

健康情報誌

BISHIN

ビ
シ
ン

TAKE FREE

ご自由に
お持ち
ください

季刊

2024 Vol.147

新年号

Features | 特集 |

美心会健康白書

健康経営の取り組み

スペシャリストの道を歩む!

認定看護師のご紹介 [第二弾]

[理事長あいさつ]

生きる力

それは身体の水分



美心会マークの由来

美心会の「心」がモチーフです。

3つの楕円は、保健・医療・福祉、同時に過去・現在・未来も表しています。現状を打破して新しい未来に向かおうとする上昇志向を「ブレークスルー」を表現したマークです。

病院機能評価認定

ISO9001:2015認証取得

プライバシーマーク認定取得

人間ドック・健診施設機能評価認定

働きやすい病院評価認定

健康経営優良法人2023 ホワイト500

美心会

検索

<https://www.bishinkai.or.jp>

明けましておめでとーいいます

2024年は辰年です。干支のルーツは中国殷の時代にあると言われていました。その後長い年月が経ち、広く曆を表す記号として使われるようになりました。架空の動物「辰」が十二支に選ばれた理由は不明ですが、古来より龍は中国では権力の象徴とされ、縁起の良い生き物とされています。また、1868年の戊辰戦争や1904年の日露戦争は辰年に起きており、政変の年とも言われています。

コロナが下火となりましたが、公共料金の値上げや円安、そしてウクライナやイスラエルで戦争が起きており、不安の多い年明けです。そのような年でも、辰年生まれの人には先見の明があり、人の先を行く人ようです。また、周りには多くを語りませんが、スケールの大きな夢を持っているようです。今年生まれる子供たちに乾杯。

生きる力 それは身体の水分

さて、年頭にあたり、人生100年の設計を考えていますか？新聞やテレビでは90歳を過ぎても若い世代の人と一緒に働いたり、スポーツを楽しんだりする人が非常に多く取り上げられています。身体の仕組みを知って、若い時代に近い状態で人生を楽しむ方法について知っておきましょう。

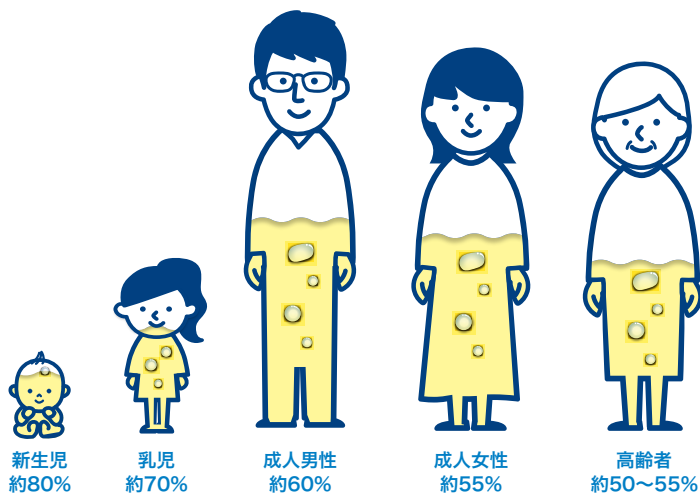
まず、人間の体重の60%は水分から出来ています。身体に含まれる水分を体液といいますが、血液やリンパ液、細胞内にある組織液といった、全身に含まれる液体成分の総称です。体液の役割には、酸素や栄養分を全身に行き渡らせて老廃物などを取り除き、体温が上がったり汗となって熱を逃がすなどがあります。つまり、水分摂取は人が生きていくために欠かせないのです。



医療法人社団美心会
理事長 黒澤 功

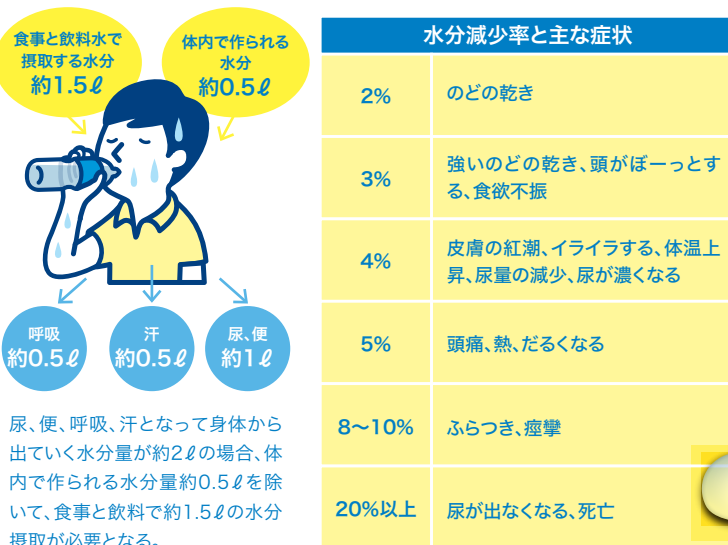
身体の水分量は年齢とともに変化する

新生児のときの身体の水分量は体重の8割を占めますが、年齢とともに減少していきます。性別や体型でも異なります。



水分摂取は生きていくために欠かせない

体重に占める割合のうち2%の水分を失うだけで、運動能力は低下します。汗などで排出される量に対して、食事や飲料水からどれくらいの水分を摂取すればよいのか知っておきましょう。



出典：工藤孝文「トレーニング・ダイエットの前に 今さら聞けない 人体の超基本」、朝日新聞出版、2023年5月10日、24ページ

BISHIN 歳時記

10月

7土

リレー・フォー・ライフ・ジャパン
2023ぐんま 参加

於：ALSOKぐんま総合スポーツセンターふれあいグラウンド
がんに立ち向かう方々の勇気を称え、がん患者や家族、支援者と一緒に地域一丸となってがん征圧を目指す、チャリティウォーク活動です。



22日

第28回 美心祭開催

詳細はP15 NEWS&TOPICS

11月

3金・祝

ぐんまマラソン出場

美心会グループとヴァレオプロ会員さま総勢143名で参加しました。詳細はP15 NEWS&TOPICS



28火

准看護学生戴帽式

4名が准看護師としての決意を新たにしました。



12月

1金

ウィンターイルミネーション開始



schedule スケジュール

・ 1月14日(日)
・ 2月18日(日)
・ 3月17日(日)

日曜ドック



は、当法人の予防医療をベトナムに実現させたいという熱い思いで頑張っています。しかし、未だベトナム戦争で傷ついた人々が多くいるにもかかわらず、身体の機能回復や機能低下防止に用いる器具が発達していません。貧富の差も大きく、難しい問題が山積していると感じます。

今、ベトナムをはじめ、インドネシア、フィリピン、ミャンマーの若者の力が日本の介護を支えており、高齢者が生きていく大きな力となっています。この若者達の頑張りが少しでも報いられるよう、そしてベトナムが平和で住みやすい国となるよう、医療技術支援をしたいと思っています。

