

まほるば



弘前病院の理念

わたしたちは、医の倫理と病院としての使命に基づき患者さまの生命と人権を尊重し
良質かつ適切な医療を提供するため、最善の努力をします

第56号 2006年2月発行

独立行政法人国立病院機構本部 松原 医務担当 理事 来院



2月8日(水)の午前中に、独立行政法人国立病院機構本部松原医務担当理事が筒井看護企画係長を伴い当院を視察されました。

当院に到着後、概況書等により当院の状況を説明し、幹部職員との意見交換が行われました。

意見交換の中では、特に、現在当院が進めている地域医療連携室の活動状況や、一般病棟建替に係る施設構想、看護職員の充足状況、看護学生の進路等について話し合いが行われました。

その後、病棟建替予定地となっている南病棟・機能訓練棟を中心に、原子力安全対策棟、看護学校などを視察されました。

当院での用務が終了した後は、弘前大学医学部に向かわれました。

“地域医療連携室”が本格始動！

当院の「地域医療連携室」では、連携業務を2月13日から本格的に開始しました。

他の医療機関から紹介患者様の新患予約をFAXで受付けします。

当院の各診療科と日時の調整を行い、紹介患者様のカルテを事前に作成し、スムーズに受診していただけるように準備いたします。

また、受診後の返信や紹介履歴の登録管理も行います。

更に、地域医療連携室では、平成17年4月から患者様の相談を受け付けており、患者様に安心して治療を受けていただけるようにMSW(医療社会事

業専門員)が対応しています。例えば、福祉制度の利用・手続きの情報提供、医療費支払いの相談、転院・施設入所・退院後の療養生活・サービス等の情報提供、各関係機関との連絡・調整を行っています。

今後とも地域医療連携室をご利用いただきますようよろしくお願いいたします。

地域医療連携係主任 山内 佳子



誘導灯(非常口)が新しくなりました！ —コンパクトで省エネにも—

当院では、2月11日(土)・12日(日)の両日に、院内にある152個の「誘導灯」のうち主要部分の24個について交換しました。

交換した24個の誘導灯は、主に1977年製(20W 蛍光灯2本)のもので、30年経過のため焼き付けによる汚れや破損等があり、何よりも表示が見難く目立ちませんでした。

新しい「誘導灯」(20W)は、小さいながらも明るく目立つタイプで、節電効果もあります。

今後も引き続き、経費節減対策について推進して行きます。

(旧)



(新)



業務班長 遠藤 洋一

市民講座／ライフスタイルの変化と女性の健康



日本の女性の平均寿命は今や世界一の長寿となっており、未だかつてない高齢化現象を呈しています。これ

自体は医学の進歩がこのような形で現れたものといえます。しかし、高齢化に付随する重大な社会現象として少産・少子化が急速に進行しています。これまで少子化のもたらす影響は、社会経済的には多くの機会が伝えられていますが、医学的にも新たな問題を提出しています。

出生数は、ベビーブーム時代（昭和22～24年）には毎年240万人が誕生しましたが、平成17年には106万7,000人（推計）にまで低下しています。生殖可能年齢にある女性一人当たりの出生数（合計特殊出生率：人口を維持するためには2.07以上が必要とされる。）も合計出生数と並行して低下し、昭和24年には4.32であったものが平成17年には1.26（推計）となっています。これは海外の先進国と比較しても最も低い数字となっています。

少子化の原因の一つは、生殖年齢層にある女性の相対的・絶対的低下があげられます。二つ目には、女性の未婚率が増加していることです。女性の生涯

未婚率は、1960年以後漸増し、1995年には5%を超えています。更に結婚しても結婚年齢の上昇傾向がみられます。これらの影響から出産の高齢化がすすんでいます。

高齢妊娠の増加は、流産の増加や合併症の増加が起こりやすいです。その結果、重症妊娠中毒症や異常妊娠・ハイリスク妊娠が増加し、母体の健康を障害して中高年期の健康の障害に引き続く可能性が高くなります。

少産・少子化の知られざる背景に、女性の健康に及ぼす影響があります。例えば、経産回数、第一子出産年齢の高齢化などが乳癌、子宮内膜癌、卵巣癌などの悪性腫瘍の発生リスクを高めることとなります。また、子宮内膜症や子宮筋腫などのリスクも妊娠・出産を経験しないことにより増大します。これらの疾患は少産・少子に随伴する生活様式の変化によっても影響を受けますが、女性の出産、授乳歴などが直接明らかな関連を有することが明らかになっています。

