



ハーモニー

このタイトルは職員公募により選定されたもの。精神的・身体的・社会的に調和(ハーモニー)のとれた医療人、そして病院でありたいという願いが込められている。[題字/理事長 森山 領]

第111号

発行所 医療法人 森山病院
元生会
旭川市8条通6丁目左10号
〒070-0038 ☎0166-22-4151

編集者 元生会企画広報学術委員会

元生会ホームページ

<http://www.moriyama.or.jp>



心がひきしまります



この日の気持ちを忘れずに

オリエンテーションでは、元生会の歴史や概要、就業規則、個

は、「全体終了後のアンケートで



ゲームで交流を図る新入職員の皆さん

平成29年度 新入職員就任式&オリエンテーション 信頼される職員を目指し理念誓う

平成29年4月3日(月)、新入職員就任式並びにオリエンテーションが行われました。今年度は愛生病院を含め31名の新規入職者、中途採用者29名を対象に行なわれ、森山理事長は「医療、福祉の世界に入ったことを早く自覚して下さい。みなさんの職場は商品を売るわけではない。相手は痛みや苦しみによって

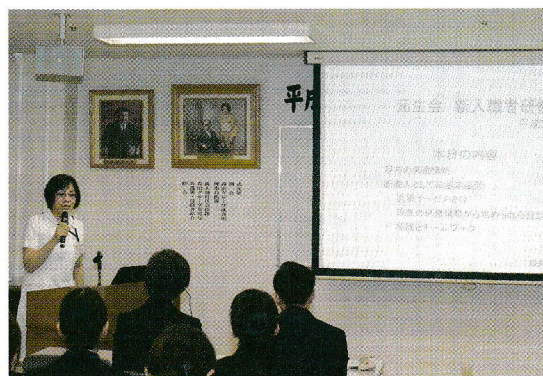
病んでいる多くの方々とあるということを忘れないうで欲しい。ややもすると、自分のことしか考えられなくて、人間性を欠いたような行動を取りがちです。それを反省できる謙虚な気持ちを持って下さい。白衣を着ると、人生の大先輩に会っても自分の方が偉いんじゃないかと勘違いの世界に入ってしまう偉そうにし

ている。決してそんなことのないようにして下さい。『愛と誠実』、事あるごとに、この理念を思い返して欲しい」と訓示されました。

また、新入職者代表2名が挨拶し、「患者様の信頼を得られる医療人となるよう、そしてチーム医療の一員として信頼して頂けるよう精進していきたい」「1日でも早く

患者様や皆様の力になることが出来る存在になれるよう、愛と誠実の理念を胸に精一杯努力していく」と誓いの言葉を述べました。その後、各部署から新入職員への挨拶やエールが送られました。

オリエンテーションでは、元生会の歴史や概要、就業規則、個人情報保護法、医療安全、感染対策、各委員会活動、職員としての心構えなどの講義に皆、真剣なまなざしで受講していました。コミュニケーションゲームと称したレクリエーションでは、緊張の中でも笑い合い、助け合いながら仲間同士のふれあう様子が伺われ、「同期を大切にしたい」という意見もあり良い親睦も図れました。



みんな真剣です

(企画委員 小林)

4月より赴任しました麻酔科山岸昭夫と申します。このたび、縁あって常勤医として赴任しましたので腰を据えてしっかりやっていきたいと意気込んでいます。

経歴としては、2001年に旭川医大を卒業し、麻酔科医としてスタートしました。今年で医者17年目となります。前任地は市立旭川病院で8年間勤務しました。心臓手術麻酔や重症患者のICU管理なども経験してきましたので、その経験を生かしていければなあと考えております。麻酔科

標榜医はもちろん、日本麻酔科学会専門医、日本心臓血管麻酔専門医、日本ペインクリニック学会専門医を取得しております。手術患者の麻酔はもちろん、お困りのことがあればどんどん相談していただけたらと思います。

基本的な仕事としては、手術麻酔が中心になります。みなさんは手術麻酔と聞いたら、どのようなことを思い浮かめますか？全身麻酔で挿管して、手術が終わったら覚醒させて病棟に帰す...といった感じでしょうか？

