



目次

- 頁1 インフルエンザについて
- 頁2 アラカルト「整形外科の診療実績の紹介」
- 頁3 国立病院総合医学会レポート①
- 頁4 国立病院総合医学会レポート②
看護部だより
- 頁5 季節のレシピ「ぶり大根」
医療安全管理室より
地域連携室より
- 頁6 お國自慢〈北海道・札幌市〉
海外旅行みやげ
- 頁7 外来医師担当表、特殊外来ご案内、編集後記

発行：独立行政法人 甲府病院 広報委員会
国立病院機構
発行責任者：長沼博文
住所：〒400-8533 山梨県甲府市天神町 11-35
電話：055-253-6131
ファックス：055-251-5597
ホームページ：<http://www.kofu-hospital.jp/>
Eメール：kofu@kofu.hosp.go.jp
携帯サイト用QRコード



「星と富士山」

2010.12.14.23時 ISO400、5分間露光。本栖湖にて。ふたご座流星群を見に行きました。たくさん星が降る中、残念ながら写真には流星は写りませんでした。が、「星と富士山」の写真が撮れてうれしいです。おおいぬ座あたりの写真です。7病棟N s 諏訪部さん、リハPt 田浦さんと観にいきました。

(写真・文 4病棟看護師 小村 奈緒美)



独立行政法人国立病院機構
甲府病院の理念

理念

私たちは、良質な医療の提供を通して、患者さんの健康を支え、地域社会に貢献します

基本方針

- 丁寧な説明に努めます
- 自己研鑽に励みます
- 職員同士協力し合います

私たち職員は、理念を実現するため最善を尽くします

病院は、職員の働きやすい環境を積極的に提供します



「インフルエンザについて」 (後編)



感染管理担当看護師長 藤巻 好廣

このページは、前回「てんじん 43号」に掲載された「インフルエンザについて（前編）」の続きとなります。

このページだけでも十分にインフルエンザ対策に役立ちますが、前・後編あわせてお読みになることで、より充実した情報を得ることが出来ます。

■どんな病気？

インフルエンザウイルスの感染によっておこる病気です。1～3日間の潜伏期間を経て、突然38℃～40℃の高熱、激しい頭痛や悪寒（さむけ）、全身倦怠感（だるさ）、筋肉痛などの全身症状と、咽頭（のど）痛、咳や痰などの呼吸器の急性炎症症状などがみられます。時には、吐き気、嘔吐、下痢、食欲不振などの消化器症状も現れることもあります。通常のかぜと比べ、症状が重くなるため、高齢者が罹ると肺炎を併発したり、持病を悪化させたりして重篤になり、最悪の場合は死に至ることもあります。発熱は通常3～7日間続きます。

健康な成人であれば一週間ほどで治癒に向かいますが、インフルエンザウイルスは熱が下がっても体内には残っているため、他人にうつす恐れがあります。流行を最小限に抑えるためにも、一週間は安静にしておくことが大切です。感染力が強いことも特徴で、毎年、流行期の12月下旬から3月上旬にかけては多くの方がインフルエンザに罹っています。



■どのようにインフルエンザは拡がっていくの？

インフルエンザウイルスによって引き起こされ、飛沫感染、接触感染によって人から人へ感染が拡大していきます。

飛沫感染は、感染者のインフルエンザウイルスが、くしゃみや咳などにより飛び散り、周囲の人がそのウイルスを吸い込むことにより感染します。



接触感染は、くしゃみや咳などにより飛び散ったウイルスが色んな物に付着、そこに誰かの人の手が触れることでウイルスが付着、その手で口や目を触ることで粘膜を通して感染します。

日常生活での予防のポイント

(1) 流行期には人ごみを避ける

外出時はなるべくマスクをつけるようにし、ショッピングやイベント、公共の乗り物等、多くの人が集中する所では十分注意しましょう。

マスクを着用することによって、他人からの咳やくしゃみの飛沫感染を防ぎ、また他人に感染させることも防ぐ効果があります。



(2) 外出後は、うがい、手洗い、洗顔をする

外出時は、色々な物に触れたりするため、顔などにもインフルエンザウイルスは付着している場合があります。うがい、手洗い、洗顔を行いましょう。

幼児や学童児は保育園や幼稚園、学校等でうつされることが良くあります。家族の方もうつらないように、万全を期すためにも洗える部位は洗うよう心がけてください。



(3) 室内の湿度を保つ

インフルエンザウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空中を漂っています。活動を抑えるためにも加湿器などを使って部屋の湿度を保ちましょう。室内の換気も忘れずに行なってください。



