

いちばん  
ぼし

〈フォーカス〉

北星病院の新しいハイ・スタンダード

回復期リハビリテーション病棟

連携室の猫背コンビ

『嗚呼、健康になりたい』



北星病院の新しいハイスタンダード



「よび」そ

3階回復期リハビリテーション病棟

二〇一三年七月からはじまった。

北星病院3階の一部、三六床の回復期リハビリテーション病棟が開設。千歳周辺地域における完結型医療の新しい時代が始まりました。二〇一五年四月からは五〇床までの増床を終え、フル規格で北星病院の新しいスタンダードサービスを提供します。今回は回復期リハビリテーション病棟へ「フォーカス」取材してきました。

何が変わった？

「リハビリ希望の入院」は今までもこの地域でしていたのでしょうか？

当院が回復期リハビリテーション病棟（以下回復期リハ病棟）を開設するまで千歳市周辺の患者さんは、苫小牧市や札幌市清田区等への転院を余儀なくされてきました。千歳を離れた遠方の転院は患者本人だけでなく家族の体力的負担やお見舞い等の費用の負担が大きいと聞いたことがあります。

患者さんが、いよいよ家に帰れるようになって、

住環境の把握、介護保険等のサービスの細かいすり合わせ、アフターフォロー等の相談は遠方だと難しく、在宅でのサービスを調整するケアマネジャーや迎えられる家族の労力も大きかったのです。千歳市内在住の患者さんにとって、心の支えである家族や友人が直ぐにお見舞いに来てくれる環境は患者さん自身のリハビリへの意欲を向上させてくれます。

## スタートとゴールがある！

スタッフにも変化が？

新しいスタンダードを目指し、周辺の変化、医師として感じる変化を専任医、松村副院長と麻生医師は語りました。

「元は障害者病棟であったから、明らかに患者層が異なる」。障害者病棟は重度の肢体不自由、医療行為の度合いが高く、どうしても急変



しやすく、長期療養を必要とする患者さんが入院されていた。今は発症間もないリハビリを必要とする

患者さんが増えています。

「回復期リハ病棟にはスタートがありゴールが存在する」と麻生医師は話します。

私たちは、患者さんに合

わせたりハ療養計画を立て、入院可能な日数制限と

ゴールに向かって援助しな

ければなりません。計画通

りに患者さんが元気に退院

してくことの目標達成は、

医師として高いモチベーシ

ョンを得る事が出来るとも

話します。CVカテーテル

等の医療処置の件数こそ減

っています。コメディカル

とのコミュニケーション

が増え、病棟の雰囲気は活

性化してきていることに楽

しみがある。そのことは、

北星病院が「リハビリをす

る病院」という新しい特色を持つ機関になった、評価されてきた事を意味するのではないのでしょうか。

「これからも地域のいちばん店になり続けるように質を高めていく事が重要」と、医師も積極的に病棟運

営に参加する必要性を説い

ています。ただ、書類業務

が増えたことに麻生医師は

ぼやいております。



日々の業務に追われなが

らも、リハビリを積極的に

行い元気になっていく患者

さんの姿やその気持ちに一

生懸命応えようとするスタ

ッフを見て、病棟全体の雰

囲気が明るくなったと松村

副院長も話す。それは、た

だ患者さんが元気になって

いく事だけではない、スタ

ッフの活気、やる気が明る

い空気を作り出していると

分析しています。入院当初

は、機能回復は見込めない

と想像していても、それを

超える機能改善を見せる患

者さんの多さに驚きを隠せ

ません。自身の見込みの甘

さなのか。きつと患者さん

を支えるスタッフの気持ち

のリンクが、想像を超える

機能回復を起しているの

かもしれない。「皆で、も

つと地域医療に貢献できる

病院になりたい」と更なる

成長を目指します。

フエタコト

増えたコト

It's growing up



朝と夕、右と左、静と動。

回復期リハ病棟と障害者病棟は一八〇度異なる物。その転換を行ったのです。それぞれの職種の基本を軸に、ゼロベースからの業務改革でした。増えたコトも減ったコトもたくさんあります。鳴り止まないナースコール、転倒インシデント、昼夜間わない介助業務。今までにない負担を経験しました。けれども、松村副院長の言う【明るくなつた病棟】とは、回復期リハ病棟スタッフの意見に現れているように思えます。「患者さん中心の業務に、流れが変わった」、「患者さん、ご家族と関わる時間が増えた」、「できるだけその時のかかわりを大事に、ないがしろにしない」「多職種間でのコミュニケーションが増えた」。患者さんを見つめ、それに応えるスタッフの意識と姿勢。

私はある研修でこのような事を聞きました。

「患者の機能改善はリハビリの技術のみでできるものではない。患者と関わるスタッフ全体のコミュニケーションが生む」。

スタートからゴールを目指して、コミュニケーションを取る、連携を取る、そして、スタッフ個人の力を発揮し、チームの力を体感し、患者さんと共に目標を達成する。「チーム医療」の必要性和重要性を認識し、スタッフ個人が、病棟が成長しているのです。

