

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83号

2008年6月号

【コラム】自己責任

ドイツのアウトバーンは総延長12,500km、一般車の速度制限がない事と全線無料で知られている高速道路です。200km/h以上のスピード走行で交通事故を起こしても、それは自己責任というわけで、この事がドイツ車の高速性能と安全性を世界一に押し上げる原動力になったと言われています。

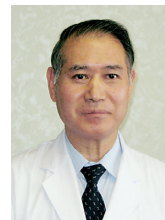
そのアウトバーンも最近市街地を中心に130km/h程度の速度規制が取り入れられ、規制範囲は全体の約半分に及ぶとの事。更に4月からはドイツ北西部のブレーメン市で速度制限が導入され、同市内全線で最高速度が120km/hに規制されました。規制理由の1つとしてCO²削減による地球温暖化対策をあげていますが、どうもそれは建前のようで、主眼は交通事故防止にあり、今後、ドイツ全線に及ぶ気配です。

自己責任に疲れたということでしょうか。どこか、違和感を感じる報道でしたが、同様の違和感は、日本でシートベルトが導入された時にも抱きました。どうして、シートベルトを強制されなければいけないのか。ドライバーの勝手でしょう、とずっと思ってきましたが、6月1日からは、高速道路限定ながら、後部座席

でもシートベルトの装着が義務化されます。世界的にもシートベルトの着用規制は強化される傾向にあるようです。

この4月から始まった、メタボ健診(特定健診・特定保健指導)。ご存知のように、腹囲、脂質、血圧値などから内臓脂肪症候群を洗い出して受診者を3段階にふるい分け、それぞれに保健指導を行うというものです。生活習慣病の予防をめざして導入されたと言うことはわかりますが、その診断基準をはじめ、多くの問題点が指摘されています。

さらに受診率や保健指導の実施率、達成の度合いによって保険組合への支援金が±10%の範囲で増減するというもので、支援金の削減が最大の目的でないかと勘ぐる向きもあります。医師として内臓肥満の恐ろしさが分らないわけではありませんが、その改善を国家が強制するというに強い違和感を感じています。太る事によって生じる疾患は、自己責任で担うべきものでないでしょうか。デブでいる自由もあるという声が聞こえてきそうです。



院長 佐藤 年信

【花いっぱい春 — 弘前さくらまつり・りんご花まつり —】

4月23日(水)～5月5日(月)で開催された今年の「弘前さくらまつり」、例年より早めの開花に合わせ、4月19日(土)から夜桜のライトアップや出店が始まりました。



5月の連休にはほとんどが葉桜という状態でしたが、満開の薄紅の花は例年にも増してボリュームがあり、その美しさは圧巻でした。すっかりお馴染みになったさくらまつり期間中の春ねぶた「じょっぱれ弘前」は、今年から「弘前感交劇場 情報発れ弘前2008」と

銘打って、ねぶた運行だけではなく、よさこい演舞やお山参詣、消防団による纏振りも行われ、見物の方々も大満足の様子でした。桜が終わると津軽はりんごの花盛り。5月9日(金)～18日(日)、弘前市りんご公園では「弘前りんご花まつり」が開催されました。

桜とはひと味違う清楚な白いりんごの花を眺めながら、津軽三味線ライブやミニSL運行、焼きりんごやりんごジュース無料サービス等のりんごにちなんだたくさんのイベントを楽しむことができました。桜にりんご、花いっぱいの弘前の春、来年もまたたくさんの人の眼を楽しませてくれることと思います。

入院係 工藤 真叔

♪ 屋根よりィ～たかアィィ～鯉のぼりィィ～♪

季節は初夏を思わせる今年のゴールデンウィーク、そんな5月の青空に鯉のぼりが泳いだ。鯉のぼりって、完全に日本の風景にとけ込んでいる。特に旧家の広い庭に泳いでいる様なんか・・・う～ん絵になる。

弘前病院の鯉のぼりも、広いロータリーの蒼さを増した芝生に栄え、なかなか絵になっていると思う。病院の玄関から出入りする子供たちは鯉のぼりを見上げ、指をさしたり、小躍りしたり。大人たちは自分が子供だった時代を一瞬懐かしんでいるかのように見上げそして何

事もなかったように通り過ぎていく。♪屋根よりィ～たかアィィ～鯉のぼりィィ～♪病院の玄関からびよこんと出てきた坊主が調子はずれの大きい声で歌った。後からお母さんが出てきて、手をつないで鯉のぼりを見上げながら帰っていった。ほのぼのと・・・絵になっていた。



庶務係長 高橋 卓雄

外来診療一覽

◆外来医師診療一覽表 (2008年6月1日現在)

