

広
報
T E N S H I - H O S P I T A L

天使びょういん

夏号
2017
JUL
vol.45



タイトル:「夕暮れとイルカ」 撮影場所: 美ら海水族館(沖縄) 撮影者: 八子 夏海(やこなつみ)さん


INDEX

- p2-3 Scope「施設課 & 株式会社テックサプライ(清掃)」
- p4 Inside hospital「外科・乳腺外科／小児外科」
- p5 特集「地域のきずな」
- p6 シリーズ「天使病院臨床研修プログラムについて」
- p7 健康レシピ「健康寿命を延ばすレシピ」
- p8 お知らせ



施設課&株式会社テックサプライ(清掃)

~Facilities division & TEC SUPPLY (Cleaning staff)~

天使病院を支える“縁の下の力持ち”でありながら、なかなか皆さんにご紹介する機会の少ない2つの部門を、今回はご紹介いたします。ひとつ目は、主に院内にある設備機器の保全に努め、私たちが普段何気なく使用している電気やエアコンから始まり施設、設備全体の保守、管理を行っている施設課です。ふたつ目は、院内の床清掃を一手に引き受けていただいているテックサプライさんです。インタビューでは多岐にわたる業務の紹介や、仕事への想いなどについて話してもらいました。

●施設課

S：施設課について教えてください。

Sy：設備管理5名と駐車場2名(パート)の、計7名で業務にあたっています。医療機器には専門部署(臨床工学室)が対応してくれますので、それ以外の設備や機器を施設課で対応します。建築設備の維持管理がメインの仕事なので、ほぼ全ての部署から直接依頼が多く舞い込みます。

S：具体的には？

Sy：衛生設備(給排水、給湯)、電気、防災、ガスなどの設備や医療ガス設備、その他院内の様々な機器・設備の点検や修理を請負っています。防災訓練の実施やゴミの分別処理、車の運転などなど…挙げたらキリがないくらい、日々、幅広い業務を行っています。また、車椅子の調整等、患者さんが困っていらっしゃる事があればご相談に乗っています。中には自分たちに直接関係のないこともあります。基本的には断わらず、一旦状況を見てからどうするか判断するようにしています。

K：小さなことから大きなことまで本当に幅広くて驚きました。施設課ならではの資格はあるのですか？

Sy：コンセントの修理や配線工事の際に必要な「電気工事士」の資格は全員持っており、高電圧受変電設備の保安監督を行う「第三種電気主任技術者」という専門的な資格を取得した者も1名います。また救急車や公用車の運転もしますので、普通運転免許も…。他には一定規模の建物に必ず選任が必要な「防火管理者」の資格などです。

K：技術や資格はどちらで身につけるのですか？この職業を選んだ理由についても併せて教えてください。

M：私は工業高校で基本的な技術を身に付け、その後業務上必要な資格があったので入職後に勉強して、ですね。元々物を作ることや工夫することが好きで、色々なことに興味があったのでこの仕事を選びました。

S：仕事で大変だと思うことは？逆にやりがいを感じるのはどんなときですか？

Sy：1年を通して特に大変なのは窓掃除・雑草除去・除雪などです。そもそも敷地内にあるものすべてが業務の対象ですので、しばしば依頼が重なることがあります。その時は大変ですね。

M：修理して依頼者に喜んでもらった時は、非常にやりがいを感じますね！

S：心がけていることは何ですか？

Sy：まず怪我のないように気をつけています。高い場所での作業や高圧の電気を扱うことも多いですから。また依頼事項は優先順位を考えて迅速に行うことと、様々な人と接するため接遇面にも配慮しています。どうしたら患者さんが院内で快適に過ごせるか、また職員が仕事をしやすいか、を常に考えて修理・改善にあたっています。

M：すべては“快適な環境を提供するため”と意識しています。存在は知られていなくてもいいのです。“縁の下の力持ち”ですかね。

K：最後に広報誌をお読みになっている皆さんに一言お願いします！

Sy：これからも、患者さん、職員それぞれが気持ちよく過ごせる環境作りを行っていきたいと思います。





インタビューアー
S: 塩見(看護師)