ささやき

理事長 黒澤功の
ふれ・あいエッセイ

ベトナムの病院が
予防医療をスタート

ベトナムでは1955年から1975年まで戦争が続いていました。その後平和が戻り、社会主義共和国となり今日に至っています。とある日本人ご夫妻は2016年にベトナムに医療系の大学を創設し、昨年附属病院を開業しました。

私はその方と縁をいただき、その学校と病院を応援しています。現在、その看護大学を卒業した5人を留学生として受け入れています。彼らは日本語能力の向上と日本の看護師国家試験の合格を目指し、看護補助者として働いています。ベトナムには医療職の国家試験という制度が無く、大学を卒業して9ヶ月の臨床実習をすれば看護師の資格を得ることが出来ます。日本の高い看護技術をベトナムの病院で実現する事が、彼女達の希望となっています。

大学と病院を創設された私の友人

健康経営の実態

当法人では健康管理室が中心となり、総務部および各部署の選抜者から構成された「ホワイト500プロジェクトチーム」を編成し、職員の健康意識向上、福利厚生の実現に取り組んでいます。

✦ 主な取り組み① ✦ 運動・休息・検診

3

年次休暇(指定休・リフレッシュ休暇)日数の増加と連続有給休暇(10日間)取得推奨



2

私病などを持つ職員への復職支援および就業と治療の両立支援



1

生活習慣病予備軍の職員へ「健康サポートプログラム」の実施



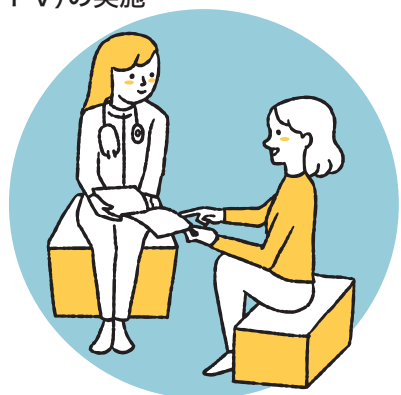
6

運転業務者へのSAS(睡眠時無呼吸症候群)検査の実施



5

20代女性職員へ無償で子宮がん検診(頸がん、体がん、卵巣がん、HPV)の実施



4

40歳以上の職員に無償で脳検診、肺CT検査の実施



美心会健康白書

企業活動における「経営」と職員の「健康」は二律背反ではなく、相互補完の関係にあり、かつ相乗効果を生む両輪となるものです。その実現に向けて、美心会は多くの労力と費用をかけて取り組み、職場環境における定量的・定性的な改善を確実に進めてきました。



美心会健康宣言

私たちは、健康を意識し、医療従事者として模範となる健康増進活動を積極的におこないます。

私たちは、健康寿命100歳超えの地域づくりを目指し、健康情報の発信を続けます。

私たちは、健康を支える総合的かつ積極的な医療事業を展開し、地域に貢献します。

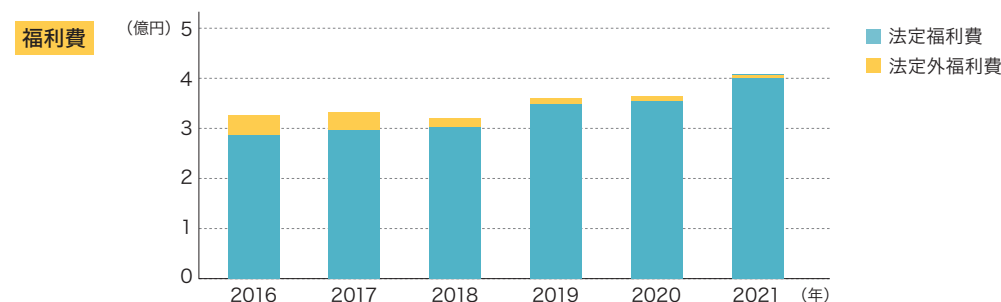
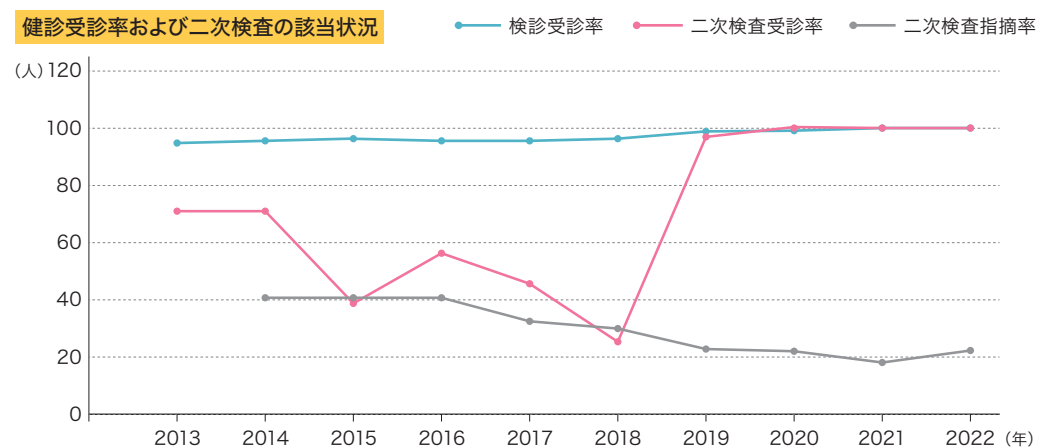
✦ 主な取り組み② ✦

2次検査の受診促進

職員の2次検査の受診促進にも力を注ぎ、2018年まで25%～40%にとどまっていた受診率は2019年以降100%を達成しています。健康管理室には、医師、保健師兼カウンセラー、事務職の3名が専従しており、2次検査の対象者全員に個々に連絡を取って受診を勧奨しています。また、職員のメンタルヘルスケアにも力を入れており、新入職員などを対象にカウンセリングを実施し、対象者の心身の状態や職場環境の把握に努めています。



一方で、こうした職員の健康づくりの充実などのために、福利費は年々増加しています。



黒澤功理事長

黒字経営でなければ、健康経営の充実を図れない側面があります。だからこそ経営者は、患者さんや地域、職員のために一生懸命汗をかって働き、経営の安定に努める必要があります。その結果、自然と利益が出たならば、その利益をまた地域や職員に還元していくことが重要と考えています。



8

運動意欲のある職員にスマートウォッチ支援

生活習慣病のリスクがある職員55名にスマートウォッチを貸与し、健康管理に取り組んでいます。当法人が採用しているスマートウォッチは歩数、距離、消費カロリーの他にも心拍数、睡眠やストレスに関する情報を確認することができます。まずは1日5千歩以上を目標に取り組み、今では1日平均1万歩を超える職員が半数以上を占めています。成果が目に見え、職場の仲間と一緒に楽しみながら取り組めるほか、半年ごとに好成績の職員を表彰することで高いモチベーションに繋がっています。



