

特定医療法人自由会 職員運動会

35周年特別実行委員会委員長 理学療法士 巽 真音



2016年11月6日、特定医療法人自由会病院設立35周年記念行事として、例年行っている職員総会を大幅に改め、職員運動会を開催しました。

医療現場では質の高い医療を提供するため、チーム医療、連携が重要視されています。連携を図るためには職員間はもちろん、患者様や利用者様とも充実したコミュニケーションを取ることが大切です。今回、職場を超えて地域とのコミュニケーションを図るため、職員だけでなく、当法人のほほえみ保育園を利用されている方も参加できる運動会を企画しました。また、健活企業への取り組みとして、この運動会のためにオリジナル準備体操を作りました。一人ひとりが健康であり、活気にあふれた職場環境を目指しています。

テーマは、職員同士のこと、地域における職場を「知る」ということです。

意味のある連携が職員間、患者様や利用者様とも充実して図れるよう、運動会というイベントを介して、職場やスタッフ、地域に対する理解を深められるための企画を、すべて自分たちの手作りでプロデュースしました。

当日は職員103名、ご家族や保育園保護者の方約100名参加の大イベントとなりました。

そもそも、職員総会は何を目的としたイベントなのか？

職員総会は、法人の方針や重要事項を決定する場です。事業内容の振り返りや今後の方針を共有するためのイベントです。

これまでの職員総会でも、ありがたい賞や基調講演、ワールドカフェや人生すごろくなどのワークショップを通して、職場や職員、そして自身のことを知る為の工夫が成されてきました。イベントを行う上で、その場だけのものに留まらず、記憶に残り、仕事に活かされる内容であることに意味があります。

その為、今回の企画では、とにかく全員が楽しめること、そして他部署とのコミュニケーションが取れ、1つの方向に向かい一致団結できることを重要視して検討を進めました。

普段なかなか話す機会のない職員とも会話し、笑い、応援し合えたのではないかと思います。部署の垣根をこえたコミュニケーションが取れることにイベントの効果があります。そして、職員同士の輪が、自由会の目的である地域に根差した法人、より良い自由会になることに繋がればと考えています。

細部にわたって手作りであることは、多大な労力を必要としましたが、試行錯誤を繰り返し、形にしていく中で、実行委員として関わった職員は大きく成長するきっかけになったと思います。運動会当日、職員が楽しんでいる様子は、実行委員にとって、計り知れない喜びと達成感がありました。今後自由会を盛り上げる上で大変貴重な経験をすることが出来たと思います。

運動会の開催には、当日勤務ししっかり業務を遂行してくれた職員は勿論、東疇小学校や東畦学区体育協会、食事を提供して下さいました屋台の皆さま、その他多くの方々のご理解、ご協力が必要不可欠でした。皆さまには心から感謝を申し上げます。



運動会 の様子

ほほえみ保育園の園児や職員のお子様も参加しました。
とても可愛かったですよ♪ 勤続表彰や新人紹介など、
運動会ならではの表現によるサプライズ演出も盛り沢山。
屋台で食事をしたり、チームで協力して走ったり、応援
したり、笑ったり、楽しい一日になりました♪



お子様玉入れ



親子かけっこ



障害物競争



屋台で食事



新人紹介



綱引き



勤続表彰



ボール送りリレー



健康テスト



借り人競争



ボールキャッチ



自由会オリジナル体操で準備運動

◆「ソフト食」導入の試み◆

岡山光南病院 栄養科 管理栄養士 鳥越 みほ

皆さんは「ソフト食」というのをご存知でしょうか？嚥下障害のある方に提供される一種類ですが、「ソフト食」には全国的に統一された定義はまだ作られていません。日本摂食・嚥下リハビリテーション学会 嚥下調整食分類2013（食事）では、嚥下調整食3または4にあたる食事形態とされています。医療機関、介護施設等では「一度ミキサーにかけた後、再固形化させたもの」をソフト食として提供されているところが多いのですが、やわらかいハンバーグやオムレツなどもソフト食として位置付けることもあります。また、ゼリー食、ムース食などという名称で提供されているところもあります。ミキサー食やキザミ食の見た目の悪さを改善し、安全に食事を楽しんでもらうことができる「ソフト食」の導入ができないか、当院でも取り組みを始めています。



魚の焼き浸し（普通食）



魚の焼き浸し（ソフト食）

嚥下障害のある高齢者の方にも食事を楽しんでもらいたいとソフト食を取り入れる介護施設は増えています。ゲル化剤の進化により家庭でのソフト食作りも以前より手軽になってきています。当院での試みはまだ始まったばかりですが、患者さんの状態に合った食事を提供することが、症状の改善や一日も早い退院につながればと思います。急性期・回復期・維持期と切れ目なく患者さんに適した食事形態が提供できるよう栄養科一同で取り組んでいきます。

