

2023年  
3月号  
No.492

日本赤十字社 富山赤十字病院広報誌

# やすらぎ

TAKE  
FREE ご自由にお持ち帰り  
ください

WOMAN  
HEALTH  
3/1-3/8

女性の健康週間

## I N D E X

- WOMAN HEALTH(女性の健康週間)
- 「患者さん満足度調査」の結果報告
- 3・4月健康教室等のお知らせ

産婦人科外来

### 「女性の健康週間」

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を過ごすことを目指し、厚生労働省では、毎年3/1から3/8までを「女性の健康週間」と定め、女性の健康運動を国民運動として展開しています。

#### 女性のからだところ

女性のからだは、本来もっている赤ちゃんを産むための機能を中心に一生を通じて大きく変化します。思春期(8~18歳ごろ)、性成熟期(18~45歳ごろ)、更年期(45~55歳ごろ)そして老年期、それぞれ女性ホルモンの影響によりからだところに変化がおこります。

#### 更年期を知る

更年期とは、閉経期(50才ごろ)の前後10年間をさします。卵巣から分泌される女性ホルモン(エストロゲンとプロゲステロン)は、20~30代でピークを迎え、40代に入ったころ

から急激に低下し始めます。これにともなって現れるさまざまな心身の不調が「更年期の症状」です。更年期の症状がひどく生活に支障をきたす場合は、「更年期障害」とよばれ治療が必要となります。女性なら誰でも迎える更年期ですが、症状があまりなくいつの間にか過ぎてしまったという人もいれば、いくつもの症状が重なりつらくて寝込んでしまう人もいます。

#### 更年期のからだ・ことと向き合う

更年期にあらわれる症状は、からだばかりではなく、不安感やうつ状態、イライラといったところの変調もかなりみられます。日常生活に支障がある場合には、ひとりで悩まず、更年期外来や産婦人科などの医師に相談しましょう。

当院では、更年期以降の女性のQOL(生活の質)の向上をめざして、必要があれば、ホルモン補充療法等を行い、この時期の女性が元気に過ごせるようにサポートしております。

### ▽ 更年期の症状をセルフチェック! ▽

症 状	症状が強く、 日常生活に 支障をきたす	症状があり、 生活する上で 気になる時もある	症状がときどきある	症状なし
顔がほてる	<input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/>
汗をかきやすい	<input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/>
腰や手足が冷えやすい	<input type="checkbox"/> 14	<input type="checkbox"/> 9	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/>
息切れ、どうきがる	<input type="checkbox"/> 12	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/>
寝つきが悪い、眠りが浅い	<input type="checkbox"/> 14	<input type="checkbox"/> 9	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/>
怒りやすく、イライラする	<input type="checkbox"/> 12	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/>
くよくよしたり、憂うつになる	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/>
頭痛、めまい、吐き気がよくある	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/>
疲れやすい	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/>
肩こり、腰痛、手足の痛みがある	<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/>

合計 \_\_\_\_\_ 点

0~25点 問題ありません  
26~50点 食事、運動に気を付け、無理のないよう生活してください

半年後か1年後にセルフチェックして、変化がないか確かめてください

51~65点 更年期・閉経外来を受診してください  
66~80点 長期の治療が必要です  
81~100点 各種精密検査が必要です

# 結果報告

## 「患者さん満足度調査」の結果をご報告いたします

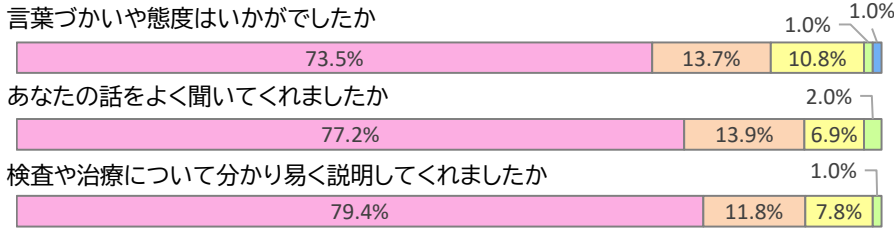
当院では、患者さんからのご意見を伺い、今後の医療サービスの充実と改善に役立てたいと考え毎年アンケート調査を実施しております。外来患者満足度調査は令和4年11月24日～25日に、入院満足度調査は令和4年8月22日～26日に実施いたしました。

