



あなたの健康生活をやさしく応援する情報紙  
This information paper to cheer gently your health life.

# お元気にすか



笑顔と温かい心で、支えます



秋色深谷

## ----- 内 容 -----

- ISO9001について【第2回】
- 医療支援をしていただきました。
- お家でできるカンタントレーニング
- 冬に向けての感染対策
- 病院からのお知らせ



JA岐阜厚生連 飛騨医療センター

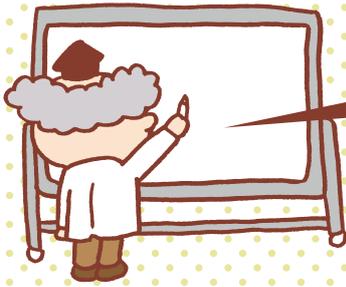


久美愛厚生病院



## 短期集中連載

# ISO9001について(全4回)



当院が認証取得しているISO9001を身近に感じてもらえるよう、4回に渡って紹介していきます。今回は第2回目になります。



## 第2回

# ISO9001を採用した目的

当院は2004年にISO9001(品質マネジメントシステム)の認証取得をしました。それから16年間に渡って維持・更新をしています。

マネジメントシステムとは、「組織の規定や手順を定めること」「規定や手順を運営するスタッフの責任と権限を定めること」です。これらは一般的な組織では普通に実施されています。では、わざわざ認証を取得することにはどのような効果があるのでしょうか？

## [1]第三者の証明による社会的信頼の獲得

日本で発行されたクレジットカードが海外のほとんどの国で使用が可能なのは、国際的に通用する規格であることを意味します。他にも、非常口のマークやネジなど、世界中どこでも通用するように標準化されています。

## [2]第三者の視点による問題点の発見

ISOマネジメントシステム規格には、病院を管理・運営するために必要となる「要求事項」が定められています。第三者である認証機関が審査する際、認証機関の審査員は、病院がその「要求事項」を満たしているか(「適合」)、満たしていないか(「不適合」)をチェックします。審査で「不適合」が発見された場合、病院は検出された「不適合」の原因を除去する活動(「是正処置」)を行います。このように、院内だけでは気付かない問題点を外部の視点から発見することで、マネジメントシステムを改善していくことができます。





### [3]定期的な審査による継続的改善

ISO9001の認証制度は一度認証を取得して終わりというものではなく、認証を維持するために毎年審査を受ける必要があります。それによって、提供する医療サービスの品質を維持し、患者満足度を向上させるといった継続的な改善が可能となります。また、定期的な審査によって病院内部の緊張感を高める効果も期待できます。



以上のことから、医療サービスの管理体制や業務の継続的改善が評価され、病院に求められる医療の質を向上させるための仕組みとして、ISO9001は非常に有用です。来年2021年1月に次の審査が予定されております。



JAひだ婦人部の皆様、心を込めて作っていただき有難うございました。大切に使用させていただきます。

## 医療支援をしていただきました。

8月28日(金)JAひだ婦人部より防護服200枚を贈呈していただきました。

農業資材を使って何度も改良を重ね、着脱し易いように作っていただきました。病院長より、医療従事者を守る為の支援をしていただいた事に、感謝の気持ちをお伝えしました。





お元気をか



でできる



カンタン

トレーニング!

今年の夏は暑い日が続きましたね。秋になりましたが、熱中症に気をつけていらっしゃいますか?コロナの影響でステイホームを余儀なくされ、暑さで運動や散歩もしづらい状況だったと思います。このまま自宅で過ごされていると、運動不足から体力・筋力が弱っていきます。そうなるといざ外で運動(外出)しようとする時に、膝が痛い・歩けない・・・なんてことに。そうなる前に、自宅待機中にお家で足の筋力トレーニングをしてみませんか?

今回は座ってできる簡単なトレーニングを4つ紹介します。是非とも毎日続けて下肢の筋力をUPしましょう!

\*今回、紹介する運動の回数は目安です。必ず回数をこなす必要はありません。自分にできる回数を行って下さい。楽々とできるようになれば、回数を少しずつ増やしていきましょう。痛み等がある場合には、無理に行わないで下さい。できる範囲で動かしましょう。

チャレンジ!



### ① 太もも上げ (各10回)

椅子に浅めに座る



交互にふとももを上げます(膝は曲げたまま)。負荷を強くしたい場合は、膝の上に手を置いて上から押さえつけてもいいです。

### ② 膝伸ばし (各10回)

椅子に浅めに座る

足首は曲げたままで上げます。膝は伸ばしきらないように!



