

TAKE FREE

ご自由にお持ちください



独立行政法人 地域医療機能推進機構

JCHO 山梨病院 広報誌

患者さんと病院をつなぐ情報誌

# 山病

Yamanashi Hospital

Japan Community Health care Organization

だより

8月号

令和6年8月発行

vol.160

## CONTENTS

- 02… 新入職員紹介  
新しい仲間を紹介します
- 03… 就任のご挨拶  
信頼される病院を目指して  
看護部長 百瀬 千尋
- 05… 保健師だより  
肥満はなぜいけないかの話
- 06… 糖尿病診療管理委員会より  
高齢者糖尿病の  
血糖コントロール目標について
- 07… 薬局だより  
吸入薬使用後のうがいについて

04… 就任のご挨拶

## 「骨粗鬆症リエゾンチームで 骨折治療と予防」を目指して

整形外科部長 就任 大畑 徹也



新しい仲間を紹介します。

# 新入職員紹介

私たちが新しい仲間になりました。よろしくおねがいします。

## Introduction of new employees

### Question 質問

①趣味 ②特技・こだわり ③性格は ④当院に就職するにあたって(自己PRを含めて)

#### 整形外科医師 根田 知明

①野球観戦、格闘技 ②関節技 ③慌ただしい ④真摯に対応いたします。

#### 副看護部長 青山 延布子

①読書、ラグビー観戦 ②切磋琢磨が好きな四字熟語です。③温厚篤実 ④山梨病院の一員としてしっかり役割を果たしたいと思っております。よろしくおねがいします。



#### 副診療放射線技師長 設楽 賢司

①自転車、スキー、花占い ②機械いじり? ③大雑把 ④5年ぶりに関東ブロックに戻り、そして恐らく最後の赴任となります。残りの3年間で悔いなく勤めたいです。



#### 薬剤師 武田 知也

①野球観戦(ロッテファン)、散歩 ②空手を以前やっていた。③とても緊張しやすいです。④ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、お役に立てるよう頑張ります。よろしくおねがいします。



#### 臨床検査技師 笹本 彩音

①ディズニー、小物作り ②体がやわらかいです。③明るく前向きです。④患者様の不安な気持ちをやわらげて、少しでも安心して検査を受けられるように頑張ります。



#### 保健師 小林 芽依

①旅行 ②テニス ③明るい ④自分の明るさを活かして、相談しやすい雰囲気を作り、一生懸命頑張ります!

#### 看護師 岡島 紗也奈

①献血です。こんな自分でも誰かの役に立てているのかも、と自己肯定感が上がります。②絵を描くことです。時間をじっくりかけて自分が納得のいく作品を完成させられるように、地道に書き込んでいくのが楽しいです。③初志貫徹。粘り強く取り組むタイプです。④大学での学びから、「患者さんの退院後を見据えた看護」に興味を持ち、それを行っていきたいと考えています。様々な方の生活を支える看護ができるよう、日々勉強を続け、頑張っていきたいです。



#### 内科医師 土屋 健

①将棋観戦、クラシック音楽、ゴルフ ②将棋アマチュア三段です。③マイペースです。④地域の皆様のお役に立てるよう、精一杯頑張ります。

#### 診療放射線技師長 鳴澤 勝行

3年ぶりに山梨に戻ってきました。いろいろ仕事の面で迷惑をかけると思いますが、頑張りますのでよろしくおねがいします。



#### 副理学療法士長 村山 悦子

①ランニング、食べ歩き ②スポーツ全般はなんとなくできます。③人見知りです。たぶん真面目…です。④早く山梨病院の皆さん、地域の皆さんに顔を覚えていただき、貢献できればと思っています。よろしくおねがいいたします。



#### 臨床検査技師 小野 楓果

①音楽を聴くこと、映画鑑賞 ②楽器演奏(ピアノ・フルート・トロンボーン) ③負けず嫌いな性格です。④分からないことばかりですが、1日でも早く仕事を覚えられるように頑張りますので、よろしくおねがいいたします。

