



下志津病院の全景



下志津病院では、昨年に重症心身病棟が新しくなりました。新しくなく残されているのは、内科病棟（1、2病棟）と外来や検査、薬剤、放射線、事務が入っている管理棟とよばれる建物群です。かなり古くなり、雨漏りやすきま風もあります。そろそろ建て直しが必要ですので、検討を始めています。まだ、しばらくかかるとは思いますがすてきな建物ができることを夢見ています。

今回の表紙の写真は当院の全景です。となり

に20階建てのマンションができています。その20階より、広角レンズで撮影しました。一番手前は病院前の道路であり、病院の敷地は横ではほぼ写真いっぱいです。新しく建て替えた重症心身病棟が敷地真ん中の一番奥やや左に2階建ての低い白い建物です。遠くの雲の下には東京湾が見えます。そのさらに奥には三浦半島がうっすらと、見えていました。この写真の一番手前真ん中の低い建物が管理棟となり、その奥の2棟の病棟や、右の検査棟などとともにいずれば立て替えたい建物です。

院長 末 石 眞

下志津フェスティバル開催



チーバくんも登場

8月22日に重症心身障害病棟・筋ジストロフィー病棟・通園ルームひまわり合同の行事「下志津フェスティバル」が初開催されました。

この行事は病院内で夏定番の縁日やお祭りを開催してみんなで楽しもう！という企画で、当日は院内複数の会場で「ヨーヨー釣り」や「わたあめ屋さん」といった縁日定番のお店や、「カラオケ大会」「太鼓の達人大会」など普段行っている活動の腕を競う企画など楽しいイベントが目白押しでした。

また、4組のミュージシャンによる

スペシャルライブも開催され各会場共に大変な盛り上がりでした。

定番の「ヨーヨー釣り」や「スマートボール」では障害を持った方でも楽しめるよう、釣り竿に工夫がされていたり、「カラオケ大会」では声がうまく出せない方にはボランティアの方が一緒に歌ったり楽器で盛り上げたりと、誰でも楽しむ事ができる下志津病院ならではの祭りになりました。

今回の「下志津フェスティバル」開催にあたり、当日は総勢80名のボランティアさんにご協力頂きました。地域のボランティアさんをはじめ、学生や遠方から来てくださったボランティアさんのおかげで開催する事ができたこの行事、とても職員だけでは運営できなかった事でしょう。

色々なお店や企画はもちろん楽しいものでしたが、患者さんが何よりも楽しいと感じてくださったのは、ボランティアさんと一緒にふれ合う事ができた時間だったのではないかと思います。ご協力頂きました皆様にこの場を借りて厚くお礼申し上げます。

また来年「下志津フェスティバル」でお会いしましょう！

保育士 小野澤 源



ボランティアによるライブ風景

病院見学とボランティア講座

8月1日に第17回病院見学とボランティア講座がありました。

参加者は、中学生1名、高校生23名、大学生1名、その他1名の計26名でした。まず始めに、当院のボランティア活動紹介や、看護師による「看護師という仕事について」という講話を聴きました。

その後、重症心身障害病棟、筋ジストロフィー病棟、リハビリテーション科、臨床検査科、栄養管理室、放射線科に移動し、職場見学を行いながら職員から、職種についての説明を受けました。

実際に参加したボランティアさんからは、「普段見学できないところを見ることができて良かった」という声が多く聞かれました。

病院見学とボランティア講座は毎年8月に開催しておりますので、興味のある方は、是非ご参加ください!!