交互に膝を伸ばしていきます。勢いよく伸ばすと膝を痛める場合があるのでゆっくりと行います。

### ③ 脚広げ・脚閉じ 〈各10回〉

椅子に浅めに座る



①両膝を外に向かって広げます。  
手を外から押さえるように負荷をかけます。



②次に両膝を内側に向かって閉じます。  
手を内側から外へ向けるよう負荷をかけましょう。



### ④ つま先上げ・踵上げ 〈各10回〉



①



②



③

- ①膝を90°にして座ります。
- ②両方同時につま先を上げましょう。
- ③同じように同時に踵を上げましょう。



## 新しく赴任された 医師を紹介します



●眼科● **大池 東** (おおいけ あずま)

この度久美愛厚生病院にて眼科診療をさせていただきます。大池 東です。地域の方の眼の健康に貢献できるよう努めさせていただきます。  
宜しくお願い致します。

\*\*\*\*\* 退職者 \*\*\*\*\* 大変お世話になりました



●眼科● **宇佐美 欽通** (9/30付)

2019年4月よりお世話になっており、この度2020年9月末で退職させていただくことになりました。病院スタッフをはじめ、この地域の方々には大変お世話になりました。皆さんに総じて共通するのは“心の温かさ”だと感じます。皆さんに支えていただきながら私自身も人間として成長することが出来ました。赴任先の病院でも、この経験を十二分に発揮できるように切磋琢磨していく所存です。  
本当にありがとうございました!



お元気ですか



感染委員会

# 冬に向けての感染対策

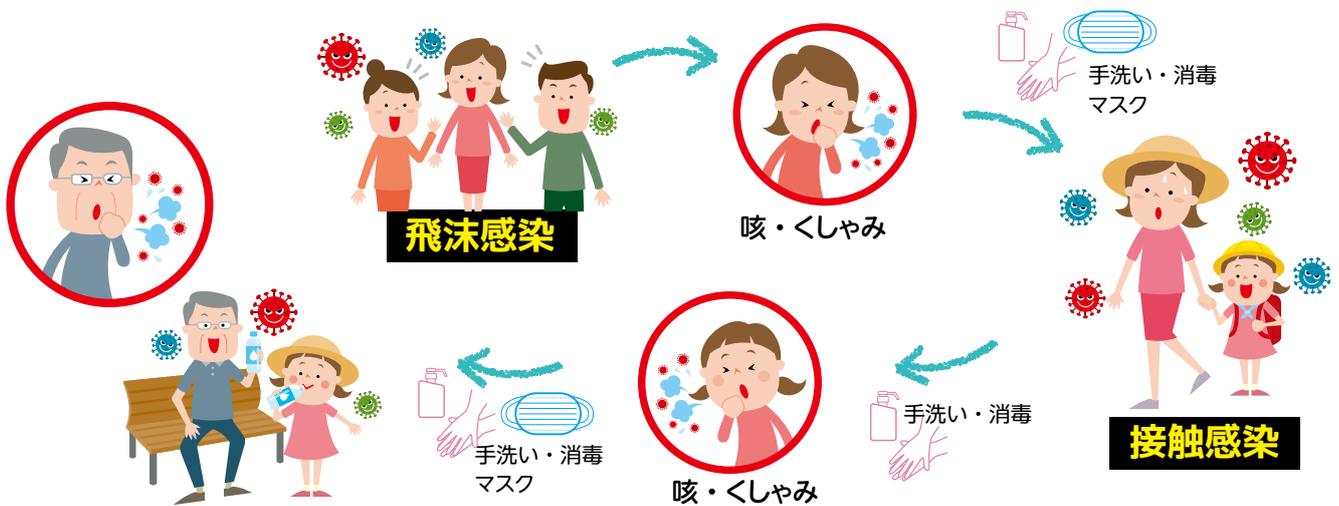
現在、新型コロナウイルス感染症が流行していますが、これから冬季に向けてインフルエンザの流行シーズンとなります。そこで、新型コロナウイルスとインフルエンザの相違・感染対策について説明します。