(4) 体力をつける

体力が低下していると、インフルエンザウイルスに感染しやすくなります。バランスのとれた食事、十分な睡眠をとり、体力をつけ抵抗力を高めることで感染しにくくなります。





ア ラ カ ル ト



「整形外科の診療実績の紹介」

外科系診療部長 萩野 哲男

整形外科では、骨折、脱臼、捻挫などの外傷はもちろんのこと、四肢の関節、靭帯、腱などの体を支えたり、動かしたりする運動器の疾患を扱っています。当院の整形外科では運動器の疾患に対して手術を中心に治療してきましたが、2007年6月にスポーツ外傷や膝疾患に特化した治療を目的としてスポーツ・膝疾患治療センターを開設しました。それ以来、多くのアスリートや膝疾患の患者さんのご理解をいただき、受診される患者さんは年々増加し、順調に発展してきました。

最近の外来患者数は1日平均70人程度で、増加傾向にあります。2010年の1年間の整形外科の初診の患者さんは2570人で、このうち約半数の1100人がスポーツ・膝疾患治療センターを受診されました。受診される患者さんは、病院の所在する甲府・峡中地域のほか、峡東、峡北地域など近隣の市町村からが多くを占めますが、東部富士五湖地域や県外から受診する人も少なくありません。

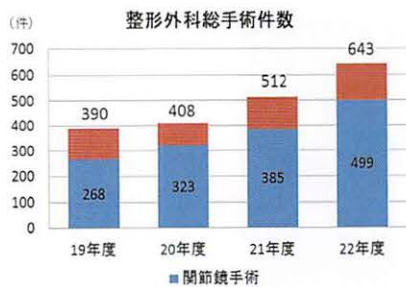
入院患者数は平均35人程度で、手術はほぼ毎日午後に行っています。1年間の手術件数は平成20年度が408件、21年度が512件であったのが、平成22年度（平成22年4月～平成23年3月）の1年間では643件と年々増加傾向にあります（右図）。このうち関節鏡（内視鏡）手術は499例と多くを占め、主な内訳は膝靭帯

再建術101件、半月板手術194件などです。その他にも骨折手術が81件行われています。

関節疾患に対する内視鏡手術が年間約500件に及ぶことは当院の特色の1つで、膝靭帯再建術は山梨県内で最も手術件数が多く、これを含めた関節鏡の症例数も群を抜いています。これまで多くの患者さんに利用していただき、その結果に満足された患者さんが新たな患者さんを紹介していただいていることに感謝しています。また当院整形外科ならびにスポーツ・膝疾患治療センターにご尽力をいただきました方々にお礼申し上げます。



内視鏡手術の様子



外来患者数や手術件数は増加傾向にありますが、それに見合った医師や設備の確保が遅れているため、外来は混み合っていることが多く、待ち時間が長い、手術待ち期間が長いなど、大変にご迷惑をおかけしますがご理解の程よろしくお願いたします。最後に今後とも整形外科の充実に努めていく所存ですので、よろしくご指導、ご協力お願い申し上げます。



外来化学療法室開設のお知らせ

平成23年10月より、患者様が外来で化学療法をより快適に、より安全に、安心して受けていただくために、5階に外来化学療法室を開設しました。患者様のQOLを維持して治療を継続していけるよう支援させていただきます。



平成23年度一日平均患者数

入院

※11月分及び年間累計は11月末日現在（小数点以下第2位は四捨五入）

種別	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
一般	85.7	90.3	91.7	102.7	92.6	105.5	99.2	97.6					95.7
重心	119.7	120.3	119.6	119.9	119.1	119.0	119.9	120.6					119.8
計	205.4	210.5	211.4	222.6	211.7	224.6	219.2	218.2					215.5