森山病院 麻酔科

山岸 昭夫 医師



確かにそうですが、安全に手術が終わることは第一目標であり、その上で患者さんに負担の少ない麻酔を心がけていきたいと考えています。そのために、手術前の患者さんの全身状態評価を重視しています。安全な麻酔管理は手術前の準備で8割決まっています。わけています。術前評価したうえで麻酔計画し、きちんと患者さん（家族）に説明して、安全な麻酔を提供する、ということをしつかりやっていきたいと思っています。手術前から手術麻酔は始まっています。そのために様々な方々に協力していただくことになりましたので、よろしく願っています。また、時間が許す限り、なるべく手術後の患者さんの状態を見に病棟に顔を出したいと思っていますので、気軽に声をかけていただけたらと思います。

まだ赴任したばかりでいろいろなご迷惑をおかけすることもあると思います。何かあれば、どんどん問い合わせてください。よろしくお願いします。

～ニューフェイスドクター～

はじめまして。4月1日より愛生病院に副院長として着任いたしました斉藤浩之です。以前、平成20年から8年半同院でお世話になっており、2年ぶりの復帰となります。家族は妻、長男、長女の4人で、長男も現在北見赤十字病院の初期研修医として働いております。

医科大学医学部に入学し、昭和63年（旭川医大10期生）に卒業しました。森山病院の山田副院長や高野副院長とは同級生になります。先日幹部会議で卒業以来約30年ぶりにお会いしまして、私以外あまり変わっておらず驚きました。

出身は北海道むかわ町で、父の仕事の都合で日高富川、白老、苫小牧で高校まで過ごしました。昭和57年に室蘭栄高校理数科を卒業し、同年旭川

卒業後は、旭川医大第3内科（現在の内科学講座 消化器・血液腫瘍制御内科学分野）に入局。その後大学、富良野、岩内で臨床研修し、平成4年より大阪大学医学部生化学教室で糖転移酵素の

愛生病院 消化器内科

斉藤 浩之 副院長



遺伝子クローニングの研究に従事し、医学博士を取得。大阪から岩内を経由して大学に戻ってからは、肝臓グループとして臨床および研究に従事致しました。臨床ではC型肝炎に対する瀉血療法について、研究ではC型肝炎における肝内鉄過剰蓄積のメカニズムの解明について行っていました。大学を退職後は旭川厚生病院消化器科勤務（肝臓グループ）、その後当院などで内科臨床医として働いてきました。

専門は肝臓病で、平成7年からずっと専門医として診療に従事しております。同院でも平成20年から消化器内科および肝臓外来を立ち上げ、現在では肝臓専門医がいる病院として認知されていると自負しております。

今後も肝臓を含めた消化器疾患の診療と検診業務の発展に、少しでも貢献できるような頑張りたいと思っています。今後ともどうぞよろしくお願いします。

（2面につづく）



愛生病院 内科

近藤 智之 医師

はじめまして。平成28年12月1日より森山グループ医療法人元生会愛生病院に着任いたしました。一般内科の近藤智之と申します。

札幌出身で道内の高校を卒業後、札幌医科大学で学びました。平成26年に卒業後、函館五稜郭病院、札幌医科大学、和歌山県那智勝浦温泉病院で研修を行いました。当院着任後は、一般内科として外来や病棟業務、健康診断、施設嘱託医、訪問診療を行っております。

問診療を行っております。旭川という地で、道民の皆様の健康に携わる機会を頂きましたことを非常に嬉しく思っております。

着任してから早や半年が過ぎましたが、職員の皆様のアットホームな雰囲気もあり、心機一転、充実感のある毎日を送っています。

当院では、特に高齢者の入院患者様や受診者様が多いので、適切な医療の提供だけでなく、ご本人やご家族に整っていると感じております。

当院は60床という中小規模病院にあたりますが、その分職員間の垣根も低く風通しのよい空気があり、各専門のスタッフ同士で迅速かつ円滑にコミュニケーションが取れるため、温かみのある医療を提供できる環境が整っていると感じております。

最後になりますが、当院を受診された皆様一人ひとりに、優しく寄り添えるような医療を提供できるよう努めさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

森山メモリアル病院

リハビリテーション科 専門医2名体制に

森山メモリアル病院は4月よりリハビリテーション科専門医(以下リハ科専門医)が2名体制となりました。

副院長の森泉茂宏医師に加え、新たに脳神経外科部長で脳神経外科専門医である林恵充医師がリハ科専門医を取得され、森山メモリアル病院はリハ科専門医2名体制という、より高度なリハビリの提供が可能な市内でも有数のリハビリテーション提供施設となりました。



