



紅葉の毛無山と富士山

山病だより

編集・発行 独立行政法人地域医療機能推進機構山梨病院

編集責任者 広報委員会



独立行政法人地域医療機能推進機構
山梨病院

〒400-0025 甲府市朝日3丁目11番16号

TEL 055(252)8831(代)

FAX 055(253)4735

HP:<http://yamanashi.jcho.go.jp>

Eメール:main@yamanashi.jcho.go.jp

CONTENTS

山梨病院の得手！	1
ジェイコー山梨病院新たな門出	3
あさひ会たより	4
ピックアップ医師紹介	5
薬局だより	5
新入職員紹介	6
趣味の部屋	7
栄養課より	8
病院の理念および基本方針	8
中学生職場体験学習	9
高校生1日看護師体験	9
ピンポイント部署紹介	10
朝日町のお店紹介	10
編集後記	10

10月号

山梨病院の得手！

総看護師長 長田 美奈子

涼風に揺れる秋桜(桃色)といわし雲が泳ぐ水色の空が美しい、1枚の絵のような季節になりました。

NHKの朝ドラ「花子とアン」の評判で『甲州弁』が日本国レベルで人気者になりました。今や、「こびつとしろし」は標準語になりそうな勢いがあります。

主人公の村岡花子さんは「赤毛のアン」以外にも多くの児童向け文学作品を翻訳しています。そのおかげで、私も小学生時代、「イソップ物語」に出会うことができました。動物を登場人物に仕立て世の中の駆け引きや、世渡りの知恵を動物に喩え、人生の処世訓として知ることができた作品でした。「キツネと

ぶどうのふさ」では、キツネが自分のジャンプ力が足りないことを棚に上げ、「まだブドウが熟れていない」と食べられない負け惜しみを言い、採れないのはブドウの木が高いからと相手のせいにしてしまうこと、「アリとキリギリス」では、こつこつと努力する者(蟻)は救われる、働かざる者(きりぎりす)食うべからず!や「うさぎとかめ」から、自惚れるものは溺れる、相手を笑うものは自分も笑われる!等々、人間社会にはいろいろな不合理や理不尽、矛盾が存在し、賢く生きていくための知恵を子供心に垣間見ることができたと思います。そんなイソップ寓話はなんと300種近いお

話があることを知り驚きました。が、みなさまも秋の夜長に卒読されてはいかががでしょうか!

「JCHO(ジェイコー)山梨病院?」

只今より、甲州弁会話教室を開催します。講師は、朝日町在住の富婆ちゃんとお願いたします。

「富さん、知ってたけ、なんでも山梨病院がジェイコーに変わっただつちゅうよ!」「てっ、ジェ



イコーだと、フミさん、なんでそれは？」

「あたしも嫁から聞いただけけど、なんでも・ＪＣＨＯは独立行政法人地域医療機能推進機構として、平成26年4月からスタートした組織で、全国57病院や介護老人保健施設26施設、地域包括支援センター10施設、訪問看護ステーション12施設、訪問看護実施病院32か所を有する病院グループになった。」

未曾有の高齢化社会では、人々は複数の疾患を抱え、身体機能は低下し、認知症も増加するなど地域住民のニーズは多様化するため、医療・介護・福祉等が切れ目なく連携することが求められているが、連携のギャップが存在する。そのため、ＪＣＨＯは全国規模のグループとして「急性期医療／回復期リハビリ／介護」を含むシームレスなサービスを提供し地域医療・地域包括ケアの確保ができるよう取り組みたい。また、その要となる、医療人育成に力を入れていく。特にお医者さんは総合診療医の養成に積極的に関与し・・・」

「フミさん、こ難しいこんはいから、簡単に言ってくれんけー」「そうさね、富さん、私が思うにＪＣＨＯ病院は、年寄りにやさしい病院を目指して頑張る

つちゆうこんずら。歳取るとたぐさんの病気を抱えながら年々体力が落ちて、風邪をこじらせて入院するこもあるじゃんね。そんな時は病気が早く治るよう入院治療して、病気が落ち着いたら、リハ専門病院でリハビリして家に帰られるよう、病院からリハビリ病院に繋げてくれる病院で、お医者さんは循環器とか呼吸器とか専門分野ではなく、複数の病気を診れる先生、つまり年寄りを診れる先生を育てているちゆうこんじゃあねえけー！」「ふみさん、ＪＣＨＯ山梨病院は年寄りがずーと自分家で暮らせるよう応援してくれる病院になっただね」「ほうさー！」

『ＪＣＨＯ山梨病院の認定看護師を知ってるけー！』

「ふみさん山梨病院は、いい先生が揃っていて、いつでも診てもらえたじゃんね。ＪＣＨＯになっても今迄通り、消化器系のこんは診療受付時間が午前中だけ、急に腹が痛くなったり、休みの日に胃が痛くて具合悪い時診てもらえるのは助かるし、そんな時は診察券を忘れんように持って行けし。また、胃カメラも予約なしで月曜日から金曜日の午前中の早い時間に行けば診てもらえるよ。」

乳腺外来が女性に優しい環境になった。」

「そうだよ。富さん乳腺外科の診察室が男子禁止区域内になって女性だけの外来だから、男氏の目を気にしないでマンモグラフィ、乳腺エコーが診てもらえるだよ。それに乳癌学会専門医の先生が来てお医者さんが2人になって、毎日外来をやっているから便利じゃんね。混雑防止のため完全予約制をとっているけど、急な診察も受けてくれるし手術も週3日できるから、待たんで手術が受けられるのもありがたいね！それに、病室は6階で一番見晴らしのいい病棟だ」とつ。