外来

※11月分及び年間累計は11月末日現在（小数点以下第2位は四捨五入）

月別	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	累計
	256.8	272.9	254.3	270.3	258.8	286.3	273.3	285.9					269.4

第 65 回 国立病院総合医学会レポート



◎診療放射線技師 田中 敏博 『膝関節撮影（ローゼンバーグ氏法）補助具の検討』

※ベストポスター賞受賞！！

今回、岡山で開催された国立病院総合医学会に初めて参加しました。発表前日の正午に岡山に到着し、会場の雰囲気慣れようと各会場を周り発表や講演の様子を見学しました。また、その日の夜には甲府病院の皆様との食事があり、これから発表をする私に、頑張ろうという活力を与えて頂いた良い場となったことを今でも覚えています。当日は緊張し過ぎることなく発表の順番を迎えることができました。



発表内容は、ローゼンバーグ氏法という撮影で使用使用する補助具の検討を行いました。この撮影法は立った状態で膝を曲げて撮影を行うため患者様の膝には負担の掛かる姿勢となります。そこで患者様の負担軽減と安定した画像の提供を目指し、試行錯誤を繰り返して納得のいく補助具に辿り着くことができました。

その成果に対し、ベストポスター賞という評価を頂いたことを大変嬉しく思っています。今回の経験を糧に、今後も患者様の利益につながる研究を行なっていきたいと思います。

最後に、補助具の作成に協力して頂いた整形外科の先生方ならびに放射線科の諸先輩方、またポスターの作成に協力して頂いた栄養管理室の皆様へ感謝申し上げます。

◎臨床検査技師 齊木 克央 『当院における新生児聴覚スクリーニングの検討』

平成 23 年 10 月 7 日、8 日の 2 日間にわたり岡山市で開催された国立病院総合医学会に参加し、新生児聴覚スクリーニング検査についてポスターセッションにて発表を行いました。昨年の総合医学会に引き続き参加となりましたが、ポスターの作成はぎりぎりとなってしまい、昨年同様、不安を抱えたまま岡山へ出発することとなりました。

発表前夜は病院で企画された懇話会やアドバイスをいただいたおなにか無事に発表を終えること

ポスターセッションは、発表時内で内容をまとめることに大変苦しみ新生児聴覚スクリーニング検査の検査に大きく役立つこととなり

最後になりましたが、ご指導いただいた先生方、諸先輩の皆様、職場のスタッフにこの場をお借りして御礼申し上げます。



親会に参加することができ、貴重な機会にその不安は払拭され、当日は出来ました。

時間が 3 分間と短いため限られた時間でしたが、今回の発表を通して意義を再確認できたとともに、今後

また、ご指導いただいた先生方、諸先輩の皆様、職場のスタッフにこの場をお借りして御礼申し上げます。

◎保育士 安達 梨乃 『社会見学見直しの取り組み—行事検討委員会を立ち上げて—』

近年、当院の重症心身障害児（者）病棟では利用者の重症化傾向に伴い生活活動が多種多様となり、現在の行事体制では利用者、家族のニーズを満たせないケースも多くあります。そこで、前年度から院内の関係部署が集まり行事検討ワーキンググループを立ち上げ、病院全体で行事を改善するための取り組みを行っています。今年度は、外出行事である社会見学について検討したのでその内容を発表しました。

発表するにあたり情報やデータを収集していくうちに利用者や家族、職員の思いがとても伝わってきて、今までの行事・療育体制の見直し以前に自分自身が保育士としてどうあるべきなのか、何ができるのかという事をとても考えさせられました。今回の発表では会場に赴き、他者の講演や発表やから学ぶだけでなく、自分自身を見つめ直す良い機会になったと思います。

総合医学会で学んだ多くの事を今後活かし、個々に応じたより良い療育・行事を行っていくために病院全体で取り組んでいきたいと考えています。

最後になりますが、ご指導、ご協力頂きました皆様方に心より感謝申し上げます。



◎看護師 新津 哲 『患者の考える男性看護師のイメージおよび特徴を生かした援助についての考察』

※ベストポスター受賞！！

男性看護師は全国的に少しずつ増加傾向にあり、山梨県では看護師 8,822 人中 563 人です。現在甲府病院では男性看護師は全体の 9 % を占めています。私は内科外科小児科の混合病棟に勤務していますが、男性看護師と関わったことがない患者さんも多いようです。そのような状況の中、看護師として就職し 4 年目となりますが、患者さんから援助を拒否されることがあります。看護援助の中には羞恥心を伴うこともあるため、援助方法に対して日々葛藤し、解決できないことも多々ありました。



