



かわびたる

2022
新春 1 月号
JANUARY

社会文化を背景とし 地球環境と調和した よりよい医療への挑戦

年頭所感：河北医療財団 理事長 河北 博文

探検隊が行く：看護補助者

地域連携施設紹介：

ファインクリニック西荻南

はやしこどもアレルギークリニック



around 杉並健康ライフ 2021 トークライブ開催 (2021.11)

テーマ「with・after コロナ 私たちの生活はどう変わるのか」

YouTube「河北チャンネル」

動画配信中



年頭所感 迎春

『言葉の重み』

理念

社会文化を背景とし 地球環境と調和した よりよい医療 への挑戦

目的

質の高い恕(おもいやり)のある医療を行うとともに地域 の健康向上に寄与する

これらの理念・目的は 1988 年の 10 月 31 日に言葉として表したものです。

私はその日に前理事長の平福一郎先生に代わって医療法人財団 河北総合病院の理事長に就任いたしました。

何故約 33 年前にこれらの理念・目的を定めたかという、日本医療機能評価機構を設立する際に策定した評価項目の第 1 章 1 の 1 (現第 4 領域 1 の 1) 「理念・基本方針を明確にしている」に則ったからです。「社会文化を背景とし」とは、「世の中の在り様」を背景とすることです。したがって新型コロナウイルス感染症に私たちが積極的に対応してきたのは、正に理念に基づいた必然の行動だったのです。

「地球環境と調和した」というのは、1973 年大学の授業で、前年に出版された「成

長の限界」という本を読んで、人類と地球の相対的な関係を常に考えなければいけないと思い始めたことによります。

「よりよい医療への挑戦」は当たり前ですが、そのためには組織の自律が求められると考え、このような文章としました。

「質の高い恕(おもいやり)のある医療」というのは 私の父恵文が好んで用いた言葉であり、論語の「夫子(ふうし)の道は忠恕のみ」から引用したもので、人間の人柄を表します。

「地域の健康向上に寄与する」とは、常に立脚する地域社会を意識し、視野に入れた医療をおこなわなければいけないと考えてのことです。



新年おめでとうございます

約 2 年に渡って人間社会に大きな影響を及ぼしてきた今日のコロナ感染症は様々な変異株が出現してきました。これは人間の英知への挑戦です。科学技術の発展以上に、しっかりとした生活様式、そして心の持ちようが試されています。その中で、皆さまが健やかで幸せな時を過ごせるよう願っております。

2022

翻

って 2024 年の末には総合病院が新病院に生まれ変わります。

新病院は建物としての価値とともに、医療に対する私たちの心を込めていきたいと思っています。

また同時に、職員一人ひとりにとって、河北医療財団で仕事をしていることが幸せを感じることでできる場にしていきたいと強く思っています。今から約 3 年後になりますが、その間、再度、全職員とともに理念・目的を熟考・熟慮していきたいと考えています。地域の皆さまにもぜひこれらの考えが浸透していくことを望んでいます。

また、電子カルテを中心としたデジタルトランスフォーメーション(DX)を高度に取り入れていく所存です。

皆さまのご期待に沿う計画と実現を図って

まいります。

ご支援を心から期待するものです。



社会医療法人 河北医療財団

理事長 河北 博文

探検隊が行く

看護補助者

患者さんが不自由なく入院生活を送れるようサポートする看護補助者。周りをおもいやり、看護師とサポートしあって、患者さんを全力でサポートいたしますので安心して入院生活をお送りください

お仕事内容

主な仕事は、入院中の患者さんの身の回りのお世話です。食事や入浴介助、毎日の清潔ケアなどのお手伝いをしています。他にも、検査や手術室への案内、検体や薬剤の輸送、患者さんの要望に応じて生活必需品の買い物を代行することもあります。また、患者さんのみならず、看護師の依頼で物品の準備や事務作業など、看護師の補助業務をおこなうことも多いです。

看護補助者と看護師の違い

大きく違う点は、医療行為ができるか否かという点です。看護補助者は注射や看護記録といった療養上の直接的なお世話はおこなえませんが、看護師の指示の下で注射や薬などの物品の準備といった補助業務の他、患者さんの療養生活上の介助や手助けといった生活の中で必要最低限なお世話をおこなっていくという職種です。



看護補助者だからこそできること

看護師が患者さんの病状的な部分を重点的に対応することに対し、看護補助者は患者さんの基本的な身の回りのすべてをお世話していく立場にあるため、必然的に患者さんとの距離感も近くなっていきます。そのため、多忙な看護師にはいいにくい相談などを受ける機会も多く、患者さんが遠慮しがちな要望にも応えていく努力をすることで、より不自由のない入院生活へとつながっていると考えています。



スタッフはどんな方?

