



目次

病診連携施設紹介「親切・親身な医療を」	1
看護部だより	2
ア・ラ・カルト「新型インフルエンザ予防」	3~4
栄養相談室「かせ症候群の食事」	5
お知らせ「助産師による妊婦健診を始めます」	6
ゴーヤカーテンによる省エネに取り組みました	6
患者数	6
外来医師担当表・特殊外来ご案内	7

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-hosp.com/>
Eメール：kofu@kofu.hosp.go.jp
携帯サイト用QRコード



「秋の味覚・山梨のぶどう」

山梨県はおいしい果物をたくさん生産することで知られていますが、特に秋は、ぶどうの生産が最盛期を迎えます。写真は甲府市善光寺のぶどう園で撮影したのですが、県内では8月から10月にかけて、各地のぶどう園で、様々な種類の「ぶどう狩り」を楽しむことができます。行楽の秋。皆様も、「秋の味覚」を楽しんでみてはいかがでしょうか？ (写真・文 管理課庶務係 山田 昌弘)



独立行政法人国立病院機構 甲府病院の理念

1 基本姿勢

患者さんの目線に立ち、優しさと思いやりをもって病める人々が心を癒し、病を回復し健康を維持されるよう努めます

1 政策医療と地域医療

育成、重症心身障害を中心に当院で提供する全ての医療を政策医療として位置づけ、国民の健康と安全に寄与すると同時に、地域医療として山梨県民の皆様に還元し、県民に選ばれ、お役に立てるように日々努力します

1 患者さんの権利

患者さんの平等で適切な医療を受ける権利、知る権利、選ぶ権利を守ります

1 研究と教育

全ての医療職種に貢献できる質の高い臨床研究と教育研修の推進に努めます

1 安定した経営

たゆまぬ意識改革を行い、独立行政法人として安定した経営を目指します

病 診 連 携 施 設 紹 介

「親切・親身な医療を」

もちづき整形外科リハビリクリニック

院長 望月 和憲

当院は平成21年6月1日に南アルプス市在家塚に開業したばかりの整形外科の診療所です。標準科目は整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科であります。患者さんに「親切、親身な医療を」第一に考え、最新の医療を提供できるよう研鑽を重ね、地域の方々の少しでもお役に立てるよう全力を尽くしたいと考えておりますので宜しくお願い致します。



スタッフ

私は開院前、山梨大学整形外科在任中、老人の転倒予防について調査研究しておりました。最近でこそ高齢者の転倒による骨折やその後の寝たきりの問題が取りざたされておりますが、この研究を命ぜられた平成元年ころは非常に整形外科ではマイナーな領域(今でもマイナーですが)でありました。国立病院機構甲府病院整形外科の萩野先生はこの領域でも著名な先生であり、これからはいろいろ御助言を頂き、今までの調査研究を活かし少しでも地域のお年寄りの転倒予防をリハビリの面から予防できたらと考えております(現在リハビリの方は物理療法中心ですが、将来的には理学療法士さんに来て頂き運動療法も行いたいと考えております)。また当院では、巻き爪や陥入爪の手術をしないで治すワイヤー治療やグラインダーなどの器械を用いたタコ、ウオノメ治療など足の外科にも力をいれておりますので宜しくお願い致します。

これからの国立病院機構甲府病院の更なる発展を祈念しますとともに、病診連携医療機関として今後とも宜しくお願い申し上げます。

(ホームページ <http://website.infomity.net/c0009683>)



外観

M もちづき整形外科
リハビリクリニック
Mochizuki

院長・整形外科専門医 望月 和憲

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:00	●	●	●	●	●	●	/
15:00~18:00	●	●	●	/	●	/	/

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

TEL:055-287-7600

FAX:055-287-7601 南アルプス市在家塚68-1



看護部だより



就職して半年が経ちました・・・

4月に就職した新人看護師達も、半年が過ぎ立派に成長しています。

この半年を振り返り、各職場の代表に感想を述べてもらいました。



半年が経過して

2病棟看護師 中野 有姫



私は2病棟のGCU(未熟児治療室)に配属になり半年が過ぎました。4月に比べて職場の環境にも慣れ緊張もほぐれてきました。業務の内容を自分の中で整理し、一つひとつを覚え流れを把握することが出来るようになりました。しかし疾患の病態生理、症状、看護と関連づけて理解することが十分出来ていないので知識を深めていきたいと思います。まだまだ先輩方に迷惑をおかけしていますが、少しずつ成長し自信を持って看護が提供出来る看護師を目指して日々努力をしていきたいと思っています。

