



高知県立幡多けんみん病院

広報誌

# はた家

はたの家族の健康をはぐくむ《はたけ》でありたい

vol.3 2018.4

特集

女性が働きやすい  
幡多けんみん病院(はた家)  
を目指して



# 特集

## 女性が働きやすい 幡多けんみん病院 (はた家)を目指して



麻酔科：大澤さやか先生



放射線科：坪井優子先生



外科：志賀舞先生



小児科：西本由佳先生



外科：藤枝悠希先生



皮膚科：寺石美香先生

### 女性医師編

最近、女性医師の増加に伴い、女性医師の働き方がクローズアップされています。幡多けんみん病院でも、医師の5人に1人が女性であり、それぞれの立場で貴重なスタッフとして活躍されています。当院の女性医師は、どのように思い、何を感じているのか。幡多けんみん病院は女性にとっても働きやすい職場かどうか、座談会を開催し、自分自身の生活と医師としての働き方について率直なご意見をいただきました。



## ―各科での特性などありますか？

**志賀** 「私は外科ですが、大学の医局は自由にさせてもらえた印象です。一人目の子供の時は育児休暇を取らずにパートタイムの勤務で当直もこちらの都合に合わせてもらいました。サポート体制もあり、大学の外科医局は女性医師にとって働きやすい環境です。外科に入局して良かったと思っています。」

**坪井** 「幡多けんみん病院は病院の規模がそれほど大きくはないので、融通が利くことが多いと感じます。託児所もあり、恵まれている職場と思います。」

**西本** 「大学の小児科の医局は25人中7人くらいが女性医師です。入局して1年目で出産し、育児休暇を8か月取得しました。その後は、当直を免除してもらいました。復帰後、気を遣うことも多くありました。が、子供の発熱時には他の先生がサポートしてくれました。」

**大澤** 「私は九州出身です。九州では、今でも、子供ができると女性医師も専業主婦になることが多く、キャリアアップしていくことは簡単ではありません。麻酔科の特性としては、手術の時間が不確実なので、定時で毎日帰宅することはとても難しいと感じています。子育て中の麻酔科女性医師の多くは正職員でなく、非常勤での勤務を選択しています。」

## 寺石 「皮膚科はとくに女性医師が多い科だと思えます。大学の医局でも男性は5人程度で多くは女性です。女性医師が多いので、皮膚科の医局に入りやすいという側面もあります。」

**藤枝** 「大学の消化器外科は、志賀先生も含め、女性医師が多くて働きやすく、相談もしやすい環境です。女性医師が多いことが、消化器外科に入局を決めた一因です。」



## ―幡多けんみん病院の託児所はどうでしょう？



「インフルエンザにかかるので、5日間は預けられないので、親としても1週間仕事ができない状況になってしまいます。ぜひ病児保育を院内においてほしい。」

「短時間でも預かってもらえるような託児所がいいと思います。」

「早朝預かりや少し遅い時間まで預かってくれるのは助かります。ただし24時間保育があっても、子供を預けて当直まで勤務するかどうかは分からない。」

**橘院長** 「以前、当院で24時間保育に関する要望調査を職員に行ったことがあります。実際には、24時間保育の希望は少ない結果でした。院内の病児保育は、小児科の医師とも相談して、ぜひ検討したいと考えています。」

## ―幡多けんみん病院は働きやすい？

「多くの医師が遅くまで研究している大学病院と比べれば、とても働きやすい職場だと思います。夕方、仕事が一段落すれば、帰りやすい雰囲気があります。」

「けんみん病院は救急業務が多く、慢性的なオーバーワーク状態だと思います。家庭の事情などで欠勤する場合は、他の医師がサポートしてくれますが、同時にその先生の仕事が増える結果になり、過重労働になってしまいます。」