インタビューアー
K: 菅野(管理栄養士)



施設課
Sy: 庄田
(施設課課長)



施設課
M: 松原
(施設課係長)



テックサプライ
Su: 鈴木
(現場責任者)



テックサプライ
Y: 柳川
(清掃員)



テックサプライ
N: 中川
(清掃員)

● テックサプライ

S: いつもありがとうございます。一口に「清掃」と言っても色々ありますが、決まり事はあるのでしょうか？

Su: 天使病院とテックサプライで交わされた業務委託契約に基づいています。主に床清掃を中心に、トイレや洗面所の清掃、ゴミの回収などを行っておりますが、細かいことを挙げればきりがありません。病院の敷地面積はかなり広いので、総勢23名が西棟と東棟の二手に分かれて業務にあたっています。

S: 病院清掃の特徴を教えてください。

N: 一般清掃の仕事と違って、病院では「衛生管理」が重要な点の特徴です。感染性の病気の患者さんなどもいらっしゃるため私たちにも知識が必要です。そのためにテックサプライでは、入職前に感染症の知識を身に付けるための講習会が行われています。さらに現場では、患者さんの状態によって、または検査室の検査状況に合わせた臨機応変な清掃が求められます。患者さんの個人情報にも十分な配慮が必要ですね。病院は清掃範囲が広く、最大限の配慮とともに、身体と気を遣う仕事だと思えます。身体が資本です。

K: この仕事を選んだ理由を教えてください。

Y: 家族が病院に入院した時に院内で清掃されている方を見て「こういう仕事もあるんだ」というのを知り、いつかはこの仕事をしてみたいと思いました。

S: 普段、気を付けていることはありますか？

Su: 日常的に手洗いやうがいをするなど体調管理には十分に気を付けています。また、患者さんとの節度をもったコミュニケーションや定期的に清掃員のローテーションを行い、複数の目で清掃状況を確認し、清潔が保たれるように気を付けています。「清掃させていただいている」という意識をもって日々業務にあたっています。

K: 最後にひとことお願いします！

Su: 患者さんや病院の職員さんから元気や力をもらっています。また院内をきれいにする事で病院運営の一員となれて、モチベーションが上がります。これからも清掃員全

員できめ細やかな清掃を行いますのでよろしくお願ひします！



No. 6

悪性疾患(消化器・乳腺・肺など)、
鼠径ヘルニア・臍ヘルニア、新生児疾患など

外科・乳腺外科／小児外科

外科・乳腺外科では、悪性腫瘍に対する手術をはじめ、胆石症や気胸などの良性疾患、血管外科、InterVentional Radiology(画像を応用した治療)など幅広く診療を行っています。また、平日はお仕事で検診を受けることができない方でも受診できるように、“サタデーマンモ”として平日だけでなく土曜日にも乳癌検診を受け付けています。

小児外科では、産科・小児科・NICU科と連携し、全道各地から母体搬送や新生児・小児症例を、遠方の患者さんにおいても丘珠空港を利用してヘリコプターで搬送を受け入れています。ま

た、平成26年9月にヘルニアセンターを立ち上げ、鼠径ヘルニアや臍ヘルニアの治療を専門的に行っています。鼠径ヘルニアに関しては、傷口が小さく患者さんに負担の少ない腹腔鏡手術を積極的に行っています。また臍ヘルニアにおいては小児に限らず、成人の患者さんでも臍の形が気になって来院される患者さんも多数おりますので、お気軽にご相談ください。

緊急疾患などは24時間365日いつでも対応します。天使病院を選んでくださった患者さんに最善の治療を提供できるように努力いたします。

ナビゲーター



外科 科長 大場 豪 先生 (Oba Gou)

■**経歴**：2005年 札幌医科大学医学部卒業、2009年 北海道大学第一外科入局、2013年より天使病院

■**資格**：日本外科学会 専門医／日本小児外科学会 専門医

■**専門**：外科、小児外科、乳腺外科

小児外科では日帰り手術を多くの疾患で行っています。鼠径ヘルニア、臍ヘルニアをはじめとして、停留精巣、正中頸嚢胞、副耳なども日帰りで行っています。ご兄弟がいる場合や、家庭の事情で入院が困難な患者さんのニーズに可能な限り対応いたします。もちろん1泊していくことも可能ですので、外来担当医にご相談ください。

