



診療所で働く人のための

朝の1分間 勉強会



監修

横林賢一

編著

ほーむけあクリニック

中外医学社

序文

2017年に「ほーむけあクリニック」を開設した当初から、「学び」を大切にしています。学びのための予算をつけて学会やセミナーへの参加を推奨し、外部講師によるワークショップを開催しました。こうすることで、スタッフ個々の学びは深まったため、もう一歩先の「学び合える組織」を目指したいと思うようになりました。教え合い学び合うことで、個人だけでなく組織としても成長し、結果として患者さんの笑顔と健康につながると考えていたからです。そこで思いついた取組みが「朝の1分間勉強会」でした。

当院では、毎日の朝礼で伝達事項の共有を終えた後、1分間勉強会を行っています。他の職種に知ってもらいたい内容について、本書の構成のようにQ→A→解説の順に担当者が約1分で話をします。その後、聞いていたスタッフが質問やコメントをします。

1分間勉強会の内容は、実際に発表した順番で本書に掲載しています。最初からでも目次で気になったところからでも、自由にご覧いただけたらと思います。当院は、外来・入院・訪問診療を行う有床診療所ですが、無床診療所・病院などさまざまな医療機関のどの職種の方にもお役に立てる内容になっています。

朝の1分間勉強会により、たくさんの良い変化がおきました。

- 個人の学びだけでは知り得なかった知識を得ることができる
- スタッフが患者さんに伝える内容に一貫性が出る
- 他職種の専門性・得意領域を知ることによって、困った際に気軽に相談しやすくなる
- 定期的に発表（アウトプット）する機会があるため、スタッフに学習する習慣ができる
- 発表するスタッフ一人ひとりにスポットがあたることで、所属感につながる

本書を監修・編集する過程で、日々の業務に加え、様々な学びを伝えあっていることに改めて感激しました。コロナ禍で忙しくても、いつも笑顔で一緒に踏ん張ってくれるスタッフに、この場を借りて心から感謝の意を表します。

2023年2月

横林賢一



朝の 1 分間勉強会のすすめ

手探りで始めた「朝の 1 分間勉強会」ですが、試行錯誤を重ねた結果、無理なく楽しく学び合える仕組みになりました。ぜひ、みなさまのご施設でも取り入れていただきたく思い、実際の取組みを共有させていただきます。毎日行なうのは大変なので、週に 3 回のみ実施しています。月曜日は医師、水曜日は看護師、金曜日は事務・作業療法士・介護士・介護支援専門員が担当し、発表の順番は各曜日内で予め決めています。主には口頭で発表しますが、朝礼の最中に急にスタッフが倒れ、ワクチン接種後のアナフィラキシーの設定で寸劇が始まるなど、緊急時に備え避難訓練的にロールプレイを行なうこともあります。Q111「院内で停電が起きたらどうする？」のように、院内のローカルルールも 1 分間勉強会で取り上げています。

始めてしばらくは、うまくいかないこともありましたが、①調べたことを読み上げるだけで何がポイントかわからない、②何をテーマに選んで良いかわからない、③反応がなく発表が役に立っているか不安、④忙しいときは負担になる、などの声が聞かれました。それぞれに対して、① Q → A → 解説の順で発表し伝えたいことは一つに絞る、②休憩室にボードを設置し他職種に聞いてみたい内容を自由に書き込む、③必ず誰かが質問やコメントをする（本書では「院長から一言」として掲載しています）、④忙しいときは気軽に中止する、などの対応をすることで解決しました。

本書をご覧いただいている方々の所属医療機関によって特徴が異なり、学び合いたい内容も変わってくると思います。たとえば、当院は赤ちゃんから高齢者まで診る総合診療をしているため、小児のワクチン、起立性調節障害、認知症など対象・内容が多岐にわたる傾向があります。皮膚科専門医が在籍しているため、皮膚疾患の内容が多くなっているのも特徴でしょう。それぞれの場でリアルに役立つ学びを得ることができるのが 1 分間勉強会の良いところの一つです。

序文で紹介したように、朝の 1 分間勉強会にはたくさんのメリットがあります。この学び合う仕組みを取り入れたことで、組織が成長・成熟していくのを強く実感しています。是非、みなさまのご施設でも朝の 1 分間勉強会を導入し、学び合う文化をご堪能いただけたら、これほど嬉しいことはありません。

Q1	水をたくさん飲んだら、膀胱炎になりにくいって本当？ [医師]	1
Q2	食物アレルギーが心配な場合、離乳食の開始は 遅らせた方がいいの？ [医師]	2
Q3	高齢者の高血圧は、どの値を目標に下げた方がいいの？ [医師]	3
Q4	健康のためには1日にどのくらい歩いたらいいの？ [医師]	4
Q5	軟膏の塗り方にコツはあるの？ [看護師]	5
Q6	介護認定の申請の対象となる人は？ [ケアマネ]	6
Q7	皮膚科軟膏処置の算定は？ [事務]	7
Q8	状態が悪い人には、酸素を投与した方がいいの？ [医師]	8
Q9	ワクチン接種は、スケジュール通りでないといけないの？ [看護師]	9
Q10	もう一度行きたくなるクリニックは、どんなクリニック？ [作業療法士]	10
Q11	赤ちゃんって保湿した方がいいの？ [医師]	11
Q12	どんな時に風邪って言えるの？ [医師]	12
Q13	院内感染を防ぐには、何に重点を置いたらいいの？ [看護師]	13
Q14	他科受診の時の初再診の算定はどうするの？ [事務]	14
Q15	良い組織とはどんな組織？ [事務]	15
Q16	ストレスのセルフチェックにはどんなツールがあるの？ [医師]	16
Q17	シルバーカーと歩行器・歩行車はどう違うの？ [作業療法士]	17
Q18	帯状疱疹の診断は？ [医師]	18
Q19	在宅自己注射指導管理料ってどんなもの？ [事務]	19
Q20	麻しん風しんの予防接種を、定期接種になる1歳未満で 打ってもいいの？ [医師]	20
Q21	外来で発達障害のスクリーニングはできるの？ [看護師]	21