「へえーほうけ。ところで富さん、いまどき化学療法っていう治療があることを知ってるけー」「化学療法？知らんねえ」

「がんの治療で抗がん剤を使って治療するけど、今じゃあ、がん化学療法看護認定看護師さんがいてね、治療する患者さんたちをケアしてくれるんだ」と

「ＪＣＨＯ山梨病院にもいるだけ？」

「外来に新しく化学療法室という、抗がん剤治療を受ける患者さんたちのプライバシーに配慮したスペースやテレビや本を見ながら、うとうとしたりリラック

よ。その化学療法室に2人の認定看護師さんがいるさ」「てつ、ふみさん、2人もいるだけ、すごいじゃんけ、そのしはどんなことをしてるで？」

「がん化学療法看護認定看護師は、抗がん剤治療を受けて、自宅に帰ってからの日常生活の過ごし方や不安なこと、心配なこと、副作用に對していろいろと一緒に考えた、情報提供し、患者・家族とともに一緒にがんや治療に向き合おうよ」

「ふみさん、そりゃあ心強いね。素人は何にも解らんから、2人の認定看護師さんにいろいろと聞けばいいだね！」

「そうさ、富さん不安で治療受けてても、治るもんも治らんから、何でも聞いて不安を安心に変えて、はやくよくなるさ！」

「ほかに、認定看護師さんはいるだけ？」

「スキンケア外来（看護師専門外来）を担当しているのが、皮膚排泄ケア認定看護師さんだよ。この外来は、ストーマ、褥瘡（とこずれ）、失禁ケアに関する相談窓口になってるだよ。スキンケアで困ったら、気軽に相談するのいいよ。」

たとえば、山梨病院で人口肛門（ストーマ造設術）を作った人以外でも紹介状持参であれば、ス

キン外来を受診できるだよ。ありがたいじゃんね！最近じゃあ、在宅で褥瘡ケアや失禁ケアをしている家族の相談にも乗ってもらえるから心強いじゃんね。失禁ケアはおむつの選択や皮膚かぶれ等の予防的なスキンケアの方法を教えてもらえるだよ。在宅以外でも、介護施設入所中の家族や他の医療機関に向いて相談に乗ってくれるちゆうかねー！最近では放射線治療に伴う皮膚トラブルの相談も受けるちゆうから、すごいじゃんね。皮膚排泄ケア認定看護師を医療業界ではWOC（ウオック）と呼ぶんだけど、WOCの桑田さんは「どんな些細なことでもいから、声かけてください！」と言ってくれてるだよ。まずは、困ったら桑田さんに電話するだね！」

「そりゃそうと、ふみさん、血糖は落ち着いてるだけ？」

「おかげさんで、糖尿病専門の池田先生がいいから、ここんところ、落ち着いてるさ。」「糖尿病教室にも通っただよね？」

「そう、『汝、食い改めよー！』の精神に基づいて、『行動療法』って言って、まず食べ方の勉強をしたさ。そのおかげで、体重は減るわ、血糖は落ち着くわで安心してるだよ。」「油断大敵、この

まんま、続けられるといいね」
「ふみさん、山梨病院の外來には糖尿治療養士という勉強した看護師さんが3人、糖尿病看護認定看護師さん1人がいてね、先生とスクラム組んで、がっちり指導、相談してくれるから、こころ強いし安心していられるだよ。」

「てっ、糖尿病看護認定看護師さんもいるだけ？」

「そうだよ、認定看護師さんはとくに、糖尿病合併症予防に情熱を注いでいて、フットケアといって、足の厚くなつた爪をカットしたり踵の角質除去をして、感染予防に努めたり、腎臓が悪くならないよう、栄養士・看護師・医師と協力して食事、日常生活の過ごし方、治療をしているさね。そうしんと将来、人工透析になつちもうからね。怖い話さ！」

「そう言えば、テレビでやってたね。今や糖尿病は国民病で、若い人から年寄りまで罹るちゅうから、しっかり治さないと怖いじゃんね」

「ふみさん、糖尿病看護認定看護師さんや療法士さんたちは、患者さんの毎日、食べる食事や生活パターンから、バランスの悪いところ、過剰な面、足りない点、悪しき習慣等を探し、改善できるところや方法について

一緒に考えてくれるだよ。なかなか自分じゃ気が付けんからね！ありがたいさ。」

「富さん、JCHO山梨病院には、認定看護師さんが外來に4人いるけど、病棟にも緩和ケア認定看護師さんが2人いるさ。身体的・精神的苦痛の緩和に働きかけてくれる看護師さんがいることは、手術、病氣治療に関するあらゆる苦痛症状にたいする、ケア、相談、支援が得られるから、患者・家族共に心強いじゃんね。あと、感染管理の認定看護師さんもいるから、院内感染予防やCD感染症、MRSA、ノロウイルス、インフルエンザ、疥癬等、感染防御に関する相談・指導が適時適切に受けられるのも、患者・家族にとつて心強いよね。病院もさることながら、介護福祉施設等のコンサルもしてくれから、これからは遠慮なく相談するといよ。それには長寿社会福祉センターに相談するといいらしいよ！」

以上、今回甲州弁会話教室の教材として「認定看護師」を取り上げましたが、富さんとふみさん、ありがとうございました。忙しい先生方に代わって、患者・家族の不安や心配等を緩和し、自らが病と立ち向かう勇氣と元氣を持てるよう認定看護師を十二

分に活用いただけたら幸いです。

『看・看連携』

JCHO山梨病院として、地域住民のみなさまに気持ち良く・安心してかかれる病院としてお役に立てるよう努めていきたいと存じます。

従来の病院完結型治療の時代は終わり、これからは、在宅で療養・生活できる支援を病院も提供できるよう、関係部署と調整・連携を図る必要があります。

山梨病院には「訪問看護室」がありますので、入院・退院の院内連携は円滑にできると考えています。今後は施設退院の患者さんとの連携を図り、患者自身の安心と施設担当者の安心に貢献できたらと考えています。