看護師、看護補助者ともに年齢層は幅広く、女性スタッフが多く在籍しています。数少ない男性スタッフは力仕事など含め、様々な場面で活躍しています。看護補助者は患者さんをはじめ、周りの人をおもって動けるような優しいスタッフが多く、他職種のスタッフからも非常に頼りにされています。病棟では、看護師や医師など同じチームの一員としてとても働きやすい環境です。

看護補助者のお仕事紹介はこちら
YouTube『河北チャンネル』



- Q1 この仕事を選んだきっかけ
- Q2 仕事の内容
- Q3 自分たちにしかできないこと
- Q4 元気の源



河北総合病院
リハビリテーション科
つのだ まさのり
角田 雅典
入社：2018年4月
東京工科大学卒業
理学療法士
心不全療養指導士



河北総合病院 本院4階病棟
看護補助者
むらまつ けいこ
邑松 恵子
入社：2011年8月
横浜美術短期大学卒業
介護福祉士
中学美術教員免許
弓道二段

Q1 大学受験まで「理学療法士」という職業を知りませんでした。デスクワークは苦手、体を使い、人と関わる仕事がしたいという、ぼんやりとしたイメージで、この職業をめざしました。勉強をする中で、イメージとの違いはあったものの、今では、幅広い分野に携われるので、面白みとやりがいを感じています。

Q2 ご利用者さんのご自宅にて、病気やケガによって、筋力や体力が落ちてしまった方に対する運動の指導やトイレなどの日常生活の訓練などリハビリテーションを実施しています。またご自宅の環境も確認し、安全に暮らせるように福祉用具などのご提案もさせていただきます。

Q3 リハビリテーション以外に、ご利用者さんやご家族さまが過ごしやすいよう、介護負担の軽減や生活環境を考え、介助方法や福祉用具の提案ができることだと思います。河北医療財団の中で、生活期の一部として皆さんに訪問リハビリについて知っていただけると嬉しいです。

Q4 ゴルフの打ちっぱなしに行くことです。元気の源というより、ストレス発散に近いものもあります。試行錯誤して、ベストスコア更新をめざしています。今はコロナで回れてないのですが、早く行けるといいなと思っています。



ゴルフ

ゴルフを始めて、2年半が経ちました。ベストスコアは93です。スコア更新をめざして頑張ります！

Q1 2005年に主人をがんで亡くし、主人の闘病中に義母が車イスの生活となり、看病と介護が同時の生活でした。その経験を持って、心のケアもしたいとシーダ・ウォークのデイケアの仕事に就き、その後本院勤務に異動となりました。

Q2 患者さんのお世話が主な仕事で、食事・入浴・トイレの介助、検査の案内、車イスへの移乗、検体の輸送、物品の洗浄整理、薬剤の受け取り、リネン交換などの環境整備、医療物品の補充や請求、コール対応など様々です。患者さんに寄り添うことが多く仕事なので、患者さんの気持ちを汲み取り接したいと思います。

Q3 患者さんが安心して快適に療養生活を過ごせるよう、お手伝いをする大切な役割を担っています。人のお世話をする事、誰かのお役に立つことがしたい、「ありがとう」といってもらえることにやりがいを持って仕事をするのが看護補助者だと思います。だからこそ、患者さんにより近い目線で働いていきます。

Q4 以前、犬と泊まれるホテルの公募で、私がデザインした犬のキャラクターが入賞しました。そのホテルでパピヨンの優太と過ごすことが至福の時です。温泉に浸かっている時に「仕事頑張ってまた泊まりに来よう！」という気持ちも思っています。



