足利赤十字病院
Japanese Red Cross Ashikaga Hospital

地域に根差す、足利赤十字病院の広報誌

風流鯨

ーかぜながすくじらー

ご自由に
お持ち下さい
Take Free

2019.7 Vol.26

●創立70周年挨拶

- ●診療科紹介〈外科〉
- ●第68回利根川水系連合・総合水防演習
- ●第6回ハートクロスフェスタ開催
- ●永年勤続表彰
- ●台湾教職員研修受け入れ
- ●GAP紹介

祝 創立70周年

TOPICS
- ●活動報告&お知らせ
- ●栄養課の窓
- ●リハビリテーションの豆知識

足利赤十字病院は、創立70周年を迎えました

足利赤十字病院 院長
小松本　悟

この度、当院は創立70周年を迎えました。70年もの長きに渡り当院を支えてくださった地域の皆様、関係者の方々には心から御礼申し上げます。

昭和24年7月1日に初代院長である小野康平先生により、8診療科、23床、職員数30名で開設された当院は、平成23年7月1日に足利競馬場跡地へと全面移転し、現在では28診療科、540床、職員数1,176名を有する両毛地区の中核病院となりました。

新病院は、患者様のプライバシーに配慮し、全室個室としました。これにより、多床室における感染や匂いなどの問題点も解消され、より快適な療養環境を提供することが可能となりました。

災害への備えとしては、免震装置や大型の非常用発電機、井水ろ過装置などの設備を兼ね備えており、非常時でも通常どおりの病院機能を維持することが可能です。

また、“次世代型グリーンホスピタル”として、風力発電や太陽光発電、屋上緑化の実施など、様々な自然エネルギーの活用を図り、従来型の病院と比較して大幅な省エネ・省CO_2を実現させました。この取り組みは各方面で高い評価を頂き、地球温暖化防止への取り組みを評価する『第1回カーボンニュートラル賞』や省エネ大賞の最高賞である『経済産業大臣賞』を受賞しました。

さらに、平成28年4月にオランダで開催された「第24回 IFHE国際病院設備学会」においては『IFHE International Building Award 2016』の1位である最優秀賞に選出され、世界一の医療施設であるとの評価を頂きました。

ハード面の改善を成功裡に終えた当院は、内部体制を強化や医療の質の向上を目指すこととし、平成27年2月に、世界的な医療機能評価であるJCI（Joint Commission International）を受審しました。

JCIの審査項目は全14領域、1,146項目と多岐にわたり、審査員は全員が外国人です。想像以上に厳しい審査ではありましたが、職員が一丸となって取り組み、赤十字の医療施設では初、日本国内では9番目の認証取得となりました。

JCIは3年毎に更新が必要となり、その都度、審査基準が厳しくなります。平成30年に受審した更新審査では、審査項目が増え、各部署の取組みに対する要求もさらに高くなりましたが、職員達の努力が実を結び、初回審査を上回る成績で認証を更新することができました。

この他、平成29年には臨床検査部門の国際基準であるISO15189、平成30年にはJMIP（外国人患者受入れ医療機関認証制度）認証を取得するなど、ソフト面の強化は順調に進んでいると言えます。

さて、今号の表紙写真は、平成31年4月1日の17時10分に603名の職員が集合し、1回のシャッターで撮影されたものです。このような場面で発揮される職員の結束力やタイムマネジメントへの意識は、これまでの歩みの中で醸成されてきた病院固有の文化であり、この写真はその証であると考えております。

これからも、両毛地区の中核病院としての役割を果たし、地域の皆様に信頼され、全ての患者様が『かかってよかった』と言える病院を創るため、職員一同より一層の精進を重ねて参る所存でございます。

最後になりますが、地域住民の皆様、関係者の方々には、改めて深く感謝の意を表しますとともに、今後とも変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

診療科紹介

外科

Surgery

からだに負担が少ない腹腔鏡手術から拡大手術まで、幅広く治療を行っております

当院の外科体制

外科で取り扱う疾患は、上部・下部消化管、肝胆膵、一般外科（乳腺、ヘルニア等）で多岐にわたりますが、各々専門知識を有した外科医が担当し、専門性が高い医療を提供できる体制を構築し、からだに負担が少ない腹腔鏡手術から拡大手術まで、幅広く治療を行っております。現在、外科医総勢9名が24時間365日体制で対応しております。

