



■発行年月日/2013年4月1日 ■発行/独立行政法人国立病院機構千葉医療センター ■発行責任者/院長 増田政久 ■編集者/副院長 杉浦信之
〒260-8606 千葉市中央区椿森4-1-2 Tel 043-251-5311 Fax 043-255-1675 <http://www.hosp.go.jp/~chiba/>



袖ヶ浦海浜公園からの
東京湾アクアライン



今年度の病院目標

院長 増田 政久

例年よりも早く桜の花が散りましたが、まだまだ寒暖の差が激しい日が続いております。くれぐれもお体にはお気をつけ下さい。センターニュースは事情により新年号が休刊となり誠に申し訳ありませんでした。

今後は紙面の充実を図るとともに定期的にお届けできますよう努力致します。

さて、わが国の政治もやっと動き出したようにみえるこの頃ですが、選挙での一票の格差問題をはじめ、制度疲労や今までの先送りの政治のつけがここに来て噴出しています。いずれにしても政治が停滞することは許されず、速やかに方針を決め確実に効果が現れる政治主導を期待したいものです。

当センターは「より一層の地域への貢献と連携」を今年度の目標に急性期病院ならびにがん診療連携拠点病院としての役割を充実させ、さらに災害に備えた病院を目指していこうと考えております。

粛々と仕事をして参りますので、ご指導のほど重ねてお願い申し上げます。

Y n i h a n n (国) 大	退任挨拶	2~3
	新任挨拶	3~4
	診療トピックス⑤	5
	連携医院紹介/つまずきによる転倒の予防	6
	地域医療連携室だより/総合防災訓練の実施	7
	椿森界隈を散歩しよう!!⑤/認定看護師からのアドバイス	8
	新型インフルエンザA (H7N9)ウイルスとは?	9
	市民健康づくり大会参加/看護学校卒業式	10
	新体制で発進/市民健康セミナー / 編集後記	11
	外来診療担当医師表	11~12

主 な 行 事 予 定	4/8	看護学校始業式
	4/9	看護学校入学式
	4/25	第122回市民健康セミナー
	5/23	第123回市民健康セミナー
	6/27	第124回市民健康セミナー

退任挨拶



退任挨拶

前臨床研究部長

沼田 勉

千葉医療センター在職中の10年半は皆様に大変にお世話になり、誠に

ありがとうございました。

振り返れば色々なことがありました。平成14年9月30日に千葉大学を退職し、翌10月1日に国立千葉病院の玄関に立ちました。30年程時間が戻ってしまったような建物を目にした時の、複雑なあの気持ちは今も思い出されます。病院は古かったのですが、職員の皆さんがとても優しく、新参者の私も好意的に受け入れていただいたことに対する感謝の気持ちはさらに一層強く心に残っています。

はじめの数年は頭頸部がんの長時間手術の連続で、麻酔科の先生、病棟や手術室の看護師さんに本当に負担をおかけいたしました。お詫び申し上げます。そのころ手術を受けられた患者さんの多くは今もお元気に過ごされておられますので、その事をもってどうぞお許してください。

国立千葉病院から国立病院機構千葉医療センターに移行した頃は、日本中が医療崩壊の真只中にあり、マスコミの取り上げることも医療ミスのことばかりで、勤務医が最もつらい時期であったと思います。機構全体も当院も当科も生き残ることが命題でありました。その時期を病院の皆さんとともに乗り越え、さらに新病院の建設まで目の当りにできたことは、今になれば私の人生の中でも最も貴重で誇らしい経験であったと実感します。

後半には、頭頸部がんに対する動注化学療法で、多くの先生、看護師さん、スタッフの皆様を支えていただきました。

退官記念講演で発表させていただきましたが、素晴らしい成績を収めることができました。医師が主導する外科手術を中心とする治療から、多職種の参加する集学的チーム医療への変遷が見事に成し遂げられたと思います。

このたび八千代台で先輩の耳鼻咽喉科医院を継承し、開業いたしました。八千代の地域医療に貢献するとともに、できるだけ千葉医療センター頭頸部外科、耳鼻咽喉科の手術にも参加させていただけたらと希望しております。

今後も沢山の人が参加して当院の歴史が作られていきます。幸いにして、当院においては伝統的に看護師と医師の良好な関係が続いています。それが中心になればこそ、そのほかのスタッフ間の協力関係が確固たるものになっているのだと思います。

また、成果を求めすぎない程の良さも当院の住みやすさであり、多くの医師が魅力を感じるところであります。

当院がその魅力を磨きつつ発展することを期待し、そのために私も応援していきたいと思っています。



退任ごあいさつ

前外来管理部長

大川 玲子

紙面で「停年退職のごあいさつ」をすることになりました。旧国立千葉

病院を含め17年、医師となって40年という長期間、無事働き続けられたことは、この間におつきあい下さった、患者さんも含め多くの方、家族の支えがあつてこそ、と月並みですが感謝の気持ちに堪えません。病院関係者にはこの場を借りて御礼申し上げます。

個人的には、全速力とは言えないまでも走り続けた日々であり、特にこの1年、あるいは最後の3ヶ月はゴールを目指して走り抜けた気分（ちょっと息切れも・・・）であります。「まずはゆっくりしたい」「今までできなかったことをしたい」「これからが人生の仕上げ」など多くの人と同じ「停年」への思いがあります。神様があと何年生かして、あるいは仕事をさせてくれるかわかりませんが、そのうち「停年後の日常」が始まるでしょう。そうなる前、エアポケットに入った気分の今のうちに、来し方や後輩に伝えたいこと、などまとめておきたいと思っています。

私の人生のテーマは、大げさに言えば、女性が現代でどのように自己実現できるか、というものでした。そのために医療職という専門職は、なかなか好都合だったと思います。私の先輩女性は、社会活動をするために結婚や子供を持つ選択肢を捨てなければなりません。私たちの課題は「子育てしつつ仕事」をすることでした。それでも「お医者さんの奥さんが、働く必要があるの?」と保育所申請に行った福祉課で言われた時代です。現在の女性たちは、まだまだ必要以上に（家族に）遠慮して働いていますが、例えばワーク・ライフ・バランスという、仕事とプライベート両方の喜びを持つのは当然、という発想が後押ししてくれます。これは男性の価値観を変え人生を豊かにする発想でもあります。