その先駆けとして、長寿社会福祉センターと情報共有を図り、病院から施設の二ードに沿った支援・サービスが提供できるよう、認定看護師の派遣を始めました。それぞれの専門性を生かした支援により、施設で働く看護職をはじめ、介護福祉士さんたちのサービス向上にお役に立てたらと願っております。

その成果が入所さんやスタッフ皆様の安心につながり、適切な病診連携や対応が実践できるよう励んでまいります。みなさま、どうぞお声かけください。

ジェイコー山梨病院の新たな門出と 消化器病センター設立について

1月前号「山病だより」の「平成26年度山梨病院の新たな体制に向けて」で既にお書きした様に、今年4月に新しい独立行政法人の地域医療機能推進機構（略称：地域医療機構）またはJCHO*（ジェイコー）が設立され、山梨病院は、本機構が直接運営する全国57病院グループの1つとして新たな門出を迎えました。ジェイコーの地域医療における使命は、①地域医療、地域包括ケアの要として、地域住民の生活を支える、②地域医療の課題の解決・情報発信を通じて、全国的に地域医療・介護の向上を図る、③地域医療・地域包括ケアの要となる人材を育成し、地域住民への情報発信を強化することにあります。山梨病院はジェイコー病院として今後いっそう地域医療のため診療事業に取り組み、自治体関係機関、山梨大学、医師会との連携のもとに、県内の病院、診療所、訪問看護施設、高齢者施設と協力して、地域住民の方々の意向が反映されるように医療・健康管理の面から生活を支える事に力を尽くしたいと思っております。

(* Japan Community Health care Organization)

病院の診療体制では数年前から内科医師が減少し救急医療と入院診療などで呼吸器、神経内科、循環器次いで血液内科の診療機能に縮小がみられては来ましたが、現在、各診療科、看護課、診療補助部門（コメディカル）が協働し病院全体として可能な限り幅広く地域医療を担えるよう努力していま

す。様々な消化器疾患に対応出来る消化器内科・外科、生活習慣病を中心とした循環器内科と内分泌・代謝内科の診療、感染症など高齢者急性期疾患の内科的診療、健診との連携や乳癌診療を拡大している乳腺外科、四肢の関節と脊椎の診療に優れる整形外科、鼻・副鼻腔手術を得意とする耳鼻咽喉科及び外来診療と健康診断に特化した婦人科の各診療が病院の特色となつていきます。

この様に診療事業向上を目指す中で、地域医療に更に役立つことを期し山梨病院を特徴付ける診療機能拡充を図るために、今回、消化器病センターを開設致します。救急対応から癌の診療まで、また消化管から肝臓・胆道・膵臓疾患まで広い領域に涉つて内科的及び外科的診療がスムーズに行えるよう病院内の組織・機能を改変してあります。消化管の出血、通過障害（イレウス）や穿孔、急性胆嚢炎や膵炎などを含む急性腹症に迅速に対応し、消化器癌の診療では手術療法、化学療法と共に緩和療法にも力を注ぎます。同センター組織では、小澤俊総センター長（副院長）、矢川彰治副センター長（副院長）、安村友敬外科部長と志村和政内科部長をはじめとする内科・外科スタッフと、看護課、放射線科、臨床検査科及び事務職員が最良の医療を提供するため連携しチーム医療を行います。

今後ジェイコー山梨病院の特色を生かし、各診療科の専門領域と共に可能な限り幅広い疾患、高齢者の急性期疾患の診療を行い地域の住民の方々に役立つよう努力する所存です。

● 社会保険山梨病院糖尿病患者会

「あさひ会」だより

「あさひ会」 谷戸 三治

「じっぴっと学ぶ糖尿病！」

糖尿病予備軍 & 糖尿病患者集まれ！

山病だよりをご覧の皆様、お久しぶりです。山病だよりもリニューアルされましたが、どーでしょうか？

さて、山梨病院糖尿病患者会「あさひ会」では勉強会を開催いたします。

いつも疑問に思っていることや悩み事など一緒に考えてみませんか？

あの看護師「ロジャーズ尚美さん」が復活！どくなりませんか？
ワクワク(C)☆



日時：平成26年10月26日(日曜日)

午前10時から(約2時間)

場所：山梨病院 2階会議室

内容：

第1部 DVD 上映「ミライと

ブライ」解説 内科部

長 池田真人先生

第2部「糖尿病と合併症につ

いて」看護師 ロジャー

ズ尚美さん

会費：無料

お問い合わせおよびお申込みは
栄養管理室

☎055125218831

内線2030まで

「早期発見・治療を！」

夏バテとっていると、実は

糖尿病なんて！

甘く見ていると本当は怖い

糖尿病。

さて、毎年恒例になってきました糖尿病公開(後悔)講座が今年も昭和町のアピオで開催されます。11月11日(日)です！

詳しい内容など判りましたら、病院内に掲示いたしますのでご期待下さい。

今回は今年の山病だより3月号で紹介した「めんどくさがり親父」のその後をご報告します。

メタボで血管年齢は90才(実年齢65才)2〜3年前に脳梗塞。昨年未検査で右腎臓にガンを発見。(どくおしよう！後悔中)が3月号まで。

今年2月末に右腎臓を摘出(約9cm)発見が遅れ肺と骨に転移。

現在、抗ガン剤と放射線での治療中。早期発見していれば……！

さらに「めんどくさがり親父」の弟が脳内出血で入院。以前から血圧が高かったのに、不規則な生活で悪化させ救急車。後遺症はほとんどなくよかったです！

さらにさらに、親父の兄が膀胱ガン発見！早期でセーフ！

やはり早期発見・早期治療が一番。これは糖尿病にも言えます。血糖値の高いままほうっておくと「合併症」が進行します。

視力の低下で「失明」や腎臓が悪くなったりで「透析」！

糖尿病で治療が必要と指摘された人のうち、未治療の人は23%、治療を中断してしまった人は約16%いるというデータがあります。(健康日本21推進フォーラム2011年)

