

目次

糖尿病教室お食事会報告	1
看護部だより	2
アラカルト「腹腔鏡手術」	3・4
職場紹介「リハビリテーション科」	5
退職者ご挨拶 ドッグセラピーの活動 患者数	6
外来医師担当表	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.hosp.go.jp/~kofu-hospital/>
 Eメール : kofu@kofu.hosp.go.jp



「新採用者オリエンテーション」

4月より甲府病院の一員となりました。これから、社会人として、専門職業人として、知識と経験を重ね、頑張っていきたいと思えます。

(平成 27 年度新採用者一同)



独立行政法人 甲府病院 の理念
 国立病院機構
 National Hospital Organization Kofu National Hospital

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

チームてんじん 2015.2.21開催 糖尿病教室お食事会報告

2月11日(水)に、本年度2回目のお食事会を開催しました。定員50名を超える申し込みがあり「糖尿病と認知症」というテーマで、お食事に加え、当院脳神経外科長沼院長による講演、頭を使う運動などを行いました。来年度も有益な会になるように努めたいと思います。



当日振る舞われたお食事 (496kcal、塩分2.4g)



若い脳を保つための食事

3つのパワーで血管強化!

若い脳を保つということは、若々しい血管を保つこと! 血管を守ってくれるのは「低コレステロール」「抗酸化」「減塩」です。これは、同時に高血圧や動脈硬化、糖尿病、心臓病、脳血管障害の予防にも繋がります!



NHO甲府病院糖尿病療養指導チーム「てんじん」

看護部 だより

「元気な新人さんが来ました」

教育担当師長 林 由美子

満開の桜と共に、看護部は、12名のフレッシュな新人と、経験者6名の看護師を新たにむかえました。

新採用者は、4月1日に配属先の辞令を交付された後、6日間の新採用者オリエンテーションを受けます。新採用者オリエンテーションは、職場への早期適応と医療の実践者として基本的な能力を習得することを目的としています。内容は、病院の基本理念・概要、組織人、医療人としての心構え、看護倫理、接遇、医療安全、感染対策、重症心身障害児医療、各部署の説明や看護技術などの講義と実技です。

接遇では、専門職業人としての態度や姿勢について講義を受けました。無表情で挨拶をするのと笑顔で挨拶をするのでは、どちらが話しやすいか、演習を行いました。あたりまえのようですが、実際にやってみて、あらためて笑顔の大切さを実感したという声が聞かれました。



リハビリテーション科講義 腰痛体操

リハビリテーション科では、講義の前に腰痛体操を行い、座りっぱなしの体をリフレッシュです。これで、スッキリ、集中力がアップしました。その後、検査科や放射線科、薬剤科など、いろいろな科の説明を聞き、院内のしくみを学びました。



輸液ポンプ操作技術練習

オリエンテーション4日目は、技術練習です。採血の技術、輸液ポンプの操作技術、点滴挿入の技術を副看護師長が、総出で教えます。はじめは、緊張のためぎこちなかった手つきが、練習を重ねるにつれ、上手になりました。一つ一つ手順を確認し、安全にやろうという姿勢が伝わってきました。副看護師長に、「それでいいよ。出来たね」と言われると、「ありがとうございます」という笑顔がかえってきました。



点滴挿入の技術練習

あっという間の6日間のオリエンテーションを終え、配属先の病棟に送り出しました。これから、たくさんのことを覚え経験しなければなりません。入職時の笑顔と素直な気持ちを持ち続けられるように、応援したいと思います。

アラカルト

「腹腔鏡手術」

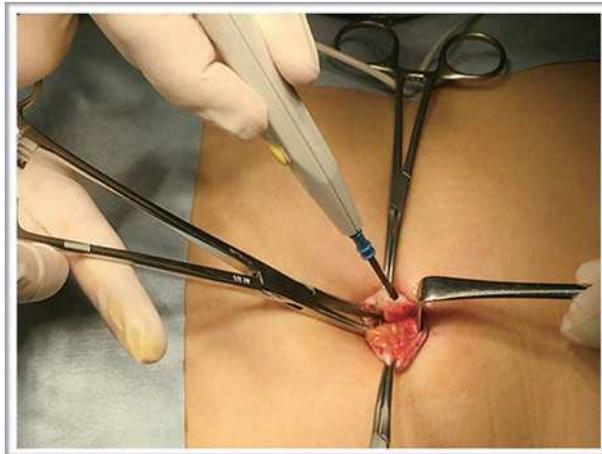
外科部長 鈴木 哲也

みなさん、腹腔鏡手術ってご存じですか？ 最近某大学病院での事故のため怖い手術と感じていらっしゃるかもしれません。やっと三輪車に乗れるようになったお子さんを突然自転車に乗せたら転んでしまうのは当たり前です。でも自転車は大変便利な道具ですよ。使い方を間違えなければ病気を治すために避けられない手術を少しでも楽に受けることができるのです。