※当院では感染対策のため病棟などでの腕時計の着用を制限しております。

10

地域への健康経営の発信

- ・健康経営について大学生との意見交換会を実施
- ・健康支援教室(講演会・保健師による無料健康相談)の実施
- ・取引先企業との連携による研修会の実施



大学生との意見交換会の様子

7

院内研修会での「ホワイト500プロジェクト」研修実施

腰痛予防ストレッチや栄養指導を研修に取り入れ、職員の健康意識の向上を図っています。



9

ランニング&ウォーキングイベントの実施

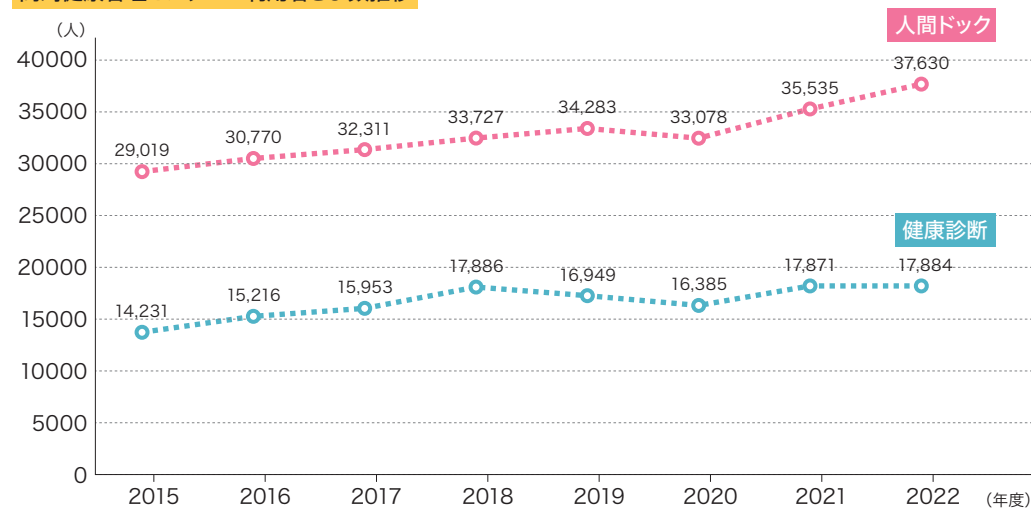
5月と10月に「ラン&ウォークイベント」を実施しています。専用の計測アプリを活用し、ランニング部門では走行距離を、ウォーキング部門では歩数を集計。上位成績者を表彰しています。

ランニングアプリ「TATTA」で計測した2023年10月のランニング総距離は全国でも上位でした。

- チーム上位5名の総距離:2,437km
- 全国1264チーム中:16位



高崎健康管理センターご利用者さま数推移



検査メニューの拡充とアメニティーの改善



- 人間ドックフロアに新たなCT装置を導入
(CT装置が増えたことでワンフロアでの検査が可能になり、所要時間の短縮と検査受け入れ人数を増加することができました)
- 受診後の癒しのサービス
(ランチメニューにうなぎ御膳、スターバックスコーヒーマシンを導入)

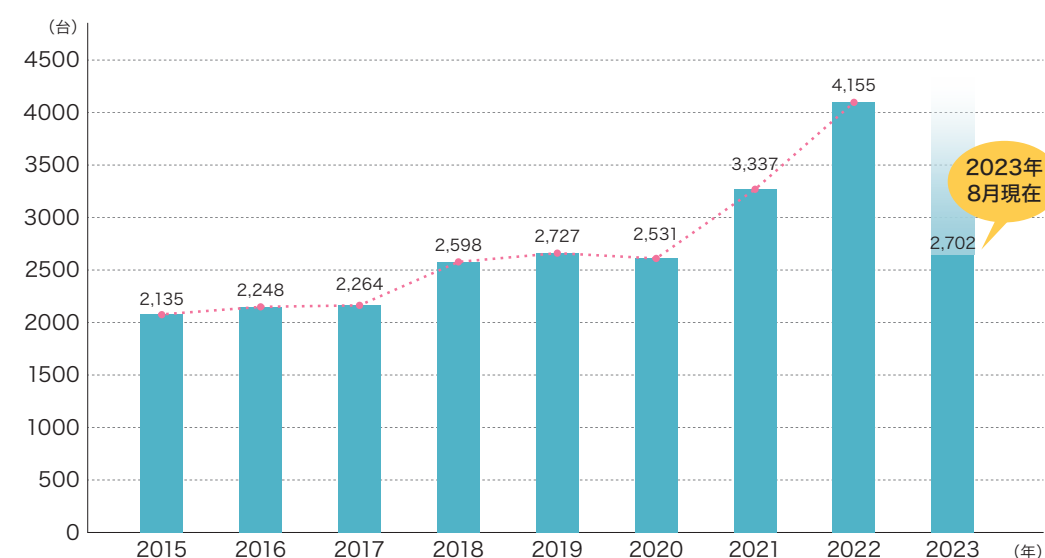


コロナ後の経営

新型コロナウイルス感染症が拡大した初期の2020年からCOVID-19専用病床を運営しています(2021年11月から16床)。当時37人の看護師が専従勤務の意思を表明しました。こうした勤務体制の充実もあり、発熱した救急患者を他の医療機関が断る状況でも、積極的に受け入れることができました。救急車受け入れ台数はCOVID-19の感染拡大以降に急増し、2022年度は発熱患者などの搬送件数が4000台を超えています。その取り組みは地域の信頼獲得につながり、COVID-19の感染症法上の位置付けが2類から5類に移行してからも救急車受け入れ台数は2022年並みに推移しています(2023年8月時点)。



年間救急車受入台数



取り組みとその成果

上記に挙げた項目をはじめ、多くの定量、定性的な改善を進めることができました。これらは、健康経営に取り組むことによって得られた成果であり、実際に職員の健康維持、増進に大きく貢献するものです。健康経営を目指すことは、今や最重要課題であり、至上命題であると認識しています。今後も美心会は、健康経営の啓発者として、自法人のみならず地域関連企業に対して先導し、支援を担っていく立場になると考えています。

美心会ではこれまで救急患者の受け入れや予防医療の強化、泌尿器科や脳神経外科などの診療体制の強化、介護施設の運営に力を注いできました。

人間ドックの充実もその1つで、早期発見につながるよう、最先端機器の導入などによる検査メニューの拡充やアメニティーの改善を絶えず進めています。結果として、人間ドックと健康診断受診者数はコロナ禍以前より増加しました。

看護部



薬剤部



リハビリテーション科

リハビリテーション科

副部長 金井昭博

黒沢病院リハビリテーション科では、SCU（脳卒中集中治療室）での脳卒中急性期リハビリ、泌尿器科手術後のリハビリ、呼吸器疾患リハビリをおこなっています。脳卒中急性期リハビリが約6割を占めていますが、2022年度は新型コロナウイルス感染後のリハビリをおこなう機会が増えています。これは、入院治療中に体力や筋力が低下してしまった在宅復帰が困難な高齢者に対して、呼吸機能の改善と体力向上を図り、在宅復帰を目指すものです。

