

まほるば



病院の理念

生命と人権を尊重し、良質かつ適切な医療を行います

第76号

2007年10月発行

【コラム】弘前病院は地域の皆さんのためにあります

全国的に病院の統廃合が話題になっています。その統廃合の理由は医師確保の問題、経営上の問題など様々です。しかしいずれにしても病院は患者さんのためにあり、地域の皆さんに信頼され、地域に役に立つ病院でなければ存在価値はありません。従って最終的には病院は社会と歴史にどのように貢献できるかが問われています。

弘前病院は地域の皆さんからの信頼を得るために、高度な医療、臨床研究、臨床研修、情報発信を積極的に

行っています。具体的には医療従事者は高度な医療を提供するために新しい知識を習得し、技術を磨いています。治療に役立つ新薬の開発に協力し実績を上げています。

次代の医療をにう学生教育に人的資源を提供しています。地域の医療施設の先生方と正しい情報を交換して患者さんの健康に寄与しています。



院長 五十嵐 勝郎

【載帽式 —弘前病院附属看護学校第55回生—】

平成19年10月17日看護学校において第55回生の戴帽式が厳かな雰囲気の中行われました。

いつも元気にぎやかな学生達ですが、少しばかり緊張した様子で、教育主事から憧れのナースキャップをひとりひとり頂きました。ナースキャップに込められた「責任」や「自覚」、そ



して「向上心」を胸に患者様に満足していただける看護とまごころを目標に日々精進していくことを誓いました。

55回生が一人前の看護師に育つよう、関係者の皆様には引き続き、ご指導を頂きたいと思えます。学生たちにとっては忘れられない一日となったことでしょう。看護学校教員 一年担任 桐生 晶子



【職場訪問学習 弘前第四中学校】

去る10月5日、弘前市立第四中学校の一年生4人が、職場訪問学習で当院を訪れました。

これは働く人の思いを知り、進路や生き方について考え、心構えや対人マナーを身につける、との目的で実施されたそうで、4名の生徒さんは挨拶や院内を移動する時の行動などきびきびした態度で取り組んでいました。訪問先の検査科では実際に顕微鏡を覗いて説明を受けたり、栄養士や看護師には、『メニューを考える時に気をつける事は』『子供に注射をするときに工夫している事は』

などとの質問をしながら熱心にメモを取ったりしました。

短い時間のなかで限られた職場しか案内することはできませんでしたが、医療とは一人の患者さんに何人ものひとが関わり、チームワークが大切だということを学んでくれたと思えます

四人の生徒さんが将来立派な社会人として羽ばたくことを期待しています。医事専門職 豊島 洋



【色鮮やかな弘前の秋 —弘前城菊と紅葉まつり—】



弘前公園内弘前城植物園において、10月19日(金)から開催されている「弘前城菊と紅葉まつり」。今年は、NHK大河ドラマ「風林火山」から菊人形場面

の母大井夫人を再現した菊人形は、一際色鮮やかです。

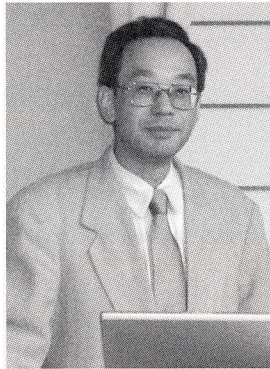
また、子供達が遊べる場は、象やキリン等の動物やトリケラトプスの恐竜の菊のトピアリーが並び、「和」の菊人形とはまた一味違う楽しいエリアになっています。

まつりは11月5日(月)までとなりますが、公園内の楓や桜はこれからどんどん色づき、鮮やかな秋色に染まります。庶務係 工藤 真叔

市民講座「メタボリックシンドロームと肥満」

肥満、特にりんご型肥満といれるような、お腹とその周囲に脂肪がつくタイプの人は高血圧、糖尿病、脂質異常などを発症しやすいことが分かっていました。

それらは偶然に合併したものでなく皮下脂肪とは異なる、内臓脂肪、つまりお腹の中で腸と腸の間に溜まった脂肪が原因で発症します。氷山の海面下の巨大な塊に相当するのが内臓脂肪です。この内臓脂肪が減少すれば、海面上の頂である高血圧、高血糖、脂質異常は改善します。内臓脂肪量を正確に測定するにはCT検査が一番ですが、すべての人には行えません。その代わりに、臍の高さで測ったウエスト周囲径を目安として、男性は85cm以上、女性は90cm上ある人は、腹部に肥満ありと考えます。それに、収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上の高血圧、空腹時血糖110mg/dL以上、中性脂肪150mg/dL以上、またはHDLコレステロール40mg/dL未満のうち、血圧、血糖、脂質のいずれか2項目を満たせば、メタボリックシンドロームと判断されます。