もしかしたら、わたし達スタッフ各々の気持ちの充足や職業人としての成長無くしては、患者さんに適切なサービスは行えないかもしれません。増えたコトの中に見える成長があるので



増えたコトはまだありません。新しい書式、カンファレンス、退院前の自宅訪問、車椅子で入れるトイレの数、1

週間の入浴回数に各種業務の打ち合わせ。これらはもちろん、患者さんの事を考えた結果増えたコト。業務は増えても、良いコトの価値を追求した結果です。知識も経験もどんどん増えています。当たり前の事かもしれませんが、以下の検討は日常茶飯事。自宅に帰る≡服薬状況の見直し・確認、足りない部分是在宅のサービスで補う考え方が、出来ないだろうことも出来るだろうと考える探究心。



病院外の地域支援者を巻き込んで千歳市に根差した地域医療を病院全体で実践しているのです。

至らない点も多々あり発展途上ですが、回復期リハビリーション病棟として、北星病院に新しいハイスタンダードが芽吹いています。

## 課題と展開は？



良質な医療サービスを提供するために課題を見つめていく必要があります。回復期リハビリ病棟のキーワードの一つに「繋がる」という言葉があります。急性期からの受け手として、基幹病院である市立千歳市民病院とは大腿骨頸部骨折から地域医療連携パスの運用に向けて協議を始めております。病棟でありながらも退院支援における外来、訪問看護等も連携パスを通して、退院後に繋がる、患者さんにとって、途切れない支援を提供する視点を常に意識する必要があります。これは地域包括ケアシステムの要なのです。



そして皆の笑顔向上。土曜日曜のみ実施のレクリエーションを平日にも拡大できたらより活気あふれるでしょう。

今、日本は世界一の超高齢社会の国。重症患者の身体的、心理・精神的支援は在宅医療推進という事からも重要なトピックです。【4階療養病棟】と今まで以上に連携し、より高い病棟基準「回復期1」を目指し維持することは、重度の患者さんを支えることが出来る事を意味します。そして病棟ランクアップと万全な運営体制は地域に根差します。

課題に向かい、やりがいを見出して、困難を乗り越え、実現させていくことは、私達が目指している「いちばんぼし」の形かもしれないね。(文責 及川進)



通

信

簿



## ～回復期リハビリ病棟アウトカム～

リハビリをされていて、『よく歩けるようになったね。すごいよかったね。』はたまた、『あの人は全然よくならないね！』など、入院している患者さんの様子を評価する声はよく聞かれます。病棟看護師・リハビリでは、このような評価を点数化する指標『FIM※』を用いていて、学校の成績表と同じように患者様の生活の様子を採点しています。また、志望校の合格ラインのように、『お家に帰りたいたら、この項目を何点にしなければいけない』『合計点がこのくらいは超えてほしい』などのボーダーラインを治療の目標値として設定しながら日々の診療がなされています。

### 北星病院回復期リハビリ病棟の成績や如何

さて当院の成績はどうなのでしょう？

図1をご覧ください。全国平均と平成26年11月～翌年1月の回復期リハビリ病棟のデータです。ざっくりいうと、ほぼ全国平均と同じです。

成績表で言うと”可”と言ったところでしょうか。できるなら”良”や”優”を取りたくありませんか？ 取りたいですよ。じゃあ、何を持ってよい成績なのか、過去のデータを参照しながら見ていきたいとおもいます。

### 目指せ100点！在宅復帰！

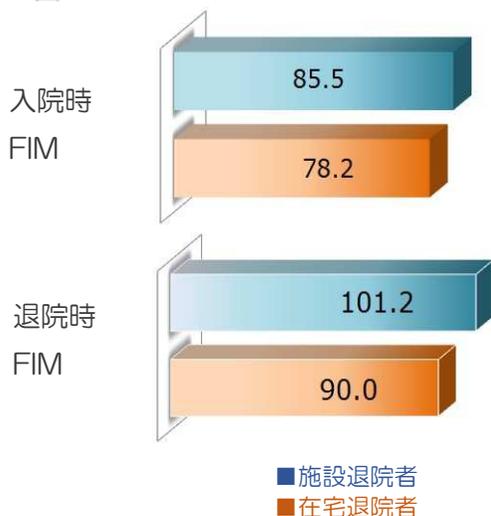
図2をご覧ください。平成25年7月～翌年3月の回復期リハビリ病棟患者のデータです。お家に退院する為に必要な点数はおよそ100点です。なぜ100点なのでしょう？FIMは18項目ですから、一項目平均5.5点取る事になります。5点は見守り、6点は道具を使えば自立ですので、日常生活はおおよそ見守り～自立といった具合になるのです。お家に帰りたい患者様は『目指せ100点！在宅復帰！』が合言葉です。