約4割が適切な治療を受けていません。

「糖尿病」は早期発見・治療で改善が可能な病気になっています。あなたも少し血糖が高いと判ったら……！



さらに、「糖尿病○昼食会」も開催！
約560〜600 Kcal程度の食事を食べながら、食事内容や食べ方などを学びます。
11月6日(木)
場所：山梨病院 2階会議室
時間：11時40分〜13時
会費：800円(おつりのないよう)にお願いいたします。
申し込み 予約制
午前：総合案内
午後：初診・再来窓口
にお申し出下さい。

NEW 健康で長生き、みんなで知っとこ糖尿病教室

山梨病院では糖尿病教室を毎週火曜日に開催しています。10月・11月の予定は

内容	10月	11月
☆糖尿病シネマ ☆糖尿病とは ☆怖くない、早めの内服・ インスリン治療が効果的(第1週)	7日	4日
☆知っておきたい糖尿病検査の見(第2週)	14日	11日
☆カロリーだけじゃない!! 食事バランスが一番大切(第3週)	21日 (菓子・酒)	18日 (惣菜・コンビニ)
☆いつでも、どこでも、だれでもできる全身運動 ☆そのお手入れで大丈夫?糖尿病患者が気をつけたいポディーケア(第4週)	28日	25日

場所・時間…山梨病院 ○2階会議室(午後2時30分〜4時頃)毎週火曜日
講師…山梨病院 ○内科部長 池田真人 先生
薬剤師・検査技師・理学療法士・看護師・管理栄養士

- *参加者(入院患者様本人を除く)より指導料として毎回100円いただきます。
- *外来の患者様は診察券をお持ち下さい。
- *予約の必要はありません。

お知らせ

世界糖尿病デー IN 山梨病院

平成26年11月6日(木)

10時〜15時

当院にて「世界糖尿病デー」イベントを開催します！みなさまお誘いあわせの上、御来院ください！

★プログラムの詳細は後日発表します★

主催：糖尿病診療管理委員会

ピックアップ医師紹介

整形外科部長 佐々木茂先生



関節鏡手術中にモニターをチェックする佐々木先生

学するのに対して、佐々木先生は数少ない臨床目的での留学生で、現地で臨床ライセンスを取得され、実際の手術に数多く携わって来られた。日本での関節鏡手術というと膝と肩が主であるが、ヒューストンクリニックでは肘や股関節の関節鏡手術も経験してきたそうである。帰国後は新潟県柏崎中央病院等で臨床経験を積まれ、杏林大学医学部整形外科講師を経て平成26年4月から当院整形外科部長として赴任されている。

臨床のみならず基礎研究の分野でも活躍されており、特殊な薬剤を含有したリン酸カルシウム骨セメントによる骨再生実験などに携わっておられ、それらを含めた学会発表や著作論文数は杏林大学整形外科医局内でトップクラスである。

東京生まれ、東京育ち。平成元年に杏林大学医学部を卒業し、同大学の整形外科に入局した。入局当初から関節鏡を用いた低侵襲手術に興味を持ち、平成11年から関節鏡手術で有名な米国ヒューストンスポーツ医学センター・ヒューストンクリニック（ヒューストンは人名で、宇宙センターのある地名ではない）に留学された。米国留学者のほとんどが基礎研究目的で留

野は前述のように関節鏡手術を学するのに対して、佐々木先生は数少ない臨床目的での留学生で、現地で臨床ライセンスを取得され、実際の手術に数多く携わって来られた。日本での関節鏡手術というと膝と肩が主であるが、ヒューストンクリニックでは肘や股関節の関節鏡手術も経験してきたそうである。帰国後は新潟県柏崎中央病院等で臨床経験を積まれ、杏林大学医学部整形外科講師を経て平成26年4月から当院整形外科部長として赴任されている。

中心とした関節外科で、特に膝関節は人工膝を含めて最も得意とする分野である。関節鏡手術は小切開を加えるだけで関節内に内視鏡と手術器具を挿入して手術操作を行う、熟練の技を要する手技である。前十字靭帯損傷や半月板損傷、靭帯損傷などのスポーツ外傷が主な対象疾患となるが、変形性膝関節症などの変性疾患にも応用できる。また、7月の山梨日日新聞で紹介があった通り、難治性の肩関節周囲炎（五十肩）や反復性肩関節脱臼、肩腱板断裂、スポーツによる投球障害肩なども関節鏡手術の適応となる。切開が小さいために低侵襲で入院期間が短くて済むのが関節鏡手術の特徴であり、佐々木先生はこの手術における第一人者である。

趣味は、かつてゴルフに熱中していたそうだが最近では行く機会が少なく、単身赴任している都合上、休日は世田谷の自宅に帰って犬の散歩をするのが楽しみだそうである。

比較的新しい分野である関節鏡手術は、これからますます応用され、適応手術が増えて行くことは間違いない。スポーツ外傷だけでなく関節痛や関節の動きが悪くて困っておられる方は、是非、佐々木先生の診察を受けてみてはいかかだろうか。

薬局だより

薬剤師の役割

今回の薬局だよりでは、感染症対策に従事する薬剤師のお話を紹介いたします。

「感染症対策についての薬剤師の役割」

私は山梨病院で薬剤師をしています。今日は薬剤師の視点で病院活動で重要な感染症対策についての活動を御紹介したいと思います。山梨病院ではどのような感染症対策が行われているのでしょうか？ また何故感染症対策が必要なのでしょう？