森泉 茂宏

旭川医科大学医学部医学科卒業
副院長
日本リハビリテーション医学会 専門医
旭川医科大学医学部 臨床指導准教授
札幌医科大学医学部 非常勤講師



林 恵充

旭川医科大学医学部医学科卒業
脳神経外科部長
日本脳神経外科学会 専門医
日本リハビリテーション医学会 専門医

研修や講演など

平成29年3月～5月の業績報告

はチーム医療の概念に従い、リハ科専門医、看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、薬剤師、医療相談員などが互いに連携しながら診療を行っており、患者様の機能訓練のみではなく、日常生活動作の訓練や指導、退院に備える環境整備など、多方面から患者様とご家族をサポートするよう心掛けています。

(文責：森山メモリアル病院副院長 森泉茂宏)

平成29年3月
石川潤一(訪問リハビリテーション事業所…理学療法士)
8日 第3回合同研修会(主催：旭川地区訪問リハビリテーション連絡会)旭川市通所系サービ事業所連絡会
「訪問リハビリテーションの紹介」(講師)岡崎由佳(訪問リハビリテーション事業所…言語聴覚士)
15日 北星地区ふれあいサロン
「健康は健口から!!」いつでもおいしく食べましょう(講師)小林浩(訪問リハビリテーション事業所…理学療法士、居宅介護事業部部長)
19日 介護支援専門員等地域合同研修会(主催：平成29年度末広・東鷹栖

地域包括支援センター)「地域リハビリテーション活動支援事業」リハビリテーション専門職の地域でのかわりと連携について(講師)平成29年5月
木村俊哉(訪問リハビリテーション事業所…理学療法士)
17日 北星地区ふれあいサロン
「寝ていた身体を動かして歩く準備を始めましょう」(講師)小林浩(訪問リハビリテーション事業所…理学療法士、居宅介護事業部部長)
20日 第1回空知支部職能部研修会(主催：北海道理学療法士会空知支部)
「理学療法士がかかわる地域ケア支援」旭川と空知の現状(講師)

みなさん、こんにちは はじめまして…

医療法人元生会
森山メモリアル病院『教育管理室』



室長の澤向尋子（さわむかいひろこ）です。私が目指す今年の目標は「ポジティブ ライフ！」。

当院（森山メモリアル病院）の看護部相談役、各部署の教育プログラム、接遇に関すること、またそれにかかわる各部署のご相談を受けております。「出前講座」等ご要望がありましたら、いつでもお声をかけてください。

また、患者様、利用者様、ご家族様、そして地域の皆様、今まで何となく、堅苦しいイメージのあった「部長職」から、癒し系の「室長」をめざしております。ネームも新しく変わり（平等に皆様のお声をお聴きします、という私の願いを込めて白地にしました）、心機一転皆様の声を大切に、職員の協力をいただきながら良い施設を目指して行きたいと決意いたしております。よろしく願いいたします。

旭川医科大学の早期体験実習が5月23日から26日に行われ、未来の医師と看護師8名が看護師の業務を体験しました。

実際に参加した学生は、医療の現場を間近に見るのは初めてで、各病棟と手術室を見学し、「看護師の業務の多さに驚いたが勉強になった」「医師としてコミュニケーション

早期体験実習が、将来の夢への第一歩となっていただけばと思っています。

（企画委員 太田）

今年も開催 アーリーエクスポージャー



5月12日に「看護の日」のイベントを開催しました。看護の日は、看護の祖「フロレンス・ナイチンゲール」の生誕の日を記念し「老若男女問わず看護と助け合いの心を持つ」を目的に制定されました。今回のイベントでは、ポスターの提示、健康・栄養相談や身長・体重・体脂肪測定、血圧測定

健康管理の大切さ

「看護の日」

や健康の維持増進に関する各種パンフレットの配布も行いました。多くの方にご参加いただき、日々の健康や疾病の予防に意識を高めてもらえる良いきっかけになったと思います。今後も多くの皆さま方に看護、健康管理について興味・関心を持って頂く機会づくりのイベントを開催していきたいと思っています。

