



■発行年月日/2014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/>



東京の桜 左…皇居にて。 右…千鳥ヶ淵にて。

撮影：大 廣 澄 江



新年度のスタートによせて

院長 増田 政久

春爛漫、皆様方はいかがお過ごしでしょうか。私個人的にはとかく4月は職員の異動で落ち着かない月ですが、今年度は診療報酬の改定・消費税アップとさらに慌たしさに追い打ちを掛けられます。診療に関わる薬品や材料などにかかる消費税は従来通り病院負担で患者さんに直接ご負担頂くことはありません。

また急速な高齢化により医療を必要とする人口が増えており、それに対応するために掲示板等でもお知らせしているように医療機関の機能分化(役割分担)を国がすすめています。

当センターは引き続き地域の急性期医療の担い手としての役割を果たしていく所存でございますが、ご利用頂く患者さんの地域の医療を育てつつ利用していこうというご理解・ご協力が今まで以上に不可欠となります。宜しくお願い申し上げます。

Y
A
H
I
A
N
N
(四)
月

退任挨拶	2~4
保育園新築工事と災害に強い病院をめざして	4
連携医院紹介 / 地域医療連携室だより	5
診療トピックス⑤	6
持参薬の取り組み / 病棟・外来紹介	7
臨床検査精度管理成績報告 / ドクターのサポーター	8
認定看護師からのアドバイス / CLDMAT養成研修参加	9
第59期生卒業式 / 第59期生謝恩会	10
司会の交代 / 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/ 7	看護学校始業式
4/10	看護学校入学式
4/24	第133回市民健康セミナー
5/22	第134回市民健康セミナー
6/26	第135回市民健康セミナー

退任挨拶



定年を迎えて

前病棟管理部長、整形外科医長

永瀬 譲史

平成26年正月とうとう私も定年を迎える年になったかと、しみじみ思いました。

ました。

昭和61年9月1日故井上駿一教授の指示により国立千葉病院へ赴任し、いつしか27年余りが過ぎていました。今日までいろいろなエピソードがありましたが、振り返って思い出として強く印象に残っているのは、やはり当院へ赴任して来た頃のことでしょうか。

当時、当院の整形外科は千葉大とは交流がなく、齋藤弘院長と松澤邦夫先生の二人となったところにパイプ役として私が仲間入りした形でした。

私は脊椎外科医を目指していましたので当初手術器具の不備が目につきましたが、齋藤先生はじめ外科の先生方のご厚意により多くの器具を購入してもらいました。そのおかげで、自由な雰囲気の中、10月には当院初の腰椎すべり症に対して腰椎前方固定術を、胸椎損傷に対して後方instrumentation固定術を一日で行ったのを覚えています。

当時は少人数であったため、ほとんどの行事を外科と共有し外科医局会、外科系医局旅行、忘年会などに参加していました。各科スタッフ同士のつながりも緊密で、私も医局旅行の幹事を行ったこともあり楽しい良き思い出となっています。

その後、千葉大からの医師と研修医派遣により5人体制となり整形外科医として充実した診療を行うことができ、今日まで5800余例の一般整形外科手術と1500余例の脊椎手術に携わってきました。最近では、平成23年3月11日脊髄腫瘍の手術中に東日本大震災が発生したことは生涯忘れられない出来事でした。

また、130回を超える市民健康セミナーの司会を担当できたこと、新病院建替えに携われたことなども定年まで勤務できたからこそと思っています。

平成26年4月からは大河医長のもと6人体制で整形外科の形が引き継がれたことを嬉しく思っています。

今後の千葉医療センターの益々の発展を祈念しております。



千葉医療センターへの思い

前看護部長 **梅田 睦子**

平成26年3月31日に無事定年退職を迎えることができました。

増田院長をはじめ多くの方々にご指導ご協力を頂いた賜物と深く感謝申し上げます。

振り返ってみますと、2年前に最後の勤務施設として千葉医療センターに緊張した思いで第一足を踏み入れたことが甦ってきます。心からうれしく思ったのは、人材・人員が豊富で、職員全体が医療に前向きに取り組んでいるということでした。このことは、昨年度の結核集団発生時、病院としての対応の時にも強く感じたことです。

大変ご迷惑をお掛けしましたが、全ての職員が職種を超えて一致協力し、患者さんやご家族、保健所等の方々への対応をしていけたと思います。

また、看護部として取り組んだ大きな課題は人材育成でした。急性期を担う千葉医療センターの看護師として、今以上に必要な看護実践力を獲得していける教育方法・内容の見直し、日々の業務をとおして患者さんを総合的かつ予測した看護ができる看護体制・看護方式の見直し等でした。各部署、教育委員会や業務委員会等が目的を良く理解し、このことに取り組んでくれました。成果として目に見えるのはもう少し後になると思いますが、楽しみにしています。

もう一つ大きなことは、千葉医療センターが附属看護学校をもっていることです。学生から看護師へと、一貫して育成していけることも大きな喜びでした。学校の先生方と同じ思いで取り組めたことについても感謝しております。

千葉医療センターはこの地域で大きな役割を担った病院です。今後ますます発展していくことを心からお祈りしております。本当にありがとうございました。



退官にあたって

前事務部長

菅原 広之

明日という字は「明るい日」と書きますが、病院を取り巻く明日（環境）は2025年・2030年問題を控え、病院機能分化～診療報酬改定や本年来年の消費税増税も相俟って、極めて厳しいものがあります。