#### 保健師 齊木 仁美

①洗濯、おいしいおつまみ探し ②こだわり…チョコはガーナ。③顔はこわいですが、意外と弱気です。④看護職に就いてから早くも20年になります。かなり久しぶりの健診・保健指導業務ですが、周りの先輩方に助けていただきながら、子育てと両立できるよう精一杯努めたいと思います。



#### 看護師 遠藤 麻帆

①好きなアニメや漫画を読むこと。新しくできたおいしいお店を発掘すること。②書道。今も師範を目指して通っています。③どんな時も明るく、負けず嫌いなどがあります。なので人に負けないくらい頑張り屋です。④前の病院での経験や知識を活かして、少しでも山梨病院に来院される患者さんやスタッフの方々に貢献できるように頑張ります!





### 看護師 河西 姫奈

①ゴミ集め、サウナ ②朝早く起きられること  
③明るい、前向き ④学生生活で培った傾聴力を活かし、患者様一人ひとりの関りを大切にしながら、安心感を与えられる看護を行っていきたくです。

### 看護師 成松 美智子

①料理、お菓子作りが好きです。 ②バドミントン ③何事も臨機応変に対応する性格。 ④明るく笑顔で頑張ります。



### 看護師 吉田 莉緒

①温泉旅行 ②特技というほどでもないですが、学生時代10年間バスケットボールをしていました。 ③マイペース ④看護師5年目になります。新しい環境で分からないことばかりですが、一生懸命頑張りたいと思いますのでよろしくお願いします。



### 看護助手 田丸 淳一

①マンガ・アニメ鑑賞 ②剣道 ③人見知り  
④早く仕事に慣れ、入院している患者様の不安を少しでも和らげられるように頑張ります。



### 総務 古谷 洸貴

①サイクリングが趣味で、よく自転車で各地に出かけています。 ②幼いころから将棋を嗜んでいます。 ③何事もコツコツと粘り強く続けることができる性格であると自負しております。 ④新社会人として使命感と責任感を持って業務に取り組むたいと考えております。



### 看護師 小泉 洋介

①バンドのライブに行くこと。ドライブ、スノーボード。 ②どこでもすぐに寝ることができる。 ③負けず嫌い。緊張しやすい。 ④緊張や不安でいっぱいですが、先輩方から多くのことを吸収し、日々技術や知識を高め、患者様一人ひとりに適した看護が行えるように頑張ります。よろしくお願いします。



### 看護師 山川 みなみ

①車・バイクの運転をすること。映画鑑賞をすること。 ②人とすぐに仲良くなる。運転すること。 ③明るい。よく笑う。 ④周囲の人に信頼してもらえるよう日々技術や知識を習得していきたくです。また、話すことが好きなので、会話を通して一人ひとりに向き合い、たくさんの笑顔を見ていきたくです。



### 事務長補佐(総務) 東 哲哉

①料理を少々 ②特にございません。 ③割と明るいと思います。 ④日本一の富士山が一望できる素晴らしい職場に感動しています。微力ながら山梨病院に貢献できるよう頑張ります。



### 算定病歴係長 西澤 慧

①フットサル、ランニング、身体を動かすこと。  
②特になし ③明るめ ④山梨病院の一員になれるよう精一杯頑張ります!

## 信頼される病院を目指して

### 看護部長 百瀬 千尋

#### 就 | 任 | の | ご | 挨拶

令和6年4月、山梨病院の看護部長に就任いたしました百瀬千尋と申します。この場をお借りし、皆さまにご挨拶する機会を頂けたことに感謝申し上げます。私は、看護師・看護教員として約10年単位で臨床と教育現場で経験を積んでまいりました。

これから、新しい環境で看護部長として何ができるかという責任の重さをひしひしと感じています。まずは「山梨病院」の組織風土に早く慣れ、当院の基本理念『だれでも いつでも 気持ちよく 安心してかかれる病院』を念頭に置き、地域の皆さまから信頼される病院づくりのために頑張っていく所存です。