（森山病院看護部 紫藤 法華）

ふれあい看護体験



車椅子体験

今年も日本看護協会主催の「看護の日」に伴い、応募した市内の高校生数十名を対象に「ふれあい看護体験」を開催しました。毎年看護部では、患者体験や実際に患者さ

んとふれあうことで、看護の現場をより身近に感じてもらう、看護の楽しさを、やりがい伝える取り組みを行なっています。

今回、患者体験のひとつとして車椅子・ストレッチャー移乗を体験してもらい、学生さんから「普段できない体験を通して、患者さんの気持ちを知ることができた」「患者さんの気持ちを考えられる看護師を目指したい」との感想も聞かれました。

今後も、看護師を目指す学生さんの将来を考えるきっかけになるような活動を行なっていきたいと感じました。

（森山病院看護部 川森優莉）



血圧測定も体験しました

介護予防リハビリテーション センター開設

平成29年4月より介護予防リハビリテーションセンターが設立され事業が始まりました。この部署では旭川市及び近郊で行なわれる「地域リハビリテーション活動支援事業」に対応していく部門になります。

今年度の取り組みは、地域に多数ある住民主体の運動サークルやサロン等に参加されている方の運動機能を中心とした評価を行い、運動や生活指導等を行なっていきます。

また、地域からの講話依頼などへも対応していきます。これから高齢の方が増えていく社会になります。制度や政策にも限界があるため地域住民の「自助」や「互助」を支えていくことが大切になっていきます。年を重ねても自分らしく生活できるようにしていくためには、多くの専門職が力をもち、支援体制が必要になっていきます。

今後は、地域で開催される地域ケア会議への参加や閉じこもりへの対策、運動サークル支援対策など、介護予防に向けた事業に取り組んでいきます。多くの部門の理解や協力が必要です。どうぞよろしくお願い申し上げます。

(医療法人元生会森山メモリアル病院
地域ケア支援センター) 居宅介護事業部
部長 小林 浩

おいしく食べて健康に ～ロコモ予防レシピ～

森山メモリアル病院
栄養部副部長 小柳 淳子

ロコモティブシンドロームという言葉を知っていますか？

通称「ロコモ」とは、特に下半身の骨や筋肉が衰えて、立ったり座ったりの日常生活が困難になる諸症状のことを言います。

ロコモ予防の食事のポイントはたんぱく質をとる事です。筋肉を維持するためにしっかりとたん

ぱく質をとりましょう。

鶏肉は皮をとることで、約70kcalのエネルギーダウンになります。付け合せのお野菜は、お芋やきのこ類、根菜など冷蔵庫に残ったお野菜でもいいですね。野菜はお肉と一緒に調理することで、特別味付けをしなくても美味しく仕上がり、塩分カットにつながります。

骨を丈夫に維持するためには、カルシウムとビタミンDが重要です。干しエビは小さじ1杯(約3g)で牛乳1杯(200ml)とほぼ同量のカルシウムを含んでいます。

きのこなどのビタミンDを多く含む食品と組み合わせることで、カルシウムの吸収率がUPしますよ。

【メニュー】

- ・ご飯
- ・鶏肉の南部焼き
- ・水菜と桜えびのサラダ
- ・豆腐のすまし汁

【栄養量】

エネルギー	517 kcal
たんぱく質	26.6 g
脂質	10.7 g
炭水化物	76.8 g
塩分	2.4 g
カルシウム	370mg



～材料(1人分)～

ご飯	
ご飯(茶碗1膳)	150g
鶏肉の南部焼き	
鶏もも(皮なし)	80g
油(小さじ1/2)	3g
南瓜	20g
人参	1/4本
しめじ	1/4房
アスパラ	10g
なす	1/2本
《調味料A》	
味噌(小さじ1/2)	6g



砂糖(小さじ2/3) 3g
酒(小さじ1/4) 1g
黒すり胡麻(小さじ1) 2g

水菜と桜えびのサラダ

水菜 15g
レタス 10g
桜えび(大さじ1) 3g
トマト 2/12切
《ドレッシング》
醤油(小さじ1/2) 2.5g
酢(小さじ1/2) 2.5g
ごま油(小さじ1/4) 1g
砂糖(小さじ1/4) 2g
おろし生姜 少々