Q22	介護保険の請求ってどんなしくみ？〔事務〕	22
Q23	患者さんが言う「貧血で倒れたんです」はどう解釈したらいいの？ 〔医師〕	23
Q24	訪問リハビリと、訪問看護からのリハビリはどう違うの？ 〔作業療法士〕	24
Q25	ニキビ治療ってできるの？〔医師〕	25
Q26	医療費の窓口負担金はどうなっているの？〔事務〕	26
Q27	KYT って何？〔看護師〕	27
Q28	緊急往診加算ってどんな時にとれるの？〔事務〕	28
Q29	発達障害がある人への支援のポイントはなに？〔医師〕	29
Q30	スピリチュアルペインに対するケアはどうしたらいいの？〔看護師〕	30
Q31	筋力はどうやったら強くなるの？〔作業療法士〕	31
Q32	フレイルってなに？〔看護師〕	32
Q33	保湿剤（ヒルドイド [®] ）の剤形ってどうやって 使い分けるの？〔医師〕	33
Q34	ロコモってなに？〔看護師〕	34
Q35	吸入ステロイドを定期的に使ってくれない患者さんには どう対応したらいい？〔医師〕	35
Q36	ストレッチには、どんな効果があるの？〔作業療法士〕	36
Q37	発達障害って、親の育て方が悪いとなるもののなの？〔医師〕	37
Q38	筋肉はどんな役割？〔作業療法士〕	38
Q39	大酒飲みの飲酒量を減らすには、どうしたらいい？〔医師〕	39
Q40	褥瘡予防のためのマットレスは何がおすすめ？〔看護師〕	40
Q41	エコチェンバー現象とは？〔ケアマネ〕	41

Q42	あんしん電話設置事業とは？〔ケアマネ〕	42
Q43	クリニックで食物アレルギー負荷試験を実施する場合に留意することはなに？〔医師〕	43
Q44	皮膚科の液体窒素は何に使うの？〔看護師〕	44
Q45	禁煙外来は保険診療なの？〔事務〕	45
Q46	鼻うがってなに？〔看護師〕	46
Q47	介護保険負担限度額認定ってなに？〔ケアマネ〕	47
Q48	パッチテストってなに？〔看護師〕	48
Q49	電話再診の定義って？〔事務〕	49
Q50	魚の目やタコってなに？〔医師〕	50
Q51	絵本の読み聞かせは何歳から始めたらいいの？〔言語聴覚士〕	51
Q52	介助はどこまですればいいの？〔作業療法士〕	52
Q53	認知症に対して、どんな備えをしていたらいいの？〔医師〕	53
Q54	ゾレア®はアレルギー性鼻炎に使える？〔医師〕	54
Q55	これからの在宅医療の質と量を充実させるためには？〔看護師〕	55
Q56	生活困窮者にはどんな支援制度があるの？〔ケアマネ〕	56
Q57	在宅で点滴を受けられる方のコストはどう算定しているの？ 〔事務〕	57
Q58	寝たきりの人が足元にずり下がった場合、 どうやって上げるの？〔作業療法士〕	58
Q59	抗体検査の費用は？〔事務〕	59
Q60	ダイエットには水がいいって本当？〔医師〕	60
Q61	脳卒中の後遺症で筋肉がガチガチに硬くなりリハビリが進まない場合、どうしたらいいの？〔医師〕	61

Q119	パソコンのウイルス感染はどうやって防げるの？ [医師]	119
Q120	血液培養検査でヨード剤の消毒は必要？ [看護師]	120
Q121	障害をもった方の運転免許取得，更新は？ [作業療法士]	121
Q122	持続皮下注射の適応は？ [医師]	122
Q123	障害年金を申請できるのはいつから？ [事務]	123
Q124	耳垢は定期的にとった方がいいの？ [医師]	124
Q125	水痘と帯状疱疹の違いは？ [医師]	125
Q126	乳癌患者さんの患側の腕はいつまで使ってはいけないの？ [看護師]	126
Q127	貧困に気づいたときにはどこに相談したらいいの？ [ケアマネ]	127
Q128	小児科外来診療料ってなに？ [事務]	128
Q129	ALS の意思伝達装置には何がある？ [作業療法士]	129
Q130	高齢者の入浴中の突然死を防ぐにはどうしたらいい？ [医師]	130
Q131	「仕事＝苦勞」という考え方，昭和だと思うんですけど？ [医師]	131
Q132	在宅患者訪問点滴注射管理指導料っていつ取れるの？ [事務]	132
Q133	誤嚥予防のため水分に付けるとろみの量は適当でいい？ [作業療法士]	133
Q134	年次有給休暇とは？ [事務]	134
Q135	しもやけってなに？ [医師]	135
Q136	抗アレルギー薬って眠気がある方が効果あるの？ [医師]	136
Q137	プリセプター制度ってなに？ [看護師]	137
Q138	嚥下調整食は何種類あるの？ [作業療法士]	138
Q139	見守りシールってなに？ [ケアマネ]	139
Q140	暴言・暴力をふるう患者の対応はどうしたらいいの？ [看護師]	140