デメリットばかりがマスコミで報じられてしまっていますがメリットは何なのでしょう？ まっさきに思いつくのは傷が小さく美しく痛みが少ないということでしょうか？ それも正解です。しかしまだまだメリットがあるのです。少しご紹介しましょう。

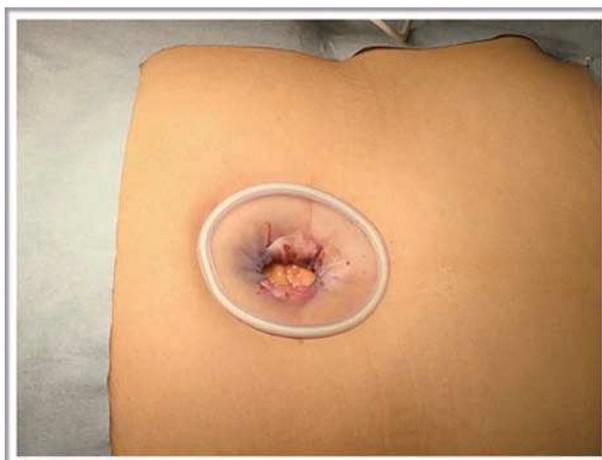
1. 出血が少ない（炭酸ガスでお腹を膨らまし、お腹の中の圧力が高まるため出血が少なくなります。出血を押し戻すイメージです。）
2. 手術のあとの腸閉塞が起りにくい（傷が小さいため癒着が少ないため腸閉塞が起りにくくなります。）
3. 精密な手術ができる（カメラで拡大しながら行うので開腹手術より精密な手術が可能です。カメラの先端は自由に曲げられるため奥の方まで観察ができます。）
4. 入院費用が安くなることがある（退院までの期間が短い分入院費用が安くなる場合があります。手術料金は高いので逆の場合もあります。）

これまでは早期癌の方のみが腹腔鏡手術の適応とされてきたのですが技術が進歩し、腹腔鏡手術に慣れた病院では進行癌にも行われるようになってきています。精密な手術が得意な腹腔鏡手術のメリットが活かされるのです。



単孔式手術では臍を2cm程度切開します

さて、では当院の外科における腹腔鏡手術をご紹介します。虫垂炎や胆石の治療には単孔式腹腔鏡手術を行っています。これは傷がお臍だけというものです。お臍はお腹の中心にありますよね。そのためお臍から様々な場所の手術が可能なんです。太った方でもお臍には脂肪がついていませんのでここを利用しない手はありません。術後の痛みも軽く皆さんに喜んでいただいています。最近では一部の大腸癌治療にもお臍のみの手術を行っております。



臍にプロテクターを装着します

その他大腸癌、胃癌の多くは腹腔鏡手術で治療を行っており、残念ながら術後に抗癌剤治療が必要とされた方でも術後の体力の回復が早いと早期に治療を始めることができ高い治療効果が期待できるのです。

また当院の特徴はなんといっても肝臓癌にも腹腔鏡手術が可能ということです。消化器外科の手術の中でも肝臓の手術はやはり特殊なものであり開腹手術での多くの経験があるからこそ安全に腹腔鏡手術を行うことができるのです。



臍から手術を行っている様子です

肝臓は非常に出血しやすい臓器ですが炭酸ガスで腹腔内に圧力をかけながら手術をすることで出血量を減らすことができるメリットが活かされるのです。また肝臓を背中から剥がしてくる必要も殆ど無いため術後にお腹に水がたまったり（腹水）もしにくくなります。

多くのメリットがある腹腔鏡手術ですが、慣れないと危険な場面もあります。例えば視野が狭い点が挙げられます。気づかないうちに別な臓器を損傷してしまったりする可能性もあります。デメリットをしっかりと

理解しメリットを活かすためには細心の注意とともに多くの経験を積むしかありません。我々はたった3人の外科チームですが常に同じメンバーでやることによりメンバー間の意思疎通が高まり良い治療ができると考えています。腹腔鏡手術はあくまで手段であり、目的はより体への負担が少なく病気を根治に導くことなんです。



手術終了時の臍の様子です。手術直後でこの程度ですが日ごとに元に戻ります。

当院外科では毎年春に行われる山梨総合医学会において腹腔鏡手術に関する演題を昨年は5演題、今年も4演題と最多の演題を発表し日々研鑽に努め、皆さんによりよい治療を提供できるように努力を続けております。毎日腹腔鏡手術に関する相談を受け付けておりますので何なりとご相談ください。