医師としては、「やるだけのことはやり、伝えられることは伝えて、もう安心」がほとんどですが、この年齢になって「そういうことだったのか!」という発見もあり、高齢患者の苦痛は高齢医師こそがわかる、と実感します。仕事量を減らして老人を働き続けさせるのが、社会的な価値でもある、と感じるところです。

少子化時代。経済発展を支えた団塊の世代が、これからはみなさんの荷重になるので、あまり余裕のある生活もさせてあげられませんが、せめてゆっくりフェードアウトすることでお手伝いしたいと思っています。まずは一休みし、大いに遊んでから。



退任挨拶

前薬剤科長
梶原博視

3月31日をもちまして定年退職いたしました。

平成22年4月、霞ヶ浦医療センターから千葉医療センターへ赴任し、丸3年間に渡りご指導をいただきまして誠にありがとうございました。

この3年間の中での大きな思い出は、やはり平成22年6月1日の新病院オープンであり、着任から2ヶ月での引っ越し、電子カルテの稼働ということで、大変慌ただしい気持ちで一杯でした。何から行っていけば良いのか気ばかり先走っていた思いでしたが、無事に移転できたことは、薬剤科のスタッフは勿論の事、千葉医療センター職員が一丸となって責務を果たした賜であると感謝しています。

ほぼ10ヶ月後の東日本大震災と救援活動、その後の計画停電への対応も懐かしい思い出になりました。天災に対する備えの重要性を認識させられました。

最後に、千葉医療センターの益々のご発展と職員皆様のご健勝をお祈り申し上げ、退職の挨拶とさせていただきます。



『エレガントに』が 学校長の第一声

千葉医療センター附属千葉看護学校
前副学校長 **久部洋子**

私は、「エレガント」を患者中心の病院、学生中心の学校づくりと解釈し、まずは「共学相長ず」の理念を浸透させ、学生中心であるためには、学生の居場所がある、学生の学ぶ権利の保証、学生が主体的に学習し意見が述べられるなどが前提であることを伝えて

行くことで実習指導者と教員の指導力が向上し、統合実習を機に学生の反応から一步前進できました。また病棟の看護研究指導、看護師長・副看護師長勉強会に参加し、看護を考え、患者中心について討議する場を作ることで、看護研究や業務改善等に前向きに取り組み、成果の手応えや成し遂げる喜びを実感し、自信さえ感じられました。

病棟を最後に回った時ある指導者から「活性化してきました」と言葉をいただきました。私は種まきしかできませんでしたが、今後皆様の手で病院長の「エレガントな病院と学校」の実現に向けて頑張ってください。2年間本当にありがとうございました。



異動挨拶

千葉医療センター附属千葉看護学校
前教育主事 **星田朝乃**

昨年の4月に就任の挨拶をいたしまして、あっという間の一年でした。

自宅からのモノレール通勤は快適で千葉公園の四季を感じていました。

やっと病院の職員の方々や講師の先生のお顔を覚え、カリキュラム担当としてしっかり業務進行できると実感しておりました。そして、学生のためにより良い学習環境を提供し頑張っていこうと考えていました。

しかし、突然の辞令で水戸医療センター附属桜の郷看護学校に移ることになりました。千葉看護学校の「教学相長」精神も共に学ぶには、まだ千葉では時間が足りなかったように感じております。今度は水戸の地で学生を育て、教職員もまた共に成長できるような環境の育成を図っていきたいと考えます。

在職中ご指導いただきました皆様にお礼と感謝を申し上げます。そして、今後ともよろしく願いいたします。

新任挨拶



臨床研究部に着任して

臨床研究部長
斎藤幸雄

平成25年4月に前部長沼田先生の後を引き継ぎ臨床研究部長の重責を拝命した斎藤です。

平成22年4月に呼吸器外科医長として千葉医療センター呼吸器外科立ち上げのため着任して3年、やっと呼吸器外科は当院の一診療科として機能し始めましたがい

まだ発展途上の状況です。この状況で更に臨床研究部を任されることに一抹の不安はありますが、前任の沼田先生がしっかりと組織・運営を確立されているのでそれを踏襲することでとりあえずスタートしてみようというのが正直な所信です。

本邦でもここ数年医療分野の基礎的研究・臨床試験等の重要性が再認識され、国も積極的な活動を開始したところ です。

臨床試験・治験の面から千葉医療センターの活性化に貢献できるよう努める所存です。ご協力・ご援助を宜しくお願い致します。



新任挨拶

外来管理部長
後藤 茂正

4月1日、外来管理部長を拝命致しました。前任の大川玲子先生を始め外来部門のスタッフが、新病院設立以来、努力と工夫を重ね築き上げてきた現行の外来診療システムがあります。これを更に充実させるべく努力していく所存であります。

外来診療の現場は、常に解決すべき多くの課題を抱えています。インターネットにより地域の医療施設と診療情報を共有する地域医療連携システムの構築も課題の一つです。個々の課題に、可能な限り迅速に対処したいと考えています。

また最近危惧されている様々な自然災害の発生時には、当院の果たす役割は重大です。東日本大震災で被災地の診療に従事した経験を生かし、非常時の診療体制を構築していく事も重要な課題と認識しています。