児童指導員 木下 智美



病院見学の様子



ボランティア講座開講式

麻酔科・手術室の紹介

麻酔科 香村 玲子

「麻酔科の先生は、何をされる人ですか？ 先生もお医者さんなんですか？」

最近、話題になることが多くなった麻酔科ですが、こんな時代もありました。今は多くの啓蒙書も出版され、理解していただけるようになりました。「国が認める唯一の専門医が、麻酔科です」ご存知でしたか？ 医師免許

以外に「麻酔科標榜医」に認定されないと「麻酔科」という看板は出せません。このことを知る人は少ないそうです。そして、麻酔科医の数も質も決して充足した状態にないのは、今も昔も変わりません。働く場所は、主に手術室です。患者さんにお目にかかることが少ないと思います。

手術することになると、どういう麻酔でということになり、患者さんとの関わりが出てくる科です。手術前後の期間、主治医と連携し、患者さんの管理をするのが主な仕事です。

麻酔業務は産科と同様に、「うまくいって当たり前」的な仕事であり、極度の緊張感と持久力を必要としますが、医学の進歩により、安全性は飛躍的に進歩しました。

当院では、手術前に患者さんを訪問し、麻酔の説明をしております。その際、疑問の点がありましたら、遠慮なくお聞きください。手術中、最高の医療サービスを提供するようにスタッフ一同、仲良く頑張っています。患者さんにリラックスしていただくために音楽療法をしています。お好みのCD等を持参していただいてもかまいません。

麻酔医の役割を今風にスマートに表現している本がありましたので紹介します。

「手術室のマエストロ！ 麻酔医の行き先」 宇田るみ子著 へるす出版



手術室では、整形外科と外科の手術、神経内科の筋生検を行っています。整形外科は、骨折のほか人工関節や腰の手術、外科は大腸がんや胃がん、乳腺腫瘍、ソケイヘルニアなどの手術を行っています。手術室看護師は少人数ですが、麻酔科医、担当科医をはじめ、薬剤科、放射線科、検査科など様々な医療スタッフチームの協力の元に安全な手術を行っています。

患者さまは手術に対する不安がとても大きいと思います。そのため、手術室看護師は病室へ術前訪問に伺い「手術室の中はどうなっているのか」「痛みはないか」「寒くはないか」などの疑問について不安の軽減に努めたり、事前にうかがった音楽を手術中に流し、リラックスできるようにしています。



手術室看護師は、専門的な知識と技術をもって手術が安全に行われること、患者さんの安全・安楽が十分に配慮された手術看護を提供できることを目標にしています。手術中は患者さまのご家族がゆっくりお過ごしいただけるよう、手術室前に家族待合室をご用意しています。スタッフ一同、誠心誠意、患者さまが安心して安全に手術を受けられるようサポートしています。

手術室看護師長 國分 保弘



市民公開講座

当院では、四街道市保健センターで市民公開講座を開催しております。今回は、6月と7月に行われた講座の内容を紹介します。

「受動喫煙による健康への影響～私たちはきれいな空気が好きです」

6月13日（水）に行いました。平日の午後にもかかわらず30名程の方たちにお集まりいただき、90分ほど受動喫煙をテーマに①喫煙の現状②受動喫煙の影響③受動喫煙への対応について、お話しさせていただきました。

- ① 喫煙の現状：男性の喫煙率は減少傾向で40%未満となったのに対し、女性は10%で横ばいです。四街道市の中学生の家庭では約50%の割合で喫煙者がいます。男性では加齢と共に禁煙する方が増えるので、小学生以下での家庭喫煙の割合はもっと高いと思われます。一方、女性は禁煙しづらい傾向があるようです。
- ② 受動喫煙の影響：タバコの有害成分は副流煙に多く含まれており、成分によってはフィルターを通して吸われる主流煙の100倍以上の濃度といわれています。したがって、受動喫煙によっても様々な病気にかかりやすくなります。小児では低出生体重、気管支喘息の他に、中耳炎、肥満のリスクが高くなります。成人では肺がん、副鼻腔がん、子宮頸がんの発症、および、冠動脈疾患による死亡のリスクが高くなります。
- ③ 受動喫煙への対応：日本は、世界保健機構の「たばこの規制に関する枠組条約」を批准しており、受動喫煙から人々を保護するために規制することが求められています。同機構が示したガイドラインは、喫煙者の自主規制（マナー）では効果がなく、罰金などの罰則を設けるべきと明記しています。日本では国ではなく、自治体での取り組みが進んでいます。千葉県では受動喫煙防止条例の施行に向けた話し合いが進められています。