普段、何気なく採点しているFIMですが、実は成績表としての一面がある事がご理解いただけましたでしょうか？まだ開設して2年目の若い病棟ですが、”可”の成績は立派です。しかし、これに満足する事なく、より良い結果を求め、更なる努力をしていくことが必要です。

図1



図2



※FIM : Functional Independence Measure 機能的自立度評価法 日常生活を18項目(食事やトイレ etc)に分け、各7点で採点(全介助1点～自立7点)。126点満点。

# 健康コラム『あし』

一日中働いたら足が疲れてへトへト、外反母趾が痛い、なんか足だけやせないんです。

こんな問題のある方は多いのではないのでしょうか？そんな人の特徴は扁平足です。なんと日本人の8割は扁平足だと言われています。

足は車で言うところのタイヤの役割があり、筋肉がなくても転がるように進む機能があります。扁平足は、このタイヤが四角に変形したのと同じです。四角いモノは転がりませんから、ふくらはぎやヒザの筋肉を使って無理に進もうとするのです。余計に筋肉を使うので、足は鍛え上げられなくなり、疲れやすくなるのです。扁平足を改善し転がる足を手に入れれば無駄な筋肉を使わずとも歩く事ができます。



## 踵の固い靴を履きましよう

サンダルを履いていると、踵を横から支える事ができません。体重がかかり、踵が内側に倒れてしまうと、扁平足の出来上がりです。まずは踵のしっかりとしたスニーカーを履きましよう！



オシャレで高性能！  
ニューバランスはおすすめ

## 驚異のインソール

### スーパーフイット



↑扁平足と言え！  
作業療法士 有澤氏

最近ケアさん達の間で話題のスーパーフイット。五輪金メダリストの羽生選手も愛用する驚異のインソールです！前述の扁平足を改善し、最小限の筋力で歩く事を可能にするため、足の疲れや、下半身太りを軽減する作用があります。



↑踵を下から支える事で土踏  
まずができました！

## 実際に使って

### 歩いてみました！



インソールと靴によって歩幅が大きく歩けるようになりました。同じ筋力でも省エネで動く事ができ、カラダの様々なトラブルを回避する事ができるのです。

つまり、扁平足を改善し、自然に歩いているだけで疲れにくいカラダになるし、足の痛みも軽減されるのです。まずは足元を見直してみましよう。スーパーフイットをお求めの方はリハビリ室で職員特別価格にてご用意致しております。小松原・青山・河端が対応致しますので、是非皆さんで健康な歩きを手に入れましよう！

カラダの不調は猫背にアリ！

嗚呼、肩が凝る。嗚呼、腰が痛い。嗚呼、膝が痛い。嗚呼……。皆さんカラダの不調にお悩みではありませんか？そんな肩こり・腰痛・膝の痛み、カラダの不調は猫背にアリ！と言っても過言ではありません。今回は北星病院で一、二を争う猫背コンビ、地域連携室の及川氏、向出氏の対決を通して猫背の原因と種々の体の不調との関連性、猫背解消の方法を面白おかしく紹介していきます！



猫背の原因は肋骨にアリ！？

なにゆえヒトは猫背になるのか？猫背の神髄は背にあらず、肋骨にアリ！背中と違うんかい？そう、猫背の原因は肋骨にあります。（全員ではありませんが、多くの方に問題があります）肋骨は肺と心臓を守るカゴ状の骨ですが、伸び縮みの能力を持つ人体最大のバネです。縮む事で体重を受け、反発力で足の力をサポートしてくれます。猫背の方はこのバネに問題を抱えているのです。

猫背は万病のもと？



肋骨はバネです。前側が縮むと後ろが伸びて、猫背ができるのです。バネがうまく機能しないと肩・膝・腰に負担がかかります。

人体のバネである肋骨が縮むと、バネの弾力がなくなってしまう、余計な力を使って生活しなければなりません。普段から筋肉を使いすぎて生活する結果、肩・腰・膝の筋肉は疲労し、悲鳴を上げるのです。『よっこいしょ』はカラダの叫びなのです。

猫背改善対決！  
勝つのはどっちだ！？



今回使った体操はコチラ

# 『うつぶせうねうね体操』



↑体操開発者の PT 河端氏はこの体操で肩コリを克服しロキソニン卒業を果たしたのである。

- ① うつぶせに寝て、腰を左右に揺らします。
- ② リズミカルに、ラクに動くのがコツです。
- ③ 5分ほど続けましょう。



↑勝利を目指し、ひたすらお尻をふり続ける二人…。待つ事5分、結果やいかに！

## 結果発表



姿勢は二人とも改善！勝負は反り返り対決へ  
持ち越す手に汗握る接戦！

肋骨が柔らかくなると、反り具合が改善します。黒猫さんがより反り返っていますね！よって今回は及川氏の勝利

悔しがる敗者。むしろ猫背が悪化。そう、ココロも猫背の原因の一つです。



## 補足

猫背の原因は様々あり、今回取り上げた問題の他に、パソコン、スマートフォンを使い過ぎ等の生活習慣や、姿勢の問題、腹痛などの内蔵の問題等があります。しかし、これらの方にも肋骨の問題はほぼ合併しており、今回紹介した体操で効果を出す事ができます。専門家も知らない情報をいちばんぼしをご覧ください。

