２階　**松本　木庭**

回復期リハビリテーション病棟における身体拘束の実態調査

南３階　**中島　松谷**

今年度は久々に院外の方もお招きして開催することができました。それぞれの部署で日々疑問に思うこと、実践の場で悩んだことについて、改めて考える場となりました。

今回の研究で得られたことを共有し、より良い看護の提供へ繋がるように努めていきたいと思います。多忙な業務の中での研究でしたが達成感あるものと感じています。

消防訓練

※大規模地震発生に伴う消防訓練の実施
（令和６年11月27日）

今回の消防訓練は、大規模地震の発生により、院内厨房にて火災が発生したとの想定で、地震発生時の初期対応や火災発生時における消火器、消火栓を使用しての初期消火活動及び避難誘導訓練と当院の消火設備の確認、使用要領等の習得を目的として実施しました。

火災受信盤や非常ベル、消火器の位置や消火栓の起動、操作方法など改めて確認し、実際に消火器、消火栓を使用した放水訓練等も行い貴重な体験が出来たと思います。

地震・火災・豪雨災害は前触れもなく突然やってくるため、災害に直面した際、普段から訓練通りに、外に出るまでの避難経路の確認や、非常口の把握、災害にあってしまった場合に取るべき行動、そのような一つ一つの事を知っているかどうかが、生存率を大きく分けることになります。

訓練を繰り返し行う事で個々の判断が向上し、万一の時の行動に大きく差が出ると思いますので、今後も色々な場面を想定した訓練が必要と考えています。

また、当院は高齢の患者さんも多く、実際の災害現場にあっては大混乱の中での避難誘導が予想されますので、災害発生時の有事即応体制・防災設備・資機材の点検整備を日頃から維持管理をする必要性を強く感じました。

つかってみよう！
マイナ保険証

医療機関でマイナンバーカードを通すだけで、保険証資格としてご利用いただけます。

一に受付！
二にマイナ！

❶ 診察券を受付機に通す

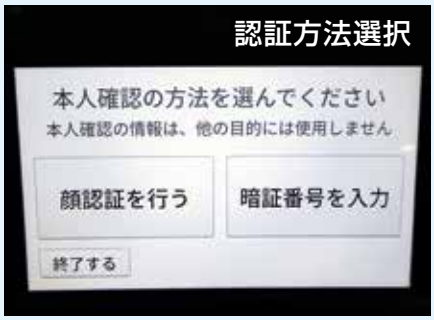
ご予約の方は診察券で受付をお済ませください。
予約なしの方は受付にお声がけください。

❷ マイナンバーカードを読み取り口に置く

受付に設置してあるカードリーダーに顔写真を奥にしてマイナンバーカードを置いてください。

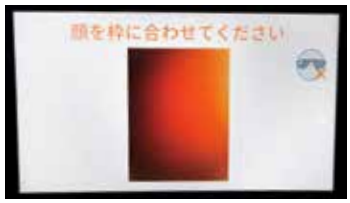
←カードリーダー（読取機）

❸ 認証方法を選択して、本人確認を行う

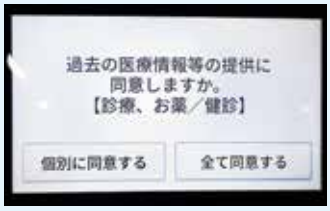


【暗証番号】
４桁の暗証番号を入力してください。

【顔 認 証】
顔を枠内に入れてください。

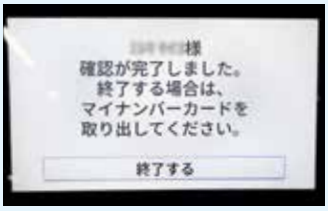


❹ 同意の確認



全てに同意していただくと、過去の診療・服薬・診療情報が医師・薬剤師で確認できるようになります。

❺ 受付完了



カードリーダーから、マイナンバーカードを取り出して、お呼びするまでお待ちください。

カードを忘れずに！

赤磐医師会病院では、1 階受付に 2 台のカードリーダーを設置しています。限度額申請や、保険資格の更新手続き等が不要になりますので、是非ご利用ください。手順等で分かりにくい場合はお気軽にお声がけください。

詳しくは受付でお尋ねください。

ちょっと教えて

ストレッチってどうするの？

～皆様からの質問にお答えします!!～

Q 何回すればいい・・・？

A 〇〇回や〇〇分というように、明確には決まっていません。
大切な事は、“少しだけでもいいから、毎日続ける！”ということです。
仕事の合間やテレビを見ながらでも良いので、習慣を作る事が重要です。