当院は敷地内禁煙です。しかし質疑応答では、職員を含めて喫煙する姿が見られるとのご指摘をいただきました。禁煙治療薬による保険診療が行えるように、環境整備に努めてまいりますので、皆様には今後ともご協力いただけますようお願い致します。

小児科医師 鈴木 修一

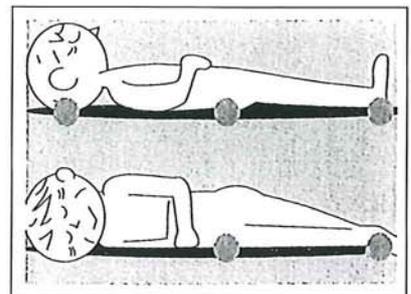
「床ずれについて」

7月3日（火）に行いました。13名の参加者に「床ずれの発生」「床ずれができないようにするには」「ドライスキンについて」「床ずれができてしまったら・・・」の5点について、3年間の病院褥瘡対策委員としての学びと経験をもとに、床ずれを作らないための物品や、保湿剤の使用方法などもスライドを使用してお話をしました。

参加者の方から、家庭で床ずれのある家族をケアしていた時のお話を聞くことができたり、保湿剤は何を使ったらよいかなどの質問があったりして60分の講座で床ずれ予防について、少しでも知って頂ける機会になったと思います。

看護師長 仲谷 恵理

今後の予定	10月23日（火）	糖尿病について
	11月8日（木）	薬とサプリメント
	12月12日（水）	生理検査について



「下志津病院秋まつり」

のお知らせ

来る10月14日（日）、イトーヨーカドー四街道店において、「下志津病院秋まつり」として、各種の健康相談等（健康相談、栄養相談、お薬相談、医療福祉相談、骨密度測定、体脂肪測定、動脈硬化測定、呼吸機能測定、クイズコーナー）を実施（無料）いたします。

多くの地域の皆様のご参加をお待ちしております。

管理課長 安野 豊



食 彩

のいろいろ ～食欲の秋、今が旬のさつまいもについて～

秋は、スポーツの秋、芸術の秋、読書の秋、そして収穫の秋、食欲の秋と、いろいろありますね。秋の恵みに感謝して、それぞれの秋を満喫しましょう。

今回は今が旬のさつまいもについてです。



諸説ありますが、日本への伝来は1597年に宮古島に入ったのが最初と言われています。琉球へは中国の福建から1605年に入って栽培が始まり、1705年薩摩本土に伝わり主に九州地方で栽培されるようになりました。そして、江戸時代の初期から中期のたび重なる飢饉により、大凶作に見舞われ深刻な食料不足に陥る中、暑さや乾燥に強く土質を選ばないさつまいもの有用性が注目され、西南暖地を中心に全国に広く普及していきました。

さつまいもは炭水化物が豊富で、エネルギー源として適しています。また、ビタミンCや食物繊維を多く含みます。さつまいものビタミンCは野菜類に比べて熱に強く壊れにくいという特徴があるので、煮物等の加熱調理した料理でもビタミンCを効率よく摂取することができます。

さつまいもを調理する際のポイントは、60℃程度で長時間加熱をすることです。デンプンを糖化するβアミラーゼという酵素がよく働いて甘味が増します。例えば、石焼き芋やふかし芋はこの性質により甘みを最大限に引き出す調理方法です。

夏バテで低下した食欲が涼しい“秋”になると戻るため、ついつい食べ過ぎてしまう“食欲の秋”。食欲のまま食べ過ぎると肥満につながります。こまめに体を動かすことを心がけ、食事は腹八分目にしましょう。

栄養管理室 松原 若菜

下志津病院院内認定 院内認定専門看護師制度

当院には、独自で構築した院内認定専門看護師制度があります。これは、専門コースの研修を受講して、合格基準に到達した看護師が認定されています。コースには「小児看護」「筋ジストロフィー看護」「重症心身障害児(者)看護」「周手術期看護」「内科看護」の5つがあります。