就中、千葉医療センターのような急性期病院では7：1

入院基本料基準の厳格化やDPC係数の見直し等、今後の命運を左右する喫緊の課題が進路に大きく立ちほだかっています。

過日、「現状維持は後退と同じ」と某統括診療部長がいきみじくも仰っていましたが、千葉医療センターは来年で創立70周年を迎える歴史と伝統を誇る優秀なスタッフを擁する素晴らしい病院です。

昭和の国立病院時代、関東信越管内で60余あった病院が現在は30余り、千葉県内でも9施設から6施設(NC含む)となりましたが、昔も今も千葉医療センターは「千葉の雄」「千葉の旗艦」です。

病院が淘汰される時代の中、現状に立ち止まることなく、一歩一歩ひたすらに直向きに前向きに突き進んで行くことを祈念しております。

最後になりますが、在任中は院長先生を始め職員の皆様方には大変お世話になりました。ありがとうございました。またお会い出来る日を楽しみにしています。



お世話になりました

前企画課長

佐藤 正彦

平成21年7月1日 管理棟プレハブ3階の第二院長室で増田院長から管理課長の辞令を受けた時は、新病院建設工事の真っ只中で、まだ建物の5階部分迄しか出来ていなくて建物全体がブルーシートで覆われていました。

そんな中、千葉医療センター勤務をスタートしたわけですが、最初の1年間は、新病院への移転、内覧会、開院記念式典・祝賀会の準備等であつという間に時間が過ぎてしまいました。また、開院後の駐車場の整理は、旧病院の解体により駐車スペースが縮小し、駐車場も分散したため、駐車場以外の宿舎スペースや看護学校の付近に車を誘導しながら患者さんの駐車場を確保するのに苦労しました。丁度時期が悪く梅雨時であり、雨の日はカップを着て、夏の炎天下では水分を補給しながら毎日駐車場整理に追われたことを思い出します。

更に平成22年10月に企画課長に異動後は、駐車場、植栽等の外構工事が施工中であり、病院正門が作草部坂通り方向に40m程移設したことにより、車から正門を出る時、左方向の見通しが悪く危険なため、信号機の設置について阿藤元事務部長と千葉県警に陳情にいきましたが、「交差点ではなく私有地(病院)から出るところに信号機は設置できない。」という理由で残念ながら実現できませんでした。そこで少しでも作草部坂通り方向の見通しを良くするため、隣接する民家の万年塀をネットフェンスに改修してもらえないかをお願いにいったところ、快く改修に応じてくれましたので少しは見通しが良くなった

かなと思っております。

また、新棟完成後は建物や設備面のトラブルが多く、強風時に雨が降ると建物内に雨水がしみ込んだり、病棟給水管からの漏水、病院と看護学校間の間を通っている下水管のオーバーフロー、雨樋の落下等々・色々ご迷惑をおかけしましたことをお詫びいたします。

最後に増田院長はじめ千葉医療の皆様には、大変お世話になり感謝しております。

長い間ありがとうございました。



異動のご挨拶

前副看護部長 稲田 美枝子

千葉医療センター在職中の2年半は、皆様にご世話になり誠にありがとうございました。地域の方々に信頼される医療の提供をめざし、職員一丸となって取り組むことの喜びを感じながら、働けたことが何より感謝の気持ちで一杯です。

退院される患者さんに、毎月「患者満足度調査」を実施させて頂き、その結果から改善への取組を積み重ねていくことで、安心して入院生活を送っていただける環境づくりにつながっていました。その中には「入院生活のご案内」DVD作成とテレビ放映化、病室ごとの避難経路の表示、車いすの部署別ナンバリング表示による整備、夜間の騒音対策の取組など様々あげられます。多くの方々のご協力を頂きながら一つずつ形になっていくことの喜びを感じていました。患者さんのご意見や職員の声大切にしながら良い点は継続し、改善できることは改善することの継続が大切と思っております。

千葉医療センターは急性期医療を行う病院です。理想とする看護師像を明らかにし、その看護師を育成するためにも看護体制の在り方を見直しました。一人一人の看護師が役割を持って、責任ある看護ケアを実践することで更なる看護の質の向上へとつながることを期待しています。医療安全対策においても、看護師として知っておきたい内容について、理学療法科、薬剤科、検査科の専門分野の方々に協力を頂き勉強を開催しました。また副看護師長が中心となり、転倒・転落防止への取組、チューブトラブル防止マニュアルの作成、患者さんの確認方法の徹底など、すべての部署が統一した対応ができることを目指して、取り組んで参りました。すべてが良い経験となりました。

4月から下志津病院の看護部長として勤務することになりました。今後ともご指導ご協力を頂きながら、地域医療のニーズに対応できるよう、そして、安全で安心して患者さんが治療を受けられる病院を目指し努力してまいります。



