

## 病院機能評価の更新が認定されました

平成 28 年 8 月 21 日付で病院機能評価 3rdG:Ver.1.1 の更新が認定されました。

病院機能評価とは、(財)日本医療機能評価機構により病院など医療機関の機能を中立的な立場で評価し、問題点の改善を支援する第三者評価のことです。

当院では平成 23 年 8 月 21 日に病院機能評価 ver6.0 の認定をいただいておりますが、今回より改正され基準がより厳格な病院機能評価 3rdG:Ver.1.1 の認定をいただきました。

### 認 定 証

Certificate of Accreditation



認定第JC1080-3号  
Accreditation Number

主たる機能：一般病院1  
Hospital Type 1  
(主として、日常生活圏域等の比較的狭い地域において地域医療を支える中小規模病院)  
機能種別版評価項目3rdG: Ver.1.1

病院名  
Hospital Name

医療法人社団朋優会 三木山陽病院 殿  
Miki Sanyo Hospital

貴病院が日本医療機能評価機構の定める  
認定基準を達成していることを証する

This is to certify that the above hospital has demonstrated satisfactory  
compliance with the applicable JCQHC accreditation standards.

認定期間：2016年8月21日～2021年8月20日

交付日：2016年8月5日

初回認定：2006年8月21日



〈認定3回目〉



公益財団法人 日本医療機能評価機構  
Japan Council for Quality Health Care

代表理事 理事長 河北 博文  
Chairman of the Board Hirobumi Kawakita



評価機関の組織および評価項目は、  
国際認定を取得しています。  
JQ is accredited by ISQua and  
complies to all international standards.

## 腸内フローラについて

最近「腸内フローラ」が話題になっています。腸が健康に与える影響が注目されるようになり、病気のリスクだけではなく太りやすさや精神状態、老化のスピードにまで関与していることが明らかになってきたからです。腸内フローラは、様々な腸内細菌が花畑のように美しく群れをなしていることからこのように呼ばれます。

私たちの腸内には約 1,000 兆個以上、重さにして 1~2 キロの細菌が棲息しており総称して腸内細菌と呼びます。腸内細菌には、善玉菌と悪玉菌の他に日和見菌（中間菌）の 3 種類があります。

日和見菌とは、腸内環境が良い時には身体に良い働きをし、悪化すると悪玉菌に加勢して毒性を強める菌の事をいいます。この 3 種類が勢力争いをしながら仲間たちでコロニーを作っています。健康な時には善玉菌が悪玉菌を抑え込んでいますが、何らかの原因で悪玉菌が増えると腸内腐敗が促進され有害な物質が増えてしまいます。腸内細菌の働きは、腸の中だけにはとどまらず、①病原体が体内に侵入したとき排除する ②食物繊維を発酵し、善玉菌を増やす ③ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンB12、葉酸、パントテン酸、ビオチン、ビタミンKなどのビタミン類を合成する ④幸せな気分をもたらすドーパミンやセロトニンを合成し、その前駆体を脳に送る ⑤免疫力のおよそ 7 割を腸内細菌と腸粘膜細胞との共同作業でつくる、など多くの働きがあります。（看護師 森本）



### 腸内フローラの活動を高めるためには

腸内の善玉菌の割合を増やすためには、2 つの方法があります。

- ①ヨーグルト・乳酸菌飲料・味噌・漬物など、ビフィズス菌や乳酸菌を含む食品を摂取する。  
(プロバイオティクスといえます)

摂取方法としては善玉菌を継続して腸内に補充すると効果的であるため、毎日続けて摂取することが勧められています。

- ②オリゴ糖や食物繊維を摂取する。(プレバイオティクスといえます)

これらの成分は野菜類・果物類・豆類などに多く含まれています。消化・吸収されることなく大腸まで到達し、善玉菌の栄養源となって増殖を促します。オリゴ糖は、大豆（豆腐、納豆）たまねぎ・ごぼう・ねぎ・にんにく・アスパラガス・バナナなどの食品に多く含まれているので、これらの食材を食事に取り入れると良いでしょう。