Q 何秒くらい伸ばし続ければ良い・・・？

A 1回あたり30秒以上は伸ばさないように気を付けましょう。
筋肉が伸びるということは、その中にある血管も伸びて細くなってしまいます。
そうなると筋肉に届くはずの酸素や栄養が一時的に少なくなってしまい、筋肉にとって悪影響を及ぼす可能性があります。

Q どのくらいの強さですれば良い・・・？

A “痛くなる一歩手前”を心掛けてください。
痛いのを我慢しながらストレッチをすると、筋肉を傷める事にも繋がるので注意が必要です。
1番良くないのは“反動をつけてストレッチをする”ことです。
しっかり身体が伸びたような気分になりますが、筋肉や関節を傷める危険が高いので気を付けましょう。

リハビリテーション科

赤磐医師会病院　外来診療・検査担当表

令和７年４月１日より

		月	火	水	木	金
外来診療・健康診断	内科一診	藤原　敬士	平井　通雄	藤原　敬士	平井　通雄	長谷　瑞樹
	内科二診	栗原　淳	中村　真	ジョンソン実歌	瀧川　雄貴	担　当　医
	内科三診	井上亜佑美	山西友梨恵		武田　直樹	楢原隆之介
	内科午前（予約外来）	灘　隆宏（予約制）	佐藤　敦彦（予約制）	友田　純（予約制）		
	内科午後（予約外来）	佐藤　敦彦（予約制）			大村　大輔	
	外　科	片岡　正文（呼吸器・一般）	宮木　功次	荒木　宏之 仁熊　健文	片岡　正文（呼吸器・一般）	宮木　功次 蓮岡　英明（第3）
	整形外科	片山　信昭		片山　信昭		片山　信昭（第2・4）
	リウマチ外来（予約・紹介制）		※2 片山　信昭			
	上肢・手の外科（予約・紹介制）				※3 今谷　潤也	
	泌尿器科			※4 渡部　智文		渡邉　豊彦
	呼吸器内科（予約・紹介制）		工藤健一郎 ※8 長﨑　泰有	藤原　慶一	松尾　潔	
	糖尿病内科（予約・紹介制）	※5 大宮　照明	※5 岡﨑　悟	長谷川百花		長谷川百花
	循環器内科（予約・紹介制）	近間　俊介	※6 上岡　亮 赤木　達		※7 赤木　達	
	腎臓内科（予約・紹介制）		大宮　照明			
	膠原病内科（予約・紹介制）		※8 勝山　恵理			
	脳神経内科（予約・紹介制）				樹下　明典	
	脳神経外科（予約・紹介制）					山下　太郎
	健康診断	平井　通雄	草地　省蔵	草地　省蔵	担　当　医	友田　純

診療受付時間：午前８時30分～午前11時

整形外科			
	リウマチ外来	※２ 火曜日	午後１時～午後３時
	上肢・手の外科	※３ 木曜日	午前９時30分～午前11時
泌尿器科		※４ 水曜日	午前８時30分～午前12時
糖尿病内科		※５ 月・火・水曜日	午後２時～午後４時
循環器内科		※６ 火曜日	午前８時30分～午前11時 午後２時～午後４時
		※７ 木曜日	午前８時30分～午前11時 午後１時30分～午後４時
呼吸器内科		※８ 火曜日	午後２時～午後４時
膠原病内科		※８ 火曜日	午後２時～午後４時

※都合により休診になることがあります。

あとがき

コミュニケーション（対話）
スマイル（笑顔）
モビリティ（機敏性）
スキル（技術）

陽も長くなり、桜の季節となりました。
砂川沿いの桜並木も、すでに楽しまれた方は多いのではないでしょうか。
新年度がはじまり、入職の方はもちろん、我々も改めて新鮮な気持ちでスタートできればとおもいます。
コスモスも、新たに“ちょっと教えて”のコーナーを設けてみましたが如何でしたでしょうか。シリーズ化できたらと思っていますので、スタッフからの疑問、質問もお気軽に編集部までお寄せ下さい。

（編集部　藤原）

地域医療支援病院　赤磐医師会病院
〒709-0816　岡山県赤磐市下市187-1
TEL 086-955-6688（代）　FAX 086-955-4946
HP https://www.akaiwa-mah.jp/
発行日　令和７年４月15日