■**他己紹介**

(西4病棟看護師 河村主任)

大場先生は、いつも朝早くから夜遅くまで、病棟・外来・手術とパワフルに働いています。患者さんの事を第一に考えてくれます。何かあったらいつでも先生を頼って外科を受診してください！

■**得意なことやメッセージなど**

ミステリーが好きで、推理小説を読むことが趣味です。日々の業務でゆっくり読む時間はありませんが、時間を見つけて読むようにしています。外科病棟に入院患者さん用の図書コーナーを設けており、おすすめを適宜寄付しておりますので、入院の際はぜひ読んでみていただければ幸いです。

患者さんはもちろんの事、後輩医師や看護師からの質問・相談にも親身になって考え、アドバイス・指導してくれる素敵なお先生！

老若男女
どんな患者さんからも
好かれる優しい
Drです！



西4病棟スタッフ

地域のきずな
vol. 10

東区 小児科

医療法人社団 元町こどもの城
元町こどもクリニック



うかえ すすむ
院長 宇加江 進 先生

Profile

昭和58年、札幌医科大学医学部卒業。趣味はウォーキング。苗穂駅からクリニックまで直線距離にして3kmくらいの距離を約30～40分、歩数にして5,000～6,000歩を歩くのが日課。体重が92kgだった頃(今の先生からは想像できない!)、「これではいけない!」と思い立ち、始めたそう。それから10年以上、今は80kg以下をキープ中。「それと実は…子どもの頃から鉄道が好きなんです。」

Q. クリニック開業の経緯をご紹介ください。

大学を卒業後、滝川市立病院、市立函館病院、市立札幌病院、札幌社会保険総合病院など、24年間の勤務医生活を経て、平成19年から元町こどもクリニックの院長です。もともと豊口昭夫先生が開業され、2代目東館義仁院長から私が東館小児科医院を引き継ぎました。今年でちょうど10年目になります。東館先生とは同門で、僕の方が先輩ですので、後輩から引き継ぐというのも珍しいかもしれませんね。そして昨年、向かいのビルからここへ移転しました。“引っ越し”程度に気楽に考えていたのですが、そんなに簡単なものではなく、意外と大変なことだったということを経験して初めて知りました。クリニックの閉院と新クリニックを開院するという2重の手続きを同時に進めるのはなかなか大変でした。

Q. 診療上のポリシーをうかがえますか。

“自分の子どもだったらどうしてほしい?” “どうしたらいい?”と自問自答しながら、相談に乗るように心がけています。少子化で子育て経験が少ない親も多くなってきていることもあり、治療方針を決めかねることや、治療に消極的になる方も少なくありません。生活環境への配慮やマタニティブルーのお母さんのケアなど、小児科という専門領域にとどまらな

いこともたくさんあります。悩むお母さんやお父さんに、同じ親という立場にたったアドバイスをすることで、決断のお手伝いができると思っています。それと、スクリーニング役に徹するという事です。子どもにとって一番良い方法を選択できるように最善を尽くしたいのです。共働きやお仕事の関係でどうしても受診時間が遅くなる場合があります。そこで「入院が必要そうだ」となると、総合病院へ紹介します。私も勤務医が長かったので、時間帯によっては「申し訳ないな」という心境にもなるのですが、妥協できないところです。「今まで何をしてもよくなかったのに、とってよくなった」と言ってもらえると、その日は1日中幸せな気分です。

Q. 先生のこれからの目標を教えてください。

小児科の先生方も高齢化が進んでいます。年々、小児科の日曜・休日当番を担当してくださる先生が減ってきています。まだまだ元気で頑張ってお引き受けていこうと思っています。