「今後、若い医師が増えると予想され、男女を問わず医師の働き方は見直しが必要だと思います。」

**橘院長** 「今後、女性医師が増えることが予想されていますので、女性医師が自分自身の生活の質を保ちながら、医師として意欲的に勤務でき、キャリアアップにも貢献できる病院を目指していきたいと考えています。」



幡多けんみん病院の病棟の仕事はナースが中心的役割を果たしています。スタッフは、独身女性から既婚者、産休後、育休後など様々なライフステージの方が一緒に勤務しています。当院の女性ナースは、どのように思い、何を感じているのか。幡多けんみん病院は女性にとっても働きやすい職場かどうか、率直なご意見をいただきました。



幡多けんみん病院7階病棟ナース6名

―病棟勤務で大変なことは？―

まずは苦労している点としては、以下のコメントがありました。

「高齢の患者さんが多く、認知症の方も多いので看護量が多いと感じます。」

「けんみん病院は救急病院なので、昼夜を問わず緊急入院や手術が多いのが特徴です。結構、力仕事も多いと思います。」

「子育てをしながら夜勤をこなすのは大変で、家族の協力が不可欠です。」



また、最近新しい勤務形態が導入されたことについてのコメントもありました。

「PNS（パートナースhip ナースングシステム）が導入されて、育児休暇3年明けでも自然に職場復帰できました。」

「PNS が導入されて、夜中からの勤務体制がなくなり生活のリズムが良くなったように思います。」

―PNS ってどんな仕組みですか？―

新谷看護長

「PNS というのは、2人の看護師で複数の患者を受け持つ新しい看護提供方式です。患者のメリットとして、安心感が増え治療の確認も確実に行えます。ナースにとっても、相談相手

がいるので、新人や育児休暇復帰者にも優しい仕組みです。2人で協力することで過重労働も減ることが期待できます。」

―けんみん病院は働きやすい？―

「職場の雰囲気がとても良いと思います。PNS が導入されて、休みがしっかりととれるし、勤務の多様性が確立できていると思います。」

「働き甲斐のある職場になるためには、職員のプライベートの時間を大事にしてももらえるかどうか大切です。7階病棟は休日確保され、個人の休みの希望もよく聞いてもらえると感じます。」  
「患者数からすると人員不足と感じます。看護師2人で12人の患者さんの対応をすることもあり、オーバーワークにならないようにスタッフを増やしてほしいと思っています。」



橘院長 「けんみん病院の特徴のひとつに、多くの業務の中、スタッフそれぞれが生き生きと働いていることが挙げられます。ナースが、PNSなどの新しい仕組みを利用しながらスキルアップにつなげていただいて、自分自身の生活の質を保ちながら、ナースとしてキャリアアップができる病院を目指していきたいと考えています。けんみん病院は、さらに業務改善を図りながら、女性に働きやすい職場を目指していきます。土地柄の良い幡多地域で一緒に働いていただけるスタッフを心からお待ちしています。」





## 幡多けんみん病院で 働いてよかったこと



4F病棟 吉尾 美緒  
(助産師)

私がけんみん病院に就職した理由は、自分が成長できる教育体制が整っていると考えたからです。実際に働いてみると、先輩方がとても手厚く指導、フォローしてくださり、新人教育体制がしっかりと整っていました。仕事が遅く、注意を受けることも多々ありますが、仕事でもプライベートでも声をかけて下さる先輩が多く、救われています。葛藤することも多々ありますが、患者様やスタッフとともに自分自身についても見つめなおせ、看護師としてだけでなく、人間としても成長していける環境と 생각합니다。また、3年目までは年に数回の研修があり、同期での交流の機会も多く、一人で悩み、落ち込んでしまう事がない環境もとても恵まれていると思います。

入職した当初は看護師として産婦人科病棟で働いていました。以前から、助産師の仕事には興味がありました。実際の助産師の仕事を見る事で、さらに助産師の仕事に憧れを持つようになり、ました。そんな私に対して、病院側から後押しがあり、入職して2年目には助産学校へ進学することができました。現在入職して3年目ですが、助産師として働き、毎日、先輩方や患者様から沢山の事を学び、やりがいを感じながら仕事に取り組んでいます。



西6病棟 櫻木 真由  
(看護師)