ムと判断されます。

大切な点は、高血圧、高血糖、脂質異常のひとつひとつの程度は軽く、薬を飲むほどではなくても、これらが合併した状態では急速に動脈硬化が進展し、脳卒中や心筋梗塞を発症しやすくなることです。そのため、内臓脂肪の多い人は減量する必要があります。

肥満の原因のひとつは遺伝子です。日本人は倭約遺伝子を持つ人が多いため、少ないエネルギーで効率よく生活できる体です。そのため余分なカロリーは内臓脂肪にどんどん溜め込まれます。内臓脂肪を減らすには、摂取カロリーより消費カロリーを増やすしかありません。消費カロリーを増加させるには運動量を増やすことです。

しかし肥満の最大の原因は摂取カロリーの摂り過ぎです。多くの人は自分の食生活がどんなものか自覚していません。毎日、体重と腹囲を測定しグラフに描きます。その曲線を眺めていると、自然に何が原因で体重が増えたかが分かります。ストレスも過食の原因ですから、うまく対応する必要があります。われわれ病院職員は、皆さんの実行を支援し、励ましますが、まずは「あ、そうか! やらないとまずいな!」と自分で気づき、心が動くことが大切です。目標は現在の体重の5%減少です。

総合診療外来担当医師 大串 和久

【“わが診療科、ここが自慢”

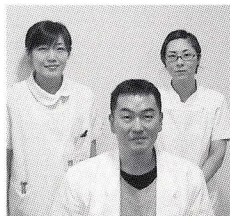
—眼科—

眼科では、月～金曜日の午前是一般外来、午後は検査や手術が行われております。

一般外来は、白内障、緑内障の経過観察、糖尿病網膜症の眼底検査、近視や乱視の測定など眼科全般にわたっております。

午後は、眼底写真撮影、緑内障の視野検査、未熟児網膜症の診察およびレーザー治療、白内障手術の術前検査などを行っています。

手術内容は白内障が一番多く、その他、翼状片、眼瞼内反症手術などが続きます。



白内障手術は、昨年度一年間で、約300件が施行されました。白内障手術に必要な日数は、片目で2泊3日、両目で4泊5日になります。入院の都合がつかない場合、日帰りで行うことも可能です。手術にかかる時間は20分程度です。

以前は眼球に麻酔の注射が行われていましたが、現在では、目薬による麻酔になっており、手術中の痛みもほとんどなくなっております。

手術にかかる費用も健康保険がききますので、何かわからないことがありましたら、眼科を受診してくださいようお願いいたします。お待ちしております。

眼科医長 蒔苗 順義

【第5回 弘前・白神アップルマラソン】～目指せ北京オリンピック??～

10月7日に開催された今年で第5回となる「弘前・白神アップルマラソン」当院からはリハビリスタッフ4名が参加しました。3km、5km、10km、ハーフ、フルの5種目に分かれ、全国から3394名のランナーが参加する一大スポーツイベントです。また県内唯一のフルマラソンコースが設定されており、830名のランナーが参加しました。

当日は天候にも恵まれ、津軽の秀峰「岩木山」や世界自然遺産「白神山地」を望むコースを沿道の声援に後押しされながら走り、道中設置されている給水所では、スポーツドリンク、リンゴ、バナナ、レモンなどもいただき、津軽ならではの大自然と人の優しさを感じながら思う存分レースを満喫する事ができました。

走り終えた後は疲れ以上に達成感があり、さらに巷

で人気の何とかキャンプ以上のダイエット効果?? 一回走るだけで3～4kgの減量のおまけ付き。来年も参加を予定している我々は仲間を募集しています。一年に一回です。まずは短い距離から始めませんか?一緒に心地よい汗をかきましょう。興味のある方はリハビリスタッフまでお気軽に声をかけて下さい。

※写真はゴール後の記念撮影で一枚です。

今年は特別ゲストとして青森県出身の「福士 加代子」選手が応援に駆けつけてくれました。

言語聴覚士 山田 大介



外来診療一覽

◆外来医師診療一覽表 (2007年10月1日現在)

