

# 新ひだか町立病院コラム Vol. 20



## タスクフォースチームを結成

今回のコラム記事は、持続可能な病院運営を行い、安心・安全な医療体制を構築するために、職員が自らタスクフォースチームを結成した模様をご紹介します。

### ●タスクフォースとは？

重要度・緊急度の高い課題の解決や企画の立案などを行うため、一時的に構成された組織（チーム）のこと。

### ●チーム編成や進行度合いは？

各タスクフォースチームは町立病院の職員（多職種）10名前後で構成しています。外来診療が終わってから、日々チーム会議を行い、現状の課題や病院を良くするための案を出し合っています。そして、チームとしての今年度目標を掲げ、達成に向けて日々議論し合っています。

### ●どんなことを解決したり立案したりするの？

町立病院では、次の7つの分野に分けてタスクフォースチームを結成しました。

1. 地域との連携を強化するための TF (タスクフォースチーム)
2. 安心・安全な入院病棟を目指すための TF
3. 外来待ち時間（長時間）の解消やデジタル (DX) を推進するための TF
4. 在宅医療の必要性を考えるための TF
5. 研修会・勉強会や情報共有をより推進するための TF
6. あらゆるコストを見直すための TF
7. 病院 PR を推進するための TF

自分たちの働き方改革にも繋がる TF です。

## 院長のつぶやき

働きすぎていませんか？ 院長の小松です。

2019年4月に、働き方関連法案の一部が施行され、その具体的な3つの課題の1つに「長時間労働の解消」があり、長時間労働は、疲労回復に必要な睡眠・休養時間を減少させ、重大な健康障害を引き起こす可能性があります。

長時間労働と関連する健康問題には、脳・心臓疾患（過労死）と精神障害・自殺、他に胃十二指腸潰瘍、過敏性大腸炎、腰痛、月経障害や、事故・ケガ等があげられます。

長時間労働は、労働の負荷を大きくするだけでなく、睡眠・休養時間、家族生活・余暇時間の不足を引き起こし、疲労を蓄積させます。一方、長時間労働の背景には、仕事への高い要求（業務量の多さ、質的に高度な仕事）があり、仕事密度の増加が、疲労蓄積の原因になり、それが健康に影響を及ぼします。

長時間労働による健康障害を防ぐためには・・・

- ①労働時間の短縮（週60時間未満ですが働きすぎと感じたら健康リスクは増大します。）
- ②1日6時間以上の睡眠時間の確保と、持病の治療の継続を最優先させましょう。
- ③仕事の精神的負担が高い場合は、上司・同僚・友人に話を聞いてもらいましょう。
- ④喫煙は、脳・心臓疾患またはがんのリスクを高めるので禁煙しましょう。
- ⑤憂鬱な気分やほとんどのことに興味が持てない状態が続いたら、うつ状態かもしれません。頭痛、めまい、手足の痺れ、脱力感、脈の乱れ、胸痛などが、脳・心臓疾患の予兆の可能性もあるので、早急に、産業医・保健師・医療機関に相談しましょう。
- ⑥健康診断を必ず受け、結果に応じて病気の治療を優先し、生活習慣病対策に取り組みましょう。長時間労働では、忙しくて、健康管理がおろそかになりがちです。

作成：新ひだか町立病院

☆町立静内病院 0146-42-0181 (代表)

新ひだか町静内緑町4丁目5番1号

☆三石国保病院 0146-33-2231 (代表)

新ひだか町三石本町214番地