腹腔鏡手術

低侵襲手術（キズが小さくからだへの負担が少ない）も積極的に行っています。腹腔鏡手術はキズが小さく術後痛みが少ないだけでなく、手術中のカメラによる拡大視効果で繊細な操作も行うことができ積極的に導入しております。消化管手術（食道・胃・大腸）、肝臓、一般外科（ヘルニア、虫垂炎等）と幅広く腹腔鏡手術を行い、これに加え腹腔鏡専門の資格（日本内視鏡外科学会技術認定医）を有している外科医が3名おり、知識だけでなく技術も兼ね備え腹腔鏡手術に取り組んでいます。

ロボット支援手術

手術支援ロボット（da Vinci）を使用した腹腔鏡下手術を行っています。従来の腹腔鏡手術よりも複雑で繊細な手術手技をより容易に行えるという特徴があります。日本国内を含め全世界で年々手術件数が増加しており、当院でも2018年10月から呼吸器外科で稼働し、2019年1月縦隔腫瘍に対して保険適応としてロボット支援下内視鏡手術が受けられるようになりました。さらに、2019年4月から胃癌に対してもロボット支援下手術が保険適応として認定され、6月には当院で第一例のロボット支援下胃切除術が行われました。常に最先端の医療を提供すべく日々精進してまいります。

地域連携

地域の先生方との連携を密にして、地域に根差し常に連携をとれる外科を目指していきたいと考えております。我々としては高度な医療施設や専門技術を提供し、開業医の先生方には患者さまの身近なかかりつけ医としてそれぞれの特性を生かし、お互いの情報を共有して、患者さま本位の一貫した医療を提供できるよう努力してまいります。

副院長
高橋 孝行

乳腺外科部長
戸倉 英之

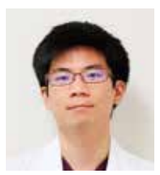
第三外科部長
伊藤 康博

外科副部長
田中　求

医師
瀬尾 雄樹

医師
岸田 憲弘

医師
杉浦 清昭



医師
上村　翔

医師
田中 優衣

第68回利根川水系連合・総合水防演習

5月18日（土）に足利市五十部町地先を会場として第68回利根川水系連合・総合水防演習が開催されました。当院より岸田医師を班長として救護班第2班を派遣し、救護所の設営、救出された傷病者へ応急手当を施しました。また、足利市消防本部が設営した現場指揮本部へ調整員を派遣し、陸上自衛隊や栃木県警察を含め、関係機関による情報の共有化を実践しました。

当演習ではヘリコプターやゴムボートなどを利用し、本番さながらに傷病者の救出・救助を行い、さらに救護所では岸田班長の迅速な指示のもと、班員一同が一丸となって応急手当を行いました。

第6回 病院祭 ハートクロスフェスタを開催しました!

5月11日（土）に、地域住民の皆さまを対象とした第6回病院祭「ハートクロスフェスタ」を開催しました。当日は天候にも恵まれ、約1,700名の地域住民が訪れ、過去最高来場者数を記録し、とても大きな賑わいとなりました。

高校生病院体験では、手術室体験コース・臨床検査技師コース・診療放射線技師コース・リハビリテーションコース・看護師体験コース、薬剤師コースの6コース、124名の高校生が参加しました。中でも手術体験コースでは、腹腔鏡手術操作体験と手術用縫合糸による結紮体験、超音波メスを用いた鶏肉切開体験の他、昨年導入されたda Vinci Xiの見学も行われました。参加した高校生たちは、目を輝かせ一生懸命取り組む姿が見られました。

ハートクロスフェスタの様子

講堂では、2グループ（足利女子高等学校合唱部、足大附属・足短大附属高等学校吹奏楽部）によるハートクロスコンサートが行われ、来場者や入院患者に癒しと活力をもたらしました。各イベントブースにも多数の来場者が訪れるなど、今回のハートクロスフェスタも盛況理に閉幕することができました。