Q. 天使病院との連携についてご要望などあればお聞かせください。

小児科、小児外科、耳鼻咽喉科の先生方には、特にお世話になっています。いつも快く引き受けていただき感謝しています。今後ともよろしく願っています。

地域のきずな vol.10 医療法人社団 元町こどもの城 元町こどもクリニック

所在地: 〒065-0024 札幌市東区北24条東21丁目5-1
グリーンメディカルモール2F

電話: 011-782-2820

診療科目: 小児科

休診日: 日曜日、祝祭日

診療時間

外来受付時間	月	火	水	木	金	土
8:45~11:45	●	●	●	■	●	■
13:30~17:45	●	●	●	-	●	-

※木・土曜日(■)は12:30まで。
※13:30~14:00はワクチン専用時間。14:30~17:45は一般診療時間。



第4回 天使病院臨床研修プログラムについて ～ ACLS（二次心肺蘇生法）講習会～

昨年度からお届けしている「天使病院初期臨床研修プログラム」の4回目は今年の春号の中でも少しだけご紹介した「ACLS(二次心肺蘇生法)」についてです。例年通り、今年度も開催されました。入職後初めて「教える立場」となった研修医の奮闘ぶりをご紹介します。

心肺蘇生講習会について

心肺蘇生は大きく2つに分かれています。一般の方も行ってよいBLS(Basic Life Support(一次救命処置))と、医療従事者が行うACLS(Advanced Cardiovascular Life Support(二次救命処置))です。今回ご紹介するのは、入職後間もない新人看護師を対象に教授したACLS講習会です。これは、院内心肺蘇生法チーム協力のもと、研修医たちが自らプログラムまたは講義概要を考えて講習会を進めていきます。

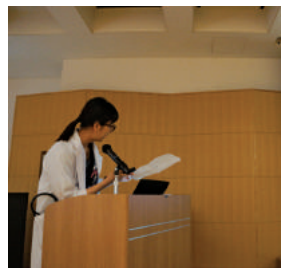
①まずはお手本!

レクチャーを前に、研修医がまず寸劇をしてACLSの実際を見せます。役者のように各役割を演じ、スムーズな動きで新人看護師を驚かせます。



②講義で心肺蘇生について理解!

心肺蘇生の一連の流れの中で必要な器具や現場での動きなどを伝えます。「準備8割」と言われるほど事前準備が重要で、入念に説明を行います。



③実践!

流れを理解できたところで実践!グループに分かれて、実際に機器に触れたり、講義で得た知識を元に体験し覚えてもらいます。研修医は心臓マッサージの仕方や、機器の使い方など丁寧に指導します。



④テストでおさらい!

最後に1問1答テストで知識を再確認。全問正解の看護師がほとんどで、今日の講習会をしっかりと振り返りました。



講習会を終えてみて…



1年目研修医 赤城 秀紀

ACLSについては学生時代に習っていましたが、いざ教える立場になってみると理解の足りない部分が多く見つかりました。天使病院で研修医は「教えることは学ぶこと」と教わります。そのことがよく実感できるよい経験となりました。この講習を通して、私達研修医と看護師が「いざというときに動ける力」がついたと思います。今後も患者さんが安心して過ごせる天使病院にして行きたいと思います。

—初期臨床研修医採用情報—

平成29年度の採用スケジュールは下記の通りです。
ご応募お待ちしております!

【試験日程】(定期試験)
1回目 7/22(土) 2回目 8/5(土)
3回目 8/19(土) 4回目 9/2(土)