私はけんみん病院西6病棟で勤務しています。一昨年二人目を出産し、現在三人目を妊娠中です。夫は自衛官で、香南市に単身赴任しています。けんみん病院では、看護体制がPNSとなり、勤務は三交代から二交代に変わりました。PNSは看護師2人がパート

ナーとなり、お互いに補完し協力しあうことができるので、育児休暇から復帰の際に、ペアがいるという安心感がありました。三交代から二交代に変わり、長日勤、夜勤では12時間という長い勤務となりましたが、休みも多くなり、子供と一緒に過ごせる時間も増えました。

勤務中、何度か託児所から「子供の熱が出ました」と病棟に連絡が来たこともあります。その時に、「仕事はなんとかやるけん、帰って子供をみちゃったや。」と優しい言葉をかけてもらいました。

今回の妊娠後も、病棟看護長、病棟スタッフができるだけ身体に負担にならないように配慮してくれたり、声をかけてくれたりしています。

単身赴任の夫、子供には寂しい思いをさせているところもありますが、子供を育てやすい職場環境のけんみん病院で仕事をしたいという気持ちを、家族も理解し協力してくれています。



リハビリテーション室 山本 涼子  
(理学療法士)

現在、小学5年生の女の子と、小3・小1の男の子の3人の母です。最近になり、やっと落ち着いてきましたが、まだまだ子育て、仕事にあわたらしい日々です。母として、けんみん病院で働いてよかったことを紹介します。

保育園に入園する時、年度の途中からの入園が困難だった時、院内託児所にお世話になりとても助かりました。朝早くから夕方遅くまで預かってくれますし、ほぼ毎日ノートでその日の出来事も教えてくださいました。院内電話もつながっており、安心して働くことができました。

理学療法士は、患者さんがその方らしく生きていくお手伝いをさせてもらう仕事です。その方の人生についてお話しして頂くことがあります。患者さんのこと(苦労)が独身時代より深く分かるようになったと思います。特に印象深い言葉は、「子育てで大変な時が一番幸せよ」と多くの方が教えてくれたことです。

仕事・子育て・家事で悩んでいた時に、80代の女性の患者さんに「どんなお母さんになったらいいですか?」と相談したことがあります。その方は「ほっとするお母さんになればいい」と教えてくれました。完璧にできないもどかしさを感じ、悩んでいましたが、母として仕事をしようと思いつくことで、気持ちが楽になりました。昔、小学校の教員をされていたその方は、昔を思い出したようにスイッチが入り、生き生きとリハビリし元気になられたことを覚えています。



# 小児科を紹介します！



当院は、幡多地域の中で唯一、赤ちゃんや子供が入院でき、専門の治療を行うことができる病院です。より高度な治療が必要な場合には、高知大学医学部附属病院や高知医療センター等にもお願いすることもありますが、幡多地域の最後の砦として、医師7名を含む小児科スタッフが日夜診療にあたっています。



日夜診療にあたる小児科のスタッフです。笑顔が素敵で、明るく、子供が好きなスタッフばかり。温かい雰囲気での診療が行われています。



外来診察の場面。当院の外来では、一般的な診療や専門的な疾患、救急、予防接種に対応しています。

診察室の天井にはアンパンマン等のさまざまなキャラクターが貼られています。子供に少しでも安心してもらえるような、工夫をしています。





手術室は、幡多地域の外科的診療の要となっており、年間約2,000件の手術が行われています。対応している手術は、がんの手術や骨折・関節の手術、お産にかかる手術等、多岐にわたっています。



手術室のスタッフです。患者さんやご家族への対応、準備等、安全に手術が行われるために、スタッフ一同、全力で業務にあたっています。

# 手術室を紹介します！



患者さんに少しでも安心してもらえるように、ぬいぐるみを置いたり…。色んな工夫がされています。



手術前に患者さんを訪問し、手術の説明を行います。患者さんの状態や術式、予想される合併症等を、分かりやすく説明し、患者さんに安心して手術を受けていただけるよう努めています。