今回は、内科看護を紹介します。現在、内科看護は主にリウマチ・膠原病看護について活動しています。

リウマチ、膠原病看護

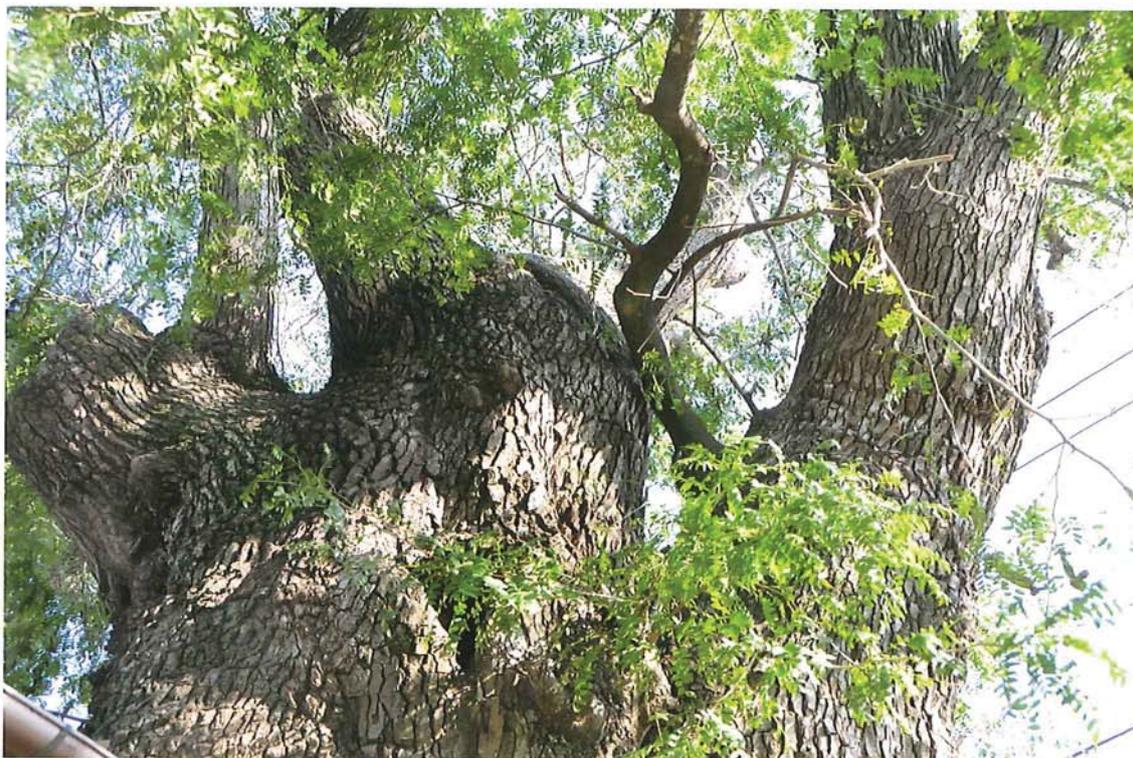
リウマチや膠原病は、自己免疫疾患といわれ、症状は個人差があり身体の状態を細かく観察しながら治療を進めることが大事です。また膠原病という病気を知らない方が多く、周囲の方々の理解や協力を得にくいなど、患者さまにとっては病気のつらさ以外にも多くの問題を抱えていらっしゃると思います。

最近ではリウマチにおいて、新しい治療方法が開発され画期的な効果が期待されるようになりました。このような中、私たち院内の認定専門看護師は、専門的な知識を生かして、患者さま一人一人が安心して治療を進められ、退院して生活していく事ができるように努めています。病気や治療上の不安や分かりにくいこと、生活していくうえで分からない事があれば、お気軽にお声をかけてください。