(随時試験)随時受付しています。
詳細はHPをご確認ください。

気になる栄養素を
おいしくとり入れる

ビタミンDをおいしく補給 健康寿命を延ばす レシピ



たんぱく質 25.9g 脂質 8.1g
塩分 2.9g 食物繊維 6.7g
ビタミンD 32μg

1食あたり

513kcal

ひじきとしらす干しのチャーハン
白身魚の包み焼き／魚介のオイスターソース
梅ソースのサラダ／すいか



Comment

健康寿命を延ばすレシピ第2回目は、カルシウムの腸管での吸収を促し、骨代謝を助ける「ビタミンD」をとりあげました。ビタミンDは、カルシウム摂取量が相対的に少ない日本人にとって重要な栄養素で、高齢者においては骨粗鬆症との関連が注目されています。成人男女の1日の目安量は5.5μgで、腎機能低下等の過剰症(健康障害)をおこさない耐用上限量は100μgです。過剰症はサプリメント等の大量摂取時におこり、通常の食事でおこることはほとんどありません。ビタミンDの主な供給源は魚類やきのこで、一般的な魚類100gに5~10μg程度含まれています。今回の料理例ではチャーハンのしらす干し、包み焼きのかれいと干し椎茸、オイスターソースのきくらげに、豊富に含まれています。(管理栄養士 佐々木正子)

*1μg(マイクログラム)=百万分の1グラム

ひじきとしらす干しのチャーハン

1人分

319kcal

たんぱく質 8.0g 脂質 5.0g
塩分 0.9g 食物繊維 2.0g ビタミンD 2μg

【材料(1人分)】

・ご飯 150g
・大豆水煮 15g
・かぶの葉 9g
・しらす干し 5g
・ひじき 0.3g
・ごま油 3g
・醤油 5g
・塩 0.3g
・こしょう 0.02g

【作り方】

- ①かぶの葉は、熱湯で茹でて水にとり、水けを絞って7~8mm幅に切る。
- ②ひじきは水につけて戻し、水けをきる。
- ③フライパンにごま油を入れて中火で熱し、②としらす干しを強火で炒める。
- ④③に大豆水煮と①を加え、水分をとばすようにサッと炒める。
- ⑤④にご飯を加えて炒め合わせ、醤油、塩、こしょうで味を調える。

白身魚の包み焼き

1人分

79kcal

たんぱく質 12.2g 脂質 2.3g
塩分 0.5g 食物繊維 0.6g ビタミンD 8μg

【材料(1人分)】

・かれい 60g
・こしょう 0.01g
・玉ねぎ 15g
・干し椎茸 1g
・オリーブオイル (エキストラバージン) 1.5g
・ポッカレモン 1.5g
・塩 0.3g

【作り方】

- ①玉ねぎは輪切りにし、干し椎茸は湯に戻して千切りにする。
- ②かれいに、こしょうをふる。
- ③オリーブオイル、ポッカレモン、塩を混ぜドレッシングを作る。
- ④アルミホイルに②と①をのせ、③をかけ、ホイルをたたんで閉じる。
- ⑤180℃に温めたオーブンに④を入れ、15分間焼く。

フルーツ

1人分

37kcal

たんぱく質 0.6g 脂質 0.1g
塩分 0g 食物繊維 0.3g ビタミンD 0μg

【材料(1人分)】

・すいか 100g

魚介のオイスターソース

1人分

41kcal

たんぱく質 4.3g 脂質 0.7g
塩分 0.7g 食物繊維 3.2g ビタミンD 22μg

【材料(1人分)】

・ロールいか 10g
・ムキエビ 10g
・きくらげ 5g
・長ねぎ 5g
・ピーマン 5g
・赤ピーマン 5g
・生姜 1g
・オイスターソース 1g
・酒 1g
・でん粉 1g
・砂糖 0.5g
・中華だし 0.5g
・ごま油 0.5g
・塩 0.5g
・こしょう 0.01g

【作り方】

- ①いかは食べやすい長さに切る。
- ②きくらげは水につけて戻し、好みの長さに切り、熱湯でサッとゆでる。
- ③長ねぎは斜め薄切り、ピーマン、赤ピーマンは細切りにする。
- ④生姜はせん切りにする。
- ⑤オイスターソース、酒、でん粉、砂糖、中華だしを混ぜ合わせる。
- ⑥フライパンにごま油と生姜を入れ火にかけ、香りがたったら②のきくらげを入れる。
- ⑦⑥に③を加えて炒める。
- ⑧①とムキエビ、⑤を加え、とろみが出るまで炒める。
- ⑨塩、こしょうで味を調える。