そこで、患者さんがイメージする男性看護師像や受ける援助への思いを知り、そこから男性看護師の特徴を生かした看護実践への示唆を得るために、今回の研究に取り組みました。研究発表を終え、内容的にはまだ未熟ですが、今回の発表で男性看護師へエールを送るという意味も込めての「ベストポスター賞」を頂くことができました。

これからも、男性看護師の 1 人として自覚と自信を持ち患者さんと向き合っていきたいと思います。

看護部だより



晴れの国岡山へ行ってきました！

10月7、8日の2日間、国立病院総合医学会に行ってきました。看護部からは4題の看護研究を携えての参加です。今年度の学会が開催された岡山県は「晴れの国岡山」を標語とし、温暖な瀬戸内気候にあり、ぶどうや桃をはじめとした果物の産地として有名な所です。また、倉敷美観地区や日本三名園の後楽園、岡山城など、史跡・旧跡が多く、近年は中国・四国地方の交通の要衝として発展している県です。この日もみごとな秋晴れでした。

初日の研究発表は午後が出番だったので、早朝甲府を出発しました。新幹線で岡山に到着したのはお昼。駅前の桃太郎像を写真に納め、さっそくご当地の物を何か食べねば！と、ぶらぶら。大好きなラーメンのお店を見つけました。駅ビル内にあった「陣山ラーメン」で目にとまった「どろみそラーメン」。どろみそって?? 店員さんに聞いたところ「泥のような色の味噌ラーメン」ということでした。味の評価は控えさせていただきます。

初日の研究発表はその影響なくまた滞りなく無事終了。学会では全国でそれぞれに営んでいる医療の質を高めあうことを目的としています。参加者総勢約6,300名。私たちも日頃の成果を報告し、全国の情報を山梨に持ち帰り、地域の医療に役立てようと思いました。

夕方、岡山城天守閣前広場で催された参加者交流会に参加しました。岡山城は豊臣五大老の一人、宇喜多秀家が築城したもので、関ヶ原合戦以前の古式を伝える貴重な天守だそうです。金の鯨を挙げてあることから別名「金鳥城」とも呼ばれています。ライトアップされた岡山城は荘厳で感動的でした。城内の見学が出来たため、展示してあった籠に乗って桃太郎ならぬ、お姫様気分を味わってきました。



好評連載第4回!



季節のレシピ

《ぶり大根》



栄養管理室長 矢吹 達雄

●作り方

- ①鍋にたっぷりのお湯を沸かし、ぶりの粗をサッとくぐらせて冷水にとる。流水で鱗やぬめり、血合いをていねいに洗い落とす。ぶり切り身は、2～3等分に切り、塩を振りかけ、約10分間置き、熱湯を振りかけ、ていねいに水洗いする。
- ②大根は、皮を剥き2cm幅の銀杏切りにし、面取りをする。米のとぎ汁を中火で熱し約15分間下茹でし、ぬるま湯で洗ってキッチンペーパーで水気を拭き取る。生姜は、1/4は皮を剥いて千切りに、残りは皮付きのまま4～5mmの薄切りにする。
- ③鍋にぶりを入れて、酒100ccと水5カップを注ぎ、強火で熱する。沸騰したら中火にして、灰汁を取り除く。灰汁が出なくなったら、薄切りにした生姜を加える。
- ④③に下茹でした大根を入れ、約5分間煮る。さらに味噌50cc、砂糖40gを加え約5分間煮る。
- ⑤大根が温まったら、醤油80ccを加え、落とし蓋をして、煮汁が1/3量程度になるまで約30分間煮る。
- ⑥粗熱を取って、味をなじませたら器に盛り付け、上から千切りにした生姜を散らす。出来上がり。(調理時間 80分)