離任のごあいさつ

千葉医療センター附属千葉看護学校
教育主事 **永重 英子**

平成26年4月1日付より、新潟病院附属看護学校へ異動となりました。千葉医療センターの職員の皆様、学校職員の皆様には、大変お世話になりました。

6年ぶりに千葉に戻ってきたばかりでしたが、1年で転勤となりました。教育主事として十分な役割を果たせずにいたところ、さらに体調を崩してしまいました。職場の皆様には多大なご迷惑をおかけし、お詫び申し上げます。

自宅からは遠い場所への転勤となりますが、ご配慮をいただき今回の異動とっております。私に与えられた試練であり、体調を整えて、ひとりひとりの学生を大事に育てていきたいと思っております。

昨年11月から、実習指導として学生の受け持つ方のケアに、たくさん入らせていただきました。「いい看護師さんに育てほしい。」という患者さんの学生に対する思いがよく伝わってきました。実習担当指導者の方は、患者さんの求めているものを見抜いて、学生がそれらに気が付いてうまく援助できるように導いていました。学生とかかわるうちに、学生の特徴が分かってきて、個々に応じた指導ができるようになっていました。

教員は、学生が自立して学習できるように支援することが重要だと考えます。学生のやる気スイッチを押し、学んでいる学生の思考や思いを大切に、「自分でここまでできた。」という達成感を味わえるように、また、指導者にも同様に達成感を味わえるように、陰となり黒子のような役割でかかわることが必要だと思います。今後も、このことを忘れずに、清く、正しく、たくましく、努力を続けていきます。

1年間、ご指導ご鞭撻いただきありがとうございました。

保育園新築工事と 災害に強い病院をめざして

職員の子育て支援として保育園の新築工事が昨年12月から着工されました。看護学校裏の芝生地帯に斬新的なデザインの保育園が建築されます。園庭は広く、内装にも工夫を凝らしているので職員の期待は大きいようです。完成は7月末を予定して



いますので、園児さんも楽しみにしているようです。

また当院は、千葉県の地域災害拠点病院の指定を目指しており、災害に強い病院となるために昨年度は地下水浄化プラントを導入して井戸設備を確保しました。

1月20日に、省エネ対策と災害対策を兼ねたガスコージェネレーション発電設備の整備工事が完成しました。これは病院内の電力需要に対し、ガスエンジン発電機により電力を供給し、買電料と契約電力を削減することで電力購入費用を削減する効果があります。また、ガス発電機の廃熱は蒸気での回収とボイラー給水昇温、既設貯湯層の給水昇温並びに暖房熱源への熱供給に利用し、病院全体の二次エネルギー利用量の削減と経費削減を目的としています。

更には停電時には放射線部門の電源供給に利用するものとして一般撮影装置で1時間当たり4～5件を最大で撮影できる予定です。

東日本大震災では、非常用発電機の燃料である重油の確保に奔走した経験から、既設の非常用発電機の長時間利用を目的としてオイルタンク(30KL)の増設工事も昨年12月から着工、本年3月初旬に完成しました。これにより停電時には約3日間の運転が可能となり病院機能の維持が図れます。

工事期間中はご迷惑をお掛けしますが皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

(企画課)

連携医院紹介

新宿外科医院

院長 齋藤文平

千葉市中央区新宿 2-16-13

☎ 043-242-5595

国立千葉病院の皆様、お世話になっております(当地域ではセンターより病院で通っています)。私は千葉病院の外科に育てられました。また数年前までは毎週麻酔の研修もさせていただき、千葉医療センターは私の生涯研修センターです。近頃は飽和状



態だったり、疾患を選ぶ病院がある中、千葉医療センターは幅広い分野で患者さんに受診してもらえる当院の頼れる病診連携病院です。

当新宿外科医院は外科、整形外科、皮膚科、麻酔科を標榜する診療所です。ほとんどは体表外科、外傷、腰痛の患者さんです。周辺にマンションが増え小児、老人の患者さんが多くなりました。特に老人の足の爪、拇指の治療の要望が多く、変形の強い爪の治療をしております。遠くからも患者さんが来院するようになりました。ほとんどは真菌感染のための変形ですが、靴の選び方や爪の切り方が原因の場合もあります。

病院の外来でお困りの患者さんがいればお役に立てると思いますのでご紹介下さい。

医療法人社団聖洋会 みつわ台クリニック

院長 大山欣昭

千葉市若葉区みつわ台 4-1-8

☎ 043-251-3123

みつわ台で開業して、早いもので30年になります。増田院長と同じ千葉大学第一外科の出身です。大学時代は一般消化器外科、乳腺外科およびICUの呼吸管理等を専門としておりましたが、卒業以来ジェネラリストを目指し、内科は勿論、整形外科等開業までに広く研修させて頂きました。地域医療は一人でできるものではなく、開業以来大きなトラブルもなくやって来られたのは、いつも困った時に助けて頂いている周囲の施設、とくに国立千葉医療センター等皆様のおかげと感謝しております。

医者になった娘には、開業医の仕事とは、薬の中の針を探すような仕事だと話します。外科医を辞めて地域のプライマリケアを主体とすると、超音波検査、内視鏡検査、胃乳腺X線検査が主な仕事になります。大きな病院にいたころは、癌など診断のついた、または疑いのある症例がほと