腸内細菌が健康的な好ましい状態であるかどうかを知るもっとも簡単な方法は、便を観察することです。色は黄色から黄色がかった褐色で、においがあっても臭くなく、柔らかいバナナ状が理想です。逆に黒っぽい色で悪臭がある便は、腸内細菌のバランスが悪くなっている状態です。おなかの中の同居人である腸内細菌の状態を知り、仲良くなることが健康づくりには大切です。

(管理栄養士 磯尾)



## 総合支援相談室の看護師の紹介をさせていただきます

総合支援相談室では、患者様やご家族様が病気や障がいのためにお困りごとがあれば、安心して生活して頂けるよう、皆様と一緒に考え、解決に向けてのお手伝いをさせて頂いております。

その中で、看護師が今担っている役割、業務は・・・

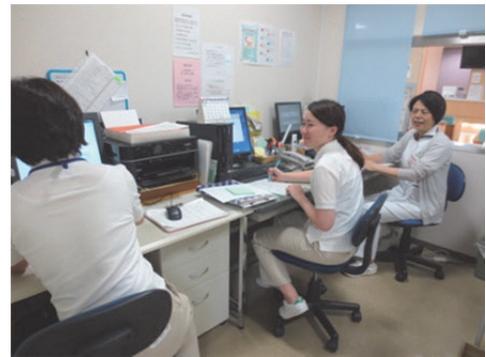
### ○退院支援

入院された患者様の中で、今後の生活に不安や心配がある方がいないか把握に努め、必要に応じて院内の各職種、地域のケアマネージャー、施設の方々と連携を図り、安心してご退院頂けるよう取り組んでいます。



### ○外来受診や入院の相談

施設に入所されている方等の受診や、お急ぎではない療養目的やリハビリ目的等の入院の相談をお受けしています。



### ○訪問看護師との連携

地域の訪問看護ステーションと連携を図り、ご自宅で療養されている患者様を支えます。



### 木村室長のコメント

こんにちは。相談室です。

昨年从上本主任看護師が相談室のメンバーになりました。看護師が加わることで相談室の守備範囲がより広く深くなったと思います。

「こんな時どうしよう?」「とりあえず相談室に行ってみよか?」  
どんとお任せください(笑)

患者様、スタッフから信頼される相談室を目指して頑張ります。

三木山陽病院 総合支援相談室





# ベストスマイル賞

smile

この度、院内初！ベストスマイル賞の発表がありました。  
病院では23名の受賞がありました。



😊

## ベストスマイル賞

様

あなたの笑顔がみんなの笑顔をつくれます。  
病院も患者さまも元気になります。  
いつまでもその笑顔のままです。

平成28年9月

三木山陽病院  
病院長 森田 須美春



7月5日火曜日、  
3階病棟で七夕会を  
行いました。

スマイル保育園の  
子供たちの登場に  
笑顔が  
溢れました。



変灯さんの  
よさこい・  
河内音頭と  
懐かしい曲に  
手拍子!

最後は全員で炭坑節を踊り終了しました。  
にぎやかでとても楽しい時間を過ごすことが  
できました。  
ありがとう  
ございました。



### 糖尿病教室 のご案内

糖尿病患者さまの  
年末年始の過ごし方

血糖コントロールが  
乱れやすい年末年始を  
うまく乗り切りましょう!



- <日 時> 12月22日(木)  
12時~14時30分
- <会 場> 当院本館3階 大会議室
- <参加費> 無料
- <講 師> 病院長 森田 須美春



<対象者>  
糖尿病患者さま及びご家族さま  
糖尿病に関心のある方

<申込み方法>  
医事課受付・栄養相談室前にある申込用紙  
またはお電話(0794-85-3061)で  
お申し込みください。  
開催日の1ヶ月前からの受付となります。

<申込み締切り>  
12月15日(木) 先着100名様

<問い合わせ先>  
栄養科  
内線1190まで



### アクセス MAP



医療法人社団 朋優会  
**三木山陽病院**



〒673-0501  
三木市志染町吉田 1213-1  
TEL 0794-85-3061  
FAX 0794-85-3582

URL <http://www.mikisanyo-hp.com>  
E-mail [info@mikisanyo-hp.com](mailto:info@mikisanyo-hp.com)