### 【外来患者満足度調査の結果概況】

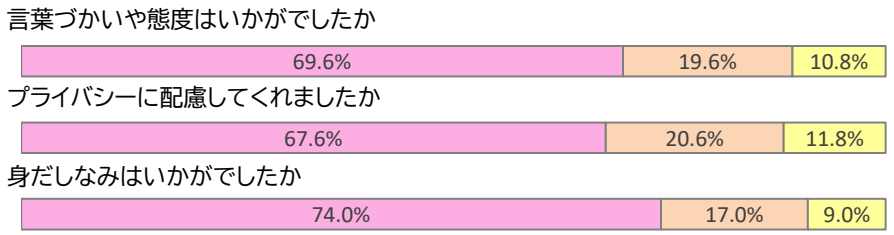
外来患者さん100人から5つの分野について回答いただきました

■ 満足(A)    ■ やや満足(B)    ■ ふつう  
■ やや不満足    ■ 不満足

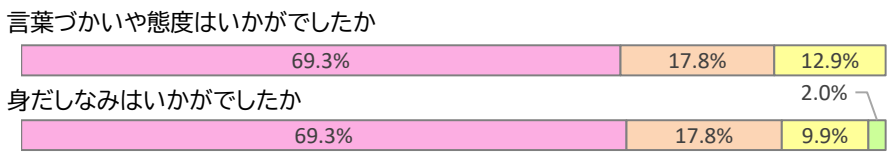
#### 《医師について》



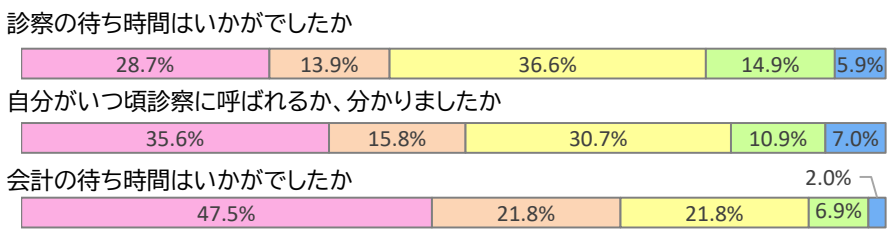
#### 《看護師について》



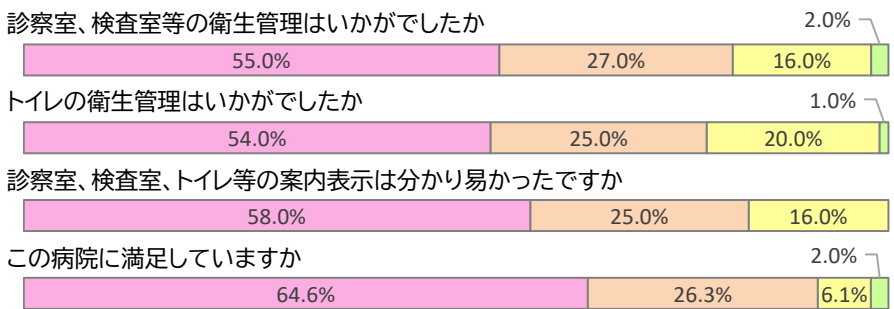
#### 《受付職員について》



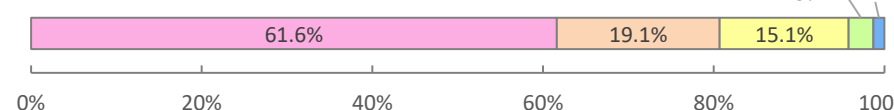
#### 《待ち時間について》



#### 《環境、設備について》



#### 《全体評価》



CSI(Customer Satisfaction Index)とは

「顧客満足度指数」で、一番満足の高いものを5点、以下満足度が下がるごとに1ずつ減点、一番満足の低いものを1点とします。

CSI (指数)	(A)・(B)割合		
	令和4年度	令和2年度	令和元年度
4.6	87.2%	84.5%	91.8%
4.5	91.1%	83.5%	93.9%
4.5	91.2%	82.3%	89.9%
4.4	89.2%	85.1%	82.8%
4.4	88.2%	82.8%	83.7%
4.5	91.0%	86.0%	84.8%
4.3	87.1%	75.5%	84.8%
4.3	87.1%	78.1%	88.9%
3.5	42.6%	48.0%	49.9%
3.4	51.4%	42.9%	46.4%
4.1	69.3%	67.3%	71.7%
4.3	82.0%	79.2%	77.3%
4.0	79.0%	71.4%	72.4%
4.1	83.0%	70.8%	74.0%
4.4	90.9%	85.4%	—
4.2	80.7%	74.6%	69.0%

