



地域と共に

平成30年9月号（秋季号）

Vol.76

- がんリハビリテーションのご紹介
- 健診後の生き生きライフを応援します
- 診療科紹介 第4回 血液内科
- 認定看護師をご紹介します
- 地域連携セミナー
- 市民公開講座
- つぶやき

基本方針

1. **患者第一主義** 常に診療を受ける皆様の立場で考え誠実に行動します。
2. **安全確保** すべての診療現場で患者の皆様が安心できる環境を作り、安全で質の高い医療を提供します。
3. **社会貢献** 良質な医療提供を基本として積極的に社会に貢献をします。
4. **公正で透明性のある病院** 高い倫理観に基づき様々な情報を開示します。
5. **働きがいのある職場作り** 創造性、主体性を尊重しあい自由で働きやすい職場を実現します。



<http://www.sagaminojcho.go.jp>



FS522898

ISO9001:2015



人間ドック・健診施設機能評価認定施設



Security

優れた安全対策で皆様を守ります。

Speed

すべてに迅速な対応を心がけます。

Service

先進の医療を快適に提供します。

Sympathy

患者の皆様と思いを共有します。

がんリハビリテーション のご紹介

リハビリ室 中里 真紀子



相模野病院で行うがんリハビリテーション（以下がんリハ）を紹介させていただきます。2017年8月よりがんリハ施設基準を再取得しました。当院は現在在籍しているリハビリ室スタッフ全員が研修を受け、がん患者さんのQOLの維持向上を目標に医師・看護師と協力しリハビリテーションを提供しております。

血液内科より急性白血病や悪性リンパ腫、また外科より乳癌や消化器悪性腫瘍などの疾患に対する依頼や術前術後の化学療法治療を受ける方の依頼を頂き、入院生活だけでなく日常生活指導を含めたがんリハ提供をしております。特に多く依頼を頂くのは、近年急増している乳癌患者さんのリハビリです。乳腺専門医の女医2名および非常勤医師のもと、リンパマッサージやマンマ体操の指導をしています。

米国がん学会（American Cancer Society: ACS）の「がん生存者の栄養と運動に関するガイドライン」（2012年改定版）によると、がん治療中に運動することで、身体機能、倦怠感などが改善される可能性があるとされています。また、運動によって化学療法の完了率が上昇することも多くの



研究結果に示されています。そのエビデンスを受け、化学療法治療中においての積極的な運動療法提供や、化学療法の影響によって起こる血管痛がある方にドライブラッシングというセルフマッサージの指導を行い痛みに対する介入もさせて頂いております。また、こうした治療を行うと共に、週一回のカンファレンスで、患者情報の共有など情報交換を行っています。

健診後の生き生きライフを応援します

健康管理センター 保健師 伊藤 直江

健康管理センターでは、安全で高品質な健診を提供できるよう、日々努力を重ねております。また、健診のみにとどまらず、皆様の健康を増進するための取り組みも行っております。例えば、待ち時間を利用してメタボリックシンドローム予防に関する情報をご覧いただけるようにスライドを上映したり、看護師・保健師による健康に関する講話（15～20分程度）なども実施しております。

これまでの講話のテーマをあげますと、「乳がんの自己検診法」「ロコモティブシンドロームの予防」「呼吸筋ストレッチ」「唾液線マッサージでドライマウス予防」「脱水予防」「血圧管理」などで、ご好評をいただいております。

特に「乳がんの自己検診法」に関しては、プライバシーの確保をした空間で、乳房の模型を使用して、しこりに触れ、実際に腫瘤を見つける感触を体験し、コツを体得して頂きます。これらの指導・講話は専門的な経験を積んだスタッフがご提供いたします。

他方、人間ドックをご受診された希望者へは個別指導も実施しております。『受診者ご自身の大切を私どもの大切に』を合言葉に、実際の生活に活かせる工夫点について共に考え、ご提案をさせていただきます。受診された皆様が、健診をきっかけに、ご自身の健康を守る力を高め、生き生きと生活していかれるような支援を心掛けております。当院では是非、健康診断・人間ドックとこれらのサービスを合わせてご利用ください。