半年が経過して

4病棟看護師 名取 南美



内科・外科・小児科の混合病棟で働いて半年が経とうとしています。患者さんは様々な年齢で様々な疾患を持っており、勉強することが多くありますが、日々周りのスタッフや患者さんの笑顔に助けられて頑張っているところです。今後も笑顔を大切にし、患者さん一人ひとりの個別性に合わせ、根拠を持って看護をしていきたいと思っています。よろしくお願いします。

手術室看護師として働いて

手術室看護師 後藤 季恵



手術室で働き始めて半年が経ち、業務の流れや手術の知識・技術が少しずつ身に付いてきました。初めは業務を覚え、器械の名前と手技を覚える事で精一杯でした。最近は間接介助として直接患者さんに関わらせてもらう事が増え、患者さんの言葉や表情の一つひとつから学ぶ事が沢山あるのだと改めて感じています。手術室の看護師として安全な看護を実践出来るように、先輩看護師の指導のもと日々学習し、確実な知識・技術を身につけていけるよう努めていきたいと思っています。

患者さんに寄り添って

8病棟看護師 川口 千穂



4月に就職し、早くも半年がたちます。現在、私は重症心身障害病棟で勤務をしています。患児(者)さんは自分の思いを、それぞれの表現の仕方で伝えてくれます。最近では大分、患者さんとのコミュニケーションが取れるようになりました。しかし患者さんへ満足のいくケアが出来なかった時は落ち込んでしまいます。患者さんのちょっとした変化に気づくことが出来、笑顔をかえしてもらった時は大きな励みになります。これからも患者さん方のそんな笑顔を見続けられるよう日々自己研鑽に励み、知識をつけて重症心身障害児(者)の看護が実践出来るよう努力をしていきたいと思っています。

アラカルト

新 型 イ ン フ ル エ ン ザ 予 防

国立病院機構甲府病院 感染管理室

新型インフルエンザ（豚由来インフルエンザウイルスH1N1）は、2009年4月にメキシコやアメリカで確認された新しいインフルエンザです。もともと豚に感染するインフルエンザが、人間に感染するタイプに変化したものであることが遺伝子的に証明され、今までの季節性インフルエンザとは、明らかに異なるインフルエンザウイルスであることが判明しています。

新型インフルエンザの発病（急激）・症状は、季節性インフルエンザとほぼ同様で、感染してもほとんどの人が軽症で回復しています。しかし、多くの人々が免疫を持っていないため、容易に人から人へと感染し、一度、集団に病原体が持ち込まれると瞬く間に広がり、基礎疾患のある人を中心にした重症者の増加が危惧されています。また、最近では基礎疾患のない若い人でも重症化して、生命の危険に陥る症例が報告されています。

**うつさない、うつらないために
手洗い・うがい・咳エチケットを習慣にしましょう！**

◆感染経路

飛沫感染：感染者の咳、くしゃみとともに吐き出されるウイルスを吸い込むことによって感染します。→**感染者のマスク着用が大切！**

接触感染：感染した人がくしゃみや咳を手で押さえた後や、ウイルスが付着した物を触った手で、口や目の粘膜を触ることで感染する可能性があります。→**手洗いが大切！**

◆症 状

発熱、倦怠感、食欲不振、咳などの他に、鼻水、のどの痛み、関節痛、筋肉痛、頭痛、吐き気、嘔吐、下痢などの症状が出る人もいます。

◆予 防

日常生活では、体調を整えて抵抗力をつけ、ウイルスに接触しないことが大切です。

●手洗い・うがいをしっかり行う

外出後は、必ず
手洗い・うがいを
行いましょう。



手洗いは、
流水と石けんを用いて
15秒以上行いましょう。



●栄養と休養を十分取る

体力をつけ、抵抗力を高める事で、感染しにくくなります。十分に休養をとり、体力や抵抗力を高め、常日頃からバランスよく栄養をとることが大切です。

●人ごみを避ける

ウイルスを寄せ付けないようにしましょう。流行してきたら、特に高齢者や慢性疾患を持っている人、疲労気味、睡眠不足の人は、人ごみや繁華街への外出を避けましょう。

◆新型インフルエンザにかかったかなと思ったら

- ・症状のある方は、早めに受診しましょう。
- ・受診する際は、事前に受診する医療機関に電話連絡するとともに、他の人に感染させないように、必ずマスクを着用しましょう。