豆腐のすまし汁

木綿豆腐 30g
小松菜 20g
塩 0.6g
醤油(小さじ1/2) 3g
だし汁 180ml

～作り方～

鶏肉の南部焼き

1. 鶏肉は、皮をとりフォークで数か所穴をあけ、食べやすい大きさにカットしておく。
2. 調味料Aを混ぜ合わせ、鶏肉の

片面に塗る。

3. 熱したフライパンに油を敷き、肉・カットした野菜を並べる。蓋をして蒸し焼きにする。
4. 火が通ったら、野菜と一緒に盛り付ける。

水菜と桜えびのサラダ

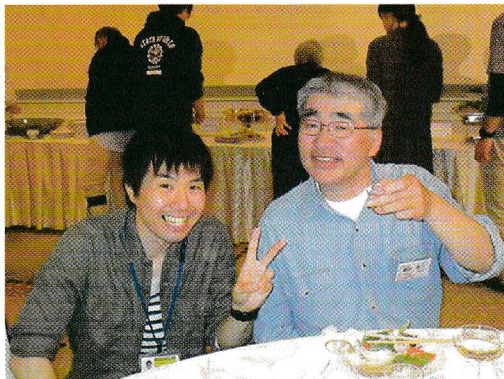
1. 水菜とレタスは食べやすい大きさにカットする。
2. 調味料を混ぜ合わせドレッシングをつくる。
3. お皿に野菜を盛り付け2を上からかけ、桜えび、トマトを飾って完成。

豆腐のすまし汁

1. かつおぶし、昆布でだしをとる。(1人180ml使用)
※和風だしを使う場合は塩を減らしてくださいね。
2. 小松菜は1cm幅の大きさにカットし、鍋に加える。
3. 野菜に火が通ったら、塩、醤油で味を調え、さいの目切りにカットした豆腐を加え、ひと煮立ちさせて完成。



「家庭でできるリハビリテーションの会 観桜会」を終えて



かんぱーい



プロも顔負けの歌声

毎年の恒例行事である「家庭でできるリハビリテーションの会 観桜会」が5月20日(土)、盛大に開催されました。今年は一参加者が30名、職員ボランティア20名、事務局15名の計65名の参加を得ることができました。年々参加者が減少する中で、今年は当法人の在宅サービスを利用していらっしゃる方へ車での送迎を実施した結果、沢山の方々に足を運んでいただきました。ゲームやカラオケで盛り上がり、参加者の中からは「また来年も参加したい」という感想をいただき、とても嬉しく思います。

今年で当会は第30回のを迎えます。今年のテーマは「健康」地域に広がる笑顔」とし、8月27日(日)に開催する事が決定しています。当会は長年旭川地域において、リハビリテーションの啓発を含め、障害を持ちながらも地域で生活されている方の支援を目的に活動してきました。健康増進を促進し、沢山の笑顔を提供したいという思いで今年のテーマを「家庭でできるリハビリテーションの会会長 中村賢



久しぶりの再会

和進会観桜会&新入職員歓迎会

平成29年4月14日に行われた、平成28年度和進会定期総会において、引き続き会長を務めさせて頂くことになりました。森山メモリアル病院訪問リハビリテーション事業所の本間直之です。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

先日5月19日の「平成29年度 観桜会ならびに新入職員歓迎会」は、会員皆様方の多大なご協力により盛大に終えることが出来ました。5月までの新入職者は約30名で、代表として森山病院リハビリテーション部の山下将平さんにテンションMAXの挨拶をしてもらいました。元気を頂きました。テーブル対抗ゲームも皆様の協力で盛り上がる事が出来ました。どうもありがとうございます。

和進会は各部署の代表17名が役員として選出されています。本年度も役員と協力し、会員の皆様の協力も頂きたいと思っています。今年度の「楽しい会」を目標に行なうので、どうぞよろしくお願い致します。

(和進会会長 本間直之)



サンシャイン山下です



会長の本間です

編集後記

月日が流れるのは早いものでこの広報誌に携わってもう10年以上になります。当初はよくわからず右往左往したことも多かったのですが、今では良くも悪くも感覚でこなせるようになりました。時折小さなリニューアルもしてきたくつりですが、そろそろまた変化をつけていきたいと個人的には思っていますので...ちょっと頭の中をリフレッシュして鼻歌交じりで考えていければと思っています。※期待は禁物です(笑)

(企画委員 山本)

対抗ゲームで盛り上がり