んどですが、開業医では検査をしても毎月毎月異常なしの連続です。でも時々キラリと光る針がある。もし見逃せば、次の機会には進行して痛い目にあう可能性もあるということです。開業以来30年集計すると、当院で見つけた癌など悪性疾患の症例は1300例を超えました。年間50～60例です。のでだいたい週に1例の割合になります。プロ野球の世界では、2000本安打で殿堂入りということになっています。患者さんの幸せのためにも早期発見を心がけ、殿堂入りを目指して真面目に注意深くこつこつと頑張らねばと考えています。

これからもますますお世話になることと思いますが、よろしく願います。



地域医療連携室だより

地域医療連携システムのご案内

当院では、受診された患者さんの診療情報を地域の医療機関の先生方の診察に役立てていただくため、地域医療連携システムを導入いたしました。

このシステムを導入していただくと、普段診察にご利用されている端末から、千葉医療センターで行った検査の数値やその推移、CTやMRI等の撮影画像、退院時サマリー等の診療情報を閲覧できるようになります。

導入のために必要なものは、インターネット回線と通常の端末のみで、利用料金等は一切かかりません。セキュリティについては仮想専用回線を用いることで、外部に患者情報が流出しないよう配慮しておりま

すので、安心してご利用いただけます。

このシステムをとおして、地域医療の質の向上及び病診連携の更なる強化に貢献できるものと考えております。地域の医療機関の先生方におかれましては、是非ともご検討いただきたくご案内申し上げます。また、少しでもご興味をお持ちいただけるようございましたら、先生方のご都合に合わせ訪問し、システムの説明、デモ機での紹介等させていただきたいと考えておりますので、その際はお手数ですが、下記までご連絡いただきたく併せてご案内申し上げます。

連絡先： 国立病院機構千葉医療センター

医療情報管理室 高橋

TEL：043-251-5311（代表）

「あー、眠れない」

— 生活習慣の改善で睡眠障害を解決しましょう —

「なかなか寝付けない」「夜中に目が覚めてしまう」「熟睡できない」など睡眠に関する不満を抱えている方はいらっしゃいませんか？

我が国で睡眠に不満を感じている人は2000万人、睡眠薬を使用している人は600万人に達するとの報告もあります。人間は、体の疲れ、脳の疲れを取り、更に免疫力を高めるために眠ります。もし眠れないと、体力、注意力・判断力の低下につながり、体のだるさが残り、生活に支障をきたすことになります。十分な睡眠をとるためには、睡眠のメカニズムを知り、不眠の原因を明らかにすることが大切です。

睡眠は、恒常性維持機構と体内時計に支配されています。

恒常性維持機構は、疲れて脳の活動性が低下して眠くなる仕組みです。日中運動したり働いたりして疲れた日はすぐに寝つけた経験があると思います。

一方で、体内時計は脳の視交叉上核などにあり、メラトニンという物質が作用すると眠気を生じます。メラトニンは暗くなると分泌が増えますが、夜でも明かりが煌々と灯る現代ではメラトニンの分泌が乱れてしまいます。就寝してからのテレビ、パソコン、携帯電話の使用は禁物です。また1日の長さ（地球の自転周期）は24時間ですが、体内時計では1日25時間であり、毎日1時間ずつ時差が生じてしまいます。この時差を解消するには、毎朝太陽の光を浴びて体内時計をリセット（活動開始状態に）しなければなりません。活動開始から15時間経つと睡眠モードになることが知られています。

それでは、睡眠に関する生活習慣を見直しましょう。

「早寝早起き」：朝起きて太陽の光を浴びてから15時間経つと体内時計が睡眠モードになります。あまり早く床に就くのは考え物です。眠くないのに早めに布団に入ると、かえって“眠れない”という不安につながり逆効果です。朝の起床時間は一定にする、光を浴びて1日の活動を開始することを心掛けましょう。

「昼寝」：長時間の昼寝は体内時計を混乱させます。どうしても昼寝する場合は、午後3時までに30分以内が基本です。

「休日の寝だめ」：起床時間を遅らせると一時的に睡眠不足を補うことにはなりますが、“寝だめ”にはなりません。休日もいつも通りに起きて、睡眠のリズムを整えることが肝心です。

「寝酒」：寝付きは良くなりますが、眠りは浅くなり睡眠の質は下がります。大量に飲んで寝てしまった後、夜中に目が覚めて寝付けなくなることはありませんか？

「タバコ、コーヒー、お茶、チョコレート」：いずれも覚醒作用があるので、寝る前には注意が必要です。コーヒーやお茶に含まれるカフェインの覚醒効果は4時間～5時間とされています。

「テレビ、パソコン、携帯電話」：夜の光刺激は、体内時計の誤作動につながる可能性があります。最近では中学生や高校生でも不眠を訴える人もいます。就寝してからは避けたほうが良いでしょう。

「音楽や香り」：作家五木寛之は「深夜の友は真の友」と言って、日本一静かなラジオ番組を放送していました。心地よく思える程度の音楽、穏やか香りは睡眠の助けになるかもしれません。

「風呂、運動」：眠る直前に交感神経（活動性を高める神経）の働きが活発になると、寝つきが悪くなります。ぬるめのお風呂や軽いストレッチが適切です。

「8時間睡眠」：必要な睡眠時間には個人差があります。ナポレオンは3時間しか眠らなかったそうです（これは極端ですが）。最近の研究では、「70歳の活動量では6時間睡眠で十分」とされています。「8時間眠らなければ睡眠不足」という思い込みによって、布団の中で長時間眠れない状態をつらい（不眠）と感じている人が多いのではないのでしょうか。長さにはこだわらずに、良い睡眠が得られるように工夫しましょう。