厚生労働省によると日本人の死因順位の中で肺炎（感染症の1つ）が現在第4位に位置しております。これはこれだけ医療が発達している先進国であっても感染症は我々と切っても切り離せない関係であることを示しています。当然、病院というのは感染症患者様が治療を受けに来られるところで、その治療が重要になります。そして、感染症患者さまが沢山おられますので、それぞれの感染症が周りの人達に伝播して行かないように予防活動をする事が大切になります。

まず感染症を治療するために我々薬剤師がしていることと言います。医師が処方された薬の使用量と、使用方法が正しいかチェックを行い、調剤し、正確に患者さんのところに届くようにすることです。時に薬の処方量が少な過ぎたり逆に多過ぎたり、使用方法が間違っている様な場合は処方医へ確認の電話（疑義照会）し、必要時は処方変更したり処方削除をしています。また、私は感染症分野を専門に

学んでいますので、より患者さんの治療に有益な抗生剤がある場合や、より良い投与方法がある場合は医師とコミュニケーションを取ることで患者さんに最善の医療が提供出来るように働きかけています。そのためには日々新しい情報に触れる必要があります。そのため、研修会に参加したり、書籍を読んだり、全国の感染症の専門家が集まる学会等に行き、最新の情報を習得しています。

また、病院内の感染対策を扱っている委員会では、毎月の抗生剤の使用量や使用実態、使用傾向、消毒剤の使用量、薬学分野の最新情報の報告提供等を行っています。また、他部署の委員と共同で感染症院内研修会を開催しています。その様な事を通して、全国の優れた大規模病院と同水準の感染症医療の提供に貢献出来るよう努めています。

また院内の感染対策の実行部隊であるICT（感染対策制御チーム）では週に1回の頻度で病棟回診を実施しています。回診では薬剤師として治療が難渋している患者さん等に対してどのような抗生剤が使われてきたのか、今の治療薬で良いのか、より良い使用方法はあるのか各種疾患ごとに正しい病室環境の管理が行われているのか、病院全体の衛生環境が保たれているのかを確認、時には改善指示等の提案をしています。

このように、薬剤師は常日頃から、感染症治療と感染症予防へ貢献出来るように、強いては、外来入院両患者様の利益になるような活動を心掛けております。

新入職員紹介

質問① 趣味は？
 質問② 特技・こだわりは？
 質問③ 性格は？
 質問④ 当院に就職にするにあたって(自己PR含めて)

角田 伸一 医師

- ①なし
 - ②なし
 - ③なし
 - ④15年ぶりに帰ってまいりました。前は内科医として約8年間勤めさせていただきました。4月から健康管理センターで仕事をさせていただいています。
- どうぞ宜しくお願いいたします。

山下 紗季 医師

- ①スポーツ、スポーツ観戦、のんびり、動物
- ②学生時代はバスケットをやっていました。
- ③こだわりは特にないです。
- ④末っ子 B型
- ⑤初期研修2年を終えて、整形外科医として1年と少し経ったところです。ご迷惑をおかけすると思いますが、よろしくお願ひ申し上げます。

小野原 幸司郎 医師

- ①水泳

- ②できるだけ体力を保つ
- ③あまり深く考えない
- ④前任の松本先生とはいろんな点で異なりご迷惑をおかけすると思いますがよろしくお願ひします。

藤川 有歩 保健師

- ①言語(スペイン語、英語のCDをひたすら聞く。※しゃべれません)
 - ②パトミントン(社会人チーム所属して練習しています)
 - ③犬が大好きで種類が40種類わかる。
 - ④人と違うところに目がいき、周りが気づかないようなことに気づき、面白くて発想豊かなユーモア溢れる人
- 私の名前は「有歩」と書いて「アルフ」です。
- ハーフではありません、純日本人です。
- 院内で見かけたら気軽に名前、呼んで下さいね。
- よろしくお願ひします。

芦澤 貴代美 保健師

- ①散歩 ショッピング
- ②ダイエット
- ③九州、宮崎で育ったこともあり、本来はゆつくりマイペースな性格ですが、山梨で暮らすようになってからゆつくりではなくまりました。
- ④あまり若くない新人ですが初心に戻って地域医療に少しでも

も貢献できるように日々精進していきたく思います。

大塩 友子 看護師

- ①旅行、ドライブ
- ②なし
- ③おっとり、マイペース
- ④急性期病棟に勤務することが初めてで不慣れなこともあり、一日も早く仕事を覚えらるるよう頑張っています。

岡 美里 看護師

- ①DVD鑑賞 サッカー鑑賞
- ②特になし
- ③前向き
- ④職場で多くのことを吸収し、力していきたいです。

門倉 典子 看護師

- ①旅行、食べること
- ②特になし
- ③几帳面
- ④分からないことも多く、ご迷惑をおかけすることもありますが、一生懸命頑張っていますのでどうぞよろしくお願ひします。

鈴木 未来 看護師

- ①車でいろいろな所に行っておいしいものを食べる(こと)です
- ②テニス 保育園生の頃から習っていた書道です
- ③緊張しやすく、何か不安になると慎重になりすぎてしまうことですが、周囲からは争い事が嫌いでおだやかな性格と言われます。
- ④初めての事が多く、わからないことばかりで迷惑をかけて

しまうと思えますがよろしくお願ひします。一日でも多くのことを覚え子供の頃からの夢である看護師として充実した日々をおくれるよう頑張りたいと思います。

山田 清一 看護師

- ①サッカー観戦 ヴァンフォーレの応援に行ってます
- ②細かな作業をすることが得意です。
- ③友人からはやさしいと言われます。
- ④信頼される看護師を目指して努力しますのでよろしくお願ひします。

上野 彩香 看護師

- ①サッカー観戦 車 ライブ
- ②どこでも寝られます
- ③二面性
- ④小学生の頃から夢だった看護師にやっとなることができ嬉しい反面、やっとなスタートラインに立ちドキドキしています。元氣とやる気は常に忘れず一生懸命頑張ります