優太

パピヨンの男の子で5歳です。とても元気で人にも犬にも懐っこい、いい子です。

地域連携施設紹介



急性期病院である河北総合病院は、地域のかかりつけ医（診療所・クリニック・病院）と連携し、よりよい地域医療をご提供する「地域医療支援病院」として、2006年に東京都知事より承認を受けています。ともに、患者さん一人ひとりに最善の医療をご提供する地域連携施設をご紹介します。

西荻南
1-1-1-1F

ファインクリニック西荻南

内科・呼吸器内科・消化器内科・感染症内科・泌尿器科・循環器内科

03-5941-3916 fine-clinic-nishiogiminami.com

診察時間 月、火、木、金、土
9:30~13:00・15:00~18:30
日(第2・4) 9:30~13:00
休診日: 水、日(第1・3・5)、祝



院長 園田 唯

日本内科学会認定内科医・
総合内科専門医
日本呼吸器学会専門医

■ 医師をめざしたきっかけ
母が慢性疾患を抱えていたことで、病とともに生きる葛藤を身近に見てきました。人間誰しも病気によって心身のバランスを崩しうるので、そうした人たちの力になりたいと考えたことが医師になったきっかけです。河北総合病院や日赤医療センター、静岡県立がんセンターなどで研鑽を積んでいるうちに、最初に患者さんに触れる家庭医が提供する医療の質がとても重要であることを痛感していました。皆さんにより良い医療を提供したいと考え今回開業に至りました。

■ メッセージ
医療は日進月歩で変化するものです。コロナ関連のめまぐるしい情報変化が良い例で、正解だったものが気づけば古いもの

なってしまいます。そのため、医師は常に新しい情報を勉強することが責務と考えていますので、お困りのことは何でもご相談ください。



いただきます。皆さまの大切なお子さまたちのために少しでもお力になればと思っています。仕事と育児に精一杯のお父さん、お母さんたちを少しでもサポートできればとスタッフ一同お待ちしております。

はやしこどもアレルギークリニック

小児科・アレルギー科

診察時間 月、火、水、木、金 9:00~12:00・14:00~18:30
(水のみ9:00~12:00)
土 9:00~12:00・14:00~17:00
休診日: 水午後、日、祝

03-5941-9181 hayashi-kodomo.com



院長 林 健太

日本小児科学会専門医
日本アレルギー学会専門医

■ 医師をめざしたきっかけ
高校生の時、将来を考え、人のために尽くせる仕事をやりたいと思い、医師をめざし、そして、純粋な子どもたちの笑顔に癒され小児科医となりました。成育医療センターにて小児科の基礎を学び、多くの病気と闘うお子さんやそのご家族の力になりたいと日々考えておりました。公立昭和病院にて10年間新生児から救急、一般診療と多くの経験を積み、地域のために貢献できるようにとこの度10月に開院とさせていただきます。

■ メッセージ
小児科一般、アレルギーを専門としておりますが、検診、予防接種も含め診療をさせて

リハビリ体操 誤嚥性肺炎を予防しよう！

高齢者に多い病気である誤嚥性肺炎をのど仏を鍛えて予防しましょう。のど仏は男性だけでなく、女性にもありますので、皆さん鍛えることができます！

①おでこの体操

おへそをのぞき込むように顎を引き、手をおでこにあて5秒間、手とおでこで押し合います。5秒を5セットおこないましょう。



②あご持ち上げ体操

あごを引き、あごの下に親指を当てましょう。あごは下に、親指は上へと同時に5秒間押し合います。のど仏の辺りに力をいれることがポイントです。



③呼吸訓練

ペットボトルに水を入れ、ストローをさします。ストローをくわえて、5秒くらいを目安にぶくぶくと強く息を吐きましょう。水を吸い込まないように注意してください。



誤嚥性肺炎とは、高齢者に多く、食べ物や唾液、逆流した胃液などが誤って気管から肺に入り、肺炎を起こしてしまう病気です。普段、飲み込みをおこなうときののど仏がごくつと上がることで気道に蓋をし、異物が入らないようにしています。つまり、のど仏の周りの筋肉を鍛えることで、飲み込んだ後のムセや、のどに引っかかる状態を軽減させることができ、誤嚥性肺炎を防ぐことができます！