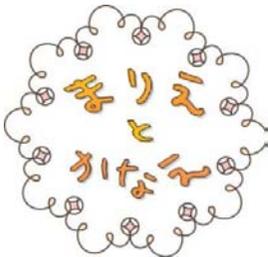


第六回千歳臨床医学研究会  
演題発表しました。

春の「いちばんぼし」

「やって良かった事」は  
他の職種の動きが分かる  
ようになった事。

平成二七年一月二四日  
第六回千歳臨床医学研  
究会にて「回復期病棟に  
おけるアセスメントパ  
ス活用について」と題し  
た病棟業務研究を報告  
してきました。パスを通  
じて多職種の情報が共  
有化され始めたり、チー  
ムとして機能してきて  
いたり、研究の成果を  
徐々にですが感じると  
きがあると話します。  
「書類やカンファレン  
ス等について枠組みは  
出来てきたが、全体的な  
医療サービスとして中  
身を充実させていきたく  
い」と課題をみつめてい  
ます。



日頃の業務に役立つ！

## 女子でもできるカンタン介助法

みなさんは普段、移乗介助で苦勞していることは  
ありませんか？中には「腰が痛い…」「一人では  
無理…」というお悩みを抱えている方がいるの  
ではないでしょうか。そこで今回は車椅子移乗の  
コツをご紹介します！



はじめまして！  
私達はリハビリ業界初の  
アイドルコンビ  
まりえとかなえです

### ～コツその①～ 準備

- ★患者さんは浅く座り足を引く
- ★お辞儀してもらい、骨盤を起こすよう  
介助する
- ★自分の位置は低く
- ★腰は曲げ、膝を柔らかく使う



### ～コツその②～ 立ち上がり

- ★重心移動の軌跡は斜め上へ
- ★お辞儀は勢いをつけて



### ～コツその③～ その他

- ★患者さんのペースに合わせる
- ★大柄な患者さんはいっそ担ぐ

他にも様々ありますが、今回はここまで…。  
みなさんもぜひ試してみてくださいね！気になる  
続きはコチラ！

### 【研修会予告】

今回の内容を実技で詳しく開催予定。  
乞うご期待！



みちした たかひろの

## 教えて入院料の お や く そ く

北星病院では、患者さんの病気や状態、予想される退院先、ベッドの空き状況などを考慮して、最適な病床選択をおこなっています。

今号では、3病棟の回復期リハビリテーション病棟にスポットを当ててみましょう！

### 回復期リハビリテーション病棟ってナニ？

大きな病気や怪我をすると、多くの方は「急性期病棟」で治療を受けることになります。この病棟は急性期病棟での治療後に患者さんを受入れて、集中的なリハビリテーションを行い、複数の職種がチームを組んで多面的なサポートをして、在宅や社会復帰していただくことを目的とした病棟です。

### 誰でも回復期リハビリテーション病棟に入院できるの？

回復期リハビリテーション病棟は、入院できる病気、病気や怪我を発症してから入院するまでの期間が決められていて、原則的にはそれ以外の患者さんは入院できません。

### 回復期リハビリテーション病棟は、いつまでも入院していただけるの？

回復期リハビリテーション病棟は、病気や怪我の種類、重症度によって入院できる期間が決まっています。あくまで機能を回復して退院することを目的とした病棟です。

	回復期リハビリテーションの対象の病気など	入院までのタイムリミット	入院できる日数
1	脳卒中、脊髄損傷など	発症・手術から2ヶ月以内	150日まで
	高次脳機能障害など、脳卒中などのうち重度の患者		180日まで
2	大腿骨、脊椎、骨盤などの骨折	発症・手術から2ヶ月以内	90日まで
3	外科手術や肺炎後の廃用症候群	発症から2ヶ月以内	90日まで
4	脊椎神経や膝関節靭帯損傷など	損傷・手術から1ヶ月以内	60日まで
5	膝・股関節の人工関節置換	手術から1ヶ月以内	90日まで

### 回復期リハビリテーション病棟2の施設基準と北星病院の現状

施設基準の項目（抜粋）	基準値	北星病院	全国的な傾向
1日の平均リハビリテーション実施単位数	2単位以上	4.3単位	6.8単位が平均
日常生活機能（重症度）評価 10点以上の患者の入院割合	20%以上	28.3%	35～55%が最多
日常生活機能（重症度）評価10点以上の 患者が退院時に3点以上回復した割合	30%以上	46.2%	50～70%が最多
在宅へ退院する患者の割合	60%以上	80.0%	75～85%が最多