少産・少子化は、成熟した社会においては避け得ない現象であると考えられますが、日本の少子化は顕著と言えます。少産・少子は人口構成の変化のみならず女性のライフスタイルの変化によるところが大きいと言えます。

産婦人科医長 佐藤 春夫

風邪予防は何を食べましょうか？

立春とは名ばかりで、まだまだ寒さが続きます。

ウォームピズで外から温めて風邪予防をされている方も多いと思われそうですが、ここは身近な栄養素で予防してみたいかがでしょうか。

ずばり、“ビタミンC”が有効的です。風邪のウイルスを撃退する免疫能力を向上させる栄養素です。これ以外にビタミンCの効果は、「シミやそばかす防止」、「ストレスからのダメージを受けづらくする」、「悪玉コレステロールを排泄する働き」、「毛細血管の抵抗性を増強」、「肝臓の解毒作用を向上」……と数多くの働きがあります。

しかし、ビタミンCは、料理による損失が半分以上と大きく、作った後も少しずつ減っていきます。また、ビタミンCは、水溶性のため必要（100mg/日：食事摂取基準）以上に摂っても尿中に排泄されますので毎日こつこつと摂った方が良いでしょう。

では、お待たせいたしました本日の紹介する食物は“りんご”です。

ご存じのように、りんごは青森県の特産品です。年間の生産量は全国1位で約407千万トン、2位は長野県で約185千万トンとなっています。また、消費量は1人当たり年間（西暦2000年）で日本は約5kg、EUで約17kg、最も多いトルコで約35kgとなっています。

ところで、なぜ日本の消費量が少ないのでしょうか。それは、ヨーロッパでは8,000年前から栽培の歴史を持ち、りんごは生で食べるよりは料理や飲み物、お菓子等多種多様に食べられているからです。しかし、日本では、その歴史は浅く西暦900年頃（平安時代）に中国から渡来しましたが、今日のようなりんごは約130年前位からです。そして、生で食べられる味に重点をおいて改良されたため、料理等に利用されることが少ないからと言われています。

“りんご”は、他の果物と比べ、ビタミンC、カリウム、カルシウム、食物繊維が多く含まれています。その効能は、高血圧の予防、コレステロールの低下、便秘解消、疲労回復、肩こりや腰痛予防等があげられています。カロリーは1個で約160カロリー（コンビニのおにぎり1個、階段の上り下り30分と同じ）と1個当たりとしては低カロリーです。

当院の食事の“りんご”（写真参照）は、食べやすいように1/4カットで表面を変色防止加工したものを購入しています。爽やかな酸味と食感を楽しんでみてはいかがでしょうか。



栄養管理室長 伊藤 裕美

外来診療一覽

◆外来医師診療一覽表 (H18年2月1日現在)

診療科		月	火	水	木	金
内科		人見博康	小沢一浩	人見博康	小沢一浩	小沢一浩
呼吸器科		山本勝丸	中川英之	中川英之	山本勝丸	中川英之
消化器科		佐藤年信 吉谷元	佐藤年信 中畑元	佐藤年信 吉谷元	中畑元 (吉谷元)	佐藤年信 中畑元
小児科		杉本和彦 野村由美子 (佐藤啓)	野村由美子 遠藤泰史	杉本和彦 神田進啓 (佐藤啓)	神田進啓 遠藤泰史	野村由美子 杉本和彦 佐藤啓
外科		山中祐治 木村寛	高橋克郎 三上勝也	横山昌樹 山中祐治	横山昌樹 高橋克郎	三上勝也 木村寛
整形外科	午前	柿崎寛成 佐々木資嗣 近江洋	柿崎寛卓 菅原卓	佐々木資成 田中大	佐々木資成 大鹿周佐	柿崎寛大 田中寛
	午後	/	/	/	/	柿崎寛
脳神経外科		/	/	木村正英	/	/
皮膚科	午前	鳴海博美 間山淳	鳴海博美 間山淳	鳴海博美 間山淳	鳴海博美 間山淳	鳴海博美 間山淳
	午後	間山淳	/	鳴海博美	/	間山淳
泌尿器科		橋本安弘	橋本安弘	橋本安弘	橋本安弘	橋本安弘
産婦人科		真鍋麻美 葛西亜希子	佐藤春夫 葛西亜希子	真鍋麻美 葛西亜希子	●妊婦検診	佐藤春夫 真鍋麻美
眼科	午前	蒔苗順義	蒔苗順義	田中洋	蒔苗順義	田中洋
	午後	蒔苗順義	/	/	蒔苗順義	/
耳鼻咽喉科		黒田令子 阿部尚央	黒田令子 阿部尚央	●手術	黒田令子 阿部尚央	黒田令子 阿部尚央
放射線科	診断	佐々木幸雄	佐々木幸雄	佐々木幸雄	佐々木幸雄	佐々木幸雄
	治療	/	阿部由直 (午後)	/	/	/
麻酔科		●手術	高澤鞆子 工藤明	●手術	高澤鞆子 工藤明	●手術