▲高校生病院体験に参加した高校生たち

▲足大附・足短大附属高等学校吹奏楽部

令和元年度永年勤続表彰

5月8日（水）に、令和元年度永年勤続表彰が行われました。永年勤続者へ表彰状及び記念品が手渡され、長年にわたる勤続に対し感謝と労いの言葉が贈られました。

本年度は、勤続30年以上8名、勤続20年以上17名、勤続10年以上31名が表彰され、計56名の職員が表彰を受けました。

▲栃木県公館に於いて（勤続30年、20年）

台湾の医療系大学教職員研修生を受け入れ

当院と連携協定を結んでいる中華医事科技大学を含めた医療系の5大学から教員15名を研修生として受け入れました。

台湾では今後、高齢者人口の増加が見込まれており、日本の高齢社会における医療やケアを学び、台湾の看護カリキュラムの内容を向上させることを目的とした研修計画が企画されました。そのため今回当院に受け入れ依頼があり来日に至ったものです。研修期間は10日間（6月10日（月）～6月21日（金））に及び、当院からのプレゼンテーションや各部門を実際に回って、日本の医療ケアについて熱心に研修をされました。

研修後、大学の先生方からは「看護ケアや教育について大変勉強になりました。今後の高齢者の増加に向けて看護教育の取り組みを進めていきたい」などの感想がありました。

GAPボランティア ～海外からの仲間を紹介します～

当院では平成13年から現在まで56名の海外ボランティアを受け入れており、多くは将来医師や看護師など医療の道に進んでいます。今年3月より、2人のボランティアが病棟や保育所などで活動を行っています。

イザベラ・ポーター（18歳） オーストラリア

大学では臨床研究の道に進むため、病院で働くことができてとても嬉しいです。日本語が上手に話せるように頑張ります!

アンバー・エバートトンプソン（19歳） イギリス

心理士になるために大学で勉強します。小さい頃、日本に住んでいたことがあります。さらに、日本語が上手に話せるように頑張ります!!

▲左:イザベラ・ポーター　右:アンバー・エバートトンプソン

活動報告&お知らせ

Report & Information square

活動報告 第57回日本赤十字社東部ブロック体育大会 C地区予選大会　結果報告

5月26日（日）に埼玉県で開催された第57回日本赤十字社東部ブロック体育大会C地区予選大会に、当院からテニス部、フットサル部が参加しました。テニス部が2年連続優勝、フットサル部は最終戦まで優勝争いを繰り広げましたが、惜しくも3位となりました。9月に埼玉県で開催される第57回日本赤十字社東部ブロック体育大会に、バレーボール部、テニス部、卓球部が出場することとなりました。

▲テニス部

▲フットサル部

活動報告 令和元年度 QCサークルキックオフ大会を開催

5月30日（木）に、第8回QCサークルキックオフ大会を開催しました。小松本院長の宣言のもと、院内の各部門に結成された6サークルが「結束に基づいた質の改善」をテーマに3月の発表大会に向けて活動を開始しました。活動は部署内だけでなく、多職種・組織横断的な改善活動を行い病院全体の改善を目指します。

▲宣言を行う小松本院長

改善活動を実施する **6部門**

- 感染リンクスタッフ部会×ICT
- 放射線科部
- 検査部
- 事務部
- 栄養課
- 看護部（内視鏡）

活動報告 下野新聞社杯第52回選抜軟式野球大会、天皇賜杯第74回全日本軟式野球大会栃木県予選 結果報告

当院野球部が、下野新聞社杯第52回選抜軟式野球大会で2連覇、天皇賜杯第74回全日本軟式野球大会栃木県予選で3年ぶり5度目の優勝を飾りました。今回の結果を踏まえ、当院野球部は9月13日（金）から長野県で開催される軟式野球最高峰の大会、天皇賜杯第74回全日本軟式野球大会ENEOSトーナメント、11月に開催される水戸市長旗第27回東日本軟式野球選手権大会に栃木県代表として出場します。