また、2022年度より診療報酬が認められた腎臓リハビリ（透析時運動指導など加算）を2023年4月より開始しました。5人の理学療法士・作業療法士が腎臓リハビリ学会の定める腎臓リハビリガイドライン講習会を受講し、透析センター内で腎臓リハビリをおこなっています。今後は透析センターと協力して更に腎臓リハビリを拡大していきたいと考えています。

配属先は病院（SCU・急性期一般・地域包括ケア病床）の他にも、老健（入所・通所・訪問リハビリ）、訪問看護ステーション（訪問リハビリ）、介護付有料老人ホーム、メディカルフィットネス（ヴァレオプロ）、特別養護老人ホームがあり、急性期から在宅、そして健康増進、介護予防に至る美心会地域包括ケアシステムの中核を担っています。

老健くろさわでは、在宅復帰に満足せず、在宅での更なるQOL向上を支援するため、セラピストの増員を図りました。通所リハビリや訪問リハビリの充実により、3つの養成校より15人の実習生を受け入れています。

最後に・・・

長年の新型コロナウイルス感染症への対応は、私達医療人が「人と社会を助けている」ことを自負すると共に、臨機応変な対応力を底上げする機会となりました。ようやくアフターコロナの世の中が見えてきていますが、これからも安定経営を続けていくために、職員一人ひとりがやりがいを持って働ける職場づくりに取り組んで参ります。

コロナを乗り越えた美心会

～各部署の実録～

薬剤部

部長 金井恵美

薬剤部は黒沢病院での入院業務と、黒沢病院附属ヘルスパーククリニックでの外来業務に分かれています。黒沢病院では24時間365日常駐体制を取り、薬に関しては薬剤師が責任を持つ姿勢で、途切れることなく業務をおこなっています。また、併設の高崎健康管理センターにも薬剤師を配置しており、人間ドックや健診のご利用者について、問診内容の服薬状況を確認しています（特定保健指導に関連する内服薬の有無、胃カメラ受診者の抗血栓療法薬の服用の有無、PSAに影響する薬剤服用の有無などをチェック）。ドック・健診部門に薬剤師が関わっている医療機関はほとんど無いと思われ、当院で薬学実習をおこなっている大学の先生方からも、「薬剤師業務が拡張される」という視点でお褒めの言葉をいただきました。

「薬剤師として何ができるか」を常に考えて行動する中で、新型コロナウイルス流行期のワクチン管理・調製についても「薬剤師が行う業務」として対応しました。この背景には、当院では入院患者さんの注射薬は全て薬剤師が管理・調製してきた長い歴史があり、また、季節性インフルエンザワクチンの外来患者さんへの調製も全て薬剤師が対応してきたという経緯があります。このように積極的に物事に取り組む姿勢と、仲間と助け合いながら業務をおこなう姿勢が、薬剤部を円滑に運営していく上で大きく役立っています。

今後の薬剤部では、薬剤師としての知識を向上させ、各種認定や資格を取得し更なる薬物治療の質を向上させていくことを目標に掲げております。今後もそれぞれが目標を高く持ち、日々の業務に精進してまいります。

看護部

部長 高木由美子

新型コロナウイルスが5類移行となり、新しい生活様式を取り入れる生活へと変化してきました。しかし、まだまだ新型コロナウイルスの終息は見えていません。当法人が急性期医療の提供と新型コロナウイルスの双方に対応できているのは、順応力の高いスタッフ達がいるからだと確信しています。

コロナ関連でお休みをしたスタッフ数は1年間で177名（感染者・濃厚接触者など）にものぼり、度重なる各病棟でのクラスターの危機にも所属を越えた応援体制で乗り越えてきました。また、老健くろさわ、カーサ・デ・ヴェルデ黒沢、さとの花、やまの花などの関連施設にも感染対策の指導や助勤対応をおこないました。これらの対応を迅速にできたのも改めてスタッフの責任感と看護実践力、そしてチームを形成し協働する人間力の高さからであり、感謝してもしきれない思いでいます。また、病院の看護体制に関しては、垣根を超えたチーム医療の強化・連携で救急車4155台・即入1498人（2022年4月～2023年3月/昨年比：救急車573台・即入206人増加）の受け入れに対応することができました。実践力の強化として引き続き委員会活動や職場内教育・eラーニングの活用で指導につなげています。

これからは看護師定着と離職防止、そして労働環境改善と整備に努め、さらなる質の向上を目指します。看護の専門職としての高い倫理観に基づいた自律的な看護実践がおこなえるよう意識を高め、組織的支援による看護管理者の育成、診療報酬の改定を踏まえた病院の健全経営への参画に努めていきたいと考えます。Afterコロナの時代にも一貫した社会貢献を続け、地域包括ケアシステムを改修し地域医療に努めます。

摂食・嚥下障害看護認定看護師

小林 真奈美（看護統括室）

2021年 摂食・嚥下障害看護認定看護師 取得

「食べる」ことの喜びを支援

私が摂食・嚥下障害認定看護師になろうと志願した動機は、SCU病棟に勤務しているなかで、思うように食事を摂ることができない脳血管障害の患者さんや、そのご家族と接し、「また家族一緒に食卓でご飯を食べたい」という思いを聴くようになったことです。私にも何か「食べる」ことに対して看護ができないかと考えるようになり、摂食・嚥下障害認定看護師資格が取得できる学校を見つけ、2020年7月から2021年2月まで認定教育課程に通わせていただきました。家庭と勉強の両立は大変でしたが、当法人からの助成金支給制度をはじめとした全面的なサポートのおかげで、無事に課程を修了し取得することができました。

普段私たちがおこなっている食事を口から摂るという一連の動作は、一見単純に見えますが、実はとても複雑な動作になります。脳血管障害、高齢による誤嚥性肺炎、認知症などを発症すると、脳神経やそれと付随する筋肉などの動作が崩れ、口から食べることや飲み込むことが難しくなり、摂食嚥下障害が生じます。それにより誤嚥・窒息などのリスクも高くなっていきます。

摂食・嚥下障害看護認定看護師の役割とは

摂食・嚥下障害をきたす患者さんはさまざまです。当院では、主に脳疾患、誤嚥性肺炎、廃用症候群などにより嚥下障害を起こす患者さんが多くいらっしゃいます。摂食・嚥下障害看護認定看護師は、摂食・嚥下評価、口腔ケア方法、食事摂取方法などを判断し、誤嚥性肺炎や窒息、低栄養、脱水などの予防や改善をおこないます。私たちが普段、食べ物を口の中に入れ「ごくん」と飲み込む動作時間は0.5～0.6秒と言われています。口から食べるという誰もができる当たり前の動作が、疾患により出来なくなってしまうのはとても悲しい事です。1人でも多くの患者さんが口から食べる楽しみや喜びを安全におこなえるように支援しています。