患者さんを手術室に案内しています。戸惑われないように、しっかりとスタッフが寄り添います。

手術で使う材料を滅菌しています。材料や器具等を適切に管理することも、手術室スタッフの重要な仕事の一つです。



手術が始まりました。執刀する医師の指示のもと、安全に手術は行われています。



# 薬剤科の取組み



薬剤科では、医師や看護師、その他の医療スタッフと連携し、「薬の専門家」として、お薬を適正に使用してもらうための指導を行う等により、日々患者さんの安全確保に努めています。現在、スタッフ数は計20名で、夜間、休日も24時間体制で勤務しています。私たちのことを知っていただくために、薬剤科での業務、取り組みを紹介いたします。

## ① 処方調剤

院内では、主に入院患者さんのお薬を調剤しています。服用間違いを防ぐため、服用ごとに一包化し、用法、服用日、薬品名の印字等を行っていきます。患者さんが入院された際、普段から服用されているお薬（私達はこれを「持参薬」と呼んでいます）を引き続き服用する場合も、原則として一包化しています。調剤されるお薬は、用法等のチェックと併せて、重複しているものがないか、飲み合わせはどうか、アレルギーがないか等の確認も行います。



処方調剤

## ② 注射薬調剤

次に紹介するのは、点滴等の注射薬です。入院患者さんごとに取り揃え、病棟へ払い出していきます。注射薬の配合変化（混ぜると結晶が出たり、効果が弱まったりすること）がないかどうか、患者さんの検査数値等を確認しながら行っています。



注射薬調剤

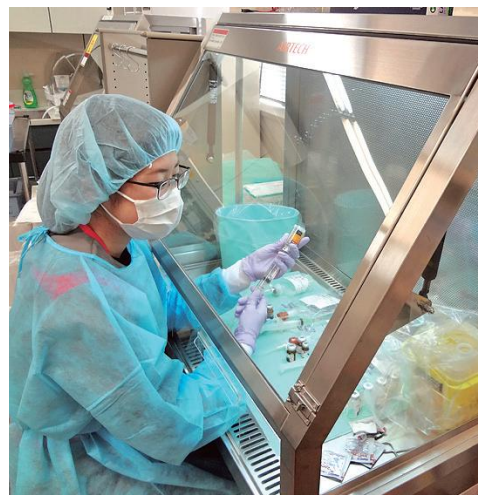
## ③ 抗がん剤の管理と調製

抗がん剤はがんの増殖を抑制したり、成長を妨げたり、転移や再発等を防ぐために使われるお薬ですが、誤って服用したり、注射をすると大変危険なお薬です。当院では、厳正な管理の下、患者さんのスケジュールや用量、投与の間隔、患者さんの検査数値等を確認しながら投与を行っています。安全キャビネットの中で薬剤師が行っています。

## ④ 医薬品の管理

院内において、使用するお薬の注文や納品、病棟への払い出し等も薬剤科の業務の一つです。毎日、たくさんのお薬が当院に納品されますが、お薬には使用期限があるため、毎月たな卸を行い、使用期限や在庫状況を確認しながら、適正な管理に努めています。

また、お薬に関する情報は日々変わっており、それらの情報を収集し、「薬剤科ニュース」にまとめて、院内の各部署に伝達し、情報共有しています。



抗がん剤の調製



薬剤科ニュース





## ⑤ 病棟での業務

当院では病棟内に薬剤師を配置し、次の業務を行っています。

### ○持参薬の登録・報告

患者さんが入院された際、持参薬がある場合は、電子カルテにその情報を登録し、医師に（そのお薬を）続けても良いか指示を仰ぎます。

### ○服薬指導

入院患者さんの病室に訪問し、服用するお薬の効果や副作用、使用方法等の説明を行っています。また、患者さんに合った治療が行えているかも確認しています。これらの業務以外にも、病棟スタッフからのお薬に関する質問に対応する等の業務も行っています。



服薬指導

## ⑥ チーム医療

薬剤師は、栄養サポートチーム（NST）、院内感染対策チーム（ICT）、緩和ケアチーム等の医療チームの一員としても活動します。チーム内のカンファレンスや回診、職員研修等を行います。