皆様のご指導とご協力をお願い申し上げます。



新任挨拶

薬剤科長
加藤 一郎

4月1日付で宇都宮病院から配置換えでまいりました、加藤と申します。どうぞ宜しくお願いいたします。

千葉医療センターの皆様と勤務させていただくこととなり大変光栄に思っております。

当施設で9施設になります。前施設を含め、オーダーリング及び電子カルテ導入施設も6施設経験することができました。

私の信念は、患者情報の共有化・安全性を伴い、職員の対話、そして病院経営へ貢献できることを目的と考え



てきました。

病院機構の理念はもとより千葉医療センターの理念を置きながら薬剤科の更なる整備作りをしたいと考えております。

職員の皆様のご支援・ご協力をよろしく申し上げます。



新任挨拶

千葉医療センター附属千葉看護学校
副学校長 **齊藤 未利子**

この度、昇任で副学校長を拝命致しました。

看護基礎教育は5年間のブランクがあり、不安を抱えてのスタートになります。学校の理念にある「教学相長ず」の考えに基づいて、互いに尊重し合い、自律した人として学生、教員ともども成長できるように教育をしていきたいと思っています。学生は多くの可能性を秘めた人たちです。学生のやる気を引き出し、自律して学べる環境を整えられるよう努力して参りたいと思っています。

さて、今回の転勤では、通勤に片道2時間かかります。今話題の東京スカイツリーや、満開の桜を愛でながら、四季の移り変りを楽しむことをモットーにしたいと思っています。もう一つ通勤時間の楽しみは読書です。自分で自由になる時間を精一杯エンジョイしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



4月1日赴任しての ごあいさつ

千葉医療センター附属千葉看護学校
教育主事 **永重 英子**

このたび、6年ぶりに千葉医療センター附属千葉看護学校に戻って参りました。病院内をご挨拶で回ると、一緒に病棟勤務をした方々や卒業生、各部署でお世話になった方々の懐かしい笑顔と再会し、心暖まる気持ちでした。

また、自分が担当させて頂いた時の卒業生が教員として同じ職場となりびっくりしましたが、とてもうれしい気持ちでした。

今まで培った自分の力を活かせるものがあれば惜しまずに出していきたいですが、周りがいま何を求めているのかを把握して、自分のやるべきことを行っていきたいと思っています。施設や学校が掲げたビジョンをもとに、学生がいきいきと学んでいけるような教育環境を整えていきたいと考えています。今後とも、よろしくお願いいたします。

診療トピックス ⑤1

— 胆石のお話 —

胆石とは、肝臓から出される胆汁の成分が胆嚢や胆管の中でかたまってできたものです。できる場所によって、胆嚢結石、総胆管結石、肝内結石という名称がついています。またその成分によりコレステロール石、ビリルビンカルシウム石、色素石などに分類されます。

胆石の症状

胆嚢内にある結石が胆嚢の出口に詰まった時は「胆嚢結石発作」をおこします。典型的な症状は、脂肪分の多い食事を食べたあと数時間後にみぞおちから右脇、背中、特に右肩甲骨の下あたりに痛みが起きます。鈍痛から激痛まで程度も様々で胃が痛いと思ってしまう方もいます。胆嚢が腫れて炎症を起こすと急性胆嚢炎になり痛みに加えて熱もでてきます。

また、小さな石が胆嚢の出口をすり抜け総胆管に落ちてしまうと、十二指腸乳頭でひっかかり「総胆管結石の発作」をおこします。痛みのほかに炎症を伴いやすく熱がでて、胆汁の流れをふさぐために黄疸や肝機能障害を伴います。このような状態を急性胆管炎といい、放置すると敗血症を引き起こし危険です。速やかに治療する必要があります。

胆石の検査と診断

胆嚢結石の診断に最も有用なのは、超音波検査（腹部エコー）です。結石の有無や性状だけでなく、炎症など胆嚢の状態も把握できます。

超音波で胆嚢がよく見えない場合や胆管結石の検索にはCT検査を行います。ただし石灰化のない結石はうつりません。そこで胆道の造影剤と組み合わせてCTを撮影することもあります。磁気共鳴胆管膵管造影（MRCP）も体に負担なく胆嚢や胆管を描出することができますが、小さな結石は診断できないことがあります。血液検査では結石の有無を診断することはできませんが、炎症の評価ができます。胆管結石があり胆汁の流れが悪くなると肝臓や胆道系の酵素、黄疸の数値などが上昇します。

胆石の治療

胆嚢結石の治療法には大きく分けて2つあります。胆嚢ごと摘出する外科的胆嚢摘出術と胆嚢を残す内科的治療（胆嚢温存療法）です。

胆嚢摘出術とは胆石を胆嚢ごと取り出す手術で全身麻酔で行います。最近では腹腔鏡下の手術が多くなっ

ていますが、炎症で癒着が強いときや癌の合併が疑われるときなどには、従来の開腹術の方がむしろ安全に行えることがあります。

胆嚢を残す温存療法を行うにはいくつかの条件があります。胆嚢機能が保たれていて、大きさが1cm以下の石灰化のない石であれば、溶解できる可能性があります。胆汁酸製剤を服用しますが溶けるまでには数か月～数年かかることが多く、成功率も20～30%程度です。一度消失しても再発することもあります。また体外から衝撃波をあてて結石を細かく砕く治療はESWLと呼ばれますが、特殊な装置が必要なためどこでも行えるわけではありません。

一方、胆管に結石がある場合には、たとえ無症状でも将来的に急性胆管炎や急性膵炎を引き起こすため治療が必要です。内視鏡的に胆管に直接造影剤を入れる検査（内視鏡的胆管膵管造影：ERCP）を行い、胆管の出口を切開して広げ処置具を使って結石を除去します。結石が大きくて数が多い場合には複数回の治療を要することもあります。

よくある質問

・胆石は手術した方がよいのでしょうか

胆石があっても無症状の場合には積極的に治療しませんが、定期的な検査（年1～2回の腹部超音波検査）を受けることが望めます。また胆嚢の壁の評価がよくできない場合は癌との鑑別が困難になるため手術が勧められます。

・胆嚢をとってしまっても大丈夫なのでしょうか

胆汁を作るのは肝臓で、胆嚢は胆汁をためておく臓器です。胆嚢が無くとも胆汁は肝臓から胆管、十二指腸へ流れます。摘出後もほとんどの方では日常生活に影響はありません。まれに脂肪分の多い食事をとったあとに下痢を起こすことがありますが、整腸剤で対応可能です。

まとめ

胆石症にはいろいろな種類の結石があり、その大きさ、数、存在部位も患者さんごとに異なります。胆石を持っているかいないのか、ご自身で知っているのと知らないのでは急な腹痛の時に対応が大きく違ってきます。みなさん、是非、超音波検査を受けましょう。