職 場 紹 介

「リハビリテーション科」

理学療法士長 朝日 達也

リハビリテーション科は、理学療法士 10 名、作業療法士 5 名、言語聴覚士 3 名、マッサージ師 1 名の構成で、当院入院患者さんと退院後の継続治療を必要とされる方を対象に、総合的リハビリテーションを提供しております。

現在、リハビリテーション科で治療にあたっている患者さんの約 7 割が整形外科疾患であり、スポーツ・膝疾患治療センター開設（2007 年 6 月）以来、膝半月板、前十字・後十字靭帯損傷などのスポーツ外傷を主体に数多く携わり、早期のスポーツ復帰に従事しております。

また、重症心身障害児（者）病棟へ入院している方々を対象としたリハビリテーションも行っております。呼吸や食事の飲み込み、発達支援など医療的なニーズの高いお子様に対応しております。さらに、脳神経外科・外科・内科・神経内科など急性期～慢性期の様々な疾患の方々に対して、専門的なリハビリテーションを提供しています。リハビリ科ではスポーツ・日常生活の復帰、復職、生活の質の向上、健康増進等に患者さんと一緒に取り組んでいます。



1 つ余談ですが、よく「健康のため 1 日 1 万歩」というフレーズを耳にします。最近の研究では、

「1 日 8000 歩 + 20 分の速歩き」が主流になりつつあります。なぜなのか？ そこには

筋肉の質が関わっています。

筋肉を構成する筋線維には大きく長距離型と短距離型の 2 種類あります。長距離型は持久力に優れるが小さな力しか出せません。短距離型は厳密にはさらに 2 種類に分かれますが、収縮が速くて大きな力が出るもののすぐに疲れてしまう線維です。日常生活動作では絶えず長距離型が使われています。加齢とともに活動量が減少すると長距離型は使われますが短距離型は使われなくなっていきます。使われなくなった線維は細くなったり、消えてなくなってしまいます。その結果、横断歩道を青点滅のうちに渡りきれなかったり、転びやすくなったりしてしまいます。ですので、短距離型の筋線維を使うような活動を行い、生活の質を保つことが大切になってきます。



では、短距離型を保つ活動とは何があるのか？ 一般的な筋力トレーニングやスポーツなどでも良いですが、一番取り入れやすいものは 20 分の速歩きです。「大腿で速く、そして力強く歩く」を意識して歩きます。ポイントとしては、会話はできるが歌は歌うことができない程度の歩き方とされています。普段の散歩に速歩きを取り入れて、

「1 日 8000 歩 + 20 分の速歩き」を目標に質の高い生活をいくつになっても続けていきたいものです。



退職者ご挨拶



「退職にあたり」

(前) 感染管理担当看護師長 藤巻 好廣

平成 16 年 10 月、国立甲府病院と国立西甲府病院の統合時から 10 年 6 ヶ月間（6 病棟に 6 年 6 ヶ月、感染管理担当に 4 年間）看護師長として勤務させていただきました。

看護師として、昭和 58 年 3 月に国立甲府病院に就

職し、その後何度と転勤をするうちに、再び地元の山梨に戻る事ができたこと、そして定年まで甲府病院で勤務できたことは、私にとって幸運だったと思います。長期間ありがとうございました。

ドッグセラピーの活動

療育指導室 主任保育士 片桐 有佳

3 月 4 日、当院でのドッグセラピーの活動がスタートしました。

当日は山梨セラピードッグクラブから、ラブラドル・レトリバーやボルゾイ、トイプードルなど大型犬も小型犬も含めて 9 頭が来院しました。当院からは重症心身障害病棟と通所支援事業利用者の 27 名が参加しました。40 分間の活動は「セラピードッグとハンドラーの紹介・訓練の披露」「ふれあい活動」という構成でした。

訓練風景の見学では、ハンドラーの指示に従ってその場で待ったり指定の位置まで進む様子が拍手が起こりました。後半は待ちに待ったふれあいの時間です。フロアにマットを敷いて犬と一緒に座敷で過ごした

り、車イスに座っている利用者の膝に小型犬を乗せて触ったりしました。

自然と手が伸びて犬に触れる利用者もいれば、犬の大きさに怖がって近くに寄れない方もいましたが、それぞれに楽しい時間を過ごせたのではないのでしょうか。



訓練中の風景です



大きな犬とふれあいま

平成 26 年度一日平均患者数

入院

※ 3 月分及び年間累計は 3 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	109.9	92.9	94.7	114.3	103.6	108.7	101.2	110.7	113.6	106.9	103.9	103.0	105.3
重心	125.0	126.0	126.8	125.7	125.7	125.5	123.4	123.9	125.5	123.5	124.3	124.1	124.9
計	234.9	218.9	221.4	240.0	229.3	234.1	224.6	234.6	239.1	230.4	228.1	227.1	230.2