◆感染拡大をふせぐためには、飛沫を出さないこと、手の清潔がポイント

●咳エチケットに心がける

咳エチケットとは、咳やくしゃみが出そうなときに他人に感染させないためのマナーです。

咳、くしゃみなどの症状があるときは、マスクを着用しましょう。



- ・使ったティッシュはゴミ箱にすて、手洗いを行いましょう。



- ・咳やくしゃみをするときは、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそむけ、1～2m以上離れましょう。

◆基礎疾患を有する方、妊娠中の方へ

喘息など慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、腎機能障害、糖尿病など基礎疾患のある方や、妊娠中の方は、感染した場合重症化する危険性が高くなります。

日頃から主治医に対処療法等を相談する等の感染予防とともに、症状がある方は早期受診・早期治療を心がけましょう。

注意事項

- ・必要以外の外出を控えましょう。
- ・外出や人の多い場所に出向くときには、予防のためにマスクを着用しましょう。
- ・外出や人と接触した後は、すぐに手洗い・うがいをしましょう。
- ・バランスのとれた食事と十分な睡眠で基礎体力をつけましょう。



かぜ症候群の食事

かぜ症候群とは？

かぜとは、鼻やのどに起こる急性の炎症の総称で、正確にはかぜ症候群と呼ばれます。多くは、のどの痛み、鼻水、鼻づまり、咳、たん、くしゃみ、悪寒、発熱、頭痛、関節の痛み、筋肉の痛みなどの症状があり、数日で自然に治ります。

ただし、かぜは万病のもと。こじらせると中耳炎、扁桃炎、気管支炎、肺炎などを起こしたり、もっと重い合併症を発症することもあります。おかしいなと思ったら無理をしないことが大切です。

原因は？

ほとんどの場合ウイルスや細菌が、鼻や口から肺にかけての空気の通り道に感染して起こります。さらに、暑さや寒さなどの温度変化、寝不足、栄養の偏りなどで抵抗力が低下したときにかかりやすくなります。

予防は？

かぜのひき始め、発熱時は特に感染力が強いのので、かからないように注意しましょう。予防法としては、手洗い、うがいが有効です。家で使うタオルは、家族でも別々にした方が良いでしょう。

治療は？

軽症のかぜ症候群は成人の場合、からだを温かくし、水分、栄養をとって安静にすることが一番の治療です。ただし、体温が39℃以上ある、のどの痛みや咳が激しい、鼻汁が黄色や緑色で濁っている、などの重い症状がある場合は医療機関を受診しましょう。

食事のポイントは？

1 水分を確保

熱が出て汗をかいたり、嘔吐や下痢があると、からだから水分が失われます。薄めの麦茶やほうじ茶、スープなどで水分をこまめに補給しましょう。スポーツドリンクのようなイオン飲料を補給しても良いでしょう。

吐き気があるときや高熱のときは、小さい氷を口に含ませるのも良いでしょう。

水分は一度にたくさんとると、嘔吐や腹痛を引き起こすこともありますので、少しずつ様子を見ながら補給しましょう。

2 エネルギーを補給

熱があるときには食欲が低下し、十分に食べることができないうえ、発熱でエネルギーを消費しています。そのため、効率よくエネルギーを補うことが大切です。

やわらかく炊いたごはんや梅干しなど、さっぱりしたものやのど越しの良い食品を少しずつ食べましょう。

3 栄養素を補給

からだの回復のためにも、たんぱく質、ミネラル、ビタミン類は大切です。症状が少し治まったら、ジュースや葛湯から、おかゆ、スープ、ポタージュ、シチューなどだんだん固形のものに近づけていきましょう。自分で用意できないときは、市販のおかゆやごはん、レトルトや缶のスープも利用して下さい。

症状別対策

★ひき始め

温かいものを食べ、早めに寝ましょう。
夏もからだを冷やさないほうがよいでしょう。

★熱がある

食欲がない場合は、食べられそうなものを少しずつ。落ち着いてきたら、ジュースやスープで水分を、卵豆腐やプリン、アイスクリームなどでエネルギーを補給しましょう。

★のどが痛い

口当たりがよく、刺激の少ないものを食べましょう。カレー粉、わさび、からしなどの香辛料を使った料理はひかえましょう。

★鼻が詰まっている

鼻の通りをよくするには、温かい汁物や料理がよいでしょう。具たくさん煮込みうどん、雑炊などがおすすめです。

★咳が出る

のど越しがよく、とろりとした食感のものを。ゼリー、ポタージュスープ、茶碗蒸しなどがおすすめです。

お知らせ

助産師による妊婦健診を始めます

助産師外来では、今までの保健指導に加え、妊婦健診を始めます。通常の妊婦健診と違うことは、助産師が実施させて頂くことです。

常に医師と連携しながら共に皆さまの妊娠、出産を支援いたします。

リラックスした雰囲気の中で、出産に向けて困っていることや、お悩みなど、お話を聞かせて頂きながら細やかな指導を致します。

対象となる方：26週から31週の方で、これまでの妊娠経過が順調な方

(医師が行っていたこの時期の1回の健診を、助産師が担当させて頂きます)