患者さまやご家族に選ばれる病院であることはもちろんですが、看護職員にも選ばれる看護部でありたいと思います。当院で働く一人ひとりの看護職員が、多様な勤務形態を活用し、仕事と生活の調和を図りながら、公私共にキャリアを継続できるような環境を整えたいと考えています。

皆さまどうぞ宜しくお願いいたします。

- 趣味…愛猫と戯れること。読書。
- こだわり…何か目標に取り組む際、仲間と協力したからこそ成し遂げられたことが沢山ありました。そのため、「仲間と協力して物事を進めること」にこだわっています。
- 性格は…明るく、のんびり。







整形外科部長 就任 大畑 徹也

## 「骨粗鬆症リエゾンチームで骨折治療と予防」を目指して



- 趣味…サッカー、ゴルフ、映画鑑賞、麻雀、美味しいものを食べること。
- こだわり…十人十色
- 性格は…見た目と違い温厚です。気軽にしゃべりかけてください。
- 当院に就職するにあたって…私は外傷(骨折)と骨粗鬆症を専門としており、患者に安全かつ安心で痛みの少ない心のかような医療を提供したいです。また、近隣の医療機関と連携して検査や手術が必要な患者の受け入れを行いたいと思います。

2024年4月より整形外科部長を拜命しました大畑徹也です。幅広い分野疾患がある整形外科の中で、外傷骨折(開放骨折・骨盤寛骨臼を含めた骨折)と骨粗鬆症を専門としています。

生まれ育ちは宮崎県で大学から東京に在住しています。

杏林大学卒業後に2000年より同大学整形外科に入局し整形外科の基本を学び、2007年より杏林大学高度救命救急センターに配属されて、救急整形外科医として重症外傷や受傷感染症などを中心に診断治療を行ってきました。その間の2016年にウプサラ大学病院(スウェーデン)へtrauma fellowship留学し、帰国後に整形外科に外傷班が設立されて外傷を専門としました。その後、2018年に佼成病院に赴任し、2021年に外傷センター立ち上げを行い部長として外傷に従事していました。また、2016年に骨代謝の研究「Changes over time in the callus during intermittent administration of parathyroid hormone (PTH) were studied in rabbit distraction osteogenesis models.」で学位を取得しました。そのため外傷班は常に骨代謝を念頭に入れて診療や研究を行うようになり、骨粗鬆症も専門としています。

骨折治療は早期に解剖学的位置に整復固定して早期リハビリを行うことで以前のADL(日常生活動作)を維持することが目的です。一方骨粗鬆症とは骨脆弱となり骨折する病態であり、治療は骨強度を正常に保ち骨折させない事が目的となります。骨粗鬆症治療が良好であれば骨折が減り手術が無くなるため、骨粗鬆症に関心が低い方もいます。しかし、我が国の骨粗鬆症患者数は約1250万人とされ、「80歳代の女性の2人に1人」「大腿骨近位部骨折となると1年以内に約20%が死亡、約50%がADL低下」と言われています。そのため整形外科医は骨折予防とADL維持としての骨粗鬆症治療が必須と考えております。しかし、治療を開始してもADLを維持できないことが多く、現在は骨粗鬆症リエゾンチームを結成して多職種で骨粗鬆症治療を行うことが治療開始と継続につながる事が世界的にもわかってきました。当院でも骨粗鬆症リエゾンチームで骨粗鬆症治療を行っております。今後は院内の多職種連携と院外の地域連携を強化して骨折や骨粗鬆症患者に対して質の高い医療を提供していきたいと思っています。

整形外科疾患や骨折・骨粗鬆症の診療を通じて、本院およびJCHOグループや地域の医療に微力ながら貢献できるよう頑張りたいと思います。今後ともよろしくご厚意申し上げます。

### 【専門医資格】

- 医学博士・杏林大学非常勤講師・骨折治療学会評議員・日本骨粗鬆症学会評議員
- 日本整形外科学会 専門医・スポーツ医・運動器リハビリテーション医
- 日本救急医学会 専門医 日本 DMAT 隊員