※学会、出張などにより担当医師が変わる場合があります。

職場紹介(医事室)

皆さん、当院の“医事室”をご紹介します。
職員3名と受付等のスタッフ33名の総勢36名で
医事業務を行っています。

主な業務としては、受付や案内、診療費の算定・
請求、医事統計資料の作成等です。

患者様が病院に来て、先ず最初に職員に接する
ところが医事室です。そこでの患者様の印象が病院の
印象ということになります。真に病院の顔とも言う
べきでしょう。

そのため、医事室の職員・スタッフ一同は、医事
室のモットーである「いつも明るく元気な笑顔！」
を心掛けています。

また、患者様が安心して診療が受けられるように、
いつでも患者様の目線で物事を考え、患者様に愛さ
れる病院作りに取り組んでいます。



今後ともよろしくお願いたします。

医事専門職 加藤喜代志

雪に親しみ雪で楽しむ

— 弘前城雪灯籠まつり —

1977年（昭和52年）から開催され、今や「みちのく五大雪まつり」の一つとなった「弘前城雪灯籠まつり」。今年も2月9日（木）から12日（日）までの4日間開催され、弘前公園には幻想的な雪景色が広がりました。

日中は、メイン会場の四の丸でコンサート等が行われ、大型滑り台やシャンシャン馬ソリで子供達も大喜び。夜になると、約150基の雪灯籠や、蓮池周辺の300基にも及ぶミニカマクラすべてに灯が入り、園内の雰囲気は一変します。ライトアップされた雪像「旧東奥義塾外人教師館」は勿論のことですが、本丸から臨むことのできるミニカマクラ群の美しさには、思わず溜息が出るほどです。



寒さ厳しく雪の多い北国だからこそ、雪に親しみ雪で楽しむ。来年も「寒いから」と敬遠せず、ぜひ参加したいと感じました。

庶務係 工藤 真淑

実習を終えて



11月25日、看護学校生活における3週間×10クールにも及ぶ実習が終了しました。

2年生の後半から始まった各看護学実習では、各分野・各発達段階・各健康障害にある患者様をそれぞれ受け持たせていただき、疾患や看護の内容だけでなくその患者様の特徴を踏まえた看護計画を導き出し、その患者様に合った看護を提供することを実践で学びます。

実習では知識不足、患者様との関わり、指導者と

のコミュニケーション等に戸惑いたくさん悩むこともありましたが、それが解決されたときや、実際に患者様と関わったことで理解できたことは、充実感と自信とさらなる看護師への憧れとなりました。

来年はほとんどの人が実際に国家資格を持ち、責任ある看護師として働きます。この学校で学んだことを生かして行こうと思います。

今はまず看護師国家試験と向かい合わなくてはなりません。今年も国家試験100%合格を目指し、みんなで対策を話しながら弱点を克服し、頑張っています。実習指導して下さった医療者の皆様、教員方、また実際に事例として勉強させていただいた患者様、本当にありがとうございました。

看護学校 51回生 3年 柴谷 春香

川 柳 (今月の作品)

白雪の かさむ重さに 骨が折れ (樋口 久晃)
スノーダンプ 年ごと小型 汗倍増 (後期高齢者)
雪の空 みんなでわいわい あそぶんだ (田澤 準那)

※ 掲載した作品は、広報誌編集委員会を選出したものです

募集のお知らせ (編集部)

- ◆ 当院では、広報誌「まほろば」に掲載する“川柳”を募集しています。応募される方は、備え付けの箱に入れて下さい。
- ◆ 玄関と外来管理棟2階の二か所に生花を飾っており、この生花を生けて下さる職員を募集しています。詳細は、管理課長まで問い合わせ願います。