内科看護院内認定専門看護師

巨木を訪ねて



12 中之条のさいかち

群馬県中之条町の国道沿いの狭い場所に立っている。

日本一のさいかちと看板にある。木肌はあれていて、大きな葉が茂る。

さいかちの実が落ちていた。大きな豆である。延喜式（1000年ほどまえ）にはここは朝廷の御牧場であり、この豆で昔は馬を洗ったとされている。ほんとかしら？

樹齢600年 目通り5.6 m

訪ね人：末石 真



【看護職員募集のお知らせ】

- 応募資格 ①平成25年3月に看護師養成機関を卒業見込みの方
②看護師の資格を有する方
- 勤務内容 病棟・外来での看護業務

【奨学金制度について】

- 対象者：正看護師養成所・学校に入学される方、または在学中の方
年間50万円 看護学校卒業後、一定期間看護師として当院へ勤務した場合、返済が免除となります。詳しくは、当院ホームページをご覧ください。またはお問い合わせ下さい。
- 施設見学 当院見学を希望される方は下記までご連絡下さい
副看護部長 近藤 才子
TEL：043-422-2511（内線720）
E-Mail：fukukango@simosizu2.hosp.go.jp

外来診療担当表

受付時間

8:30~11:00

平成24年10月1日現在

区分	月	火	水	木	金
内科 (一般内科) リウマチ科 消化器内科	杉本 古川 平松 富沢	杉山 篠崎 古川 末石 岩本(AM)	吉田 古川 富沢 末石 平松(AM)	杉山 杉本 篠崎 横山	杉山 杉本 小林(干) 本田 平松
睡眠時無呼吸外来			梅岡(PM)		
神経内科	(休診)	本吉 三方	本吉	(休診)	本吉 三方
小児神経科	大森	(休診)	石原	(休診)	(休診)
小児科	西牟田 渡辺 中村 鈴木(修) 眞山	西牟田 根津 松浦 佐藤(AM) 鈴木(由) (予約のみ)	山本 根津 小田 西牟田 (新患のみ) 玉地	小田 渡辺 中村 佐藤	鈴木(由) 石原 中村 鈴木(修) 須藤
アレルギー科		佐藤(PM)			
外科	一木	白井(10:00まで) 一木(10時~11時)	一木	長谷川	白井
整形外科	山中 佐々木 玉井	鈴木(宗) 玉井	(交代制)	小林(達) 稲毛 西能 山中 隔週	鈴木(宗) 小林(達)
リハビリテーション科	三方(指定する日)				

※ 小児神経科の初診の方は、完全予約制となっておりますので地域医療連携室へお問合せ下さい。

四街道市 乳児健診 健診は、第1・3木曜日14:00から行います。健診当日は13:30~14:00までに受付をお済ませください。予約は企画課(医事)窓口と電話にて受付しています。予約受付は、平日13:00~17:00までです。

四街道市 乳がん検診 検診は毎週火曜日・金曜日に行います。検診当日は予約時間の5分前までに受付をお済ませください。予約は企画課(医事)窓口と電話にて受付しています。予約受付は、平日13:00~17:00までです。

睡眠時無呼吸 専門外来 毎週水曜日、14:30~17:00に行います。受診日の16:00までに受付をお済ませください。予約はお取りしておりません。(休診の場合もありますので、事前にご確認ください。)

乳腺外来 毎週金曜日、13:30~15:00に行います。受付時間は、13時~15時です。予約はお取りしておりません。(休診の場合もありますので、事前にご確認ください。)



■ JR 四街道駅
北口下車 徒歩8分
JR 総武本線東京駅(千葉経由)から四街道駅まで約50分

■ 京成臼井駅
京成電鉄京成臼井駅から千葉グリーンバス
「四街道駅行き」に乗車(約25分)「消防署前」下車、
徒歩1分

● 東関東自動車道
「四街道インター」から約5分(3Km)



独立行政法人 国立病院機構 **下志津病院**

〒284-0003 千葉県四街道市鹿渡934-5
電話: 043-422-2511 FAX: 043-421-3007
ホームページ <http://www.hosp.go.jp/~simosizu/>
携帯サイト <http://www.hosp.go.jp/~simosizu/m/>



第12号

平成24年10月発行

発行責任者 末石 眞
編集委員長 山本 重則