下野新聞社杯第52回選抜軟式野球大会

2回戦	富士通㈱小山工場（小山市）	○ 5対3
3回戦	関西ペイント（鹿沼市）	○ 4対0
準決勝	烏山信用金庫（烏山市）	○ 2対1
決　勝	ALSOK北綜警（宇都宮市）	○ 12対0（5回コールド）

天皇賜杯第74回全日本軟式野球大会栃木県予選

2回戦	黒羽作新館（宇都宮市）	○ 9対0（7回コールド）
3回戦	栃木信用金庫（とちぎ市）	○ 7対0（7回コールド）
準決勝	セルフィッシュ（小山市）	○ 1対0
決　勝	足利銀行（宇都宮市）	○ 10対0（6回コールド）

お知らせ 皆さまのお越しをお待ちしております

院内イベントスケジュール

リボンズハウス

がん患者様の治療と生活を支援するため、情報やケア体験を提供する場所です。
がんに関心をもたれている方、お気軽にお立ち寄りください。

日時 8/5(月)・19(月)・9/2(月)・10/7(月)・21(月)　午前10時～午後2時　場所 イベントルーム

ナイスハートバザール（出張販売）

障害者就労支援事業所で一つひとつ丁寧に作っているパンや焼き菓子・オリジナル製品を販売しています。

時間 午前10時～午後1時（売切れ次第終了）　場所 正面玄関入口広場

日　付	販売商品（事業所）
7月25日（木）	●野菜・木工製品・手芸・和紙製品・ジュース等（こころみ学園） ●シュークリーム・アップルパイ・クッキー・マフィン・マドレーヌ（愛光園一歩）
8月8日（木）	●シュークリーム・アップルパイ・クッキー・マフィン・マドレーヌ（愛光園一歩） ●焼菓子・エコポット・漬物・パン（和泉）
8月22日（木）	●野菜・木工製品・手芸・和紙製品・ジュース等（こころみ学園） ●コーヒー豆・シフォンケーキ・パウンドケーキ・焼菓子等（はろーじょぶ）
9月12日（木）	●コーヒー豆・シフォンケーキ・パウンドケーキ・焼菓子等（しあわせスイーツだんだん） ●梅干し・かぼちゃプリン・焼き菓子・野菜（やまゆり学園）
9月26日（木）	●野菜・木工製品・手芸・和紙製品・ジュース等（こころみ学園） ●焼菓子・エコポット・漬物・パン（こなかの森）
10月10日（木）	●コーヒー豆・シフォンケーキ・パウンドケーキ・焼菓子等（しあわせスイーツだんだん） ●焼菓子・エコポット・漬物・パン（和泉）

※事業所の都合により、販売内容が変更となる場合がございます。

お知らせ 音楽ボランティアコンサートのお知らせ

コンサート予定をお知らせいたします　会場 エントランスホール

- ♪7月23日（火）午後2時～　マリンバ演奏：三田喜良さん
- ♪7月30日（火）午後2時～　ピアノ演奏：グループひよこ
- ♪8月　7日（水）午後2時～　バイオリン演奏：スズキ・メソード
- ♪8月21日（水）午後2時30分～　コーラス：ビアンベニューVoice教室
- ♪9月12日（木）午後2時～　コーラス：あいおいコーラス
- ♪9月20日（金）午後2時～　フルート演奏：豊田康子さん

今号の表紙　足利赤十字病院70周年記念職員集合写真

健康レシピ紹介

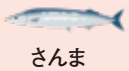
栄養課の窓

サルコペニア対策② ビタミンD・運動

前号では、サルコペニア（筋肉減少症）の簡単チェック（指輪っかテスト）や
サルコペニア対策として重要な栄養素たんぱく質について（簡単たんぱく質UPメニューなど）紹介しました。
今月号では、たんぱく質の他に重要な栄養素**ビタミンD**について、そして詳しい**運動**についてご紹介します。

ビタミンDは骨や筋肉を強くする!