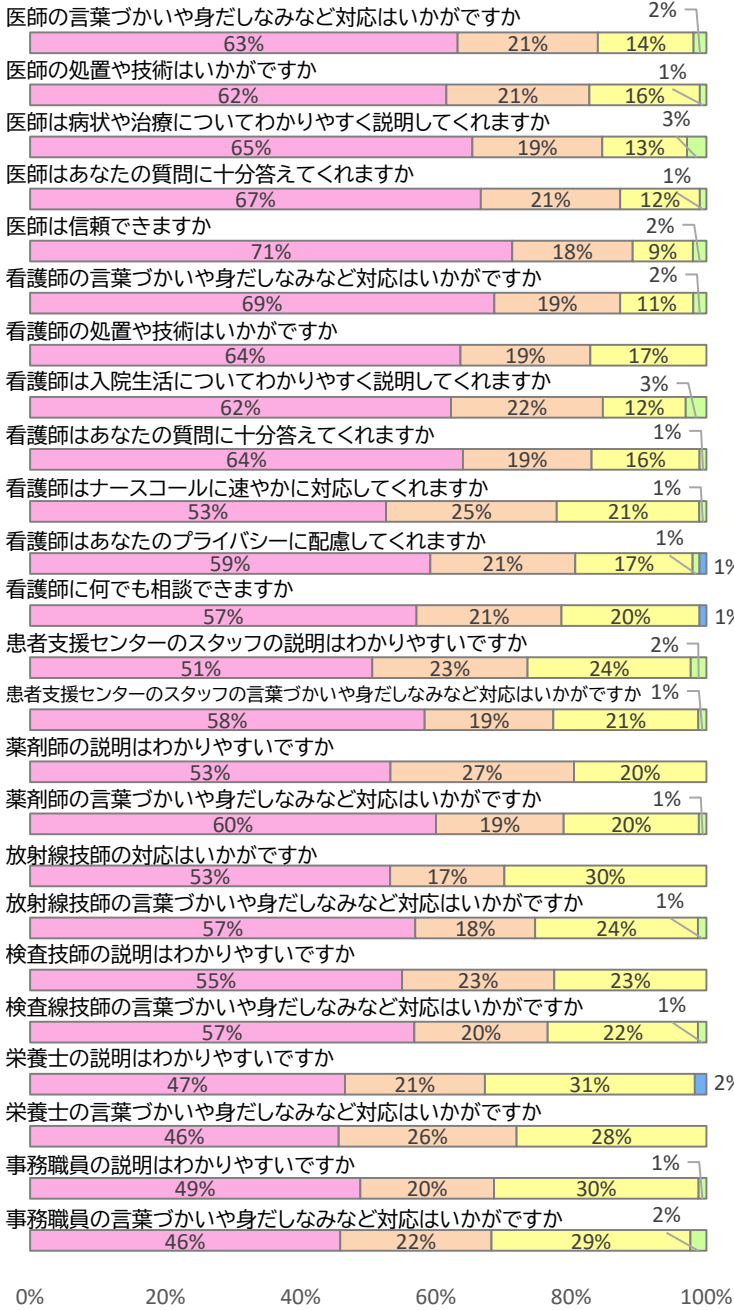
「医師・看護師、受付職員」についての満足度は、いずれも80%以上で、前回よりも高い結果となりました。続いて、待ち時間については40%台、「環境・設備」については80%台でした。ほとんどの分野で70%以上の満足を得ていますが、「待ち時間」の分野のみ、前回に続き満足度が50%を下回る結果となっています。自由意見でも、「待ち時間が驚くほど長い」や「自分がいつ頃呼ばれるのが分からない」等のご意見をいただきました。呼出しの順番につきましては、令和5年度中に電光掲示板を設置し待ち時間の状況をご案内できる予定です。(外来運営委員会)