外来

※ 3 月分及び年間累計は 3 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
	264.3	274.1	268.7	277.8	264.3	299.2	281.6	293.4	299.8	303.0	273.9	279.5	281.2

外 来 医 師 担 当 表

平成 27 年 4 月 1 日現在

…女性医師等

			月	火	水	木	金	
一階診察室	消化器内科	診察室	廣 瀬	稲 岡	鈴木(雄)		稲 岡	
	消化器外科	診察室 1	鈴木(哲)	浅 川		鈴木(哲)		
		診察室 2	浅 川		高橋(ひ)	(乳腺外来) 高橋(ひ)	第1・3・5週 鈴木(哲) 第2・4週 浅川	
		診察室 7	牧(第2週のみ)					
		化学療法 五階	診察室 1		高橋(ひ)	鈴木(哲)		
			診察室 2			浅 川		
	内 科	診察室 3	渡 邊	渡 邊	渡 邊	渡 邊	渡 邊	
		診察室 4	黒 澤	黒 澤	黒 澤		黒 澤	
		診察室 5		古 屋(直)	古 屋(直)	中 尾	奥	
	呼吸器内科	診察室 6	午後		細 萱			
	循環器内科	診察室 6	田 草 川	中 村(貴)			田 草 川	
	神経内科	診察室 7			太 田(恵)		太 田(恵)	
	脳神経外科	診察室 8	長 沼	長 沼	長 沼	長 沼	大学医師	
	皮膚科	診察室 9 (共用)		川 村				
	整形外科	診察室 10 (共用)				整形外科		
整形外科 (スポーツ・膝疾患治療センター)	1	萩 野		装具外来	萩 野	萩 野		
	2	千 賀		千 賀		千 賀		
	3	落 合	落 合		落 合			
	4		山 下	山 下	山 下			
	5	装具外来						
検 査 室	内視鏡	午前(上部)			村 松	北 橋		
		午後(下部)			大学医師 渡邊			
	超音波	午前	腹部 検査科	腹部 検査科	心臓 田草川		腹部 検査科	
		午後						
小 児 科	1	内 田	内 田	加 賀	久 富	久 富		
	専門外来 1 (午後・予約のみ)	久富・勝又 (循環器・フォローアップ)	久富・加賀 (フォローアップ・乳児健診)	神 経 加賀	予 防 接 種	フォローアップ 中村(幸) 代謝 内田		
	専門外来 2 (午後・予約のみ)	神 経 加賀	循環器 勝又			加賀・篠原 (フォローアップ・乳児健診)		
	専門外来 3 (午後・予約のみ)	神 経 神谷	神 経 中村(幸)	神 経 石井	第 1・3 週 小野(摂食)			
産婦人科	1	滝 澤	雨 宮	菊 嶋	雨 宮	滝 澤		
	2 (予約のみ)	雨 宮	菊 嶋	大学医師	滝 澤	菊 嶋		
	3	妊健 助産外来			妊健 助産外来			
眼 科		予約のみ 古 屋(敏)	古 屋(敏)	古 屋(敏)		古 屋(敏)		
泌尿器科(予約のみ)		奇数週 大学医師						
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)
(※水曜日午後呼吸器内科の受付時間は13:00～15:30です(診察13:00～16:00))

※右記のものについて事前の予約が必要となります。

- 小児科 専門外来
- 乳児健診 毎週 火・金曜日
- 毎月第4金曜日 糖尿病教室 黒澤医師
- 予防接種(小児科) 毎週木曜日
- 人間ドック 毎週 水・木曜日
- 脳ドック 毎週 月・火曜日午後
- 乳がん検診 毎週 水・木曜日

助産師・看護師による専門外来のご案内

●母乳外来(月～金曜日) ●フットケア(月～金曜日) ●育児相談(月～金曜日) (※事前の電話予約をお願いいたします)

特殊外来ご案内

・「乳腺外来」については、毎週水・木曜日の午前中に高橋医師(女性)が診察します。検査についても女性技師が行っています。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。

・「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。

作品募集

「てんじん」に掲載する写真等の作品を募集しています。

★宛先 国立病院機構甲府病院 経営企画係 山田
e-mail:yamada-m@nhokoufu.hosp.go.jp

◆平成 27 年度 職員採用案内◆

看護助手・薬剤師の募集(パート)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)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

その日の富士山を気にして、周りの残雪が残る山々を眺めて、6か月が過ぎます。山梨の人は山が見えないと落ち着かないし、山のないところに行くとかとなく寂しいと言っていた意味がなんとなく分かってきたような気がしています。

少しだけ地元民(ジモティ)になれてきたかな?(T)