（精神神経科 篠崎 勇介）

当院における持参薬の取り組み

薬剤科長 加藤 一郎

当院では平成25年2月より薬剤師が病棟へ行き入院患者の持参薬を確認する業務を始めました。この業務を進めるにあたっては、薬剤科内でリスクマネジメントを考慮した上で実施することで、薬剤師の関与が医薬品の適正使用および医療事故防止の観点からもより効果的な成果を上げるものと考えました。平成25年度の病院目標に挙げられ、統括診療部長を中心とした持参薬プロジェクトチームが立ち上がりました。業務内容としては患者さんからの持参薬を効率的に鑑別し、代替薬品の有無や処方内容、服用方法を確認した後に正確に医師へ伝え、継続・中止の指示内容を看護師と情報共有します。いずれの業務も単独で実施されるものではなく、一貫して管理できる体制が確立し、全病棟へ浸透することができました。

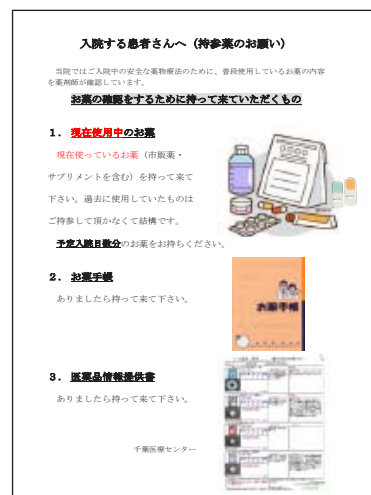
持参薬とは、患者さんが自宅で普段お使いになっているお薬のことで、飲み薬・注射（インスリンなど）・点眼薬・貼り薬・塗り薬 など全てのお薬が含まれます。その他、普段お使いになっている健康食品・サプリメントなどがあれば、一緒にお知らせください。持参薬の情報を早期にそして正確に把握することは、検査、手術、入院中の治療をより適切に行う上でとても重要なことです。薬の説明書やお薬手帳なども大切な情報源となりますので、必ずお持ちください。持参薬を管理させていただく

中で、かかりつけの開業医の先生や、保険薬局に問い合わせをさせていただく場合もあります。お薬に関する正確な情報を得るために、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

持参薬管理の役割として、患者さんにとっては良い点があります。

- 持参薬と、これから治療のために処方される薬との飲み合わせがチェックされ、重複投与を避けることができます。
- 手術や各検査などの前には中止が必要となる薬を、入院前に確認できます。
- 自宅で服用している飲みなれた薬が入院中にも利用できます。
- 普段お飲みの薬の疑問点など、お薬に関する相談をお聞きになれます。
- 健康食品やサプリメントや嗜好品と薬との飲み合わせについても確認ができます。

今後継続して、薬の専門家である薬剤師が持参薬管理を行うことにより、より効果的で安全な医療を提供できるように努めていきます。



病棟・外来紹介

6階西病棟

6階西病棟は、内科・消化器内科・血液内科の混合病棟で、内科的な治療を必要とする患者さんが入院しています。病床数は52床、そのうち12床が特別病室となっております。スタッフは医師10名、看護師31名（看護師長1名、副看護師長2名を含む）、業務技術員2名の総勢43名です。

看護の特徴としては、消化管出血など緊急時の対応、腹部血管造影や内視鏡治療などの術前術後ケア、心身の苦痛の緩和や化学療法を受ける患者さんへのケアなど幅広い知識と観察力、技術力が要求され、看護師は日々、研鑽に努めております。

ご入院された患者さんがスムーズに治療を受け、症状が緩和できるよう、また入院生活が快適に過ごせるよう、医師・看護師・薬剤師・検査技師をはじめとする多職種と連携し、患者さんとともに最良の方法を一生懸命考えています。

病状が回復し、笑顔が戻られた患者さんから、「この病院に入院できて良かった」というお声を頂き、スタッフの活力につながっていると共に、さらに安心して患者さんが入院できる病棟づくりを目指しています。



患者さんにご家族の関わりを大切にしており、病気に対する不安や今後の生活についての思いを受け止め、ソーシャルワーカーや退院調整看護師と協力し、在宅ケアへの連携を図っております。

6階の西側という眺望から、天気の良い日には富士山や東京スカイツリーを遠くに見ることができ、また広々としたラウンジも気分転換になると多くの方から喜ばれています。

「明るく、元気よく、誠意をもって」をモットーに、笑顔の絶えない職場から、患者さんやご家族が納得のいく、最適で思いやりのある医療・看護が提供できるように今後も努めていきたいと思っております。（看護師長 根本恵子）

日本医師会臨床検査精度管理成績報告

臨床検査科 臨床検査技師長
峰岸 正明

「私達は国立病院機構千葉医療センターの一員として、質の高い臨床検査データを提供し、患者さんの安全と信頼される臨床検査科を目指します。」これが、当臨床検査科の理念です。