診療科		月	火	水	木	金
総合診療外来	午前	/	/	大 串 和 久	/	/
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 中 畑 元	佐 藤 年 信 中 畑 元	佐 藤 年 信 中 畑 元	中 畑 元 (藤 田 均)	佐 藤 年 信 中 畑 元
小児科		杉 本 和 彦 大 谷 勝 記	野 村 由美子 佐 藤 啓	杉 本 和 彦 大 谷 勝 記	佐 藤 啓 野 村 由美子	野 村 由美子 杉 本 和 彦
外科		田 澤 俊 幸 三 上 勝 也	高 橋 克 郎 三 上 勝 也	横 山 昌 樹 田 澤 俊 幸	横 山 昌 樹 高 橋 克 郎	三 上 勝 也 横 山 昌 樹
整形外科	午前	柿 崎 寛 近 江 洋 涼 上 里 涼	柿 崎 寛 工 藤 幸 三 又 は 藤 幸 三	柳 澤 道 朗 近 江 洋 嗣	柳 澤 道 朗 近 江 洋 嗣 又 は 藤 整	柿 崎 寛 柳 澤 道 朗
	午後	/	/	/	/	柿 崎 寛
脳神経外科		/	/	木 村 正 英	/	/
皮膚科	午前	熊 野 高 行 鳴 海 博 美	鳴 海 博 美 熊 野 高 行 小 笠 原 寛	鳴 海 博 美 熊 野 高 行 小 笠 原 寛	熊 野 高 行 鳴 海 博 美 小 笠 原 寛	熊 野 高 行 鳴 海 博 美 小 笠 原 寛
	午後	熊 野 高 行	● 手 術	鳴 海 博 美 小 笠 原 寛	● 手 術	小 笠 原 寛
泌尿器科		大 和 隆	大 和 隆	大 和 隆	大 和 隆	大 和 隆
産婦人科		真 鍋 麻 美 工 藤 香 里	佐 藤 春 夫 田 中 加 奈 子	真 鍋 麻 美 工 藤 香 里	● 妊 婦 健 診	佐 藤 春 夫 真 鍋 麻 美
眼科		蒔 苗 順 義	蒔 苗 順 義	蒔 苗 順 義	蒔 苗 順 義	蒔 苗 順 義
耳鼻咽喉科		黒 武 田 令 子 田 育 子	黒 武 田 令 子 田 育 子	● 手 術	黒 武 田 令 子 田 育 子	黒 武 田 令 子 田 育 子
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	● 手 術	● 手 術	工 藤 明	● 手 術

※学会、出張などにより担当医師が替わる場合があります。

【シリーズ】臨床検査のABC⑬ 血液検査室

2回目は、白血球計数と骨髄検査についてです。

白血球数・・・基準値 3,500~8,500/ μ l

白血球は病原微生物に対して体を防衛する細胞です。その数はストレス、年齢よって変動があります。白血球は好中球、好酸球、好塩基球、単球、リンパ球の5種類に分画されますが、これらは年齢だけでなく、病気によっても増減する分画が異なります。

白血球数は炎症性の経過観察や白血球などの血液疾患のスクリーニング検査として有用です。

好中球 異物（特に細菌）などの病原体を処理するなど、生態の防御機構に重要な役割をしている。

好酸球 寄生虫の殺菌作用やアレルギー反応

塩基球 アレルギー反応に関係している。

単球 老化血球の分解、殺菌、免疫反応の引き金、

顆粒球および単球の産生刺激、炎症反応を引き起こす。

リンパ球 免疫反応の中核となる。

骨髄検査：

骨髄は各種血

球の中心的臓

器で、末梢血

液検査でいず

れかの血球に

数的量的異常を認め

た場合に骨髄穿刺（少し太目の針

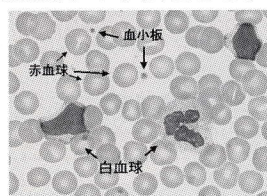
で骨髄から血液を採る）をして、細胞の形態を観察し

ます。血液の異常の原因を診断する場合に有用です。

次回は凝固検査の話をしたいと思

います。

生理学主任 外崎 和代 臨床検査技師 橋 輝彦



大きさ	
白血球	10~20 μ
赤血球	7~8 μ
血小板	1~2 μ

職感謝状贈呈 看護学校自治会

当院附属看護学校自治会は9月5日（水）にバザーを開催し、その収益金を当院に寄付していただきました。この度の寄付に対して、五十嵐院長から感謝状が贈られました。

贈呈式は、10月17日（水）学校体育館で、戴帽式が終了した後に引き続き行われ、バザー責任者の3年生、齋藤のどかさんに感謝状が手渡されました。会場には1年生の保護者、来賓、病院職員そして全学生が