〔主な活動内容〕

- 嚥下評価、嚥下訓練、窒息・誤嚥予防に対する指導、実践
- 摂食・嚥下支援委員会（毎週水曜開催）：
摂食・嚥下障害患者さんについて、医師、言語聴覚士・栄養士・歯科衛生士の専門チームにて、毎週訓練内容の見直し検討を施行
- 病棟にて胃管挿入困難な患者さんの胃管挿入依頼、指導

〔今後の活動について〕

今後も多くの摂食・嚥下障害を持つ患者さんと関わり、再度食べる喜びを提供したいと思います。また、患者さんに関わる病棟スタッフにも嚥下の評価方法・訓練方法を指導し、1人でも多くの患者さんが自分自身で口から食べることができるよう支援してまいります。

認知症看護認定看護師

設楽 春香（5,6F病棟 係長）

2017年 認知症看護認定看護師 取得

丁寧な関わりで患者さんの「今」を大切に

15年前、高熱で入院された患者さんが突然「家に帰る」と言い、足取りもままならない状態で出口を探して歩きはじめました。スタッフの制止を振り切り、2階のベランダから出ようとして転倒してしまいました。その後は車椅子ベルトを装着して、スタッフの目が届くナースステーションで抗生物質の点滴をすることになったのですが、点滴を何度も抜いてしまったため、治療が十分にできないままご家族をお呼びして退院となりました。

このような治療半ばで退院となる方、身体拘束をしなければ治療が受けられない方が多く、自身の看護を見失いそうになり、認知症ケア専門士の勉強をはじめました。

2016年、群馬県初の認知症看護認定看護師養成課程が高崎健康福祉大学で開講されるという記事が黒澤理事長の目に止まり、看護部長から「受験してみないか」とお声をかけていただきました。当時、私は第3子の育児休暇中で、願書締切りまで1週間を切っていましたが、認知症看護認定看護師の道に進むことを決めました。育児休暇から復帰して間もなくでしたが、黒沢病院からは学業と育児が両立できるよう、7ヶ月間の長期にわたる休暇と給与面での支援をいただきました。学生生活は課題も多く、夜泣きの子を夫と交互にあやしながら深夜までパソコンと向き合いました。大変ではありましたが、多くの学びが得られ、同じ志を持つ仲間との時間は、今でも私の心の支えとなっています。

認知症看護認定看護師の役割とは

- 認知症の人の意識を尊重し権利を擁護する
- 認知症の発症から終末期まで各期に応じたケアの実践やケアの体制づくりおよび家族のサポート
- 認知症の行動心理症状を悪化させる要因や誘因に働きかけ予防や緩和を図る
- 認知症の人にとって安心かつ安全な生活環境、療養環境を調整する
- 認知症看護の実践を通して役割モデルを示し看護職に対する具体的な指導相談をおこなう
- その他、健康管理や地域における社会資源の活用や認知症に関わる知識の普及とケアサービス推進 など

認知症の方は、急性期疾患による体調の変化や、入院といった環境の変化によって混乱を起こしやすく「何もわからない、何もできない」と思われてしまいがちです。そのため、できるだけ混乱が生じないよう、患者さんの思いを聴き、力を奪うことなくその人らしさが発揮できるような丁寧な関わりを心掛けています。認知症が進行すると、過去と現在が混在し、先のことを予測することが難しくなります。今までの生活史や価値観、想いに寄り添いながら、認知症の方の「今」を大切に、これからも看護を実践して参ります。

病棟での実施の他、院内のスタッフ研修や、市民向けの認知症サポーター養成講座など、認知症への理解を深める活動に取り組んでおります。

1 お仕事で平日お忙しい方へ… 2024年 日曜ドックスケジュール

検査内容を厳選し、半日で基本的な検査をお受けいただけます。

日程は変更になる場合がございます。詳しくは下記までお問い合わせください。

1月14日	2月18日	3月17日	4月21日
5月19日	6月16日	7月21日	8月25日
9月8日	10月20日	11月17日	12月1日

来年度のドック予約開始日は下記の通りです。

- ・個人(全額自己負担)の方 ➡ 1月4日
- ・健保・企業の補助を利用する方 ➡ 2月1日

ご予約
お問合せ

TEL.027-353-2277 (高崎健康管理センター 直通)
受付時間/8:30～18:00(日曜・祝日を除く)

**BISHIN
NEWS**
ビシンニュース

ビシンからのお知らせ

2 第22回 健康支援教室開催

高崎健康管理センターでは、ご利用いただいた皆さまに益々健康で快適な毎日を送っていただけるよう健康支援教室(講演会)を開催いたします。

■日時: 2024年3月2日(土) 12:00～16:30 (於:高崎芸術劇場)

■対象: 2023年中に人間ドックをご利用され、当院からお知らせの送付を希望された方

第1部 群馬交響楽団による弦楽合奏プログラム

第2部 講演テーマ「100年人生楽しむために!!」

演題1

「婦人科疾患における経腔超音波(子宮体癌・卵巣癌)の必要性」
黒沢病院附属ヘルスパーククリニック 婦人科部長 酒井英明

演題2

「メタボの本質と治療について(脂肪肝の診断～メディカルダイエットまで)」
黒沢病院附属ヘルスパーククリニック
内科診療部長 兼 高崎健康管理センター長 矢島義昭

演題3

「心臓突然死と脳卒中の予防のための血圧管理」
黒沢病院 救急部長 小路祥紘

演題4

「健康長寿の為の食事と運動」
医療法人社団美心会 理事長 黒澤 功

お問合せ

TEL.027-353-2277 (高崎健康管理センター 直通)
受付時間/8:30～18:00(日曜・祝日を除く)

★
Specialist!

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師

湯浅 将太 (SU病棟 副主任)

2021年 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師取得

退院後を見据えた看護の実践

「認定看護師になりたい!」と思ったのは、前職から黒沢病院に転職した3年目の時でした。脳卒中病棟(SU)で勤務している中で、脳卒中患者さんの看護についてもっと深く知ってみたい、科学的根拠に基づいたケアを提供できるようになりたいと日々思うようになりました。また、30歳という年齢になったこともあり、何か新たなことにチャレンジをしてみたいとも感じていました。これらの思いから興味のある脳卒中分野の認定看護師資格取得の道を選択しました。資格取得の後押しとなったのは、当法人が認定看護師資格取得のための助成金支給制度や研修期間中(半年間)の業務調整をおこなっていることです。2020年9月～2021年3月のコロナ渦という中での研修でしたが、学業に専念することができ、無事に修了・取得することができました。

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師は、脳卒中による機能障害のある方のQOL向上を目指して、急性期・回復期・維持期において、セルフケア能力を高めるためのリハビリテーション看護を実践します。私が大切にしていることは、「患者さんの退院後も見据えた看護」です。特に脳卒中は急性期を脱し命を救えても、多くの場合は後遺症が残存するため、社会復帰の大きな障害になり得ます。そのため、急性期の内から患者さんの退院後を見据えて、早期からリハビリテーションをおこなう必要があると考えています。それには看護師だけでなく多職種との連携が必要となりチーム医療が重要です。