質の高い臨床検査データを保証するために、毎年外部機関による複数の精度管理調査へ継続的に参加しています。その中でも最も多くの施設（平成25年度は3,220施設）が参加している日本医師会主催の精度管理結果が届きました。その得点は、2年連続で100点満点でした。それ以前も99点台の結果を頂いておりましたが、100点満点を連続して取得できたことは正確、精密な検査を維持できている証となっている事柄であります。

このように精度の高い

臨床検査データを迅速に報告するためには、最新の技術、知識が必要とされます。このため臨床検査科スタッフは、研修会へ参加するなどして日々努力・研鑽をしております。

高得点を取った事に慢心せず、今後もより良い検査を患者さんに提供し信頼される臨床検査科を目指して参りますので、どうぞよろしくお願いたします。

項目	評価項目数	評価項目点数	評価項目修正点	参加項目数	参加項目点数	参加項目修正点	全項目点数	総合評価	0の数	評価せずの数	「その他」の数
合計	45	585	585	100.0	45	585	645	90.7	0	0	0

ドクターのサポーター

医師事務作業補助者
土屋 和歌子

ここ数年前より外来で診察室へ入ると、医師の他にパソコン入力をしている者を見かけると思います。患者さんより「パソコンのお姉さん」と呼ばれることもあります。

私達は「医師事務作業補助者」、またはMA(メディカル・アシスタント)と言います。これまで医師が行っていた事務的業務を医師の代わりに行っています。それによって待ち時間の短縮化、また医師が患者さんと充分に向き合えるよう努め、スムーズな診察の補助を目指しています。診断書などの文書の仮作成も行っており、医師の多忙によって遅れがちだったものが速やかに処理されるようになったのではないのでしょうか。

外来診療に同席し、病状に一喜一憂したりと私達も陰ながら患者さんを見守らせていただいています。院内で見かけることがあったら気軽に声をかけてくださいね。



認定看護師からのアドバイス

緩和ケア認定看護師・副看護師長
手渡和子

～リラクゼーション・深呼吸～

4月は、新しい環境でのスタートの時期です。あわただしい毎日の中で、知らず知らずのうちにストレスが溜まり、体が緊張して呼吸が浅くなっていることはないでしょうか。

呼吸は不安や緊張がある時には自然と浅く速くなり、リラックスしているときには深くゆっくりになります。このように心の状態と呼吸は影響し合っています。

今回は心と身体の回復や維持に繋げるために、簡単な方法として、「リラクゼーション・深呼吸」をお伝えしたいと思います。

準備

- 身につけているもので締め付けが強いものは外します。(メガネ、腕時計、ベルト等)
- 楽な姿勢になります。(座る、横になる、目を閉じる等)
- 自分の落ち着く環境を作ります。(好きな音楽をかける、照明を暗くする等)

方法

1. おなかを軽く押しながら、一度ため息のように息を吐きます。

2. おなかを膨らませるように、鼻からゆっくり「1、2、3、4、」と息を吸います。
3. 「5」のタイミングで一瞬息を止めるような感じにします。
4. 口をすぼめて、ゆっくり「6、7、8、9、10」と息を細く遠くに、吐きます。

余裕があれば次のようなイメージをして呼吸してみましょう

吐く時：体中の毒素や嫌なことなど外に出て行く

吸う時：新鮮な空気や酸素が体内に取り込まれる

息を止めるとき：新鮮な空気や酸素体の隅々まで行き渡る

簡単で時間もお金もかかりません。日常生活の中で緊張を感じた時、自分の心や体の声を聞きながら取り入れてみてください。

※無理に行わず、自分のペースで調整してください。



千葉県地域災害派遣医療チーム (CLDMAT) 養成研修に参加しました

外科 利光靖子

DMAT (Disaster Medical Assistance Team)とは、「大規模事故災害、広域地震災害などの際に、災害現場・被災地域内で迅速に救命治療が行えるための専門的な訓練を受けた、機動性を有する災害派遣医療チーム」のことで、平成23年3月11日に発生した東日本大震災において全国から多くのDMATが被災地に派遣されたことは記憶に新しいところです。DMAT隊員になるには厚生労働省の指定する4日間の養成研修に参加する事が必要ですが、受講枠が少ないためになかなか機会を得ることができませんでした。千葉県の災害医療救護体制の強化を図るために、県内の災害派遣に限定した(Chiba Limited ; CL) DMATチーム養成のための研修が開催されることとなりました。当院初のDMATチームとして利光(医師)、佐藤(業務調整員・薬剤師)、佐山(看護師)、吉田(看護師)、小宅(業務調整員・事務)の5名が平成25年12月19日・20日に開かれた第1回千葉県地域災害派遣医療チーム (CLDMAT) 養成研修に参加してきました。

研修はDMATの意義や災害時医療対応の原則等の総論的な講義から始まり、通信手段としてのトランシーバー使用方法の実習、トリアージに関する講義・実習やシミュレーション、圧挫(クラッシュ)症候群についての講義等々の盛



りだくさんの内容で行われました。そして最後に仮想災害現場で他のチームと協力をしながら模擬患者にトリアージを実施し、治療や搬送の優先順位を決定する臨場感たっぷりの実践訓練に臨みました。事前の講習で知識は得たものの実践となると思うようにいかず右往左往する事ばかりで、現場で機能するDMAT隊となるには様々な災害を想定した訓練が大切であることを痛感しました。講師の先生方の熱い指導のおかげもあり5人全員が研修修了証をいただき、CLDMATとして無事登録されました。災害はあっては欲しくありませんが、県からの要請があれば出動できる態勢を整備し、知識・技術の向上に精進していきたいと思えます。