（消化器内科 阿部朝美）

連携医院紹介

医療法人社団 共生会 高根町整形外科

院長 鬼頭 正士 若葉区高根町 979-1
副院長 須関 馨 ☎ 043-228-5331

当院は、千葉市若葉区にある19床の有床診療所です。

整形外科の外来、外傷や慢性疾患の整形外科



手術、週3回の訪問診療、さらに茂原にある同じ経営の本納整形外科の外来を医師2名で行っています。午前、午後と手分けして2つの診療所を行き来し、入院や在宅の患者さんを24時間体制で診ていくのはかなりハードですが、地域医療に少しでも役立てるように努力いたしております。

千葉医療センターの先生方やスタッフの方には、専門的治療や検査の必要な患者さんの受診や入院をお願いしたり、終末期医療や在宅医療を希望される患者さんを御紹介いただいたり、以前から密接に関わっていただきました。いつも丁寧なお返事や診療情報をいただき、心より感謝しております。安心して地域医療が行えるのも、幅広い分野で専門的医療が可能な貴院のような病院が近くにあるからだと思えます。今後とも親密な連携を継続し、ご指導いただければ幸いです。

最後に私ごとで恐縮ですが、母の実家が千葉であったため、50数年前に私が誕生した場所が国立千葉病院であったことは何かの縁と考えております。

貴院の益々の御発展をお祈り申し上げます。

ゆりの木クリニック

千葉市中央区東千葉 1-13-9

院長 武藤 剛 ☎ 043-290-1700

ゆりの木クリニックを平成24年9月1日に開院させていただきました。

スタッフは院長の武藤を含め、看護師と受付を合わせ7名です。

大変小規模なクリニックではありますが、スタッフ一丸となり、患者様お一人お一人を大切に、十分な説明のもと親切丁寧な診療・検査と対応を行うよう心がけております。

当クリニックは地域の皆様の健康を支え「地域みんなのかかりつけ医」となれますよう、精一杯頑張ってお参る所存です。

地域の皆様とともに、お子様からお年寄りまで生涯を通してお付き合いさせていただけるような温かいクリニックを目指して参りますので、よろしくお願いたします。

千葉医療センターの皆様には、開院当初より全科にわたって大変お世話になっております。貴院の高度医療設備や緊急対応の素晴らしさは、当クリニックのような個人医院には大変心強い存在であり、緊急の患者様をお願いする際も迅速に気持ち良く引き受けていただき、スタッフ一同深く感謝しております。

これからもご指導の程お願い申し上げます。



つまずきによる転倒の予防

リハビリテーション科 理学療法士
松本 了

ちょっとした段差や何もないところでもつまずいて転びそうになったという経験をされた方はいらっしゃるでしょうか？

ちょっとつまずいただけで済むこともあれば思わぬ大けがにつながることもあります。

そこで、転倒を防ぐために歩くときに普段気をつけていただきたいことを紹介します。

① 踵から着くように歩く

つまずかないようにと足を高く上げて歩くとかえってバランスを崩しやすくなります。歩くときは、足を高く上げるというよりは踵から足を着くように心掛けるとつま先がさがりつまずき予防になります。

② 背筋を伸ばして歩く

つまずかないようにと目線を落として足元を気にすることで体が前のめりになり重心が前に寄ってしまいます。そのような姿勢で歩くとつま先が上がりにくくなってしまいます。歩くときは、背筋をのばし目線を上げると良いと思

います。ただ、腰の痛い方は無理にのばさずに可能な範囲にしてください。痛みが強くなったりバランスを崩す恐れがあります。

③ 靴選び

履物にも注意を払っていただければと思います。

良い靴の条件はいくつかありますがつまずき予防という点で考えるとまずつま先が少し反り上がっているのが良いかと思えます。

また、サンダルやスリッパといった履物は脱ぎ履きが楽ですがどうしても足をすって歩くことが多くなり、つまずきやすくなってしまいます。歩くときはそういった履物は避け踵部分がしっかりとスニーカーのような靴が良いかと思えます。

また、自分の足のサイズにあった靴を選ぶことで楽に歩けるようになりますのでつまずき予防という点でも靴を選ぶ際にはデザインだけでなく自分の足にあった靴選びをすると良いかと思えます。脱ぎ履きしやすいからといってブカブカの靴をはいていると足が疲れやすくなり、それがつまずきの原因になってしまうかもしれません。



地域医療連携室だより

第9回 地域医療連携意見交換会 が開催されました

平成24年11月26日(月)に、今年で第9回目となる地域医療連携意見交換会が開催されました。

参加者は、連携室に所属するMSWを中心としたメンバーで、昨年までは、事前に各病院に医療連携を中心とした問題点を提起していただき、その問題点について意見交換をする形式で行っておりました。今回は新たな試みとして、当院MSWより、プレゼンテーションによる事例を2題紹介し、その事例について質疑応答・意見交換を行う形式で行いました。

「認知症家族を含めた退院患者支援を行った事例」では、地域包括支援センターとの関わり方について、また「戸籍がない患者さんへの支援」では、社会援護課、生活衛生課との関わり方、医療費の未収防止策などについて意見交換を行いました。

また、意見交換会終了後には、ささやかではありますが、病院間との交流をはかる目的で、初の懇親会も開催されました。懇親会は、参加医療機関の皆様と、より一層の親睦を深めることができ、大変有意義な時間を過ごすことができました。

顔をみでのコミュニケーションは、より良い連携に繋がることを意見交換会・懇親会を通じて改めて実感しました。

今後も意見交換会等の開催を通じて、より一層の地域連携



を深めていきたいと思っております。

最後になりますが、参加いただいた連携病院の皆様、お忙しい中ありがとうございました。この場をお借りしてお礼申し上げます。(地域医療連携室)

～ 参加いただいた医療機関 ～

井上記念病院	2名
柏戸病院	1名
斎藤労災病院	2名
下志津病院	2名
千葉脳神経外科病院	1名
千葉みなと病院	2名
千葉南病院	2名
千葉メディカルセンター	2名