## 【入院患者満足度調査の結果概況】

入院患者さん150人を対象にスタッフや設備、療養環境の多数の項目について回答いただきました

■ 満足 ■ やや満足 ■ ふう ■ やや不満足 ■ 不満足

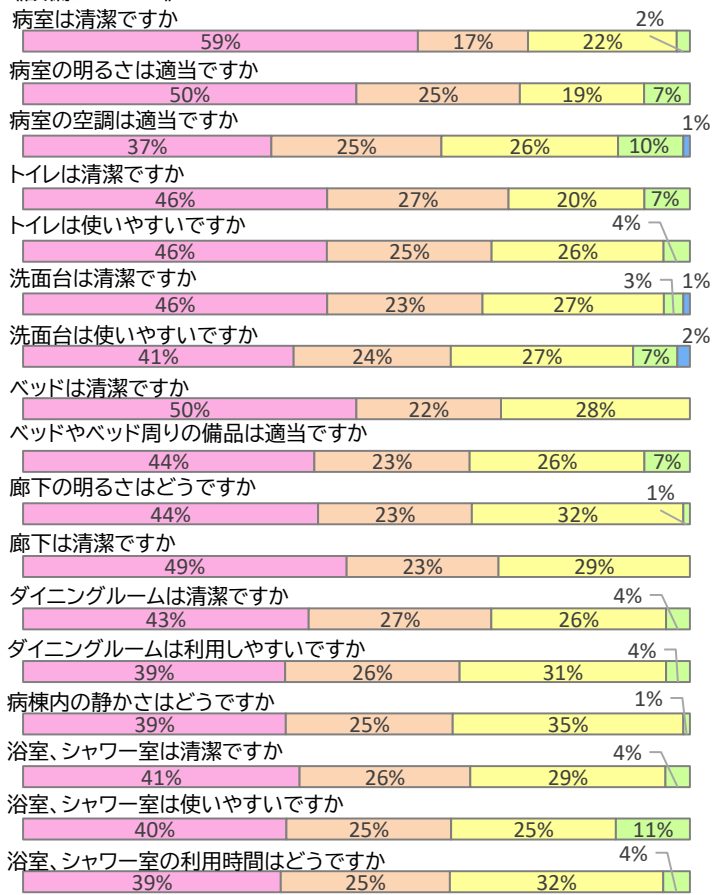
### 《スタッフについて》



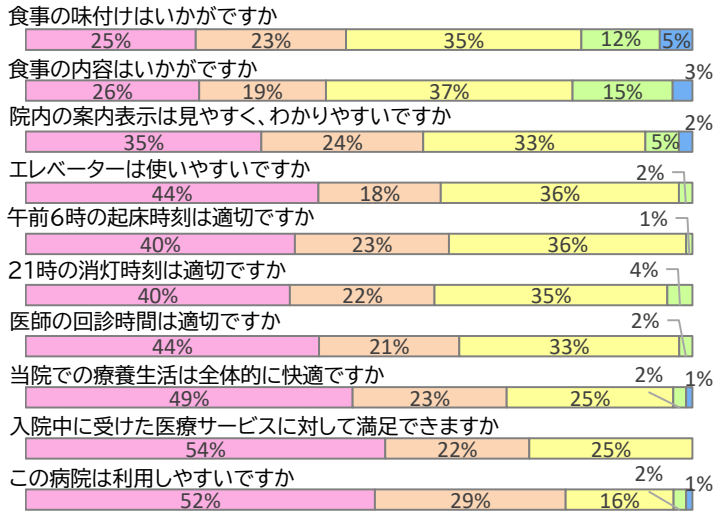
「スタッフについて」の項目では、医師の満足度は約90%以上、看護師・薬剤師は80%以上、その他のコメディカルは、70%以上でした。「設備」「療養環境」の項目では昨年と比較して満足度が減少しました。自由意見でも、医師や看護師等に対する感謝の言葉がたくさん寄せられた一方、「Wi-Fiが通じていない。今の時代に合っていない」、「味付けがうすくおいしさが感じられない」等、施設・設備や食事に対する意見を多くいただきました。(病棟運営委員会)

おわりに ご協力いただいた患者さまには、心よりお礼申し上げます。皆さまからいただきました貴重なご意見は、今後のより良い患者サービスの提供に役立ててまいります。当院では今後も「患者さん満足度調査」を継続して行い、ご利用される皆さまに満足していただけるようサービスの向上に努めます。

### 《設備について》



### 《療養環境について》



## 理念

人道・博愛の赤十字精神にもとづく良質で安全な医療の提供

### 基本方針

- 1 患者さん中心の医療を提供します
- 2 より安全で高度な医療の実践を目指します
- 3 地域医療に貢献する病院を目指します
- 4 災害救護ならびに医療社会奉仕に努めます
- 5 次代を担う医療従事者を育成します
- 6 働きがいのある病院運営に努めます
- 7 健全経営の維持に努めます

