

三次地区医療センター

病棟紹介

今回は2階を
紹介します！


2階病棟は地域包括ケア病棟として49床開設しています。

心疾患、呼吸器疾患、消化器疾患等多岐にわたり内科一般の入院受けを行っています。大腸ポリペクトミー術、睡眠時無呼吸症候群検査、中でも包括的心臓リハビリテーションの入院を特徴としています。また、急性期から慢性期への移行や慢性疾患の増悪等への対応を行い、施設を含む在宅復帰に向けて在宅支援看護師と共に退院支援を行っています。

昨年度からの継続で始めた、病棟スタッフによる病棟リハビリの強化を掲げ、在宅退院を目指し、日々患者様への援助を行っています。今年度は筋力強化目的の病棟リハビリ以外に、退院後の生活様式を見据えた、生活動作に直結できるリハビリを提供できるよう、病棟スタッフ・療法士が協力しながら進めています。

地域医療の中核病院としての役割機能を保ち、各施設との連携を図りながら患者様が安心して当院での医療が受けられるよう、また、住み慣れた地域での生活が継続できるようスタッフ一同取り組んでいきたいと思っています。

2階病棟 師長 奥田 智美


病棟面会
について

面会可能回数：毎日面会可能
面会可能日時：日祝日を含め毎日13:00から17:30
面会対象者：面会札を持参した中学生以上の方
1日の上限人数：1度に2名まで。2名ずつ交代で面会することは可
1日の面会時間：30分程度。検査・リハビリ・食事等の予定により
面会を終了する場合あり

※ご家族に面会許可証を2枚配布。(必ず面会許可証をご持参下さい)
※詳しくはホームページをご覧ください。

【感染対策】マスク着用は任意、入室前手指消毒要／発熱・咳等有症状者は、面会を控えて頂く



三次地区医療センター

〒728-0013

広島県三次市十日市東三丁目16番1号

TEL.0824-62-1103

FAX.0824-62-7341

E-mail:info@miyoshi.hiroshima.med.or.jp

ホームページ:https://www.miyoshi.hiroshima.med.or.jp/



理念

全人的医療を目指します。
地域密着型の医師会立病院としてかかりつけ
医と連携し、患者様に満足の頂ける医療・ケアを
行います。

「身体的拘束最小化」を
宣言

6月、全職員に対し「身体的拘束最小化」
身体的拘束を体感する～その身体的拘束、本
当に必要なですか？～と題し、研修会を開催
しました。

身体的拘束とは、「本人の行動の自由を制
限すること」です。身体的拘束最小化に取
り組む理由は、患者様の尊厳を守り、心身
の健康の悪化を防ぐためです。

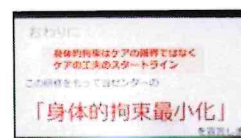
備北地区は高齢化のピークを迎え、認知
症の患者さんも急増しています。認知症の人が尊厳を保持しつつ、希望を持って暮らす
ことができるよう「認知症基本法」の施行に伴い、尊厳を守る方針が強化されました。

身体的拘束は多くの弊害（身体的・精神的・社会的）
をもたらします。これまで、認知症の行動・心理症状
がある場合、そこには何らかの原因があるため、ご本人
に向き合いアセスメントを行い、その原因を探り、動き
たい理由への先回り対応に取り組んできました。今後更
に組織および本人・関係者等で協議し、身体的拘束廃
止・防止に向けた取組を定期的に見直し、改善していき
たいと思います。

身体的拘束はケアの限界ではなく、ケアの工夫のスター
トラインです。患者様個々の思いを尊重し、病院全体で取
り組んでいきたいと感じた研修会でした。

研修終了時、病院長により「身体的拘束最小化」を宣言
されました。

身体的拘束最小化チーム 看護師 福永 真奈美



わたしたちの『くうでるうごく』

当センターでは「心臓いきいき事業」の関連事業として、「健康いきいき事業」を展開しています。健康いきいき事業では、すべての世代に対し「くうでるうごく」を合言葉に健康づくりを推進しています。『くうでるうごく』とは、フレイル予防・改善の3本柱である「栄養・口腔」「社会参加」「身体活動」を表す言葉です。まずは職員が「くうでるうごく」の意識を高めようとそれぞれが行っている「くうでるうごく」にちなんだ写真を掲示し、啓発・意識を高めることにしました。

みなさんの「くうでるうごく」は何ですか？ちょっと考えてみましょう。



地域医療連携・患者支援室 室長 坂上 真千子

三次市四病院連絡協議会総会

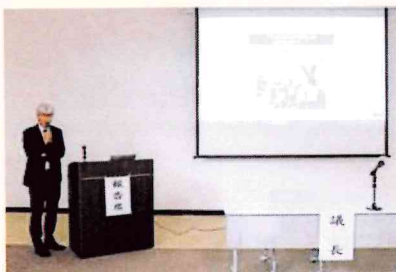
令和8年7月2日(木)、第22回三次市四病院連絡協議会総会が三次ワイナリーにて開催されました。議事では、令和7年度の事業報告及び決算・監査報告が承認され、続く令和8年度の事業計画案と予算案についても、地域医療の連携強化に向けた方針が可決されました。

各病院からの報告では、「各病院が特に力を入れている取組」や「人材確保対策」、「人材育成の工夫」について具体的な発表がなされ、活発な意見交換が行われました。

当センターは、「心機一転」人材育成から始める病院改革と題し、心機一転プロジェクト(3本柱)について病院長から報告されました。

それぞれの医療機関が強みをいかし、緊密に連携し、市民の皆様が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、治し支える医療という目的を共有しながら、今後一丸となって地域医療体制の確保と発展に努めてまいります。

看護部長 小林 真理子



え!これだけ!? たった1分で背中に羽が!!

肩こりは、国民生活基礎調査において女性では自覚症状の第1位、男性では第2位となっており、多くの方が悩まされている身近な症状です。長時間のデスクワークやスマートフォンの使用、車の運転、家事など、同じ姿勢が続くことで首や肩の筋肉が緊張し、肩こりを引き起こしやすくなります。そのまま放っておくと、肩の痛みや重だるさだけでなく、仕事や家事、趣味などの日常生活にも影響し、生活の質(QOL)の低下につながる可能性があります。しかし、肩こりは毎日のちょっとした工夫や体操で改善・予防が期待できます。今回ご紹介するのは、**たった1分でできる肩こり解消体操**です。特別な道具は必要なく、立ったままでも座ったままでもできるので、仕事や家事の合間、テレビを見ながらなど、気づいたときにすぐ取り組みます。「え!これだけ?」と思うほど簡単な体操です。ぜひ今日から肩を動かして、すっきり軽い毎日を目指しましょう!

肩こり解消体操



1

胸を張り、両肩へ両手を添えます。
※肩へ手がつかない場合は、形を真似るだけでも良いです。



2

両肘で大きな円を描くように後ろへ肩を回します。
10回を2〜3セット行います。



悪い例

背中が丸まり、首が前に突き出ている。
※肩甲骨の動きが得られず、体操の効果が半減します。



円背の人にもおすすめ!!

背中に枕を当ててもたれることで、体が起きやすくなり、無理なく体操ができます。



ポイント!!

○痛みのない範囲で、ゆっくり、丁寧に行いましょう。
○セット数や回数は目安です。毎日できる回数、できるセット数で継続して行い、肩こり予防の習慣を作りましょう。

リハビリテーション技術科：作業療法士 石井 友貴・中村 颯汰