院内イベントを開催しています♪

当院では、毎月1回・最終木曜日の13:50~14:20の30分間ボランティアの方による院内イベントを開催しています。歌や踊り、演奏会、健康教室など、内容は毎月変わります。どなたでも無料で見学可能ですのでお時間がある方はぜひ、当院2階食堂ホールまでお越しください。また、ボランティアとして趣味や特技を披露してくださる方を随時募集しております。



フラダンス



トランペット演奏
(当院職員)



歌&生演奏



うらじゃ



銭太鼓

「健活企業」への取り組み

全国健康保険協会岡山支部 健康保険委員 知野見 友弘

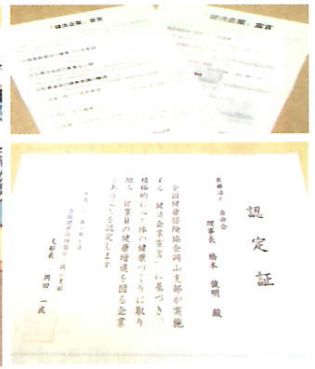
当法人では、全国健康保険協会岡山支部が実施している「晴れの国から『健活企業』応援プロジェクト」へ平成28年7月から参画しています。

昨今、健康経営や健康企業などの言葉を聞く機会も増えてきました。健康経営とは、従業員の健康づくりを積極的に行うことで、生産性・収益性を高めていくという考え方で、厚生労働省、経済産業省等も積極的な普及活動を展開しています。

職員の健康状態に問題があると、職員のモチベーション低下や、欠勤・早退による生産性の低下、病気による労働力消失など業績に大きな影響を及ぼします。当法人はこれらの問題に目を向け、職員が健康的で活気に溢れた職場を目指しています。

職員が健康的になることで、しっかり業務に取り組み、結果より良い医療、リハビリテーションを患者さんや利用者さんに提供できると思います。

従業員個々の健康は、個人の問題だけではなく周りの家族や企業、日本社会に多大な影響を及ぼすことから、企業が従業員とご家族への健康づくりを積極的に取り組んでいく必要があります。



登山同好会活動

こうなん訪問看護ステーション 理学療法士 正木 寛

今年度より登山同好会は各部署から登山初心者、経験者が集まり活動しています。

共通の趣味である登山を通して、普段コミュニケーションをとる機会が少ない他部署の方達と交流を図り、リフレッシュをしています。

山は楽しいだけではなく危険も伴いますので、事前の情報収集と準備、確かな知識を身に付けてから活動することを心掛けています。

7/7に同好会初登山として岡山県の龍ノ口山へ11名で行ってきました。

険しい山道でも、お互いに声を掛け合うことで、山頂まで楽しみながら登り切る事ができました。天気にも恵まれ、皆でお弁当を食べながら山頂から見る景色はとても気持ち良かったです。

その時の写真を病院とクリニックに飾りました。入院中の患者さんや通所リハビリ、フィットネスの利用者の方にも写真を見て楽しんでいただき、季節を感じ、私達が見た素晴らしい山の景色を共有したいと思っています。

今後は総社市の鬼ノ城、広島宮島の宮島弥山の登山を検討しています。また、写真を飾りますので、多くの方に見ていただきたいです。



RUN伴2016 (ラントモ) に参加して

リハビリテーション部 次長 知野見 友弘

NPO法人 認知症フレンドシップクラブが主催で行っている、RUN伴は今年で6回目を迎えました。この取り組みは認知症や認知症の方のことを理解し、住み慣れた地域に安心して住んでいただけるような社会を作っていくといった啓発活動の一環です。

今年は北海道から沖縄まで約6,500kmを健常者の方だけではなく、認知症当事者の方と共にタスキを繋ぎます。

当法人は今回で3回目の参加となり、10月22日(土)にマラソン同好会メンバーで岡山後楽園～川崎医科大学附属病院までの約14kmを走り、後続チームへ無事タスキを繋ぐことができました。

この活動を通じて、認知症や認知症の方のことを考える方が増え、共生できる社会への1歩へ繋ぐことができると幸いです。

参加されたメンバーの皆さん、本当にご苦労さまでした！！



ストレスチェック実施



ストレスチェック制度は平成27年12月から、従業員が50人以上いる事業所を対象に、年1回実施することが義務化されました。近年日本では、仕事に関する強い不安やストレスが原因でメンタルヘルスの不調を訴える労働者が増加しています。定期的に自分のストレス状況を把握し、それを本人にフィードバックすることで早めに対処し、うつなどを予防する狙いがあります。調査票は、「仕事のストレス要因」「心身のストレス反応」「周囲のサポート」の領域があります。結果から不調やリスクの高い労働者を早期発見し、医師の面談につなげることでメンタルヘルスの不調を未然に防止します。見た目は健康そうに見えていても、実は本人も知らない間に心が疲れてしまっているケースもあります。当法人では、フローチャートを作成し、安心して受検できる環境を整えました。この制度をうまく活用して、職員の心の健康維持に繋げていきたいと思ひます。