チームカンファ



チーム回診

## ⑦ かかりつけ薬局との連携（薬薬連携）

抗がん剤での治療を行っている患者さんについては、（その方の）かかりつけ薬局での服薬指導を、より適正に行うために、治療内容やスケジュール、副作用状況、検査数値等を「自己チェックノート（当院作成）」に記載し、情報提供を行っています。地域の保険薬局さんとは、抗がん剤以外でも、患者さんに合ったお薬の飲み方等について、一緒に考えていければと思っています。



自己チェックノート

## ⑧ 薬剤科から患者さんへのメッセージ

皆さんは「お薬手帳」をご存知ですか。「お薬手帳」とは、現在、服用されているお薬の名前や飲み方、アレルギー歴、副作用歴等が記入できる手帳のことです。医療機関を受診される際には、この手帳をぜひ、ご持参下さい。医療機関側で副作用のあるお薬や飲み合わせの悪いお薬を確認することができ、より安全にお薬を処方することができます。また、外出先での急な体調の変化や、万一の災害発生時等にも役立ちますので、日頃から携帯することをおすすめします。



お薬手帳



# 満点 満点 レシビ

delicious &  
healthy



栄養科  
野村 愛

旬の野菜にはビタミン・ミネラルが多く含まれており、身体の働きを整えてくれるので季節を感じながら食を楽しめると良いですね。



## Marinated turnip

【2人分】

- ・かぶ 1/2個
- ・むきえび 6尾
- ・きゅうり 15g
- ☆穀物酢 小さじ2
- ☆粒マスタード 1.5g
- ☆サラダ油 小さじ1
- ☆砂糖 少々
- ☆食塩 ひとつまみ

## 「かぶのマリネ」

- ①かぶ・きゅうりを薄切りにする。
- ②①を塩もみし流水で塩を流す。(塩分量外)
- ③むきえびを水洗いし、茹でる。
- ④☆を合わせておき、かぶ・きゅうり・えびに和える。

※むきえびは塩水で洗い、片栗粉をまぶして洗うとより臭みが取れます。



かぶには疲労回復・風邪予防に効果のあるビタミンCが多く含まれています。また、消化を助ける酵素も含まれており、消化不良や胃もたれなどにも効果があると言われています。

池  
PTの

## HATA再発見

## 『マラソン大会』

幡多はスポーツが盛んで、マラソン大会も数多くあります。なかでも四万十川ウルトラマラソンは、全国的に有名で、倍率も2~3倍近く人気のある大会です。私は第22回大会に60kmの部で出場しましたが、素晴らしい風景もさることながら沿道の応援もとても暖かいものでした。

「ウルトラマン頑張れ！」の声援に背中を押されながら完走することができました。近いうちに100kmを完走したいと思っています。

足腰を鍛えることに興味のある方、是非一緒にウルトラマラソンを目指してみませんか？



リハビリテーション室  
理学療法士 池 雅道



### 幡多のマラソン大会

- 4月 宿毛マラソン(宿毛市)
- 5月 高知大方シーサイドはだしマラソン全国大会(黒潮町)
- 7月 いごっそうアクアスロン大会(黒潮町)
- 10月 四万十川ウルトラマラソン(四万十市)





## 編集後記

2017年の【大人になったらなりたいもの】が第一生命から発表になりました。男の子は、1位学者・博士、2位野球選手、4位お医者さんでした。女の子は1位食べ物屋さん、2位看護師さん、4位お医者さん、6位薬剤師さんでした。病院関係のお仕事が多いことに驚きましたが、子供たちの周りにも、病院に通っている家族の存在が感じられます。この記事を読んで、子供たちの憧れの存在でありたいと素直に感じました。