(50音順)

総合防災訓練の実施について

3月13日に当院で総合防災訓練を実施いたしました。

今回は平日昼間を想定した訓練とし、地震と火災が別々に起きた場合の訓練です。

特に火災訓練では過去の訓練より実践的な方法で行うことを中心に考えました。

まずは地震。当院の病棟は免震構造となっており、東日本大震災時においても棚の物一つとして落ちなかった実績もあり、避難というよりも、その場であわてずに、手すりにつかまるなど、身の安全を確保することが重要視されます。

外来棟は耐震構造なので、それなりに揺れますが、病棟と同じくあわてないこと。ガラスやドアから離れて落ちてくる物や倒れてくる物に注意することが重要になります。その後、揺れが落ち着いたら病棟のある高層棟に移動して頂きます。

今回の訓練では、病棟、外来共に職員が大声で患者さんに指示を出せていたと思っております。

次に火災です。

5階西病棟からの出火想定でしたが、院内放送で火災の発生を確認後、他部署の担当者は消火器を持って階段を使用して火災現場に集まりました。

今までの訓練では、患者さんを避難させるときに模擬患者が車椅子に座りに行ったり、ストレッチャーに自ら寝に行ったりして、防火区画外への避難も順調に進みましたが、今回は医師や看護師等が寝ている模擬患者をストレッチャー等に移動させ、防火区画外へ避難するという訓練を行いました。今までよりも時間はかかりましたが、今後とも同様な訓練を行う事により素早い対応になっていくことと思っております。



また、最後に、ストレッチャーもベッドも移動手段として使用できない場合の方法も、副看護部長より実践形式で教えてもらうことが出来ました。

ベッドに寝ている模擬患者をシーツのまま床に下ろして、シーツ毎引っ張り避難させるという方法です。やさしく安全に迅速に避難させるのは難しいことだと実感しましたが、いざというときには回を重ねることで、日頃の訓練の成果を出していきたいと思っております。

年2回の訓練で、患者さんには騒がしくなりますが、御理解と御協力を引き続きよろしくお願い致します。

(管理課)

お買い物スポット

タイヨウ、トップマート、スーパーカワグチ。これらは当院から直線距離500メートル以内の徒歩圏のスーパーマーケットです。今回は千葉医療センターを中心とした日常の買い物スポット等をご紹介します。(風変わりの文章となりますが、ご勘弁ください。)

続いては、

ホームセンターのピバホーム。

ファミレスはジョナサン、デニーズ、不二家レストラン、華屋と兵衛、くいどん、味の民芸。

ドラッグストアでは、マツモトキヨシ、サンドラッグ。

家電量販店のコジマ電気。

ドン・キホーテ、ダイソーと安い物まで揃っています。

TSUTAYA、BOOKOFF、HARDOFFと中古品まで。

当院の職員がお世話になっている酒処として、「かずさ」、「みちのく」、「東右工門」、「大文字」、「小松屋」、一見さんでも安心して入れます。是非!!

お菓子工房パニーユ、石窯パン工房たんぼぼ。

小僧寿し、マクドナルド、すき家。食べ物ももちろん揃っています。

セブンイレブン、ファミリーマート、ローソン、デイリーヤマザキ。夜中でも大丈夫です。

千葉競輪場、財務省関東財務局千葉財務事務所と公営ギャンブルからお堅そうな役所まで。

市民の憩いの場、千葉公園。

などなど(書ききれなかったお店の方すみません。他に

も沢山のお店があります。)、千葉医療センターを中心とした? 街形成となっています。

JR東日本の乗降客数29位の千葉駅からは、直線で約1200メートルで、千葉都市モノレール(懸垂式モノレールとしては世界最長(2001年にギネス世界記録に認定されているようです))千葉公園駅からも近く通勤にもとても便利です。もちろん、バス停も病院敷地内にあり病院玄関まで来てくれます。

海岸線からは約2,700メートル、海拔17メートル程で、天気の良い日には富士山や東京スカイツリーも見えます。(上層階に限定ですが。)

病院の周りには、戸建ての住宅やマンション、アパートが建っています。

このように初めて自分の勤務する場所を考えてみると、とても住みやすく、都会でもなく、田舎でもなく、生活するにはちょうど良い立地にあることが分かりました。

がん等の政策医療はもちろんですが、救急医療を初めとする地域医療を担う上では、最高の地であると思います。お見舞いにも便利です。

明治41年(105年前)に千葉衛戍病院として創設された頃とは環境が全く違うというのも、過去の椿森散策からもわかりました。

読者の皆さんも近所に何かあるのか考えてみてはどうでしょうか。

千葉医療センターの付近はこのような場所でしたが、それぞれにとても住みやすい場所なのかも知れませんよ。

(管理課)

認定看護師からのアドバイス

皮膚・排泄ケア認定看護師

谷 明 美

～お肌を守る 夏の紫外線対策～

いよいよ暑い夏がやってきます。

夏といえば強い日差しです。その日差しに含まれる紫外線は、冬の2倍といわれシミ・しわなどの肌トラブルを招く原因となります。抗がん剤治療などで通院されている患者様は、抗がん剤の影響で皮膚の再生能力が低下しているため、特に注意が必要となってきます。トラブルが起きる前のケアがとても大切です。

そこで、お肌のケアのポイントを、お話ししたいと思います。

● 日傘の使用・帽子をかぶる

日傘と帽子で直射日光のほとんどを遮ることができます。照り返しの紫外線も注意が必要です。

目から入った紫外線により、しみの原因であるメラニンが生成されるといわれています。

UVカットのサングラスをかけることもお勧めします。

● 日焼け止めの使用

一度塗ってしまうとそのままになりがちですが、汗で流れてしまうとその効果は薄れます。汗をかいた後は清潔にしてから、塗り直す事をお勧めします。

● 体の中からもケア

ビタミンC・Eの摂取の他に、トマトやスイカに含まれるリコピン、またポリフェノールも有効だといわれています。

● もし日焼けしてしまったら

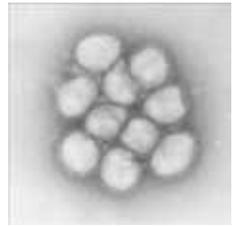
しっかり肌を保湿してあげることが大切です。保湿剤は低刺激性のものが良いでしょう。肌は軽くやけどした状態ですから、まずは保冷剤などで冷やし、たくさんうるおいを与えると良いでしょう。