集まる中、大きな拍手がわき起こりました。

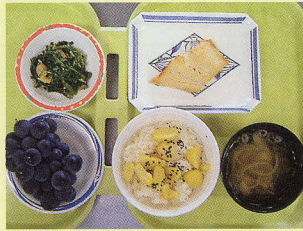
寄付金は、1階に設置している情報プラザの備品購入に役立てたいと思います。



管理課長 大類 靖

【秋の期間限定献立を実施しました！】

みなさんは「秋の味覚」といえば、どのような食べ物をイメージされますか？栄養管理室では、秋の限定献立として“栗ごはん”“嶽きみ”と、この季節だけの味を取り入れました。食材の選定は、栗は生栗を、嶽きみは“夢のコーン”という品種選択しました。300人分の食事の仕込みですから、どちらの食材も皮をむくのに一苦労。当日、下処理担当の調理助手さん達は、



汗をかきかき作業していました。ちなみに喫食された患者さんからのアンケート結果は「今日のメニューは80点以上！」の回答が85パーセントと大好評でした。

今後も入院中の患者さんに「食」の季節感を感じていただけるように努めて参りますので、是非ご期待ください！

栄養士 蔦谷 聡

【ふるさと紹介】◇岩手県田老町（現宮古市）◇

盛岡から太平洋を目指して国道106号線をさぶちゃんの演歌などを聞きながら100km程走ると宮古市に出る。そこから更に国道45号線を北



上し、さぶちゃんの演歌を5曲歌い終わる頃に小さな町並みと紺碧の太平洋が眼下に広がる。そしてこれらの美しい景色を隔離するように町を取り囲む総延長2.5kmにも及ぶ要塞のような防波堤は、この小さな町の歴史の中で幾度となく津波によって壊滅的被害を受けてきた海への恐れ、憎しみの表れである。一方ではたくさんの恩恵を与えてくれる海への親しみ、愛情。先人達がそんな海と共存していくことを決意した証でもあるのだ。

いわゆる、今風のヘソ出しのねえちゃん達が喜びそうな便利なショッピング街も、夜になるとやたら元気になるあんちゃん達が遊ぶような場所もない

だけれど・・・それでいいのだ。

そういえば、サイトが広くて芝が敷き詰められ、目の前は砂浜と海がどお～んと広がる抜群のロケーションの「沼の浜キャンプ場」があるにはある。ただみんなあまり行かない方がいい。みんな行くと混むから・・・

やはり故郷はいい。夏季休暇で帰省し、遅い朝食を済ませると朝のうちにおふくろが塩ウニを入れ、ごはんが呼吸できないくらいの海苔でぴちっと握ってくれたおにぎりを持って、おにぎり頭の子供達を連れて海水浴と素潜りに行く。3時位になると一旦家に戻り釣りの支度をして、およそ歩いて5分の岸壁に座り、腹が減るまで釣りをするのだ。このスタイルは宿題と絵日記がないだけで、40年前の夏休みとなんら変わることはない。

故郷が妙に「イマ風」を気取らないで、ずっと変わらずにいて欲しいと思うのは、もしかしたら故郷を離れ違う土地で暮らしている者のエゴなのかもしれない。(写真：三王岩) 庶務係長 高橋 卓雄

【今月の川柳】

★【川柳募集】あなたの川柳をお待ちしています。

先生の笑顔に病すぐ治り (カマダ)

※ 掲載した作品は、広報誌編集委員会で選出したものです。

お知らせ

◆「赤ちゃんにやさしい病院」認定記念講演会『今、求められる母乳育児とは』

日時：平成19年11月10日（土） 14:00～16:00

講師：吉永宗義先生 九州日赤国際看護大学教授

場所：弘前市総合学習センター 多目的ホール

参加費：無料 一般の方の参加をお待ちしています

弘前市大字末広町4丁目10番地

◆ 苦情相談窓口

患者様やお見舞いの方などからの苦情・相談については、『患者相談室』のMSW（メディカルソーシャルワーカー）や、院内6か所に設置している『ご意見箱』で対応しています。

なお、皆様にお知らせした方が良い内容のものは、外来掲示板に掲示しています。

発行元 **独立行政法人国立病院機構弘前病院**
Hirosaki National Hospital
責任者 副院長 佐藤 年信

〒036-8545 弘前市大字富野町1番地
TEL0172-32-4311 FAX0172-33-8614
ホームページ <http://www.hosp.go.jp/~hirosaki/>