血液内科

医長 片山 卓爾

診療科紹介

第4回



血液内科は部長 石井隆司、医長 片山卓爾の常勤医2名、及び宮崎浩二、堀米佑一の非常勤医2名の体制です。毎日の外来診療の他に外来輸血療法、外来化学療法を行っております。入院病棟には8床の無菌室があり、約15人から30人の入院患者さんを診ております。入院患者さんは急性白血病や悪性リンパ腫など血液腫瘍の患者さんが多く、年齢層も幅が広いのが特徴で、化学療法や免疫療法などを日々行っています。また、定期的に北里大学病院血液内科教授の鈴木隆浩先生に来ていただき、意見交換や同病院との連携を行って

おります。血液腫瘍などで移植治療の適応となる患者さんについては神奈川県立がんセンター等の医療機関に紹介しております。JCHO相模野病院は相模原地域において、血液専門医が常勤し高度な治療が行える病院の一角として地域医療に貢献していきたいと考えます。

認定看護師をご紹介します



4 B病棟 認知症看護認定看護師 横山 愛

こんにちは。認知症看護認定看護師の横山愛です。私が認知症看護認定看護師の資格を取得し今年で丸4年となります。

私は小児科の看護師を目指し、看護の道に進みました。ところが実習での高齢の患者さんとの関わりの中で「持っている力を発揮できるようにケアすることでその人らしさを取り戻せた」という体験から高齢者看護の魅力に気づきました。そして認知症看護との大きな出会いは看護師1年目です。認知症を持つ患者さんの関わりに悩む毎日でしたが、「認知症であってもその人であることに変わりはない」と考え、患者さんの発する言葉を受けとめ理解し、会話をしました。すると患者さんは安心した表情となり、落ち着いて過ごされました。これが認知症看護に興味を持つきっかけとなった出来事です。

私は認知症看護において「その人らしさ」を大切に、「認知症があっても適切な医療・看護が受けられること」を目指しています。そのため院内研修や病棟ラウンドを実施しています。昨年度には医師・医療ソーシャルワーカー・理学療法士・薬剤師での認知症ケアチームを立ち上げ、活動を開始しました。また、認知症ケアチームとは別に各病棟をラウンドし、認知症を持つ患者さんのケアや相談にあたっています。今後は地域の方々とも連携をしながら地域全体での認知症ケアの展開を目指したいと考えています。

認知症ケアに対して悩んだり難しいと思いませんか？それは「どうにかしたい」と前を向いているからこそその感情だと私は思います。ぜひ一緒に認知症ケアについて考えていきましょう！

第22回地域連携セミナーを開催いたしました。

「血液疾患と高齢者社会」

平成30年6月27日、当院血液内科部長石井隆司医師による、第22回地域連携セミナーを開催いたしました。お忙しいなか多くの先生方にご参加いただき、ありがとうございました。



秋の市民公開講座を開催します

知っておこう！ 転倒リスクとその対策

リハビリテーション室 松波 優一

平成30年11月30日（金）14時より 当院7階講堂

転倒による骨折は、寝たきりの原因。転倒原因は人それぞれ。自分の危険性を知り、対策を立て、健康で自立した生活を送りませんか。たくさんの皆様のご来場をお待ちしております

つぶやき

「SUPってご存知ですか？」

地域連携室 菊池 紀子

最近目にする、海などで一寸法師のようにボードの上に立ってパドルを漕ぐ姿。SUPは、スタンドアップパドルボード (Stand Up Paddleboard) の略でサップと呼ばれます。サーフボードより大きなボードに乗りパドルで進みますが、安定感が抜群で初めてでも立って楽しむことができます。海、湖、川と様々なところで遊べ、慣れてくると、波乗りSUP、YOGA SUPなども楽しめます。

もともとランナーの私が、大好きな海でおばさんでも楽しめるマリンスポーツをと出会ったのが5年前。年に数回楽しむ程度でしたが、2年前からはラン仲間たちを巻き込み、今年は、湘南、横浜みなとみらいなどでRUN&SUPやSUP&BBQなどを楽しみました。中でもSUPならではの楽しみ方ができたのが、桜SUPです。横浜で桜が有名な大岡川で川の上から満開の桜をお花見。散り始めた花びらが川面に浮かぶ中を進むのは最高でした。

マリンスポーツなのにハードルが低く、老若男女が楽しめるSUP。みなさんも体験してみませんか。



独立行政法人 地域医療機能推進機構

相模野病院

〒252-0206 神奈川県相模原市中央区淵野辺1-2-30
TEL:042-752-2025(代) FAX:042-754-9543(代)