—寒い季節にぴったり—



★材料 4人分

ぶり(切り身)・粗合わせて(500g) 大根(500g) 生姜(1片) 酒(100cc)
味噌(50cc) 砂糖(40g) 醤油(80cc) 塩(適量) 米のとぎ汁(適量)

★栄養量 1人分

エネルギー 308kcal 蛋白質 19.6g 脂質 17.1g 塩分 3.0g

医療安全管理室より

安心・安全で質の高い医療を

診療放射線技師が扱う業務は、X線・一般撮影に限らず、CT・MRI・血管造影・核医学検査など専門性が細分化され、且つそれぞれの技術が急速に進歩しており、技師には高度な技術が要求されています。

近年安心・安全で質の高い医療を提供するための教育とともに、患者様にも一層迅速且つ正確な撮影ができるよう心がけながら、職員一同日々頑張っているところです。

副診療放射線技師長 滝澤 文男

地域医療連携室より

うつ病対応力向上研修会

12月1日(木)18:30～20:30に当院会議室にて【山梨県における自殺予防 うつ病の早期発見早期治療のために】をテーマに地域の開業医の先生もご参加いただき、山梨県精神保健福祉センターと共催で研修会を開催いたしました。参加人数は80名に達し、花園病院院長 山角 駿先生に「うつ病の理解と治療について」のご講演をいただき、盛況のうちに終了しました。

◎地域医療連携室・お問合せ先

連携室直通 電話 055-240-6223
FAX 055-240-6225



業務時間 平日 午前8:30～午後5:00

ナカザワ アイヤマ スキモト
担当：中澤 相山 杉本



お国自慢



《北海道・札幌市》

4 病棟看護師 小村 奈緒美

私の出身は北海道札幌市です。札幌の数ある名所の中でも今回はちょっとマニアックに、私のお気に入りの「モエレ沼公園」を紹介したいと思います。札幌市東区にあり、実家からほど近く帰省のたびに毎回訪れる公園です。もちろん無料です。中学の頃に友達と一日中日向ぼっこをして過ごした公園であり、結婚式を挙げたい憧れの公園でもあります。世界的に有名な彫刻家イサム・ノグチが設計に関わった公園として話題を呼び、新たな観光名所となりつつあります。総面積は 188.8ha。東京ドーム 40 個分の広さになります！（ちなみに、道民のほとんどは東京ドームを見たことがないので、この「東京ドーム〇個分」という表現は道内ではあまりお勧めしません）イサム・ノグチ設計の遊具がたくさんある遊具エリアや、桜が群生しているサクラの森、水遊びができるモエレビーチの他、野球場・テニスコート・陸上競技場・サッカーグラウンドなどのスポーツ施設もあります。札幌の中心街から離れたところにあるので、モエレ山（高さ 50 m）やプレイマウンテン（高さ 30 m）に登ると市街地が一望でき[写真1]、頭上をぐるぐると回るトンビに手が届きそうになります。そういえば、キツネも見かけることがあります [写真2]。公園の中央部に



写真1 プレイマウンテンから見たモエレ山と札幌市街とうちの犬



写真2 キツネと対峙するうちの犬

は直径 48 m の大きな噴水がつけられ、宇宙・生命の誕生をダイナミックな水の動きで表現しています。最大噴上高は 25 m に達し、圧巻です。夏季は夜にライトアップし、昼とはまた違う光と水の幻想的な雰囲気を楽しめます。

[写真3]

(昼)

(夜)



写真3 海の噴水

夏場はレンタサイクルを、冬場は歩くスキー・スノーシュー・ソリなどが借りられ(有料、しかし低価格!)、全身で札幌の空気を満喫することができます。家族連れも多いです。冬はモエレ山で子ども達がスキーの練習をしたり、ゲレンデビューを夢見る初心者ボーダーがスノーボードの練習をしたりしています。また、歩いて登るだけで息切れしてしまう高さのモエレ山山頂から、ソリで一気に滑り降りる猛者たちもいます。見ているだけでかなりのスリルです。ぜひ一度体験してみたいはいかがでしょうか。

海外旅行みやげ

●台湾に行ってきました
千と千尋の神隠しの湯ばあばのおうちで〜す。いるかなあ?