今澤 野乃花 看護師

- ①ヴァンフォーレ、F1
- ②書道、バレーボール
- ③負けず嫌い
- ④昔からの夢であった職業にづくことができました。まだまだ未経験のことが多く、不安ばかりですが少しずつスキルアップできるよう努力し続けたいです。よろしくお願ひします。

宇野 里香 看護師

- ①前はよく走ったりしていました

た。趣味というほどのものはありませんが外に出るのも好きですが、家でテレビをぼーっとするのも好きです。

②特になし

③しっかりしているように見えて実はけっこうぬけてます…でも割とまじめではっきりした性格です(好き嫌いか)

④当院で看護師になれることに感謝しながら患者さま一人一人にきちんと向きあえる看護師になりたいです。これから頑張ります！ よろしくお願ひします。

川澄 理恵 看護師

- ①ドライブと散歩をすること 旅行も好きです
 - ②特技はありません。こだわりはショートヘアです!!! たぶん一生ショートヘア!!!
 - ③ポジティブな人間です
 - ④看護師として山梨病院で働くことになりまた一歩人生進んだぞ!と思っています
- 長い人生、知らないことを知り、学び、成長していきたいと思ひます!!!

入倉 愛美 看護師

- ①韓国ドラマ鑑賞すること
- ②書道です
- ③長所は人見知りせず明朗なところ。短所は心配性なところ。
- ④国家試験に合格し山梨病院で就職させて頂けることがとても嬉しい。医療従事者としての成長できるような頑張りたいと思ひます。

多田 美里 看護師

- ① ファッション雑誌を見ること、買い物に行くこと、ドライブ
- ② コンビニで新製品のスイーツを見るとつい買ってしまいがちです。
- ③ 毎日ストレッチを続けるようにしています
- ④ いつでもどこでもすぐに寝られます。
- ③ 明るく、前向き、おつちよこちよい、あがり症
- ④ 患者さまとご家族の心に寄り添った温かい看護を目指して笑顔で誠実に日々精進していきます。どうぞよろしくお願ひします。

筒井 咲紀 看護師

- ① アクティブに体を動かすこと 映画鑑賞
- ② いつまでのごくよくよせず割り切る。泣きたいときは泣いて、笑うときは笑う
- ③ 気分屋、少し自分勝手、比較的ポジティブ
- ④ 初めての就職にあたりいたらない部分がたくさんあると思います。前向きな気持ちと一年生としての自覚をもっていろいろなことを吸収していきたい。少しずつ成長したいと思っています。

島田 みな美 臨床検査技師

- ① バスケ、トボール、スノーボード 旅行
- ② 料理
- ③ 明るく元気 社交的
- ④ 病院に貢献できるように頑張ります。よろしくお願ひします。

藤原 春菜 臨床検査技師

- ① パトミントン 読書
 - ② 整理整頓
 - ③ 緊張しやすい
 - ④ 少しでも早く業務を覚えて自信をもって検査できるように頑張ります。
- 寺田 知世 薬剤師
- ① 音楽鑑賞 邦ロック、K-POP 中心に聴いています
 - ② 音楽演奏 機会があれば吹奏楽団に入りたいと考えています。
 - ③ マイペース
 - ④ まだまだ不安と緊張の毎日ですが一日でも早く一人前になれるように日々努力していきたいと思っています。よろしくお願ひします。

小宮山 美紗 薬剤師

- ① 旅行 青春18切符を使用的なびり景色を見ながら移動することが好きです
- ② 習字です ペン字には自信がないのでこれからはペン字を始めたいと思っています。
- ③ 明るく、よく笑います。
- ④ 早く地域の皆様のお役に立てるように頑張ります。

保坂 喜信 事務員

- ① 音楽、ギター、写真(鉄道)
- ② 特技ではないですが水泳をして運動しています
- ③ 自分の意見を言う前に他人の事に耳を傾ける性格です
- ④ 一歩一歩皆さんと共に努力して仕事をがんばろうと思っています。よろしくお願ひします。

趣味の部屋

職員の趣味紹介ということ、記事を書かせていただくことになりました、理学療法室の向山です。

僕の趣味は、バイクに乗ってツーリングをすることです。年に何度かはテントを積み込み、泊りがけでキャンプツーリングへ出かけます。今回は、大学生の頃に夏休みに出かけた「バイクの聖地」北海道でのキャンプ

ツーリングについてお話ししたいと思いますが、まずは僕の愛車の紹介をします。

僕の愛車は「パパスン」の愛称で知られる、ハーレー・ダビッドソンのスポーツスターXL883です。このバイクは、ハーレーらしいエンジンの鼓動感はもちろん、中低速から高速域まで実にバランス良く回るエンジンで、アメリカンバイクでありながら峠もピン

ツと越えてくれる、とても頼もしい相棒です。バイクに乗るようになってから、バイクの聖地「北



北海道でのツーリングはずっと憧れていました。大学4年の夏、バイクにテントを積み込んで山梨を飛び出しました。実際にバイクを走らせて感じる北海道は、それまでのバイク雑誌で見ていた北海道とはまるで異なり、はるかに雄大でした。地平線まで広がる牧草地、信号もなく遙か遠くまで続く真っ直ぐな道、途中テントを張った湖畔から見た夕日、すべてが感動的でした。憧れていたというこ



ともあると思いますが、バイクを走らせているだけで楽しくてたまらなく、夢中で北海道の大地を駆け抜け、気が付いたら北海道を一周していました。また、今回の旅は一人旅だったのですが、行く先々に同じような一人旅のバイクがいて、自分が行ってきたところや今から行きたいところの情報交換をしたり、地元の人からいろいろ教えてもらったりなど、一人旅でもまったく寂しい思いはしませんでした。キャンプ場で隣にテントを張ったバイクと、