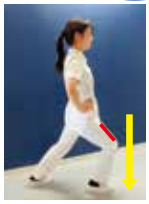
目標は、**5.5μg**/日（目安量）
（日本人の食事摂取基準（2015年版）より）

32.0μg	19.0μg	2.2μg
		
さけ（1切れ:約100g）	さんま（1尾:約100g）	しめじ（1房:約100g）

食事から摂る以外に
日光浴（紫外線）によって皮膚でも作られます。

お家でできる運動を紹介!

太ももの筋トレ



10回 ×3セット

踏み出して
腰を下げる前の姿勢
（足をやや大股にひらく）

踏み出した足へ
ゆっくりと
体重をかけていく
（左右10回繰り返す）

ビタミンDたっぷり! 夏野菜と鮭の黒酢炒め

■栄養成分（1人分）
エネルギー 332kcal
たんぱく質 22.4g
ビタミンD 25.9μg
食塩相当量 1.6g

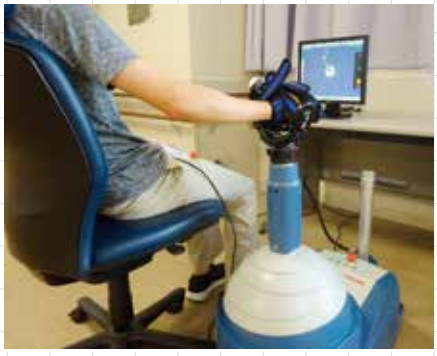
材料（2人分）

- 生さけ…… 160g（2切れ）
- 塩こしょう…… 少々
- 小麦粉 …… 適量
- たまねぎ…… 50g
- パプリカ（赤・黄）…. 50g（各1/2個）
- アスパラガス …… 50g（2本）
- しめじ…… 50g（1/2袋）
- 油 …… 適量
- 黒酢…… 30g（大さじ2）
- しょうゆ…. 9g（大さじ1/2）
- はちみつ … 14g（小さじ2）
- 酒 …… 15g（大さじ1）

1. 生さけは食べやすい大きさに切り、食塩、こしょうで下味をつけて小麦粉をまぶしておく。
2. たまねぎは細めのくし形切り、パプリカも同じくらいの大きさに切る。しめじは小房に分ける。アスパラガスは斜めに切り、さっと茹でておく。
3. フライパンに油を引き、①の両面を焼き、一度取り出す。
4. ペーパーでフライパンの油をふき取り、新たに油を入れて、アスパラガス以外の野菜としめじを入れて炒める。たまねぎに火がとおったら、③のさけを戻し入れる。
5. 調味料を加えて全体に絡める。器に盛ってアスパラガスを飾る。

管理栄養士　清野 真愛

リハビリテーションの豆知識



上肢用ロボット型運動訓練装置 ReoGo-J（帝人ファーマ社製）

近年、リハビリテーション分野ではロボットを用いた訓練が注目されてきており、当院でもReoGo-J(上肢用ロボット型運動訓練装置)を導入いたしました。(上肢=腕)

Q ReoGo-Jとは?

A コンピュータ技術とロボット工学を応用した上肢用ロボット型運動訓練装置です。対象は脳卒中や脊髄損傷による肩や肘の上肢麻痺や関節のこわばり、痛み、筋力低下など様々です。適応に関しては医師の診察が必要となります。

Q どんなリハビリをするの?

A ReoGo-Jは17種類の訓練メニューを組み合わせてセッションを作成し、訓練を実施します。それぞれの訓練は、手をアームの先端に固定し、モニターの動きに合わせて手を動かしていきます。メニューの難易度は回復の程度に応じて負荷や速度、回数などを調整することができます。

リハビリテーション科部では患者様の日常生活がよりよいものとなるよう、新しい技術も取り入れながら日々の診療に取り組んでいます。

（リハビリテーション科部　作業療法士　金子祐大）

足利赤十字病院
Japanese Red Cross Ashikaga Hospital
〒326−0843 栃木県足利市五十部町284−1
TEL: 0284−21−0121　FAX: 0284−22−0225　ホームページ http://www.ashikaga.jrc.or.jp/
広報誌「風流鯨」Vol.26／令和元年7月31日発行　　編集・発行／足利赤十字病院広報委員会