回復期リハビリテーション病棟のランクは3段階です。北星病院は回復期リハビリテーションを始めて1年8ヶ月で、現在はランク2となっていますが、1年後には診療報酬改定も控えており、更なる質の向上とブランド力向上が課題です。しかし、平成26年度で病棟再編がひと段落した北星病院は成長期の真っ只中にあり、大躍進することは間違いありません。

※北星病院は平成26.9月～平成27.2月の回復期2と3の混合データ、全国は平成25年度の回復期1～3の混合データ



管理栄養士 氏家志乃



女子力向上

社会福祉士 水梨いくみ

## アンチエイジング！春野菜のオムレツ

### 材料（4人分）

- ・卵 3個
- ・ブロックベーコン 20g
- ・そらまめ 10粒
- ・トマト 1/4個
- ・玉ねぎ 1/2個
- ・バジル 適量  
(今回使用は乾燥バジル)
- ・オリーブオイル 小さじ1
- ・塩こしょう 適量

- 1 そらまめは皮、薄皮をとる。沸騰したお湯に塩を入れそらまめを茹でる。
- 2 ※青い野菜を色よく茹でるコツ。  
ベーコン、トマト、玉ねぎは角切りにする。
- 3 熱したフライパンにオリーブオイルを入れ、ベーコン、玉ねぎを入れ炒める。ベーコン、玉ねぎに火が通ったらトマトを合わせ軽く炒める。バジル、塩、こしょうで味をつける。
- 4 卵を溶き 3に流し込みざっくり具と卵を混ぜる。卵が半熟になったら弱火にして蓋をする。
- 5 卵が固まったら切り分けて盛り付ける。

### 【作り方】



### アンチエイジング 春野菜のオムレツ

※青い野菜を色よく茹でるコツ。お湯（約1ℓ）に対して塩を小さじ1入れる。ほうれん草やさやまめなど緑色の野菜はクロロフィル（葉緑素）が入っています。このクロロフィルはアルカリ性で茹でるときれいな緑色になるので、塩を入れてアルカリ性にして煮たお湯ですっきり茹でて、流水にさらすことが色鮮やかに仕上げるポイントになります。

# コラム

## 体のさびつき予防

### ～野菜の抗酸化成分ファイトケミカル ( phytochemical ) ～

色鮮やかな野菜や果物は体の調子を整えるビタミン、ミネラルの他に健康に良い影響を与える成分が含まれおり、それをファイトケミカル (phytochemical) と呼びます。

代表的なものとしてトマトの赤色、にんじんの橙色のカルテノイド、玉ねぎやんにんに含まれる香りや辛味成分の有機硫黄化合物、ワインで有名なポリフェノール類があります。



多くのファイトケミカルは抗酸化能をもっており、体をさびつかせる活性酸素や心臓病予防に有効とされています。最近では食品の「栄養素」だけではなく、栄養素には当てはまらないファイトケミカルの健康維持・増進、各種疾病に対する予防効果を期待し、抗老化物質として注目をあつめ研究も活発に行われています。

今回のレシピは簡単に作れる春野菜オムレツです。トマトの赤(リコペン)、玉ねぎの香りや辛味(有機硫黄化合物)ソラマメの青(クロロフィル)がいつぺんにとれて、しかも食べた満足感もあり。是非お試しください。

# 北星病院 委員会 NEWS

## 院内感染対策委員会

2014年11月にインフルエンザ予防対策の勉強会を行いました。参加者65名と多くの職員の方々に集まいただきました。

講師は薬剤師 須賀秀行氏。



インフルエンザは例年十二月～三月が流行時期と言われているのですが、昨年は例年よりも早い時期から流行しはじめており、当院でも昨年十一月頃より発生しています。また、先月からB型インフルエンザも流行しはじめています。

B型インフルエンザはあまり高熱が出ないため気づ

きにくく、胃痛・頭痛・倦怠感など風邪と似た症状の為に多少無理をして出勤したくなりますが、周囲にうつってしまう可能性があります。症状が出現したら外来受診してインフルエンザの確認をするようにしてください。

暖かい季節になってきました。暖かすぎたため油断せず感染拡大しないよう予防していきましょう。

下段はICT※メンバーからの抱負。



【感染対策委員長 医師 松村】

あまり興味のない分野でしたが、皆真面目に取り組んでいるので自分も勉強しなければと思っています。

【感染対策副委員長 看護師 小池】

2014年10月より院内感染対策副委員長を務めさせていただいております。ICTとしての活動もこの10月から始めており、あっという間に半年が過ぎたように感じます。来年度もICTのメンバーや感染対策委員の方々と共に感染予防に努めていきたいと思っております。