チーム医療として連携するために

脳卒中勉強会の実施

当院は脳卒中センターを有しており、24時間さまざまな重症度の脳卒中の患者さんを受け入れています。受け入れに際し、看護師の脳卒中に関する知識向上は必要であり、定期的に勉強会を実施しています。内容としては脳卒中の病態、治療、看護について講義をおこなうことや、臨床でも活かせるよう現場で直接指導をおこない、看護師の質の向上に努めています。現在は、患者さんの意識レベルや麻痺を、病棟スタッフが経験年数に関わらず同じスケールを用いて共通してとれるような取り組みをしています。

リハビリスタッフとソーシャルワーカーとの病棟内カンファレンスを週1回実施

多職種とカンファレンスを行うことで多角的な視点で患者さんを捉えることができるメリットがあります。具体的な内容としては、患者さんの今後の方向性や課題、リハビリ内容、病棟内での様子などについて話し合いをおこなっています。多職種が共通認識を持つことで、同じ目標に向かい医療、看護が提供できます。

脳卒中に関する情報発信

主に時短業務、パートの方や脳卒中看護が未経験の看護師に向けて2か月に1回、紙・電子媒体で脳卒中に関する情報を発信しています。「なぜ脳卒中患者は麻痺がでるのか」や「脳卒中を疑う症状とは何か」など、日々の業務で疑問に思うようなことや、そのまま臨床で活かせる内容です。わかりやすく絵などを用いて業務の隙間時間や休憩時間の数分で閲覧できるよう、工夫しています。

准看護学校や脳卒中リハビリテーション看護認定看護師学校への講義(院外活動)

准看護学生には脳卒中の啓発活動をおこない、認定看護師を目指す看護師へは、脳卒中の専門的な知識や看護の講義を実施しています。院外でも当院のスタッフであることを自覚して活動をおこなっています。

さとの花 施設のご紹介

ホームページ



居宅介護支援センター さとの花

特別養護老人ホームシェステさとの花に併設された介護保険サービスの相談窓口で、主に高崎駅周辺から西側の地域を担当しています。ご自宅での生活が継続できるよう、ケアマネージャーがご本人やご家族の希望と心身の状態を確認し、ご本人に合った介護サービスが利用できるようなケアプランを作成します。サービス事業所との連絡調整も全ておこない、併設のショートステイやデイサービス、美心会グループのサービスとの連携も万全です。他に希望のサービスや事業所があれば、もちろん利用可能です。必要に応じて介護保険外のサービス調整もおこないます。

介護に精通したベテランのケアマネージャーを配置していますので、介護保険のことはもちろん、自宅での介護方法など介護に関わることは何でもお気軽にご相談ください。



居宅介護支援センターさとの花（担当：茂木・横田・船津）

高齢者あんしんセンター さとの花

高崎市から委託を受けた市内31か所の医療・福祉の総合相談窓口の1つで、乗附町・八千代町・鼻高町を担当しています。住み慣れた地域でいつまでも安心してその人らしい暮らしが継続できるよう、社会福祉士・主任介護支援専門員・保健師が中心となり、医療・福祉の専門職や地域サポーターと連携して支援をおこなっています。介護予防のための相談やサービスの紹介もおこないます。その他、介護予防を目的とした「はつらつ健康教室」を開催し、フレイル・認知症予防に効果的な体操や脳活性化トレーニングをおこなっています。

認知症の早期発見・適切対応を目的に認知症地域支援推進員が配置され、認知症に関するあらゆる相談に応じます。相談無料。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。



高齢者あんしんセンターさとの花（担当：戸塚・那須）

お問合せ先

TEL.027-321-2000（各担当まで）
〒370-0867 高崎市乗附町208番地

シェステさとの花 [主な取り組み実績]



令和5年度 介護職員の働きやすい
職場環境づくり
厚生労働大臣表彰奨励賞受賞



健康経営優良法人2023
ブライト500認定



ぐんま介護人材育成認証事業者認証
(群馬県第1号認証)

2010年に「魅力ある職場づくりプロジェクト」を立ち上げ、働きやすい職場を目指した職員の待遇改善や、人材育成および介護現場の生産性向上に取り組んだ成果が評価され、受賞することができました。今後も働きやすい職場環境づくりに取り組んで参ります。

中小規模法人部門で選定された14,012法人の中で、上位500法人に与えられる「ブライト500」に認定されました(2023年度)。全国の社会福祉法人で5事業所のみ栄冠です。職員の健康増進を最重要視し、その健康管理を経営課題として捉え、職員の健康の維持・増進と法人の健全経営を目指しています。

人材育成及び処遇・職場環境改善に積極的に取り組んでいる「ぐんま介護人材育成認証事業者」として令和元年11月に群馬県で1番目に認証されました! 令和4年11月にも認証を更新しています。

TOPICS 1 第28回 美心祭 開催御礼

10月22日(日)第28回美心祭を開催いたしました。秋晴れの気持ちの良い天候の下、多くの皆さまにご来場いただきました。お越しいただきました皆さまに厚く御礼申し上げます。



美心祭は、医師による医療講演や楽しい催しを通じて、病気・治療に対する不安や恐怖といったネガティブなイメージを払拭していただき、地域の皆さまの疾病予防や早期発見・適切治療につなげることを目的としています。4年半ぶりの開催となりましたが、地域に根付いたイベントとして定着していることを実感するとともに、皆さまの支えなしにはここまで成長出来なかったと感謝の気持ちでいっぱいです。また来年も皆さまのご期待に沿えるようしっかりと準備して参ります。

TOPICS 2 11月3日 第33回 ぐんまマラソン参加報告

美心会史上過去最多人数となる143名で参加いたしました。

沿道のみなさま、たくさんのご声援をありがとうございました。

今後も地域貢献・健康推進のため、医療従事者を代表して積極的に協力・参加して参ります。



参加者 美心会グループとヴァレオプロ会員さま 総勢143名
(フルマラソン42名、10kmマラソン59名、リバーサイドジョギング42名)

BISHIN
TOPICS
ビシントピックス

最新の話題をご紹介

公共交通機関時刻表

【有料】

ぐるりん時刻表 (有料:大人200円 小学生以下100円)

送迎車運行時間以外は、高崎市循環バス「ぐるりん」をご利用ください。

(ぐるりん 令和4年4月改定)

高崎駅→黒沢病院方面 (群馬の森線)中居団地先回り⑩

高崎駅東口 (発)	→	中居小学校南 (発)	→	ヘルスパーク前 (着)
8:05		8:15		8:21
9:20		9:30		9:36
10:50		11:00		11:06
12:40		12:50		12:56
14:10		14:20		14:26
16:00		16:10		16:16
17:35		17:45		17:51
19:15		19:25		19:31
20:35		20:45		20:51