動画をご希望の場合は、YouTube河北チャンネル「web河北健康教室」へアクセスしてください。上記以外の体操もご紹介しています！

監修:河北リハビリテーション病院 セラピー部

豆知識

冬に体を温める食材

寒い季節に体内から摂り入れることで体を温かくし、冷えを防止する食材をご紹介します！

生姜

加熱するとできるショウガオールという成分が、体を芯から温め、内臓の働きを活発にしてくれます。

唐辛子

主成分のカプサイシンは体を温める作用があり、肩こりや関節痛などの冷えからくる症状に有効といわれています。

長ネギ

辛み成分のアリシンには血行促進作用があります。発汗作用もあり、薬膳では体の冷えからくる風邪に有効といわれています。

監修:河北総合病院 栄養科 守屋 智香子

アンケートについて

当財団へご支援を賜り、誠にありがとうございます。より充実した誌面作りのために、アンケートへのご協力をお願いいたします。

ご愛読いただきまして、ありがとうございます。
読者アンケートにご協力をお願いします。

- Q1 性別(男・女) _____
- Q2 年齢(20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代・90代以上) _____
- Q3 お住まい
(杉並区・中野区・練馬区・世田谷区・その他: _____)
- Q4 もっとよかった記事は何ですか?
(_____ ページ: _____)
- Q5 今後、特集してほしい記事はありますか?
(_____)
- Q6 河北総合病院を何でお知りになりましたか?
(ホームページ・友人からの紹介・医療機関からの紹介・近所・JR阿佐ヶ谷駅看板・広告物: _____)
- Q7 web 河北健康教室を試聴したことはありますか?
(はい・いいえ)
- Q8 パソコンやスマートフォンなどで情報を閲覧していますか?
(はい:よく見るサイト名 _____ ・いいえ)

お知らせ ☆河北医療財団の活動や取り組みなどをお知らせするコーナーです。

河北チャンネル 1000 人突破

この度、YouTube「河北チャンネル」の登録者が1000人を突破しました！

いつも河北医療財団の SNS をご覧いただき、ありがとうございます。

YouTube「河北チャンネル」は、このコロナ禍において、開催できない河北健康教室をネットを通じ、いつでもどこでもご覧いただけるように、また、各種財団情報を発信するため、2020年4月に開設いたしました。

今後も web 河北健康教室や各種情報、施設の紹介など配信してまいりますので、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

年末年始の診療について

年末年始(12月30日～翌年1月3日)は救急外来のみとなりますが、病院情報システム更新にともない、**12月31日(金) 18:00～翌年1月1日(土) 8:00(14時間)の期間は救急車を含む一切の外来受入を停止させていただきます。**また、患者受入停止期間の前後では、システムの更新・登録作業により、通常より患者さんの対応にお時間をいただく場合がございます。ご利用の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

詳細はホームページをご覧ください。

料金受取人払郵便

郵便はがき

1 6 6 8 7 9 0

杉並局
承認

7001

(受取人)
東京都杉並区阿佐谷北1-7-3

差出有効期間
令和4年
6月30日まで
(切手不要)

社会医療法人 河北医療財団
広報課「かわびたる」編集行



当財団からイベント、セミナー情報をメルマガ配信いたします。

皆さまの個人情報は、上記以外での目的で使用することはありません。個人情報の取り扱いについては、ホームページをご参照ください。
<https://kawakita.or.jp>

お名前:

メールアドレス:

ご希望の方は上記へご記入いただくか下記、お名前をお送りください。
☒ kawaken@kawakita.or.jp [件名:メルマガ配信希望]

（キリトリ線）

YouTube
河北チャンネル



「河北医療財団の
魅力!」を紹介



編集後記



2021年も、COVID-19の対応に追われた1年でしたが、その感染者数は10月あたりから減少傾向が見られておりました。しかし、また新たなオミクロン株の出現に、世界中が不安を募らせております。私たちができる感染対策をしっかりと継続しながら、2022年は私たちがらしい生活が過ごせますように。



河北総合病院

検索

▼ ご意見をお寄せください

広報課 ☒ kouhou@kawakita.or.jp



Webサイト



Facebook



Instagram



採用サイト