【臨床検査技師 清水】

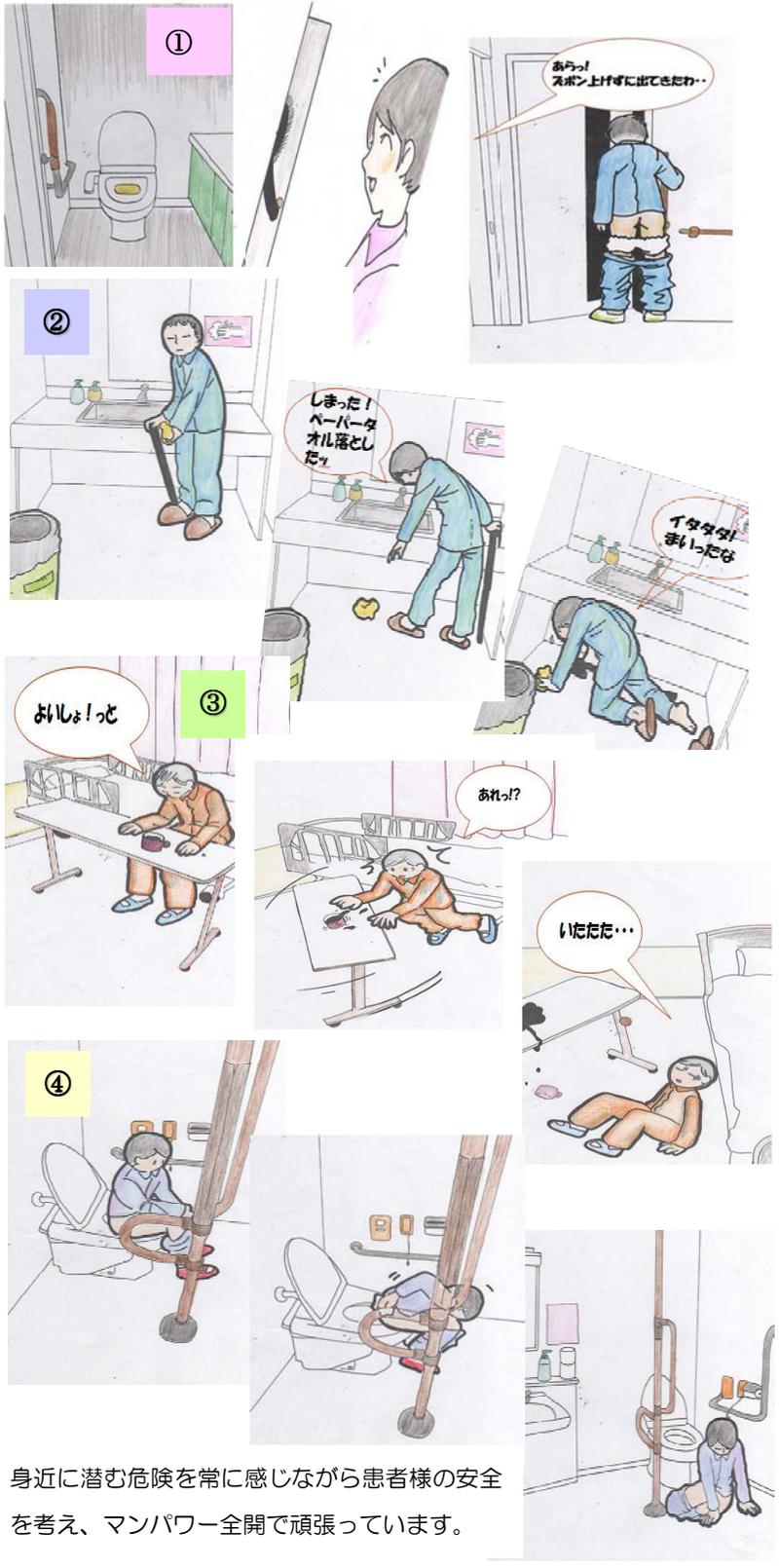
細菌は学生の頃から苦手の分野だったため、知識がありませんでした。感染委員に関わっていろいろ勉強になりました。細菌の知識をもっと身につけ臨床検査技師として役に立っていきたくです。

【薬剤師 須賀】

薬剤師の職能を十分に生かし、全ての患者様や職員に安心安全な病院環境になるよう、努めていきます。

※ICT (Infection Control Team) : 感染制御チームの略

医療安全対策委員会では、院内で起こったインシデント・アクシデント報告を毎月集計し、院内報告していません。その報告事例を職員教育として、活かしています。この事例イラストは、平成二十六年十一月に行った職員教育の資料イラストです。報告のあった事例を基にしました。



身近に潜む危険を常を感じながら患者様の安全を考え、マンパワー全開で頑張っています。

① 巡回時、トイレからズボンを上げず出てきた患者様を見つけ、ビックリ! バランス崩して転倒してしまうと予測...

② 落としたごみを拾おうとして前のめりに転倒する。スリッパは足元が不安定で危険! 前屈姿勢はバランスを崩しやすい。

③ 立ち上がるうとキャスター付きテーブルに手を付きテーブルが動いてしまった。  
院内にはキャスターがついている物が多いので注意!  
キャスター付きは 便利だけど危険!