# 肥満はなぜいけないのかの話



こんにちは、健康管理センターの保健師です。私たちは健診者様が健康な人生を歩んでいただけるよう、支援をしています。保健師活動を皆様にご存知いただき、活用していただけるよう、本年度から広報活動を行います。

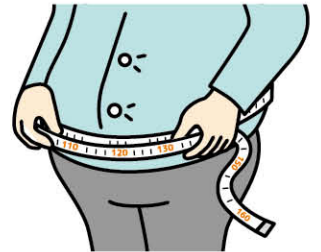
初回は、「肥満はなぜいけないのか？」のお話です。



慶応義塾大学医学部教授 伊藤裕先生の図を改変

## 肥満とは

肥満とはBMI25以上(体重÷身長<sup>2</sup>)であり、腹囲が男性85cm・女性90cm以上あると、内臓脂肪が多いという指標になります。食べ過ぎや飲み過ぎで使わなかったエネルギーはお腹の脂肪として蓄積されます。大きくなったお腹の脂肪細胞から、高血糖・高血圧・脂質異常・血栓を作るホルモンが出るため、糖尿病や動脈硬化を起こします。これらの病気は脳梗塞・心筋梗塞・慢性腎臓病を発症させ、私たちの生活を脅かします。



例えば脳梗塞は、片麻痺となり体が不自由になります。心筋梗塞は生死を彷徨い、腎臓病末期では透析を週に3回4時間しなければなりません。

問題となるのは今までの生活とは違い、介護や治療費による経済的困難や心身の苦痛が生じることです。元気な老後を過ごすためにも、肥満の方は減量が必要です！2kg減量することで体は健康に近づきます！私達はその方の生活に合わせた減量方法を一緒に考え、皆様の頑張りを応援します！

健康診断にて特定保健指導の対象になられた方は、ぜひ当院で保健指導をお受けください。

問い合わせ先: JCHO山梨病院 健康管理センター看護部 ☎055-252-8831 (病院代表)



## 糖尿病診療管理委員会より

私達は、JCHO山梨病院に通っていただいている  
糖尿病患者様の診療の質向上に努めています

# 高齢者糖尿病の 血糖コントロール目標について

成人と高齢者では血糖の目標値が異なります

2016年に「高齢者糖尿病の血糖コントロールの目標値」が変更され、日本糖尿病学会から発表されました。高齢者は心身機能の個人差が著しいこと、重症低血糖をおこしやすいという問題点もあります。**重症低血糖は、認知機能の障害、心血管イベントの要因になる**ため、新たな目標値が作成されましたのでご紹介します。

患者の特徴・健康状態	カテゴリーⅠ		カテゴリーⅡ		カテゴリーⅢ		
	①認知機能正常 かつ ②ADL自立		①軽度認知障害～軽度認知症 または ②手段的ADL低下, 基本的ADL自立		①中等度以上の認知症 または ②基本的ADL低下 または ③多くの併存疾患や機能障害		
重症低血糖が危惧される薬剤（インスリン製剤, SU薬, グリニド薬など）の使用	なし	7.0%未満		7.0%未満		8.0%未満	
	あり	65歳以上 75歳未満 7.5%未満 (下限6.5%)	75歳以上 8.0%未満 (下限7.0%)	8.0%未満 (下限7.0%)		8.5%未満 (下限7.5%)	

カテゴリーⅡの②より  
補足

基本的ADL: 着衣、移動、入浴、トイレの使用など

手段的ADL: 買い物、食事の準備、服薬管理、金銭管理など 日本糖尿病学会より

患者様の認知機能や健康状態・活動状況、使用している糖尿病薬、例えばインスリンやインスリンを膵臓から出させる薬を使っている方は、目標値が変わります。ご自身やご家族の目標値はどれくらいか担当医や看護師に確認をしてください。重症低血糖とは、血糖値が70mg/dl以下で意識がなくなることをいいます。高齢者においては意識がないのか、入眠しているのか判断が難しいこともあります。糖尿病薬が増えた時、食事と食事の間が空く時には低血糖になることがあります。ご心配な方は、看護師・管理栄養士・医師にお尋ねください。

## 糖尿病診療管理委員会



糖尿病と共に生活する方の診療が  
より良くなるよう活動します!