健診内容：1. 母と胎児の健康診査

(問診、視診、触診、尿検査、血圧測定、体重・腹圍・子宮底計測、腹部超音波、胎児心音の確認)

2. 生活に関する相談

3. お産に関する相談

4. 赤ちゃんを迎える準備について

5. その他

開始日：平成21年10月1日から予約を始めます。

時間：毎週木曜日11:00～16:00 1回30分程度 完全予約制

担当助産師：母性専門看護師、産科病棟助産師、外来助産師

料金：医師による健診料と同様で6,000円です。妊婦一般健康診査受診票(無料券)が使えます。



☆対象となる方には中期検査の結果後、事前に医師より説明をさせて頂きます。

不明な点がございましたら外来助産師にお尋ね下さい。

連絡先：055-253-6131 (代表)

独立行政法人国立病院機構 甲府病院
産婦人科外来・高度周産期医療センター

ゴーヤカーテンによる省エネに取り組みました。

この夏は例年に比べると気温が低く、冷夏であったと言われてはいますが、それでも暑かったことに変わりなく、暑さ対策と省エネの両立が急務でした。

そこで当院では、ネットにゴーヤの蔓を這わせた「ゴーヤカーテン」を窓際に設置しました。(写真参照)



直射日光を遮り、かつ、見た目にも涼しいこの「ゴーヤカーテン」により、冷房に頼らない暑さ対策が出来、省エネにもつながりました。

皆様も来年の夏、是非試してみてくださいはいかがでしょうか？



平成21年度一日平均患者数

入院

※9月分及び年間累計は9月末日現在(小数点以下第2位は四捨五入)

種別	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
一般		91.9	75.2	90.2	81.2	81.4	86.9							84.4
重心		120.2	120.1	121.3	120.5	119.5	119.8							120.2
計		212.1	195.3	211.4	201.7	200.9	206.7							204.6

外来

※9月分及び年間累計は9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
	245.8	271.6	246.8	260.6	253.4	269.8							257.4

外 来 医 師 担 当 表

平成21年10月1日現在

		月	火	水	木	金
内 科	1	渡 邊	渡 邊	渡 邊	渡 邊	渡 邊
	2	黒 澤	黒 澤	黒 澤	呼吸器科 菱山	黒 澤
	3		循環器科 佐野		中 尾	川 口
	4					
脳 神 経 外 科		長 沼	長 沼		長 沼	長 沼
特殊外来 午後3時～			渡 邊			
消 化 器 科		稲 岡	稲 岡	受 _付 10時30分迄 大塚		肝臓専門外来 鈴木
小 児 科	1	畑・神谷	神 谷	海 野	畑	中 村
	専門外来 (午後)	畑	中 村	神 谷		海 野
	摂食外来 (午後)				第3週 小野	
外 科		鈴 木	角 田	牧	鈴 木	角 田
整 形 外 科 (スポーツ・膝疾患治療センター)		萩 野	渡 邊	渡 邊	萩 野	萩 野
		千 賀	落 合	落 合	落 合	千 賀
泌 尿 器 科		野 澤	予約のみ 10時迄 野澤	野 澤	野 澤	野 澤
産 婦 人 科	1	滝 澤	雨 宮	滝 澤	雨 宮	高 木
	2	雨 宮	高 木	原	高 木	滝 澤
	3		原			原
眼 科		予約のみ 地場	地 場	地 場		地 場
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) 隔週 金曜日(完全予約制)

●乳児健診 毎週 火・木曜日(完全予約制)

●毎月第4金曜日 糖尿病教室 黒澤医師

●人間ドック 毎週 火・木曜日

脳ドック 毎週 月・火曜日

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。肝機能が低下したと感じたら、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。認知かなと思ったら、受診されることをお勧めします。

看護職員募集 随時行って おります

当院ホームページより「受験願書」「採用希望施設票」をダウンロードの上、当院管理課人事担当宛にお送り下さい。折り返しご相談をさせていただきます。



宛先および照会先

〒400-8533
山梨県甲府市天神町11番35号
国立病院機構甲府病院
管理課 人事係
電話 055-253-6131(代表)