④ トイレの一連動作でよけて転倒する。自分の体を支えられず...  
いつの間にか 筋力の低下が。

Tops

- ストレッチ素材
- 襟口が広いもの
- ×ボタンや紐（麻痺患者）  
薄手の羽織ものが Good

Pants

- ストレッチ素材
- ウエストゴム
- ×チャックやボタン式

Shoes

- かかとがしっかりしたもの
- 自分で着脱しやすいもの  
例) マジックテープ
- ×バレエシューズ
- ×サンダルやスリッパ



Model Shiori kato  
Photo kanae Taniuchi  
Produce Arata kawabata  
Director Susumu Oikawa

次号のいちばんぼしは7月上旬発刊予定です。

研修案内

▼医療安全委員会より研修のお知らせ。四月十六日(木) 午後五時十分より、平成二六年度の安全に関する複数部署からの取り組み報告発表を行います。全部署対象の研修です。場所…通所リハセンター2階会議室

地域活動団体

▼ちとせの介護医療連携の会より千歳医療介護連携フォーラム開催のお知らせ。五月三〇日(土) 千歳市文化センターにて地域連携フォーラムを開催致します。医師、薬剤師の講演や認知症に関する寸劇、福祉用具展示、演題発表等企画盛りだくさん。是非遊びに来てください。  
午前十時三〇分〜午後四時迄  
事務局 北星病院地域連携室

活動報告

▼昨年十二月二二日(月)市立千歳市民病院と第2回合同研修会を行いました。当院からは大島Dr、中岡Ns科長、河端PTが演題発表。市民病院からは濱田Dr(内科)、佐々木Drより「地域医療連携パス」の導入について講演あり、今春より大腿骨頸部骨折から連携パスの導入に向けて協議を進めています。この合同研修会は今後年2回、春冬を計画しています。次回は五月に開催を予定しています。



講演している大島医師

部活動発足!?

▼この春北星病院スタッフによる陸上部が発足するらしい!!

あの有名な東京マラソン(三万六〇〇〇人参加)で四三位という好成績を残した、リハビリテーション科神直之氏を筆頭に医局から井嶋健一氏、大島昌輝氏が参加表明をしているとの情報を入力。

神氏は昨年六月の千歳JAL国際マラソン一〇km部門にて優勝と輝かしい成績を残している。

陸上部の本格始動は六月開催の同マラソンからを予定。今年は一フマラソンで優勝をと神氏。

▼文化系の部活

ワイン同好会の発足の情報も!

編集部には、まだ詳しい情報は届いていませんが、入手法第皆様にも情報提供を。乞うご期待!

## 謎のゆるキャラ、ホクマンくんが来た!

ホクマンくんって何者?

ゆるい、だらしない、少し気持ち悪い。丸みを帯びたシルエットに北星マークの腹巻き。知る人ぞ知る北星病院非公認ゆるキャラ、ホクマンくんが来た!

性格は見た目通りゆるそうであるが、リハビリの国家資格の一つ、ホクマン療法士を名乗っている(あ、怪しい...)。何かと顔を出したがるのが習性で、既に勉強会の案内や職員の名刺にはこっそりと忍び込んでいるらしい(あ、あ、怪しい...)



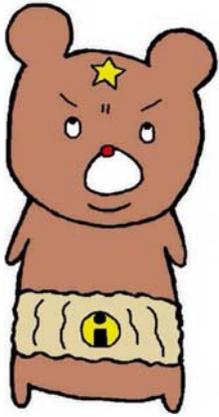
変身! 気合い十分

ホクマンくん

なんと、ホクマンくんはここぞという時には変身することができなのだ!

違いはお分かりになるだろうか。額の星の輝きはまさに『いちばんぼし』。垂れた眉毛はキリリと上がり、目にはチカラが宿っている。

ホクマンくんは『北星病院の皆さんの満足』の為にという想いから生まれ、皆さんの幸せのために一生懸命働くのである。このやる気に満ちた顔を見よ!...うーん、ゆるい。



ホクマンくん目撃情報!

続々とホクマンくん目撃情報はあがって来ている。先日の院内研修にもこれでもかと出没していたが、グッズ展開も既に始まっている。まさに『熊出没注意』である。



ステッカー化は物販戦略か!? 腹黒い...。近い将来商品化も!?



フェルト人形。少しおじさんぽい!

次回より『ホクマンくんがゆく』連載スタート!

ホクマンくんが様々な勉強会やイベントに出没する様子を面白おかしく紹介していきます!