- メンバーは、医師・薬剤師・検査技師・理学療法士・管理栄養士・看護師・保健師です。
- 糖尿病の学びを深めた糖尿病療養指導士、糖尿病看護認定看護師がメンバーにいます。
- 糖尿病教室・世界糖尿病デー研修・スタッフ研修を実施。
- 糖尿病診療に関する質問や相談をお待ちしております。

問い合わせ先: 内科外来もしくは ☎055-252-8831 (病院代表) 糖尿病看護認定看護師



## 吸入薬使用後の うがいについて

### 吸入薬使用後の副作用

- |        |   |
|--------|---|
| ステロイド薬 | 一部が口腔内に残ったままだと、のどの違和感や声がれ（嗄声）、口の中にカビが生えること（カンジダ症）があります。 |
| β刺激薬   | 口腔粘膜から薬が吸収され、肝臓を通らず直接全身をめぐるため動悸、震えといった全身副作用が起こりやすくなります。 |
| 抗コリン薬  | 必ずしも吸入後にうがいをする必要はありませんが、吸入後に起こる口渇などの副作用を軽減できることがあります。   |

これらの副作用予防として吸入後は毎回うがいをします。

口の中の残った薬を取り除くことが重要であるため、ガラガラうがいとブクブクうがいをそれぞれ2~3回ずつ行うのが理想的です。



施設によっては、うがいの有無で混乱が生じる場合があるため、すべての吸入薬でうがいを行うように指導する場合があります。

小児や高齢者などのうがいが困難な方では、食事によって口の中に残った薬の除去が期待できるため、吸入薬を食前に使用する場合や、口の中へ薬を付着しにくくするため、吸入直前に口の中を湿らせておくこともあります。

肺MAC症治療に使用されるアリケイス吸入液はアミカシンというアミノグリコシド系抗菌薬であり、発声障害の副作用が46.6%と高くなっています。この薬も吸入後のうがいが必要となります。海外ではトローチをなめる、吸入時間を夜にすることで改善が見られたとの報告もあります。