※ 部分は月～金曜日の運行【土日祝日は運休】です。

黒沢病院→高崎駅方面 (群馬の森線)健大先回り⑨

ヘルスパーク前 (発)	→	中居小学校南 (発)	→	高崎駅東口 (着)
6:55		7:00		7:15
8:23		8:29		8:48
10:27		10:32		10:48
11:57		12:02		12:18
13:47		13:52		14:08
15:12		15:17		15:33
16:32		16:37		16:53
18:07		18:12		18:28
19:37		19:42		19:58



ぐるりん停留所	行き	帰り
高崎駅からのぐるりんバス乗り場は、東口・群馬の森線・10番 (中居団地先回り)です。		
・老健くろさわから高崎駅行き:柴田コーボ前 (バス停名:「中居小学校南」)		
・ヘルスパーク、黒沢病院から高崎駅行き:矢中小学校前 (バス停名:「ヘルスパーククリニック前」)		

※「ヘルスパーククリニック前」「中居小学校南」「老健くろさわ」ともに、高崎駅方面に向う場合は道路を渡った南側のバス停から乗車ください。

たまりん(玉村町乗合タクシー)時刻表 (有料:大人200円 小学生以下100円)

1便は土日祝日は運休します。 年末年始(12/29～1/3)は全便運休します。

(たまりん 令和4年4月改定)

	1便 (土日祝日は運休)	2便	3便	4便
1 交通広場	7:45	9:50	12:45	15:45
2 玉村町役場	7:50	9:55	12:50	15:50
3 道の駅玉村宿	↓	10:00	12:55	15:55
4 高崎松風園 森の木クリニック	↓	10:03	12:58	15:58
5 昭和病院	↓	10:07	13:02	16:02
6 高崎高等特別支援学校	8:08	↓	↓	16:08
7 アビタ高崎店前	8:11	10:14	13:09	16:11
8 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック	8:18	10:20	13:15	16:17
7 アビタ高崎店前	8:19	10:21	13:16	16:18
5 昭和病院	↓	10:31	13:26	↓
4 高崎松風園 森の木クリニック	↓	10:32	13:27	↓
3 道の駅玉村宿	↓	10:37	13:32	16:25
2 玉村町役場	8:32	10:42	13:37	16:30
1 交通広場	8:40	10:50	13:45	16:40



たまりん停留所	行き・帰り
ヘルスパーククリニック敷地内 西側玄関(緑の屋根の入口)付近	

Editor's Postscript

編集後記

明けましておめでとうございます。昨年は「フルマソン完走」を目標に掲げ、走り続けた1年でした。沿道からの「がんばって!」という応援には「はい!」と笑顔で答えるようにしています。笑顔になると不思議とパワーが出ますし、皆が自分の走りを肯定してくれる、めったにない機会を楽しみます。おかげさまで、ぐんまマソンで目標達成できました。さて…今年の目標は何にしましょう?(理)

ご意見・ご感想
お待ちしております

ご意見・ご感想は、下記メールアドレスへお願いいたします!

➡ bishin@bishinkai.or.jp

美心会送迎車時刻表

(介護付有料老人ホーム「カーサ・デ・ヴェルデ黒沢」オープンに伴い、
停車時刻を一部変更いたしました。)

(2018年9月3日～)

■当送迎車は無料にてご利用いただけます。 ■日曜・祝日・年末年始(12/31～1/3)は運休です。 ■乗車の際、行先を運転手にお伝えください。

黒沢病院 → 高崎駅東口 (送迎車循環マップ参照)

高崎駅東口 → 黒沢病院

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ 黒沢病院	⇒ ヘルスパーク	⇒ 老健くろさわ	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ セブンイレブン	⇒ (到着) 高崎駅東口 (出発)	⇒ 靴のシューマート	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ 老健くろさわ	⇒ 黒沢病院
9:00	9:02	9:06	9:12	9:16	9:21	9:26	9:30	9:36	9:41	9:45
10:00	10:02	10:06	10:12	10:16	10:21	10:26	10:30	10:36	10:41	10:45
11:00	11:02	11:06	11:12	11:16	11:21	11:26	11:30	11:36	11:41	11:45
12:00	12:02	12:06	12:12	12:16	—	12:26	12:30	12:36	12:41	12:45
13:00	13:02	13:06	13:12	13:16	13:21	13:26	13:30	13:36	13:41	13:45
14:00	14:02	14:06	14:12	14:16	14:21	14:26	14:30	14:36	14:41	14:45
15:00	15:02	15:06	15:12	15:16	15:21	15:26	15:30	15:36	15:41	15:45

※1 セブンイレブンは「高崎上中居町店」に停車いたします。 ※2 靴のシューマートは「高崎上中居店」に停車いたします。

※3 「高崎駅」「乗附」コースは黒沢病院到着となりますがヘルスパーククリニック、カーサ・デ・ヴェルデ黒沢も経由して停車できます。

中居団地先回り (送迎車循環マップ参照)

※4 フレッセイは「南大類店」に停車いたします。

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク	⇒ 中居町2丁目	⇒ 中居団地 75-17棟前	⇒ 道林児童公園	⇒ フレッセイ	⇒ 美容院 スーパーレディ前	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ 老健くろさわ	⇒ カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク
—	8:32	8:35	8:37	8:39	—	8:41	8:43	8:46	8:50	8:52
10:30	10:32	10:35	10:37	10:39	10:43	10:46	10:48	10:51	10:55	10:57
12:30	12:32	12:35	12:37	12:39	12:43	12:46	12:48	12:51	12:55	12:57
14:30	14:32	14:35	14:37	14:39	14:43	14:46	14:48	14:51	14:55	14:57
16:30	16:32	16:35	16:37	16:39	16:43	16:46	16:48	16:51	16:55	16:57

老健先回り (送迎車循環マップ参照)

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク	⇒ 老健くろさわ	⇒ ラ・ヴィオラ 中居	⇒ 美容院 スーパーレディ前	⇒ フレッセイ	⇒ 道林児童公園	⇒ 中居団地 75-17棟前	⇒ 中居町2丁目	⇒ ヘルスパーク
9:30	9:32	9:36	9:39	9:41	9:44	9:49	9:51	9:52	9:55
11:30	11:32	11:36	11:39	11:41	11:44	11:49	11:51	11:52	11:55
15:30	15:32	15:36	15:39	15:41	15:43	15:49	15:51	15:52	15:55

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ 黒沢病院	⇒ ヘルスパーク	⇒ 老健くろさわ	⇒ 高崎駅西口	⇒ シェステ さとの花	⇒ 市役所前	⇒ 高崎駅西口	⇒ 老健くろさわ	⇒ 黒沢病院
10:00	10:02	10:06	10:12						
—	—	—	乗換 10:15	—	10:35	10:45	10:48	11:00	(11:05)
14:00	14:02	14:06	14:12						
—	—	—	乗換 14:15	14:30	14:40	14:50	14:53	15:05	(15:10)