熊出没注意



ホクマンチケット

本券一枚につき一回ホクマン体操が受けられます。生産者河端がご相談承ります。(コピー複製可)

ホクマンチケット



## 編集後記

# いちばんぼし

く発行にあたりく

「北星病院が地域に根差した医療をめざし、その時代のニーズに合わせて柔軟に対応しながら、進化をしてきました。」



今回、広報誌を発行することは、非常に意味があると考え、その責任の重大さに身が引き締まる思いでいます。

私事ですが、仕事帰りふと黄昏空を見上げて、そこにいちばんぼしをみつけると、「二日が終わった」という安堵感と、どんな時もちばんぼしが方向を示してくれているという安心感を得ることができます。こんな思いで、いちばんぼしを見上げるのはたぶん皆様も…？

広報誌いちばんぼしは、そんな存在になればいいと思います。患者様だけでなくそのご家族・地域の皆様、そして当院の職員が気楽に読んでいただけるよう、そしてこの誌の存在が何かにお役に立てればと編集者一同手作りで完成させました。

自分たちで企画し記事を考え、締め切りに追われ…

なぜそんなパワーがあるのかと、驚きを隠せませんが自分たちの取り組みを少しでも知ってもらいたい、北星病院をもっと知ってもらいたいという思いがエネルギーになっているのだと思います。

素人企画で手作りのため、文章表現等に不備があると思いますが、発行を重ねるにあたりより充実したものに進化させていきたいと思えますのでどうぞ宜しくお願い致します。

発行に当たり、いずみ会北星病院理事長はじめ多くの関係部署長に御理解・御協力を得られましたことをこの場を借りて感謝申し上げます。

いちばんぼし編集長 中岡多佳子記



2015年4月1日発行

編集長★中岡多佳子

編集スタッフ★大場由紀・道下貴裕・河端新  
谷内佳苗・千葉まりえ・水梨いくみ・向出泰平・  
及川進・プロジェクトチーム

表紙絵★SAKI KAWABATA

写真★KANAЕ TANIUCHI

発行★医療法人社団いずみ会北星病院



〒066-0081 北海道千歳市清流 5 丁目 1 - 1  
TEL0123-24-1121/FAX0123-23-7085

E-mail [msw-renkei@hokusei.or.jp](mailto:msw-renkei@hokusei.or.jp)

インターネット・ホームページ  
HOKUSEI ONLINE

★ <http://www.hokusei.or.jp>



記事内容について感想をお待ちしております。  
また、こんな企画を実施してほしいとのご希望も、ぜひお寄せ下さい。

地域連携室内いちばんぼし編集部  
「読者の声」係

# 北星病院 外来診療担当表 2015年4月

診療科	時間	月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	遠藤 昭	遠藤 昭	井嶋健一	本谷和俊	本谷(1・3) 遠藤(2.4.5)	※1 掲示板 参照下さい
	午後	井嶋健一	井嶋健一	遠藤 昭	本谷和俊	井嶋健一	
内科	午前1診	松村 毅	松村 毅	大島昌輝	菅原恵理 北大第2内科	松村 毅	※1 掲示板 参照下さい
	2診	※2北大 膠原病	一山芽衣 糖尿病	一山芽衣 糖尿病	一山芽衣 糖尿病	加藤 将	
	午後1診	麻生佳裕	麻生佳裕	谷村 瞬 北大膠原病	菅原恵理 北大第2内科	大島昌輝	
	2診	※2北大 膠原病	加藤 将	麻生佳裕	松村 毅	※3循環器	

※1 土曜日の外来は院内掲示板またはお電話にてご確認ください。  
※2 北海道大学第2内科の派遣医師が担当します。膠原病(柴田悠平医師、河野通大医師)  
※3 循環器外来診療時間は13:30~15:30となります。札幌心臓血管クリニックの派遣医師が担当します。

整形外科では専門外来(予約制)を下記日程で開設しております。(問い合わせ: 整形外来)  
腰外来: 長濱医師 診療時間 毎週火曜日 9:00~ 下肢外来: 高橋医師 診療時間 第2火曜日 14:30~  
膝外来: 笠原医師 診療時間 月1回月末 日時未定 肩外来: 末永医師 診療時間 第4火曜日 9:00~

診療スケジュールは変更になる場合があります。外来掲示板またはお電話でお確かめ下さい。  
日曜・祝日は休診です。

診療科目 整形外科 内科 リウマチ科 麻酔科 リハビリテーション科

健診センター

診療時間  
午前 受付/8:40~11:30 午後 受付/13:00~16:30  
午前 診療/9:00~12:00 午後 診療/13:00~17:00

## 医療法人社団いずみ会施設概要

### 病院概要・介護保険等サービス概要

- 4F 医療療養病棟 (病床数: 50床)
- 3F 回復期リハビリテーション病棟 (病床数: 50床)
- 2F 一般病棟 (病床数: 40床)
- 1F 外来部門 (整形外科・内科・麻酔科・リウマチ科・リハビリテーション科)

訪問診療・訪問リハビリテーション・通所リハビリテーション

訪問看護・訪問薬剤管理指導・訪問栄養食事指導



かわせみ  
指定居宅介護支援事業所