●ラスベガスに行ってきました
ベラジオの噴水ショー。壮大!!



●グアムに行ってきました。
遠き通った青い海で大ジャンプ!!



療育指導室 保育士

外来医師担当表

平成23年12月1日～

			月	火	水	木	金	
一階診察室	外科	診察室 1	鈴木	牧	角田	鈴木	牧	
		診察室 2	浅川	角田	浅川	乳腺外来 高橋	肝臓外来 鈴木	
		化学療法 (五階)	診察室 1		角田	鈴木		
			診察室 2		浅川	牧		
	内科	診察室 3	渡邊	10時～ 渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	
		診察室 4	黒澤	黒澤	黒澤	呼吸器内科 菱山	黒澤	
		診察室 5	午前	川口	古屋	古屋	中尾	太田
	午後						神経内科 高木	
	神経内科	診察室 6	薬袋	佐野		薬袋	薬袋	
	循環器内科	診察室 7		松澤				
皮膚科	診察室 8	長沼	長沼	長沼	長沼	大学医師		
脳神経外科	診察室 9		稲岡	稲岡				
	診察室 10 (肝炎ウイルス外来)	澤田	澤田	澤田		澤田		
整形外科 (スポーツ・膝疾患治療センター)	1	萩野			萩野	萩野		
	2		落合	落合	落合			
	3	千賀				千賀		
	4		齋藤	齋藤	渡邊			
検査室	内視鏡	稲岡		大学医師	澤田	浅川		
	エコー	午前		腹部 検査科 心臓 薬袋		腹部 検査科		
		午後			心臓 薬袋			
小児科	1	内田	内田	加賀	久富	久富		
	専門外来 1 (午後)	神経 溝呂木	神経 中村	神経 神谷	第1・3週 摂食 小野	代謝 内田		
	専門外来 2 (午後)	フォローアップ 久富	フォローアップ 久富					
産婦人科	1	滝澤	雨宮	高木	雨宮	滝澤		
	2	雨宮	高木	第1・3週 雨宮 第2・4・5週 滝澤	滝澤	高木		
	3	妊健 助産師外来			妊健 助産師外来			
眼科		予約のみ 10時迄 地場	地場	地場		地場		
泌尿器科			大学医師 (予約のみ)					
耳鼻咽喉科					矢崎			

- 受付時間 初診/午前8時30分～午前11時00分 再診/午前8時20分～午前11時00分(再診で予約を取られている方は予約時間まで)
- 予防接種(小児科) 毎週木曜日(完全予約制)
- 毎月第4金曜日 糖尿病教室 黒澤医師
- 乳児健診 毎週 火・金曜日(完全予約制)
- 人間ドック 毎週 木曜日 脳ドック 毎週 月・火曜日午後

特殊外来ご案内

- ・「乳腺外来」については、毎週木曜日の午前中に高橋医師(女性)が行っています。乳房にしこりなどの異常を感じたら、すぐに受診されることをお勧めします。
- ・「肝臓専門外来」については、毎週金曜日の午前中に行っています。近親者に肝炎の方がいらっしゃるなど自分も肝炎にかかっているのでは、とご心配な方、健康診断で肝機能障害を指摘された方などは受診されることをお勧めします。
- ・「物忘れ外来」については、脳神経外科で行っています。ご家族が「忘れることが多い」と気づいたら、受診されることをお勧めします。

◇平成23年度 看護職員採用試験案内◇

助産師・看護師・看護助手採用試験は随時行っています。

申し込み方法 *下記の電話番号に(土日休日以外)に直接ご連絡下さい。

連絡先 国立病院機構甲府病院 庶務係長
TEL: 055-253-6131
FAX: 055-251-5579

編集後記
東日本大震災、津波、放射能汚染、台風による豪雨など災害の多かった大変な一年もまもなく終わろうとしています。命の大切さ、人の心の温かさ、当たり前の日常生活がいかに幸せであったかなど多くの事を考えさせられた一年でもありました。この教訓を忘れることなく今後役に立たせ、災害に備えていかなければなりません。来年は災害のない穏やかな年となることを願っています。(N)