以上、簡単にお話させていただきました。

女性はもちろんのこと、男性の皆様もぜひスキンケアを行い、健やかなお肌を保っていただきたいと思います。



新型インフルエンザA (H7N9)ウイルスとは？



インフルエンザウイルスは、直径約1万分の1ミリメートルの円形ウイルスで、A型、B型、C型の3種類があります。このうちA型インフルエンザウイルスの表面には、HA（赤血球凝集素）とNA（ノイラミニダーゼ）という糖蛋白が存在しています。HAは15種類、NAは19種類あって、その組み合わせによって性質の異なる亜型ができる訳ですが、数十年に一度、それまでに流行したことがないまったく新しい亜型のA型ウイルスが出現することがあり、これを「新型インフルエンザウイルス」と呼んでいます。

これまでヒトの間で流行してきたインフルエンザは、すべて鳥のインフルエンザが変異して発生したものです。現在、アジアを中心に高病原性鳥インフルエンザが流行していますが、これは、あくまでもニワトリなどの家畜類の感染症であって、ヒトに感染することは非常に希です。しかしながら、これらの遺伝子の変異して、ヒトに感染しやすい新型インフルエンザとして発生することが危惧されているのです。

鳥インフルエンザが、新型インフルエンザに変異するには、現在、下記のパターンがあるとされています。

(下記図参照)

【鳥インフルエンザと新型インフルエンザの関係について】

- ① 同じヒトが、現在流行しているヒトのインフルエンザウイルスと鳥インフルエンザウイルスに同時に感染し、その人の体内で遺伝子の再集合が起こり、新型インフルエンザに変異する。
- ② ブタがヒトインフルエンザと鳥インフルエンザに同時に感染し、体内で遺伝子の再集合が起こり、新型インフルエンザに変異する。

- ③ 鳥インフルエンザが人に感染を繰り返す間に、遺伝子の突然変異が起こり、新型インフルエンザに変異する。

【鳥インフルエンザA(H7N9)ウイルスの概要】

- ◇ これまでに家畜や野鳥などからの検出報告はあったが、鳥インフルエンザA (H7N9) ウイルスのヒトへの感染が49例確認されていた。(2013年4月13日現在)
- ◇ 鳥における病原性は低いとの報告はあるが、ヒトに感染した場合の病原性については調査中である。
- ◇ 本年3月31日に中国政府が3名の感染を公表した。WHOが公表した現在までの発生状況は、感染が確定した者が38名(うち死亡者10名)、患者との濃厚接触者は760名以上に上っている。
- ◇ 診断は発熱、咳、呼吸困難などの臨床症状に加えて、インフルエンザウイルスの抗原検査が陽性であることにより確定されます。現在、国内で市販されている検査キットでも、H7N9ウイルスの抗原を補足できるであろうという理論的な裏付けはあるのですが、実際、今回感染した患者の検体で実証されている訳ではなく、確認が急がれるところです。

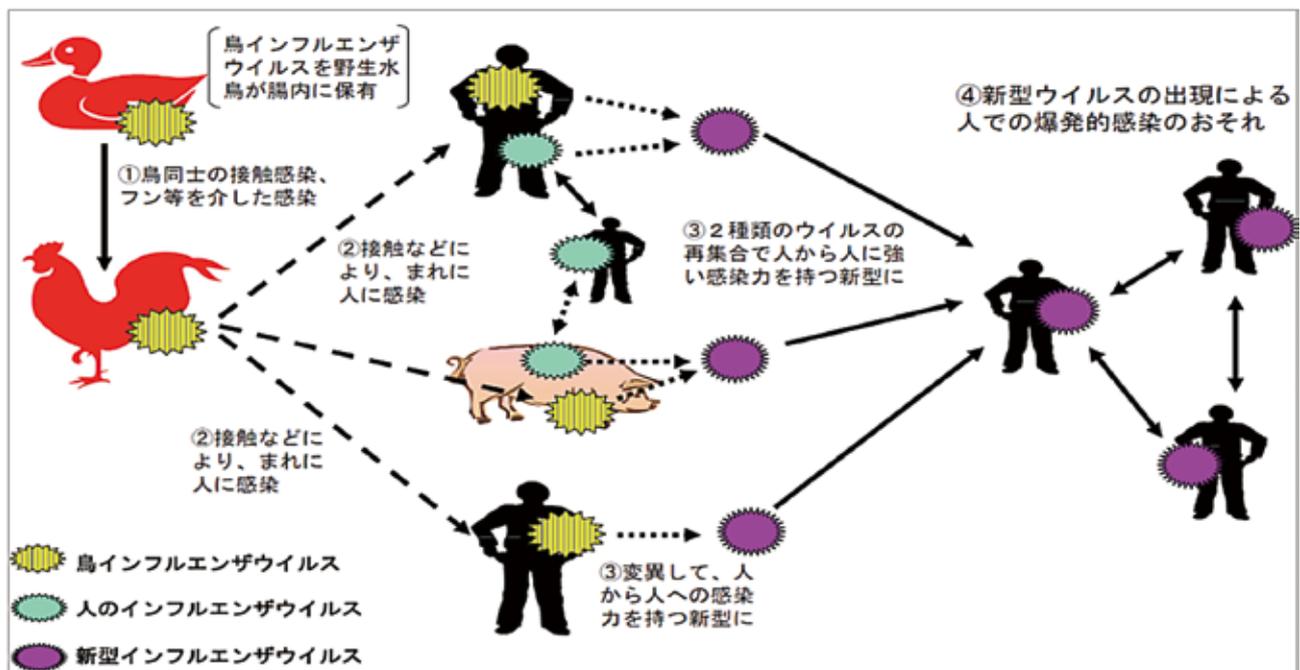
【 予 防 法 】

インフルエンザに感染しないための予防法は以下の通りですので、必ず実施するようにして下さい。

- ① 毎年、流行シーズンの前に、インフルエンザワクチンを接種しておくこと。
- ② 外出後の手洗い、うがいは、予防の基本です。流行シーズン中は、外出時のマスク着用も忘れずに。