第59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
教員 山中清美

平成26年3月4日、多数のご来賓の方々、多くの諸先生方、保護者の皆様、事務職員の方々のご臨席を賜り、第59期生80名の卒業式が挙行されました。

卒業式では、緊張の中にも喜びが満ち溢れ、晴れやかな雰囲気の中、増田政久学校長より、医療専門士の称号と卒業証書が学生達に授与されました。

59期生は、平成21年に施行された新カリキュラムで学んだ3回目の卒業生となります。新カリキュラムでは学生の看護実践能力の強化に向けて統合実習が組まれています。その実習では複数の患者さんを受け持ち、夜間実習も可能な限りで行うなど統合的に看護を捉えることができるよう実践しました。実習後には学生達から、「病棟に溶け込めた感じがした。」「多くの経験をし、優先順位を考えた看護の重要性が認識できた。」などの感想が聞かれ、その充実ぶりを感じました。看護は人と向き合い、自分と向き合うことで成長していきます。卒業後も自ら主体的に時代に応じた知識や技術を学び続けて大きく成長してくれることだと思います。



また、今年度は卒業式の前に初めて保護者会を開催致しました。70名の保護者の方々のご参加を得、忌憚のないご意見やご質問を頂き、有意義な時間となりました。頂きましたご意見は、今後の学校運営に活かしていきたいと思っております。

最後になりましたが、無事に卒業式を迎えることができましたのも、ひとえに3年間の実習で受け持たせて頂いた患者さんやご家族の方々、ご指導頂いた諸先生方、保護者の皆様、事務職員の方々のご理解とご協力のお蔭であると心より深謝致します。

今後とも59期生の成長を温かく見守りくださいますようお願い申し上げます。

第59期生 謝恩会を終えて

千葉医療センター附属千葉看護学校
教員 渡邊陽子

平成26年3月4日、第59期生の卒業式当日、京成ホテルミラマールに於いて、謝恩会が行われました。3年間お世話になった講師の方々、国立病院機構下志津病院、国立病院機構千葉東病院、国立病院機構下総精神医療センターの諸先生方、実習指導者の方々、千葉医療センターの諸先生方、看護部及び実習指導者、教職員、学生の総勢191名の出席で執り行われました。諸先生方からご祝辞を頂き、学生は新たな気持ちで旅立つことへの思いを胸に刻んだことと思います。

学生達はお世話になった方々に、感謝の気持ちをお伝えしたいと思い準備を進めてきました。

当日は、実習を通して学んだことをパワーポイントでプレゼンテーションし、また、実習でお世話になった各病院に関連する内容をクイズ形式で行い、会場からは歓声も聞かれ喜んでいただきました。最後は学生全員で歌



を披露し楽しいひとときを過ごすことができました。

今回の謝恩会を通して学生は、企画運営の役割を果たすことで達成感を得ただけではなく、クラス全員で協力することの大切さを再認識することができたと思います。更に出席された方々からの励ましの言葉や温かい気持ちを頂いたことが、学生にとって最高の喜びとなりました。3年間ご指導頂いた皆様、そして出席頂いた皆様に感謝申し上げます。

市民健康セミナーの司会が交代します

千葉医療センターの地域医療研修センターで毎月開催しております、市民健康セミナーの司会を長らく務められた永瀬地域医療研修センター長（病棟管理部長）は、本年3月をもちまして定年を迎えられることとなりました。

市民健康セミナー第1回目の平成14年2月から司会を担当され、3月には132回の開催を数えました。1回平均約57名の参加者、延べ人数7,559人となりました。

12年間にわたる労いに対し、増田院長からの挨拶と、4月から司会を担当する森嶋新地域医療センター長（新病棟管理部長）より花束が贈呈されました。

引き続き、市民健康セミナーにご参加よろしくお願ひ致します。



市民健康セミナーの開催

当院では千葉市民の皆様へ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、8月を除く毎月「市民健康セミナー」を当院地域医療研修センターで開催しております。

1月～3月に行われたセミナー

- 1月23日(木) 「がん放置療法ってどうなの？」
講師：外科医長 森嶋 友一
- 2月27日(木) 「脾臓の病気」
講師：外科医長 豊田 康義
- 3月27日(木) 「肺がんの抗癌剤治療について」
講師：呼吸器内科 安田 直史

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24日(木)

「“胃”の痛む話」

講師：内視鏡室長・消化器内科 伊藤 健治

5月22日(木)

第1部 薬が誕生するまで

～治験(ちけん) ってなんだろう?～

講師：治験管理室 中野 千佳子

第2部 薬を正しく使うための心得

講師：薬剤科 本郷 知世

6月26日(木)

「尿失禁の話～自分だけで悩んでいませんか?～」

講師：看護部 宮園 若菜・河崎 育子

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	福富 聡	
		[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	菰田 弘	阿部 朝美	田村 玲	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