## ①新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの相違について

| インフルエンザ   |           | 新型コロナウイルス感染症   |
|---|-----------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>ウイルスを含む飛沫が目・鼻・口の粘膜に付着して感染</li> <li>ウイルスが付着した手で目・鼻・口の粘膜と接触して感染</li> </ul>                                   | 感染経路      | <ul style="list-style-type: none"> <li>ウイルスを含む飛沫が目・鼻・口の粘膜に付着して感染</li> <li>ウイルスが付着した手で目・鼻・口の粘膜と接触して感染</li> <li>密閉空間(3密)では、咳やくしゃみ等の症状がなくてもエアロゾルが発生し感染</li> </ul> |
| 1~2日間   | 潜伏期間      | 1~14日間(平均5.6日)   |
| 発熱、頭痛、倦怠感、筋肉痛・関節痛など初期症状が現れた2~3日後くらいから咳、喉の痛み、鼻水、鼻づまりなどの呼吸器症状が現れやすくなります。およそ3日~7日程度で軽快していきます。  | 主要症状      | 発熱、頭痛、倦怠感、呼吸器症状(咳・咽頭痛・鼻汁・鼻閉)、味覚障害、嗅覚障害など<br>発熱を主体として上気道炎症状が1週間程度続き、肺炎に進行すると息切れなどの症状も出ます。   |
| あり  | 予防ワクチン    | なし   |
| あり  | 抗ウイルス薬    | 確立された治療薬なし   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>65歳以上の高齢者</li> <li>慢性呼吸器疾患</li> <li>心疾患</li> <li>糖尿病</li> <li>慢性腎臓病</li> <li>ステロイド内服などによる免疫機能不全</li> </ul> | 重症化のリスク因子 | <ul style="list-style-type: none"> <li>65歳以上の高齢者</li> <li>慢性呼吸器疾患</li> <li>心疾患</li> <li>糖尿病</li> <li>慢性腎臓病</li> <li>高血圧</li> <li>肥満</li> </ul>                 |

## ②感染対策

インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の症状はよく似ており、臨床診断では区別することが難しいと思います。またどちらも罹患すると持病がある方、65歳以上の高齢者は重症化しやすいことがわかっています。感染対策で重要なのは、どちらも基本は手洗い、マスクの着用、咳エチケットが重要です。自分だけでなく、家族・友達・職場の同僚などを感染症から守るため、日頃から体調管理・感染対策をしっかり行い、ウイルスを持ち込まない、ウイルスを他人へ移さないように注意していきましょう!!当院は、すべての患者さんが安心して受診できるように、職員はもちろん受診される方に正面入り口にて体温測定、手指衛生の徹底に努めています。熱のある方は、発熱外来での診察となりますので、ご協力をお願いします。



## 病院からのお知らせ



### 『なんでも相談』のご案内

医療や福祉、介護についてお困りのことはございませんか?医療介護センターでは、みなさまのいろいろなご相談や意見をお伺いし、疑問や不安を解消・軽減できるようお手伝いします。

ご相談者等の個人情報やプライバシーに十分配慮し、対応します。

**場 所** 1階 医療介護センター

**お問い合わせ** なんでも相談窓口  
0577-32-3265(直通)

### 糖尿病教室のご案内

9時30分～13時40分

10/14(水)

11/11(水)

12/9(水)