(臨床検査科)

鳥インフルエンザと新型インフルエンザの関係について



市民健康づくり大会に参加しました。

「みんなで進めよう！新世紀ちば健康プラン市民健康づくり大会」が市民の日関連行事として10月13日に開催されました。新世紀ちば健康プラン推進協議会、(財)千葉市保健医療事業団、千葉市が主催し、昨年と同じ「きぼーる」が会場となりました。当日は、当千葉医療センターの他、千葉市薬剤師会、千葉市歯科医師会、千葉県看護協会千葉地区部会など22の団体が参加されました。今年は千葉医療センター附属看護学校からも看護協会と一緒に展示発表され「みんなで考えよう！お酒と健康」をテーマに、健康づくり体験、相談等が各ブースで開設されました。

当センターのテーマは、「ウィルス感染予防対策と健康相談」として、インフルエンザ、ノロウイルス等の予防に関する対策相談、正しい手洗い方法、栄養相談、心臓マッサージとAED体験、と新しく「脈波伝搬測定検査による動脈硬化測定」・「お薬相談」を実施しました。予想どおり動脈硬化測定の人気は高く途切れることなく順番待ちしていました。その他栄養相談、医師の予防相談、手洗い指導等にも多数の皆様が立ち寄り、当センターのブー



ス全体で425名の方が体験されました。当日スタッフとして参加いただきました皆さんご苦労さまでした。来年も参加する予定ですので、ご協力よろしくをお願いします。

(経営企画室)

第58期生の卒業式を終えて

千葉医療センター附属千葉看護学校
教育主事 廣門 三千子

平成25年3月5日、第58期生79名の卒業式が挙行されました。学生の学習にご尽力いただいた諸先生方、学習環境を整えてくださった事務職の方々、お世話になったすべての方々に感謝申し上げます。卒業式当日、謝恩会が(オークラ千葉ホテルに於いて)行われ、講師の先生方、国立病院機構千葉東病院、下総精神医療センター、下志津病院の諸先生方、実習指導者の方々、千葉医療センター看護部及び実習指導者、学生、教職員等、総勢190名の出席で執り行われました。諸先生方からご祝辞をいただき、学生からは、感謝の意を込めて歌、踊り、楽器演奏、クイズが行われ楽しい一時を過ごしました。

平成24年度は、創立60周年の年にあたり、節目の年でした。記念式典(平成24年6月2日)には全学年の学生が参加しました。千葉看護学校の伝統を実感しました。58期生は、平成21年カリキュラム改正から2回目の卒業生で、統合実習2年目の取り組みとなり、臨地実習指導者と連携を強化し、看護実践能力の育成を図りました。

また、卒業式直前臨地を想定した技術演習では、卒業目前であり学生も「これから看護師になる」という思いで取り組みました。2回目の卒業生を送り出し、新カリキュラムが根付いてきつつあります。



平成25年3月5日 卒業証書授与式



平成25年3月 千葉看護学校同窓会より寄贈

本校の教育理念「教学相長ず」の基、国立病院機構、そして社会に貢献できる人材育成に邁進して行きたいと思っています。

千葉医療センター新体制で発進

4月1日(月) 8時30分、新体制の幕開けです。

この日、増田院長より新採用、配置換、転任等を含め149名の職員に辞令の交付がありました。新採用者を初めとして、皆、千葉医療センターへの希望と期待に胸をふくらませているように見受けられました。

また、常勤職員は、医師88名、コメディカル75名、看護師399名、その他55名の617名となり、非常勤職員は、医師27名、コメディカル5名、看護師22名、その他84名の138名。合計755名の布陣ができあがりました。

昨年4月1日の688名と比べると、常勤看護師35名増、常勤医師7名増等で合計67名の職員が増えたこととなります。

職員数が増えたということは患者サービスの質の向上及び勤務環境の改善(劣悪の場合は職員のやる気を失

わせてしまう)に直結し、当院の理念である「Building Trust(信頼を築く)」を着実に実行する為の一つであると考えられます。

新病院となってから、今年で3年を迎えますが、今後益々地域医療に貢献しながら、「この病院で治療できて本当に良かった。」と思っただけのように、職員一同邁進していきたいと考えております。



市民健康セミナーの開催

当院では千葉市民の皆様には健全な生活を営んで頂くために、少しでもそのお手伝いができればと考え、平成14年2月から「市民健康セミナー」を当院2階大会議室で開催しております。

1月～3月に行われたセミナー

- 1月24日(木) 「再生医療の話」**
講師：外科 利光 靖子
- 2月28日(木) 「移植の話」**
講師：外科 榊原 舞
- 3月28日(木) 「肺がんの話」**
講師：呼吸器内科 丸岡 美貴

今後の予定

第4木曜日 午後2時～
会場：当院地域医療センター

4月25日(木)

「肝炎と肝臓」

講師：消化器内科 篠崎 勇介

5月23日(木)

「薬とサプリメント」

講師：副薬剤科長 山口 正和

セミナーに10回参加された方には記念品をさしあげます。

検査担当医師表

診療科		月	火	水	木	金
胃内視鏡検査 (午前)		金田/菰田	田村 玲	斉藤 正明	阿部 朝美	伊藤 健治
		里見 大介		里見/高見	森 嶋 友一	
		[豊田 康義]			[豊田 康義]	
大腸ファイバー(午後)		内科交替医	外科交替医	外科交替医	外科交替医	内科交替医
超音波	腹部	有賀 明子	阿部 朝美	有賀/菰田	伊藤 健治	杉浦/金田
	心臓				山田 善重 (第2・4木曜日) 午前	高見 徹