一昨年は、人工多能性幹細胞 (ips細胞)、今年は刺激惹起性多能性獲得細胞 (STAP細胞) が話題を呼んでいる。後者はそれ自体の是非が話題となっているが、いずれにせよ今後の研究次第で病気が治る方向に進んで行って欲しいものである。ただ、若返りとなるとちょっと違う。平均寿命150歳……。みなさんも考えてみてはどうだろう。(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26年5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 斎藤正明	杉浦信之 斎藤正明	杉浦信之 石田琢人	森泰子 田村 玲(第1・3木曜日) 孤田 弘(第2・4木曜日)	斎藤正明 岡澤哲也	
	再診	呼吸器内科	丸岡美貴 安田直史	西村大樹	江渡秀紀	丸岡美貴 西村大樹	江渡秀紀 安田直史
		消化器内科 (消化管、肝、胆、膵)	伊藤健治 田村 玲	金田 暁 大黒晶子 明杖直樹	金田 暁<予約制> 伊藤健治 阿部朝美	篠崎勇介 西村光司	阿部朝美
		総合内科	後藤茂正 島田典生 徳山宏丈	孤田 弘 石塚伸子	島田典生	後藤茂正(血液) 岡澤哲也 由井健智	石田琢人 島田典生 徳山宏丈
糖尿病代謝内科	新患は紹介制	櫻井 透	古本英晴 能重 歩	櫻井 透	古本英晴	三津間 さつき	
神経内科	新患は紹介制・予約制	山内厚史 海宝美和子 吉村政之	吉村政之 山田千晶(午前)	焼田まどか 海宝美和子 山内厚史	焼田まどか	吉村政之 焼田まどか 山内厚史	
精神・神経科	新患受付は月・水・金(全予約制)	高見 徹 <完全予約制>	久保健一郎 受付は10時まで	宮澤一雄 受付は10時まで	高見 徹 受付は10時まで	中里 毅 受付は10時まで	
循環器内科	新患は紹介制 月曜日は完全予約制	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	
小児科		森嶋友一 福富 聡 守 正浩 柳原 舞	[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]	
外科・消化器外科		中野茂治	荒井 学 中野茂治	手術日	荒井 学	荒井 学 中野茂治	
乳腺外科	新患 完全予約制	大河昭彦 阿部 功 村上宏宇 白井周史	[交代医] 手術日 受付は10時まで	大河昭彦 阿部 功 佐久間 詳浩 吉野謙輔	村上宏宇 白井周史 佐久間 詳浩 吉野謙輔	[交代医] 永瀬謙史<完全予約制> 手術日 受付は10時まで	
整形外科	火・金の受付は10時まで	股・膝関節外来	完全予約制	阿部 功(股関節) 14時~15時30分	白井周史(膝関節) 13時30分~15時		
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	丹野裕和 布瀬善彦	石毛尚起 原 彩佳	手術日	尾崎裕昭 原 彩佳		
呼吸器外科	斎藤幸雄	手術日	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	増田政久	増田政久	増田政久		
皮膚科	木曜日は完全予約制	大久保倫代 秋田 文 佐藤直秀 川名庸子 一色真造 宮内武弥	大久保倫代 秋田 文 秋田 文	大久保倫代 秋田 文	角田寿之 <完全予約制> 秋田 文 佐藤直秀 川名庸子 櫻山由利	大久保倫代 秋田 文 [交替医] 手術日 受付は10時まで	
泌尿器科	水曜休診 金曜の受付は10時まで	中崎裕夏 計良和範 木下亜希	[交替医] 林 若希 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 計良和範	[交替医] 手術日 受付は10時まで ※新患のみ	岡嶋祐子 木下亜希 林 若希 岡山佳子	
産婦人科	火・木の受付は10時まで 婦人科新患は紹介制	新井みゆき 窪田真理子 大岡恵美 受付は10時まで	<完全予約制> 根岸久也 新井みゆき 窪田真理子 大岩晶子 大岡恵美	<完全予約制> 根岸久也 新井みゆき 大岩晶子 大岡恵美	<完全予約制> 根岸久也 [交替医] 手術日 受付は10時まで ※新患のみ	根岸久也 窪田真理子 大岩晶子 大岡恵美	
助産師外来	新患は紹介制 再診は予約制 月・木の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	
眼 科	新患は紹介制 再診は予約制 月・木の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	
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	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	新患は紹介制 再診は予約制 火曜日の受付は10時まで	
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>	酒井光弘<予約制>	酒井光弘<予約制>	
歯科口腔外科	再診は予約制	中津留 誠 馬場隆緒 笠間洋樹	中津留 誠 馬場隆緒 笠間洋樹	中津留 誠 馬場隆緒 笠間洋樹	中津留 誠 馬場隆緒 笠間洋樹	中津留 誠 馬場隆緒 笠間洋樹	

専門外来	腎内科(内科)			上田志朗 <第2・4水曜日>8:30~11:00 上田希彦<第4水曜日> 宮澤一雄<第2水曜日> 13:00~15:30 完全予約制		
	不整脈外来(循環器内科)					
	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)		豊田 / 石田 13:30~15:30 完全予約制	豊田康義 9:30~11:00 完全予約制		
	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)			孤田 弘 13:00~ 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水曜日>14:00~16:00 高見洋司 <第2・4水曜日>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	