予約制です。

参加を希望される方は、事前に内科外来、または栄養科へお申し込みください。

# 外来診療担当医一覧表

受付時間 8:15~11:00

救急の場合は24時間いつでも受付しております ☎(0577)32-1115

2020年10月1日現在

|             |   | 月                             | 火   | 水  | 木  | 金   |  |
|-------------|---|-------------------------------|---|--|--|---|--|
| 内科          | 循環器内科(診察室32)                              | 村田 欣洋                         | 横山有見子   | 水谷 弘司                                    | 村田 欣洋  | 横山有見子   |  |
|             | 呼吸器内科(診察室34)                              | —                             | 櫻井 孟  | 横山 敏之                                    | 横山 敏之  | 櫻井 孟  |  |
|             | 消化器内科(診察室42)                              | 横畑 幸司                         | 竹田 堯  | 石田 哲也                                    | 石田 哲也  | 横畑 幸司   |  |
|             | 消化器内科(診察室43)                              | —                             | —   | 竹田 堯                                     | —  | —   |  |
|             | 腎臓内科(診察室44)                               | —                             | 山田 勝己   | 代務医師(午後)                                 | 代務医師(午前)   | 山田 勝己   |  |
|             | 神経内科(診察室45)                               | 代務医師(午後)                      | 代務医師(午前)  | 代務医師(午後)                                 | 代務医師(午前)   | —   |  |
|             | 腎臓内科(診察室44)                               | —                             | —   | 代務医師(午後)                                 | 代務医師(午前)   | —   |  |
|             | 糖尿病外来(診察室43)                              | —                             | 代務医師(第135週)                                       | —  | —  | —   |  |
|             | 内分泌内科(診察室33)                              | —                             | —   | 代務医師(第4)                                 | 代務医師(第2)   | —   |  |
| 血液内科(診察室33) | 代務医師(第1・第3金曜日) 午後                         |                               |   |  |  |   |  |
| 禁煙外来        | 火曜日 14:00~15:30                           |                               |   |  |  |   |  |
| 心療内科        | 2階診察室1                                    | 安藤 寿博<br>14:00~17:00          | 安藤 寿博   | 安藤 寿博                                    | 安藤 寿博  | 安藤 寿博<br>15:00~17:00                              |  |
| 小児科         | 診察室14                                     | —                             | —   | 代務医師<br>10:00~11:30                      | —  | —   |  |
|             | 午後診                                       | —                             | 代務医師<br>予防接種<br>15:00~15:30<br>予約診<br>15:00~17:00 | 代務医師<br>第2週・4週のみ診察<br>予約診<br>15:00~17:00 | 代務医師<br>第1週・3週・5週のみ診察<br>予防接種<br>15:00~15:30<br>予約診<br>15:00~17:00 | 代務医師<br>予防接種<br>15:00~15:30<br>予約診<br>15:00~17:00 |  |
| 外科          | 診察室51                                     | 森岡 淳                          | 小林 聡  | 堀 明洋                                     | 小林 聡   | 関村 敦  |  |
|             | 診察室52                                     | 交替制                           | 駒屋 憲一   | 山内 悠司                                    | —  | 高木 健裕   |  |
|             | 血管外科(診察室53)                               | 代務医師(第1・第3・第5金曜日) 10:30~15:00 |   |  |  |   |  |
|             | 乳腺外来(診察室52)                               | 金曜日 13:30~15:00               |   |  |  |   |  |
|             | シャント外来(診察室53)                             | 代務医師(第2水曜日・第4火曜日) 10:30~      |   |  |  |   |  |
| 形成外科(診察室51) | 鳥居 修平(原則、月1回金曜日) 13:30~15:00 ※診察日の確認が必要です |                               |   |  |  |   |  |
| 整形外科        | 診察室71                                     | 田中 耕平(再診)                     | 大出 幸史   | 山田 陽太郎                                   | 田口 勝啓  | 大出 幸史   |  |
|             | 診察室72(初診)                                 | 山田 陽太郎(初診・予約診)                | 田口 勝啓   | 大出 幸史                                    | 山田 陽太郎   | 田中 耕平   |  |
|             | 診察室73(再診)                                 | 田口 勝啓(再診)                     | —   | 五藤 弘 16:00まで                             | —  | —   |  |
|             | 午後(予約制)                                   | ギプス・装具(予約)14:00~              | 手術  | 手術                                       | ギプス・装具(予約)14:00~   | 手術  |  |
| 脳神経外科       | 診察室62                                     | 山本 昌幸                         | 山本 昌幸   | 国本 圭市                                    | 山本 昌幸  | 国本 圭市   |  |
| 皮膚科         | 診察室64                                     | 荒木 麻里                         | 荒木 麻里   | 荒木 麻里                                    | 荒木 麻里  | 荒木 麻里   |  |
|             | 午後診                                       | 15:30~16:30<br>学童対象           | —   | —  | 15:30~16:30<br>学童対象  | —   |  |
| 泌尿器科        | 診察室82                                     | 山本 貴大                         | 山本 貴大   | 山本 貴大<br>※予約のみ診察                         | 山本 貴大  | 山本 貴大   |  |
| 産婦人科        | 診察室77                                     | 岩佐 剛                          | 岩佐 剛  | 岩佐 剛                                     | 岩佐 剛   | 岩佐 剛  |  |
|             |   | 代務医師<br>※婦人科診療のみ              | —   | —  | —  | 代務医師  |  |
| 眼科          | 診察室21                                     | 栗林 宏和                         | 栗林 宏和   | 栗林 宏和                                    | 栗林 宏和  | 栗林 宏和   |  |
|             | 診察室23                                     | 大池 東                          | 大池 東  | 大池 東                                     | 大池 東   | 大池 東  |  |
| 耳鼻咽喉科       | 診察室26                                     | 高畠 隆                          | 高畠 隆  | 高畠 隆                                     | 代務医師   | 高畠 隆  |  |
|             | 小児耳鼻科外来                                   | 15:30~16:30                   | —   | —  | 15:30~16:30  | —   |  |

月に一度、正面受付に保険証のご提示をお願いします。



## 編集後記

暑さ厳しい夏も過ぎ、少しずつ秋の気配が近づいて参りました。食べ物が美味しい季節です。食欲の秋も素敵ですが、外を歩くにも気持ちの良い気候になってきたので、ウォーキングやマラソンなど、スポーツの秋も良いのではないのでしょうか?風邪が流行り始める冬もすぐそこです。手洗いうがいをごまめに行いましょう。(久美愛厚生病院 広報委員)



病院からのお知らせは、ホームページ <http://www.kumiai.gfkosei.or.jp>でもご覧頂けます。

久美愛厚生病院

検索



JA岐阜厚生連 飛騨医療センター



久美愛厚生病院

〒506-8502 高山市中切町1番地1