梅ソースのサラダ

1人分

37kcal

たんぱく質 0.8g 脂質 0g
塩分 0.8g 食物繊維 0.6g ビタミンD 0μg

【材料(1人分)】

・きゅうり 20g
・大根 20g
(梅ソース)
・練梅 8g
・白玉粉 3g
・水 3g
・酒 2g
・砂糖 3g
・減塩醤油 3g

【作り方】

- ①ボウルに白玉粉と水半量を、入れよく混ぜる。
- ②ラップをして、電子レンジに1分かける。(600W)取り出し、よく混ぜる。
- ③残りの水を加えて混ぜ、ラップをしてさらに、電子レンジに30秒かける。
- ④熱いうちに、酒、砂糖、醤油を加え、練梅を加えてよく混ぜ合わせる。
- ⑤ラップをせずにさらに、電子レンジに30秒かける。全体をまぜて、とろみをつける。
- ⑥きゅうりと大根を食べやすい大きさに切って、器に盛る。
- ⑦⑤の梅ソースを添える。



*メニュー&調理協力：エムサービス株式会社

POINT

計量スプーンによる調味料のめやす重量

食品名	小さじ(5ml)	大さじ(15ml)
塩、醤油、オイスターソース	6g	18g
ポッカレモン、酒	5g	15g
オリーブ油、ごま油	4g	12g
さとう、でんぷん、白玉粉	3g	9g
中華だし	2.5g	7.5g
こしょう	2g	6g



マンモグラフィが受けられる日曜日(10月22日)

全国的に10月の第3日曜日に実施される通称「ジャパン・マンモグラフィ・サンデー(J.M.S)」。今年、当院では第4日曜日の10月22日(日)に行います。

J.M.Sは、多忙な平日を過ごしておられる女性の皆様のために、認定NPO法人J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)が全国の医療機関に呼びかけた「10月第3日曜日に全国どこでも乳がん・マンモグラフィ検査が受診できる環境づくり」への取り組みです。当院も平成23年から参加しています。

日 時	平成29年10月22日(日) 8:30~11:00	
内 容	マンモグラフィ 乳腺エコー マンモグラフィ+乳腺エコー ※全て触診を含みます	4,320円 4,320円 6,480円
お申し込み	予約制です。お電話またはホームページのメールフォームよりご予約ください。 天使病院 健診センター 〔電話番号〕 011-214-1553(直通) 〔受付時間〕 月~金 13:00~17:00	
備 考	<ul style="list-style-type: none"> ●札幌市の検診に対応しています。 ●札幌市の無料クーポンもご利用いただけます。 ●マンモグラフィ検査、超音波検査は女性技師が対応いたします。触診は男性医師が行います。 	
定 員	30名(要予約) ※定員になり次第、締め切らせていただきます。	

✿ 糖尿病予防教室 (基本毎月第3水曜日 14:00~15:00) ※8月は第4水曜日です。 <天使ホールC>

本教室は、糖尿病の患者さんとそのご家族だけではなく、糖尿病に関心のある全ての方を対象とした教室です。予約は必要ありません。どうぞお気軽にご参加下さい。

※(料理教室)事前の申し込みが必要です

日程	時間	テーマ	担当者
7月19日(水)	14:00~14:30	糖尿病とがんの関係	消化器内科医師 吉本 満
	14:30~15:00	血糖値が乱れたら~生活習慣を考える~	西7病棟看護師
8月23日(水)	14:00~14:30	糖質の種類と血糖の上がり方	管理栄養士 佐々木正子
	14:30~15:00	糖尿病と認知症の関係	糖尿病内科医師 吉田 和博
9月20日(水)	14:00~14:30	カンパセーションマップ	西7病棟看護師
	14:30~15:00	未定	未定

広報誌 「天使びょういん」第45号
発行日 平成29年7月15日
発行人 院長 藤井ひとみ
編集 「天使びょういん」編集委員会

編集後記

表紙の写真の何にするか。これは毎回、楽しくも難しいものです。今回は、夏号にふさわしい「夏らしい写真」を探していたところ、携帯電話で撮影したという“奇跡の1枚”をご提供いただきました。イルカのしなやかな躍動感、夕暮れ時の海の美しさ。八子さん、お陰様で素敵な表紙になりました。