ビールを飲みながら夜が更けるまでバイクの話をしたのはいい思い出となっています。趣味を通じて、本当に人とのつながりを強く感じることもできた旅でした。なぜ北海道が「バイクの聖地」と呼ばれるのか、本当の意味で分かった気がしました。



最近では、佐渡と伊豆へキャンプツーリングに行ってきました。今年の秋は群馬が岐阜へのツーリングを企画しています。掲載されるのは10月号なので涼しくなるころですが、興味のある方はぜひ声をかけてください。バイクで紅葉を楽しみに出かけましょう。

理学療法室 向山耕太



栄養課より
のり
の
り
&
い
も

へきのこの成分と栄養

きのこ類は食物繊維、ビタミンB類、ビタミンD₂、ミネラルなどの栄養素を豊富に含んだ低カロリー食品です。便秘予防に効果を発揮するほか、動脈硬化の予防・改善にも有効です。カリウムも豊富に含まれており、血圧の降下に作用します。干しいたけに豊富に含まれている成分エリタデニンは、血中のコレステロールや中性脂肪を減らしたり、動脈硬化の改善、血圧降下、脳血管性痴呆症を抑制します。

《鶏肉ときのこのクリーム煮》
(4人分)

1人分：207 kcal、塩分0.6g

【材料】

鶏もも肉	200g	炭水化物	7.4g
しめじ	100g	食物繊維	4.3g
まいたけ	50g		
エリンギ	30g		
玉ねぎ	100g		
小麦粉	18g		
牛乳	400ml		
固形	コンソメ 1g		
A	塩 (小さじ1/2) 2g		
	砂糖 (小さじ1/2) 1g		
	水 400ml		
サラダ油	30g		

【作り方】

- 鶏肉はそぎ切りにし、しめじ、まいたけは根元を切って手で裂く。エリンギは2等分し、手で裂く。玉ねぎはみじん切りにする。
- ①のまいたけはラップをせず電子レンジで約20秒加熱する。(色が出ないようにする)
- ホワイトソースを作る。鍋に油20gを熱し、玉ねぎを炒める。小麦粉をふり入れ、混ぜ

合わせ、火を止めてAを加えよく混ぜ合わせる。

④再び弱火にかけ、とろみがつくまで焦げないように木べらで混ぜながら15分煮込む。

⑤フライパンに残りの油10gを熱し、①の鶏肉を焼き目がつくまで焼く。

⑥④の鍋に⑤の鶏肉、①のしめじ・エリンギ、②のまいたけを加え、あまりかき混ぜない様にしながら煮る。

《さつまいもの成分と栄養》

さつまいもはビタミンCが豊富に含まれ、100g中の含有量は柑橘類に匹敵します。ビタミンCは、免疫力を高めてかぜやがんの予防に効果があり、シミやそばかすの予防にも効果があります。

《さつまいもの一般成分 (100gあたり)》

エネルギー	132 kcal
たんぱく質	1.2 g
脂質	0.2 g
炭水化物	31.5 g
食物繊維	2.3 g

《ヘルシースイートポテト》
(7個分)

1個分：62 kcal、炭水化物12.4g

【材料】 さつまいも…………… 200g



- おから…………… 50g
プレーンヨーグルト…………… 80g
はちみつ…………… (大さじ1) 22g
卵黄…………… 一個分
- 【作り方】
- さつまいもは皮をむいて輪切りにし、少量の水を入れラップをして電子レンジで5分加熱する。
 - ボールにさつまいも、おから、ヨーグルト、はちみつを入れて、すりこぎ等でさつまいもをつぶしながら混ぜる。
 - アルミカップに分けて入れて表面に卵黄を塗り、170℃に予熱したオーブンで10分焼く。
- ☆ポイント☆
- 無糖のヨーグルトを使っているため若干酸味があります。苦手な方は砂糖入りヨーグルトをお使いください。
 - 生クリームやバターなどを一切使用していませんので低カロリーに抑えています。市販のスイートポテトは1個あたり約150〜200 kcal。

山梨病院の理念および基本方針

「だれでも いつでも 気持ちよく 安心してかかれる病院」

- * 誠意と情熱をつくして医療を行うように努めます
- * いつでも必要に応じて的確な医療を行うよう努めます
- * 病める人の気持ちになって医療を行うよう努めます
- * 病める人の心と人格と権利を尊重します
- * 公平な医療を行うよう努めます
- * 個人の秘密を守ります

中学生職場体験学習

7月29日と8月11日に中学生の職場体験学習が行われました。皆さん、時より緊張の顔を浮かべながらも、貴重な体験をすることができました。

以下、参加学生さんの感想です。

★今日は、薬剤科と診療放射線科と臨床検査のところを見ました。

薬剤科では、抗がん剤やかぜ薬、血液の薬などいろいろな薬がありました。抗がん剤を混ぜるときは全身をガードして中の空気を機械で動かして外に出ないようにしていたので抗がん剤はすごく危険な物だと分かりました。また、抗がん剤の中には1つ30万円もするものがあったのでびっくりしました。

診療放射線のところでは、レントゲンやMRIなどを見ました。レントゲンはそのままの写真、MRIはパソコンで作った写真ということが分かりました。レントゲンで使う板は1枚200万円もすると言っていたので驚きました。MRIは磁石で写真を撮るものでした部屋の中は磁場がすごいので金属を入れると危ないことが分かりました。

臨床検査のところでは血液を分けて細菌などを調べました。血液を分けると濃い赤と白と黄色の液体の3つに分かれていました。細菌を育てるところは寒天を使いました。

いろんなところを回って今は機械が発達していてすごいなと思いました。

今日はいねいに説明していただきありがとうございました。

★看護師の仕事を見学してみて、分かったことが2つあります。

1つ目は患者さんとのコミュニケーションを大事にするということです。今日、見学したのは患者さんの入浴や足を洗ったりするところでした。その仕事をしている最中に患者さんとのコミュニケーションをしなかったことは1度もありませんでした。僕はこの仕事で1番大事なのは、患者さんとのなにげない会話だと思いました。ほんの少しでも患者さんとおしゃべりするだけで患者さんの気持ちはとても良くなると思います。