※8 高崎駅西口は「高崎南小(さとの花行)」「アーバンホテル(病院行)」前での乗降となります(ロータリーは通りません)

※送老健くろさわ始発・終着となります。 ※病院、ヘルスパーク、カーサ・デ・ヴェルデからさとの花方面へ利用される方は一旦、駅送迎に乗りし「老健くろさわ」でお乗り換えください。

カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク	⇒ セブンイレブン	⇒ 倉賀野駅南口	⇒ 倉賀野神社	⇒ アイケイ薬局	⇒ セブンイレブン	⇒ カーサ・デ・ヴェルデ	⇒ ヘルスパーク
8:50	8:52	8:58	9:04	9:08	9:10	9:14	9:20	9:22
10:55	10:57	11:03	11:09	11:13	11:15	11:19	11:25	11:27
12:55	12:57	13:03	13:09	13:13	13:15	13:19	13:25	13:27
14:55	14:57	15:03	15:09	15:13	15:15	15:19	15:25	15:27

※5 セブンイレブンは「高崎倉賀野町上町店」に停車いたします。 ※6 倉賀野神社は「東鳥居(公衆電話ボックス)前」に停車いたします。 ※7 アイケイ薬局は「倉賀野店」に停車いたします。

交通事情により遅れる場合がございます。

送迎車循環マップ





医療法人 社団美心会 黒沢病院附属

ヘルスパーククリニック 医師外来予定表

受付時間 7:00～18:00

診療時間 9:00～13:00・15:00～18:00

Tel.027-352-1111

2024年1月1日(月)～

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
泌尿器科	午前	黒澤・伊藤・大木	曲 古谷/馬場	黒澤・小倉・大木	小倉 馬場	伊藤・曲・古谷	伊藤 小倉/曲
	午後	小倉 【排尿機能】曲 予約制	曲	伊藤 古谷	小倉	曲	古谷/大木
脳神経外科 (脳卒中)	午前	中島	中島・小倉丈	大森	中島・大森	中島	小倉丈・寺西
	午後	大森	武山	脳神経外科医師	塚越	脳神経外科医師	脳神経外科医師
外科	午前	田口(11:00まで)	【呼吸器】永島(10:00まで) 第1.3.5 【呼吸器】成澤(10:00まで) 第2.4	尾澤(11:00まで) 第1.3.5	尾澤	尾澤・田口(11:00まで) 【血管】出津(10:30まで) 第2.4	尾澤
	午後	—	尾澤	—	尾澤	尾澤 第2.4.5	—
内科	午前	高橋徹・松本 矢島 藤 予約制	浅香・山岸 井上	高橋徹・太田 矢島 予約制 浅香・藤田	【循環器】佐藤裕 太田・白川(11:30まで) 阿部・小路(10:30まで)	松本・町田 小路・井上(11:30まで) 【循環器】高橋(11:00まで)	【循環器】佐藤裕 松本・白川(11:30まで) 内科医師・【睡眠時】前野 第2
	午後	山岸 【一般・睡眠時】町田 矢島	【循環器】佐藤裕 松本・太田 矢島	町田 【肝臓】堀口 矢島・小路	山岸 矢島	高橋徹 藤田	【循環器】佐藤裕 松本・浅香(17:00まで) 藤田 第1.3・小路 第2.4 齋藤
総合診療科	午前	—	木暮(12:00まで)	—	—	—	木暮(11:00まで)
	午後	木暮	—	—	—	木暮	木暮 第3.4
乳腺外科	午前	—	尾澤	—	菊地(10:30まで)	—	—
	午後	—	遠藤敬 予約制	—	—	尾澤 第1.3 黒住(17:30まで) 第2.4.5	尾澤
形成外科	午前	—	(11:30まで) 正田 第1.4.5・都丸 第2 長谷川 第3	牧口 第4	—	—	—
整形外科	午前	—	岡 邨	—	松尾	—	米本 第1.3.5・岡邨 第2.4
	午後	—	須藤	—	松尾	—	岡邨 第1.3.5・整形外科医師
皮膚科	午前	井上(11:00まで) 予約制	小坂(11:00まで) 予約制	—	中島(11:00まで) 予約制	—	—
	午後	—	—	【美容皮膚科】遠藤 予約制	—	金 予約制	—
婦人科	午前	浅野目(12:00から)	岸 予約制	—	浅野目(12:00から)	—	—
	午後	浅野目	岸	酒井	浅野目	浅野目	岸 第1・3・5・酒井 第2.4
歯科 歯科口腔外科	午前	小林亮 佐藤	河内	小林亮・河内 代田 第2	小林亮 葭葉	河内・齋藤 【インプラント】重原 第4	小林亮 田中
	午後	小林亮 佐藤	河内(16:00～18:00)	小林亮 代田 第2	小林亮 手術日	齋藤 【インプラント】重原 第4	小林亮 田中
内視鏡	午前胃	小林・太田・平木 木暮・小川・浅香 内視鏡医師	小林・太田・木暮 新井・坂本・岩松・栗林 内視鏡医師	小林・木暮・堀口 三浦・金山・竹内 黒岩・錦戸	小林・木暮・山崎 岩松・戸島・橋本 内視鏡医師	小林・太田・木暮 関口・綿貴 内視鏡医師	小林 内視鏡医師(6名)
	午後・ESD	太田	—	—	太田・上野	—	—
	午後・大腸	小林	小林	太田・浅香(17:30まで)	小林	小林・太田	川手・内視鏡医師

※/はどちらかの医師です・は複数名の医師が診察担当です。 ※学会・緊急手術等で診察時間・予定が変更になる場合があります。申し訳ございませんがご了承お願い致します。

※当院では外来診療待ち時間短縮の為、予約診療を導入しております。ご利用下さい。 ※時間外・休日の救急対応については、黒沢病院でおこなっております。 Tel.027-352-1166

専門外来

循環器外来	佐藤裕・山岸・高橋徹
糖尿病外来	白川・井上
乳腺外来	尾澤・遠藤敬・菊地・黒住
肝臓外来	堀口・阿部
消化器内科	太田
呼吸器外科	永島・成澤
無呼吸外来	町田・松本・前野
禁煙外来	黒澤・町田・松本
整形・リウマチ科	米本・岡邨
セカンドオピニオン外来	伊藤・古谷
男性更年期障害	黒澤
排尿機能障害	曲
インプラント	重原

泌尿器科



外科

総合診療科

内科

麻酔科



脳神経外科

婦人科

歯科・歯科口腔外科



医療法人社団美心会 黒沢病院 〒370-1203 高崎市矢中町187 Tel:027-352-1166

医療法人社団美心会 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック 〒370-1203 高崎市矢中町188 Tel:027-352-1111

当院では個人情報保護法の施行に伴い、ご利用者さまの個人情報については、利用目的を明示し、その取り扱いには万全の体制で取り組んでおります。

2024年1月1日 発行:医療法人社団美心会 編集:情報誌編集委員会