「はた家 Vol.3」では、けんみん病院の女性スタッフを特集しました。たくさんの女性が、やりがいをもって働いている様子をお伝えできれば幸いです。

けんみん病院は、はた家(畑)のような存在でありたいと考えます。患者さんに寄り添うことで、職員も「はた家」で「畑」の野菜のように成長できるように日々努力しています。けんみん病院のスタッフをみた子供たちが、【大人になったらなりたいもの】に、「けんみん病院で働く」ことを挙げてもらえることを願いながら。



整形外科(医師) 北岡 謙一



# 外来診療医師案内

初診午前中受付 8:30～(受付箱7:30設置)

受付 ☎(0880)66-2222

H30.5.1

診療科			月	火	水	木	金	土	
A 外来	外科	午前	1診	秋 森	上 岡	秋 森	上 岡 (予約・紹介のみ)	徳 丸	
			2診~12:00	徳丸/上岡		沖		上 岡	
			3診			尾 崎		呼吸器外科 (第2・第4)岡田 (第3) 廣橋	
	整形外科 (受付 11:00迄)	午前	8診	北 岡	手術日	手術日	北 岡	手術日	
			9診	橋 元			杉 村		
			10診	出 口			中 谷		
脳神経外科	午前		西 村	野 島	西 村	野 島	細 田		
皮膚科 (受付 11:00迄)	午前		寺 石		寺 石		寺 石		
禁煙外来	午後	《完全予約制》					矢 部 (月2回)要問合せ		
B 外来	内科 (受付 11:00迄)	午前	予約外	東山/川村	予約のみ	野 島	予約のみ	西原/刑部	
			予約	野 島	西原/稲田	川村/東山	野島/稲田	川 村	
		午後	予約	野 島	西原/刑部	川村/東山	野島/稲田		
	循環器科	午前	1診	谷 岡	矢 部	矢 部	矢 部	谷 岡	
			2診	宮 本	中嶋(高知大医師)	杉 浦		小 松	
	消化器科 (受付 11:00迄)	午前	紹介のみ	小笠原		上 田		石川	
			予約のみ	上田	上田/石川		澤田(晴)/沖	森澤/上田	
午後		予約のみ							
放射線科	午前	随時				坪 井			
泌尿器科 (受付 10:30迄)	午前	1診	刑 部	澤 田	澤 田	刑 部	刑 部		
		2診	山 本			山 本	山 本		
C 外来	産婦人科	午前	産科	濱 田	中 野	泉 谷	濱 田	中 野	
			婦人科	中 野	泉 谷	濱 田	中 野	濱 田	
		午後		濱 田			泉 谷		
眼 科	午前	《完全予約制》			高知大医師		高知大医師	高知大医師	
D 外来	小 児 科	午前	1診	白 石	白 石	島 田	白 石	白石/前田(隔週)	
			2診	前 田	前 田	丸 金	前 田	島 田	
			3診	島 田	澤 井	萩 野	西 本		
		午後	1診(予約)	前 田	白石(循環器)	前 田	白 石	午前/午後 石原(腎)(月1回) 白井(神)(月1回)	要問合せ
			2診(予約)	萩 野	丸 金	西 本	前 田		
			3診(予約)				島 田		
				山本(備)(第3) 要問合せ				大島(小児外科) (月1回)要問合せ	
耳鼻咽喉頭科 (受付 10:30迄)	午前		池 永	手 術	池 永	手 術	池 永		
	午後		予約のみ	手 術	予約のみ	手 術	予約のみ		
麻酔緩和ケア	午前		橘			橘			

※担当医師は、手術や出張により変更になる場合があります。 ※初診及び予約以外の方の受付時間は午前11時30分までとなっています。  
 ※整形外科・内科・消化器科・皮膚科の受付は午前11時までとなっています。  
 ※泌尿器科・耳鼻科の受付は午前10時30分までとなっています。  
 ※眼科・禁煙外来は完全予約制です。予約は予約変更係(0880-66-2222)へお電話ください。

はた家

Vol.13

発行元

高知県立幡多けんみん病院  
〒788-0785 高知県宿毛市山奈町芳奈3番地1  
TEL: (0880)66-2222(代表) FAX: (0880)66-2111

発行月  
制作

平成30年4月  
CC委員会