2つ目は患者さんに対するやさしさです。僕は看護師の仕事を見て全員とてもやさしいなと思いました。このやさしさがあるからこそ看護師として働いていけるんだなと思いました。

看護師になるためには人間としての基本が大事なんだなと思いました。やさしく接する、笑顔をたやさない、などの事を守り一生懸命働いている看護師に憧れました。自分もそのような人間になれたらいいなと思いました。

高校生1日看護師体験

今年も当院では高校生を対象とした1日看護師体験が行われました。参加した学生さんは山梨学院大学附属高等学校1・2年生の14人でした。

実習時は全員白衣に着替えてから各病棟へ分かれ体験実習を行いました。

看護師さんの一日を体験することができ、とても有意義な時間となりました。

以下、参加学生さんの感想です。

★看護師さんと患者さんの間にある感謝のやりとりによってできる笑顔を見ていてとても元気がもらえる仕事だと思いました。

普段では絶対に体験ができないことをさせてもらい本当にありがとうございました。

★普段は体験できない事を今日は細かいところまで教えていただき本当にありがとうございました。看護という職業をテレビの中だけしか見たことがなかったので実際どういう事をやっているのかを知ることができました。この貴重な体験を将来にいかしていきたいです。

★医療の現場とうことで空気がピリピリしているかなと思っていましたが、全くそんなことはなく楽しかったです。看護という仕事に興味をもつことができました。



ピンポイント部署紹介

「これからの臨床検査技師」

主任臨床検査技師 原田 誠

今回は、臨床検査技師の、業務が一部追加になった内容と最近取り組み始めた「検査説明、相談ができる臨床検査技師」の育成について、簡単に説明したいとおもいます。

まず、追加業務の話です。今までは、診療の補助として採血ができましたが、さらに検体採取が業務に加まりました。その経緯については、検査技師が行う検査の精度を現在より高く、そして迅速な処理を行いたいという理由から、国会に「地域における医療及び介護の総合的な確保を推進するための関係法律の整備等に関する法律案（一括法）」が、閣法として提出され、平成26年6月18日の参議院本会議において可決され成立されました。一括法で「臨床検査技師等に関する法律の一部改正」が成立し、臨床検査技師が診療の補助として採血に加え、検体採取が出来るようになりました。具体的な検体採取項目については、今後、厚生労働省令において定められることとなります。予想される項目としては、微生物学的検査等（インフルエンザ

等）における検体採取「鼻腔拭い液、鼻咽頭拭い液、咽頭拭い液、鼻腔吸引液等の採取」微生物学的検査等（細菌、真菌検査等）における検体採取、「表皮組織から膿、表皮・粘膜表面などの直接採取、手足指から表皮の直接採取、頭部ブラシ法による白癬菌等の検出」糞便検査における検体採取「スワブを用いて肛門部から便の直接採取」などの検体採取などが、想定されま

す。しかし、患者さんへの侵襲性が、問題となる場合は、医師又は歯科医師の具体的な指示の下で行うものであって、困難な症例の時は医師又は、歯科医師が直接行う事とされています。そして、その検体採取を行うためには、今後追加研修の受講が、義務付けられています。近い将来、検査技師が、インフルエンザ等の検体採取を任される日が、来るのかもしれない。次に、今年度から始まった「検査説明、相談ができる臨床検査技師」の育成について話したいと思えます。私たちが、通常超音波検査や採血業務を実施している時に、患者さんから、この検査で何がわかるの？何の為に採血するの？と聞かれることは度々ありましたが、今まで検査の説明については、法律の上では、医師等の指示のしたでは、行っ



朝日町のお店紹介

新企画、朝日町のお店紹介、第1弾です。朝日町の洋菓子店「スローライフ」さんをご紹介します。2013年9月にじまんやきでお馴染みの富士アイスさんの食堂を改修し、10月にオープンしました。オーナーは、富士アイスさんのご主人の息子さんで、神奈川県や東京のお店で修業し、山梨に戻ってきたパティシエの北川雄一さんです。お店のおすすりは10種類以上のマカロンです。今回はイチゴのタルトとピスタチオを使ったピスタチオをテイステイングさせていただきました。甘いが、どちらも絶品でした。甘いものが好きな方にはもってこいの商品が数多くあります!!店長のこだわりはアーモンドで、スパイン産を使用しています。ほかの国のものより香りや食感が抜群に良いそうで、そのアーモンドを使用したマカロンは一度食べてみる価値があります。ぜひ皆さん一度は足を運んでみてください!!

Editor's Clip

空は深く澄み渡り、さわやかな季節となりましたが、皆様におかれましては健やかにお過ごしのことと存じます。独法化に伴い、少しの間お休みをいただいておりますが、山病だよりですが、この度内容を一新して再スタートいたしました。本誌ですが、院内職員、職員OB、医療機関、朝日自治会、あさひ会（糖尿病患者会）、外来患者さんを対象に20年以上発行している山梨病院の伝統ある広報誌であります。今後も皆さ

まの情報共有・交流の場として永く愛されるよう内容を吟味しながら楽しく盛り込んでいく所存です。山病だよりは皆さまの声に答え、成長していく媒体です。「こんな内容にして欲しい」などのご意見・ご要望をいただければすぐに反映致しますので、病院1F・地域医療連携室・中村にお声かけください。皆さまと一緒に作り上げる山病だよりとなるよう広報委員一同、力を合わせてまいります。どうぞ、よろしく願いいたします。これから朝夕冷えてまいりますので、お体にはくれぐれもお気をつけください。 広報委員会 事務局 中村 成一郎