環境を整えました。この制度をうまく活用して、職員の心の健康維持に繋げていきたいと思ひます。

院内ギャラリー「岡山弁かるた」作成

方言はその地域の大切な文化。普段何気なく使っている岡山弁の「かるた」を作ってみました。こうして文字にしてみると、とても面白いですね。こんな言葉をお話しているなんて。職員と患者さんの会話を耳にした時、標準語より岡山弁でやり取りしている方が、親しみや温かみを感じます。そしてどこか懐かしく、心が落ち着きます。このギャラリーを通じてコミュニケーションが広がり、郷土を愛する心を育む事ができれば幸いです。



第8回ほほえみ俳句・川柳に243句



最近では、テレビ番組でも毎週楽しめるようになった俳句。今まで興味がなかった方も、身近に感じているのではないのでしょうか？当法人でも8回目を迎え、内外から243句の応募がありました。「今年もまたあるの？」とお問い合わせいただくようになり、皆様の生活の一部となっていることは、嬉しい限りです。受賞作品はホームページに掲載しておりますので、ぜひご覧下さい。

ノロウイルスに注意しましょう

岡山光南病院 外来看護師リーダー 山谷 佳江

冬場になるとノロウイルスが毎年のように流行します。一般的な消毒薬が効かない所が怖いところ。感染予防の基本は手洗いです。食事前やトイレの後はしっかり手洗いを行いましょう。ノロウイルスは掃除をしても、乾燥すると空気中にウイルスを含む微粒子が飛散し、空気感染することがあるため消毒が重要になります。ノロウイルスには次亜塩素酸ナトリウムが殺菌効果があります。

消毒液の作り方

《用意する物》500mlのペットボトル・水・塩素系漂白剤・ゴム手袋
(キッチンハイターやミルトン)

1. ペットボトルに少量の水を入れる。
2. ゴム手袋を着用し、ペットボトルに塩素系漂白剤を10cc入れる
(ペットボトルのキャップは1杯5ccなので、2杯入れます。)
3. 水をペットボトルいっぱいに入れてキャップをし、上下にして混ぜる。

ノロウイルスは便の中にも含まれます。気になる時にはトイレも次亜塩素酸ナトリウムを使用した消毒液で床を掃除しておくとう安心です。

使い捨てが出来るように、キッチンペーパーなどに消毒をしみ込ませて掃除しビニール袋に入れて、捨てるようにして下さい。

ほほえみ保育園

2016年4月より当法人の託児所が事業所内保育事業として、岡山市の認可保育園となりました。それに伴いホームページを新規作成致しました。日々の活動やお知らせを定期的に発信していますので、ぜひご覧ください。

安心、安全に努め、笑顔あふれる保育園にして参りますので、今後ともよろしくお願ひ致します。

<http://hoiku.medical-jiyukai.jp/>

タブレット、スマートフォンでもご覧いただけます。

外来診察担当医表

お知らせ：平成29年1月4日より診察担当医表に変更があります。

		月	火	水	木	金	土
内科(予約)	9:00~12:00	三好	森田	高谷			
内科	9:00~12:00		中村		中村	中村	担当医
整形外科	9:00~12:00	鈴木	鈴木	鈴木		鈴木	鈴木
内視鏡(胃・予約)	9:00~12:00			担当医			担当医
摂食・嚥下(予約)	14:30~15:00		担当医			担当医	

午後は訪問診療・予約検査のみとなります。

*受付時間 午前：8:30~11:30

*診察時間 午前：9:00~12:00

休診日 日曜・祝日

※外来診察表は、都合により変更することがあります。お電話でお確かめください。



基本理念

すべての患者さんが身体的、社会的状況に応じた最適な医療が受けられる病院および診療所を目指します。

理念に基づく方針

- ① 私達は地域医療機関や保健福祉施設と密接な連携をとり、きめ細かな心配りのある医療を目指します。
- ② 私達は患者さんに対して十分な説明をおこない患者さんの選択に基づいた開かれた医療をおこないます。
- ③ 私達は患者さんの権利の尊重とプライバシーの保護をおこないます。
- ④ 私達は患者さんに満足いただける医療およびリハビリテーションを目指します。
- ⑤ 私達は人の和を大切にしたいチーム医療を進めます。