# 外来診療担当表

●学会等により、予定が変更になる場合もありますのであらかじめお問い合わせください。

2024年8月現在

	月		火		水		木		金		
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
消化器病センター	内 科	しろせ だいもん 白勢 大門	おざわ しゅんいちろう 小澤 俊一郎	しんどう くにあき 進藤 邦明	しんどう くにあき 進藤 邦明	おざわ しゅんいちろう 小澤 俊一郎	ふかざわ みつはる 深澤 光晴	はせがわ ひろゆき 長谷川 浩之	はせがわ ひろゆき 長谷川 浩之	ふかざわ みつはる 深澤 光晴	
	外 科	わかお さとし 若尾 聡士		ふるや けいいち 古屋 圭一	さとう ただし 佐藤 公	さとう ただし 佐藤 公	さとう ただし 佐藤 公	さとう ただし 佐藤 公	さとう ただし 佐藤 公	しろせ だいもん 白勢 大門	
	肛門外科			そだ ひとし 曾田 均		そだ ひとし 曾田 均	やがわ あきはる 矢川 彰治	おざわ としふさ 小澤 俊総		そだ ひとし 曾田 均	ほそむら なおひろ 細村 直弘
内 科	循環器	すがまた わたる 菅又 渉		いしはら つかさ 石原 司	第1・3週 つちや こうじ 土屋 幸治	はなわ ひろあき 花輪 宏明		いしはら つかさ 石原 司		いしはら つかさ 石原 司	
	呼吸器	もりさわ ともこ 森澤 朋子				いけむら しんのすけ 池村 辰之介	もりさわ ともこ 森澤 朋子		いしはら ひろし 石原 裕		
	血液		なかざわ まさき 中澤 正樹	なかざわ まさき 中澤 正樹							
	内分泌・代謝				はやしだりようすけ 林田 亮佑	はやしだりようすけ 林田 亮佑					
	脳神経		かりべ わかこ 苅部 和佳子	しもかわ ちかし 下川 周		もの忘れ外来 しもかわ ちかし 下川 周			しもかわ ちかし 下川 周		
	膠原病				おぐら たけひさ 小倉 剛久	おぐら たけひさ 小倉 剛久					
	初診外来	ひろせ まさこ 廣瀬 万紀子		やがさき もえ 矢ヶ崎 萌		すがまた わたる 菅又 渉		いの ゆり 猪野 友里		あかいかい ゆうこ 赤池 裕子	
	乳腺センター		いのうえ しんご 井上 慎吾	のがた ひさし 野方 尚	のがた ひさし 野方 尚	いのうえ しんご 井上 慎吾	いのうえ しんご 井上 慎吾	おおもり まさと 大森 征人	いのうえ しんご 井上 慎吾	いのうえ しんご 井上 慎吾	いのうえ しんご 井上 慎吾
※婦人科	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	はし けいこ 端 圭子	
整形外科		あらい けんたろう 新井 謙太郎	おおはた てつや 大畑 徹也		あらい けんたろう 新井 謙太郎		おおはた てつや 大畑 徹也	第2・4週 おおはた てつや 大畑 徹也	こんだ ともあき 根田 知明		
		こんだ ともあき 根田 知明	第2・4週 こんだ ともあき 根田 知明	こんだ ともあき 根田 知明	こんだ ともあき 根田 知明	第1・3・5週 こんだ ともあき 根田 知明	第4週 ささき しげる 佐々木 茂				
			第1・3週 あいはら やまと 相原 大和			第2・4週 ふじい はじめ 藤井 肇					
耳鼻咽喉科	よしの やすひろ 吉野 泰弘			14:00~16:00 いしい ひろき 石井 裕貴			よしの やすひろ 吉野 泰弘				
皮膚科					むとう よしり 武藤 容典						
放射線科											

※現在、新規患者様の受け入れを停止しています

- 初診外来** 内科を初めて、またはしばらく受診されていない患者様で、紹介状をお持ちでない患者様は初診外来を受診していただいております。また、患者様の症状により、当日の診察は行わず、専門診療科の予約を取り、後日改めてご来院いただく場合があります。  
※内科以外の患者様で紹介状をお持ちでない方は各科窓口へお問い合わせ下さい。
- 事前予約** 紹介状をお持ちの患者様は地域医療連携室(内線1080 8:30~17:00)にて事前予約が可能です。予約が無い場合には予約がある患者様を優先して診察させていただきますので、待ち時間が長くなることや患者様の症状や当日の混雑状況等により、後日改めてご来院していただく場合があります。
- 再診のみ** 再診患者様のみとなっています。
- 放射線科** 必ず医療機関様から直接放射線科までご連絡をお願いいたします。

※婦人科外来…診療時間 10:30~12:00  
15:00~16:30

**受付時間**  
午前 8:00~11:30  
午後 診療科によって異なりますので受付窓口にてお問い合わせ下さい。

休診日…土曜日・日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)

※予約患者様は予約時間の30分前に来院して下さい。



看護師募集  
しています

地域に信頼される看護を提供するため、  
患者さんにとってかけがえのない存在になるため…  
そんな、輝き続けられる環境がココにはあります。



笑顔あふれる私たちと  
一緒に働きませんか?



独立行政法人 地域医療機能推進機構  
**JCHO 山梨病院**  
〒400-0025 山梨県甲府市朝日3-11-16  
TEL:055-252-8831(代) FAX:055-253-4735  
URL: https://yamanashi.jcho.go.jp/



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・医療サービス委員会