## 患者さんの権利

病院の「理念」・「基本方針」にもとづき患者さんが安心して医療を受けることができるよう、以下の権利を大切にします

- 1 個人の尊厳が守られる権利
- 2 プライバシーが保障される権利
- 3 適切な情報と説明を受ける権利
- 4 自ら医療行為を選択する権利
- 5 適切で最善の医療を受ける権利
- 6 子ども達に分かりやすく心のこもった医療を受ける権利

### 3月・4月健康教室等のお知らせ

患者さん、ご家族の方、お気軽にご利用ください。【お問い合わせ】電話(076)433-2222 医療社会事業課(内線 2322)

名称	内容	実施日 祝祭日除く	時間	場所	担当	申込窓口
やすらぎの会	ミニレクチャー がん治療と口腔ケアについて (講師:歯科衛生士)	3月15日(水)	14:00~15:00	3階講義室	がん相談スタッフ	申込不要
	ミニレクチャー こんにちは!がん相談支援センターです ~がんと仕事の両立について~ (講師:両立支援コーディネーター)	4月19日(水)				
ライラックの会	血液内科疾患 患者・家族・医療スタッフの会	当面の間 中止				
クロスサロンとやま	がんピアサポーターが自らの体験を活かし、がん体験者やそのご家族と同じ立場で不安や悩みなどについて、安心して語り合う交流サロンです	3・4月開催なし				
がん相談支援センターでは、がんに関する相談をお受けしております。お気軽にご相談ください。						
糖尿病指導コース (要申込)	運動の話と実技(実技は主治医の許可を受けてください) 検査の話 食事の話	3月14日(火)・28日(火) 4月11日(火)・25日(火)	14:00~16:00	3階討議室	理学療法士 検査技師 管理栄養士	外来通院の方は 内科外来 入院中の方は 病棟看護師
	病気の話 薬の話 生活の注意点 (第2水曜日のみ「口腔衛生について」)	3月8日(水)・22日(水) 4月12日(水)・26日(水)			医師 薬剤師 看護師	
	昼食会	当面の間中止				
腎臓病教室 (要申込)	病気の話 食事の話 生活の注意点	3月16日(木) 4月20日(木)	14:00~15:00	3階討議室	医師 管理栄養士 看護師	主治医
禁煙教室	ミニレクチャー 「禁煙治療薬」ってどんなもの? ~疑問にお答えします~ (講師:薬剤師)	3月17日(金)	15:00~15:30	健診センター	医師 保健師	申込不要
	ミニレクチャー 第一回 タバコは全身病 ~そもそもタバコの害ってどんなもの?~ (講師:医師)	4月21日(金)				
安産教室 (要申込)	1コース 妊娠されたママへ~自分の身体と赤ちゃんをイメージしよう~	3月3日(金) 4月7日(金)	13:00~14:00	正面玄関 多目的室 3月24日(金)・4月28日(金) zoom開催	助産師 管理栄養士 歯科衛生士	産婦人科 外来
	2コース 自分の食生活と向き合ってみよう妊娠中の身体と生活		14:30~15:30			
	3コース 赤ちゃんとおぼろしいお産	3月10日(金)・17日(金) 24日(金)	13:00~14:00			
	4コース みんなで学ぼう! 母乳育児!	4月14日(金)・21日(金) 28日(金)				
赤ちゃんのにこにこご飯 (要申込)	食育教室 病院ホームページの『診療科・部門のご案内』>『栄養課』>『栄養管理、栄養指導の提供、チーム医療への参加』をご覧ください。	当面の間中止				
のびのびサークル	母乳育児期間中の母子のつどい 病院ホームページの『ご利用の皆さまへ』>『お産される方へ』>『【退院後】のびのびサークル』をご覧ください。 	3月22日(水) 4月26日(水)	10:00~11:30 (zoomへの入室は 9:40~)	zoom開催	自助サークル	病院ホーム ページ
赤十字 救急法基礎講習 救急員養成講習 (要申込)	一次救命処置(心肺蘇生・AED) / 搬送および救護 / 急病の手当/けがの手当(止血法・包帯法・固定法)	基礎講習: 3月21日(火祝) 4月29日(土祝) 養成講習: 3月25日(土)・26日(日)	9:00~16:30	日本赤十字社富山県支部	救急法 講習指導員	日本赤十字社 富山県支部 451-7878