編集後記

今年の東京都内の桜(ソメイヨシノ)が開花したのは3月16日だそうである。平年より10日早く、統計を取り始めた1953年以降で最も早かった2002年と並ぶ記録。

寒い冬は早く過ぎて、暖かい春が早く来るのは一般的には嬉しいこと。でも・・・「春休み前だから商売あがったりだよ!」とか、「子供の入学式に桜は咲いているのかなあ?」など、良いことばかりではないようです。

(S)

【編集委員名簿】

(石毛 尚起) (打矢 直記) (新井 茂)
(山口 正和) (稲田美枝子) (安彦 昌人)
(副編集長 菅原 広之)
(編集長 杉浦 信之)

外来診療担当医師表 “聞く” “聴く” “訊く” の対応を! 平成25年4月1日より

診療科		月	火	水	木	金	
受付時間は原則として、平日(月曜日から金曜日)の8:30から11:00まで							
内科	新患	杉浦信之	杉浦信之	杉浦信之	森泰子	斎藤正明	
	再診	呼吸器内科	斎藤正明	斎藤正明	江渡秀紀	田村玲	岡澤哲也
		消化器内科 (消化管、肝、胆、膵)	丸岡美貴	西村大樹	田中望未	丸岡美貴	江渡秀紀
		総合内科	安田直史			西村大樹	安田直史
			伊藤健治	金田暁	金田暁(予約制)	篠崎勇介	阿部朝美
	田村玲	大黒晶子	伊藤健治				
			阿部朝美				
糖尿病代謝内科	新患は紹介制	島田典生/徳山宏丈	石塚伸子	島田典生	後藤茂正(血液)	石田琢人	
神経内科	新患は紹介制・予約制	櫻井透	古本英晴 能重歩	石田琢人 内田智彦 櫻井透	岡澤哲也	島田典生/徳山宏丈	
精神・神経科	新患	山内厚史		高橋純平		吉村政之	
	再診	海宝美和子	吉村政之	海宝美和子	高橋純平	高橋純平	
循環器内科	新患は紹介制 受付は10時まで	高見徹	久保健一郎	上田希彦	高見徹	中里毅	
小児科		重田みどり	新井ひでえ	重田みどり	重田みどり	新井ひでえ	
外科・消化器外科		森嶋友一 吉田行男 福富聡 守正浩	[交替医]	豊田康義(緩和ケア) 山本海介 利光靖子 石毛孔明	小林純 里見大介 高見洋司	[交替医]	
	乳腺外科	新患 完全予約制	荒井学	荒井学	荒井学	手術日	
	再診	荒井学	荒井学	荒井学	荒井学	手術日	
整形外科		永瀬譲史 阿部功 村上宏宇 白井周史	[交替医] 手術日 ※新患のみ	永瀬譲史 大河昭彦 阿部功 古志貴和	大河昭彦 村上宏宇 白井周史 古志貴和 (藤井達也)	[交替医] 手術日 ※新患のみ	
	形成外科	手術日	輪湖雅彦 鈴木文子	手術日	輪湖雅彦	鈴木文子	
	脳神経外科	石毛尚起	丹野裕和 布瀬善彦	石毛尚起	手術日	尾崎裕昭	
呼吸器外科	斎藤幸雄		藤野道夫	斎藤幸雄	藤野道夫		
心臓血管外科		田中英穂	増田政久	斎藤幸雄	藤野道夫		
皮膚科		大久保倫代	大久保倫代	大久保倫代	[交替医]	大久保倫代	
		秋田文	秋田文	秋田文	角田寿之	秋田文	
泌尿器科		佐藤直秀 川名庸子 一色真造	一色真造 宮坂杏子 櫻山由利	手術日	佐藤直秀 川名庸子 櫻山由利	[交替医] 手術日 受付は10時まで	
		宮内武弥					
	産婦人科	中崎裕夏 松岡歩 木下亜希	[交替医] 手術日 受付は10時まで ※新患のみ	岡嶋祐子 中崎裕夏 岡山佳子 松岡歩	岡嶋祐子 手術日 受付は10時まで ※新患のみ	岡嶋祐子 木下亜希 松岡歩	
助産師外来		完全予約制		完全予約制			
眼科		大岡恵美 小林晋二 窪田真理子	根岸久也 大岡恵美 小林晋二	根岸久也 大岡恵美 小林晋二	[交替医] 手術日 受付は10時まで ※新患のみ	根岸久也 小林晋二 窪田真理子	
		受付は10時まで	窪田真理子	窪田真理子			
		渋谷真理子	渋谷真理子				
頭頸部外科(耳鼻咽喉科)	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	外池百合恵 有本昇平	鈴木 誉 受付は10時まで	手術日	手術日	鈴木 誉 外池百合恵 有本昇平	
放射線科	治療	酒井光弘(予約制)		酒井光弘(予約制)		酒井光弘(予約制)	
歯科口腔外科	新患は紹介制 再診は予約制	中津留誠 中元佑輔	中津留誠 中元佑輔	中津留誠 中元佑輔	中元佑輔 石田翔	中津留誠 中元佑輔	

専門外来	腎内科(内科)			上田志朗 (第2・4水曜日) 8:30~11:00		
	肝臓外来(内科)		[交替医] 13:00~			
	不整脈外来(循環器内科)			上田希彦 (第2・4水曜日) 13:00~15:30		
	ヘルニア専門外来(外科)				山本海介 13:00~15:00	
	緩和ケア外来(外科) 19:30~19:30	[交替医]	豊田康義	[交替医]	[交替医]	[交替医]
	ストーマ外来(外科)					[担当看護師] 外来診察時間内
	禁煙外来(外科)			菰田弘 14:00~ 完全予約制	守正浩 14:00~ 完全予約制	
	肛門外来(外科)	守正浩(第1・3月曜日) 14:00~16:00 高見洋司(第2・4月曜日) 14:00~16:00				
	漢方外来		永井千草 8:30~13:00 完全予約制	永井千草 8:30~13:00 完全予約制		
	性カウンセリング(総合診療室)				大川玲子 8:30~17:00 完全予約制	