診療科		月	火	水	木	金
総合診療外来		/	/	大 串 和 久	/	/
内 科		人見 博康	人見 博康	人見 博康	人見 博康	人見 博康
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		菊 池 英 純 中 畑 元	佐 藤 年 信 中 畑 元	藤 田 均 中 畑 元	菊 池 英 純 / 藤 田 均 中 畑 元	佐 藤 年 信 中 畑 元
小 児 科		杉 本 和 彦 佐 藤 啓	野 村 由美子	杉 本 和 彦 佐 藤 啓	野 村 由美子 佐 藤 工	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 嗣 林 慶 充	柿 崎 寛 奈 良 岡 琢 哉	秋 元 博 之 近 江 洋 嗣	秋 元 博 之 近 江 洋 嗣 加 藤 幸 三	柿 崎 寛 秋 元 博 之
	午後	/	/	/	/	柿 崎 寛
脳神経外科		/	/	木 村 正 英	/	/
皮膚科	午前	熊 野 高 行 佐 藤 正 憲	佐 藤 正 憲 熊 野 高 行	佐 藤 正 憲 熊 野 高 行	熊 野 高 行 佐 藤 正 憲	熊 野 高 行 佐 藤 正 憲
	午後	● 予 約	● 手 術	● 予 約	● 手 術	● 予 約
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	片 桐 清 一 田 中 加 奈 子	真 鍋 麻 美 工 藤 香 里	● 妊 婦 健 診 (一般外来休診)	片 桐 清 一 田 中 加 奈 子
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 田 令 子 高 畑 淳 子	黒 田 令 子 高 畑 淳 子	● 手 術 (一般外来休診)	黒 田 令 子 高 畑 淳 子	黒 田 令 子 高 畑 淳 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
女性専用外来		杉 本 菜 穂 子 (※予約制 / 第1・第3火曜日午後診療)				
セカンドオピニオン		/	/	/	今 充	/

※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ABC② 今回から「免疫血清検査」について説明します。

「免疫」という言葉は、たいていの人なんとなく聞いたことがあると思います。それでは「免疫」とはいったい何でしょう？今回は「免疫」について説明したいと思います。

生体が、異物（非自己であればなんでも）に対してとる防衛反応のことを「免疫」と言います。大きく分けて「自然免疫」と「獲得免疫」の2つからなります。生まれつき具わっている免疫を自然免疫とよびます。目が常に濡れているのも、口の中が唾液で湿っているのも、生体を異物から防衛



する物質がその液の中に含まれています。また咳をするのも喉を防御する免疫機能の1つです。

それでは、獲得免疫とは何でしょうか？これは、生後にいろいろな病原体に対しその都度獲得していく免疫のことを言います。実は、獲得免疫こそがこの「免疫血清検査」の本質となるものです。

今回は免疫（獲得免疫）の役目をする抗体の説明をしたいと思います。
病理主任 渡邊 拓之

【メタボ 検診】

平成20年4月から特定健康診断・特定保健指導がはじまりました。毎年実施している定期健康診断時の身体測定に《腹囲》が追加され、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を早期に発見し、対象者には区分ごとに「情報提供・動機づけ支援・積極的支援」などの適切な指導を実施していくこととなります。

ところで、なぜ「メタボリックシンドローム」の早期発見が必要となったのかというと、不健康な生活習慣から内臓脂肪型肥満

《生活習慣の改善》

- ①食事のバランスと量
- ②運動習慣を身につける
- ③気分転換やストレスの解消
- ④タバコの禁煙
- ⑤アルコール量：1日に飲む量の制限、3日に1回は休肝日などがあります。

められています。

となり、「生活習慣病」と言われる高血圧症・糖尿病（高血糖）・脂質異常症（高脂血症）等になるケースが多くなっています。

こうした状態が続くと「心筋梗塞・脳卒中・糖尿病の合併症による失明や壊死」を引き起こすと原因となります。

よって、定期健康診断でメタボリックシンドローム状態の方を早期に発見し、生活習慣の改善を促し、内臓脂肪の解消を適切に指導していくことが求められています。
庶務班長 中野喜代美

「看護の日」

5月12日は近代看護学の普及に尽力したフローレンス・ナイチンゲールの誕生日です。「看護の日」は1990年に「看護の心をみんなの心に」というメインテーマのもと、制定されました。5月12日を含む週の日曜日から土曜日までを「看護週間」として各地でイベントが開催されています。当院では、玄関ホールにナイチンゲール像とお花を飾り、入院されている方(約300名)、外来受診されている方(約450名)に看護の日のグッズとともに、看護の日の紹介文を添えて



お渡ししました。この日を楽しみにしているとの患者様の声もありました。

また、今回は新たに、看護のPR用に看護協会のキャラクターを描いた手作りの旗を2枚用意し玄関に掲示、骨密度の測定も併せて実施しました。100名近くの方々が測定され大変好評でした。



骨粗鬆症のパンフレット説明と運動・食事・生活習慣について話し合う良い機会となりました。

看護師自治会長(医療安全係長) 前田 美佐子

『市民講座』 月経困難症 生理痛のはなし！ 真鍋産婦人科医長

月経に伴っておきる腰痛、下腹部痛を月経痛と言い、9割以上の女性が経験しています。その中でも、強い月経痛のために日常生活に支障が出るものを月経困難症と言います。

月経困難症の分類には、原発性月経困難症と続発性月経困難症があります。原発性月経困難症は、月経困難症の3/4を占め、多くは思春期に発症、年齢を重ねるとともに改善します。

この場合は鎮痛剤、低用量ピルなどを使って治療します。続発性月経困難症は、子宮内膜症(続発性月経



困難症の50~60%を占めます)や子宮筋腫、骨盤内感染症、骨盤内のうっ血など、何らかの原因があって発症するもので、年齢を重ねるとともに増強します。

増強する痛みがある時は、原因を検索するとともに原疾患に対応した治療が必要になります。

産婦人科医長 真鍋 麻美

弘前病院教育セミナー「医療職場のメンタルヘルス」

平成20年5月9日(金)、青森労災病院神経科部長で勤労者メンタルヘルスセンター長の北條敬先生のご講演による、本年度最初の弘前病院教育セミナー「医療職場のメンタルヘルス」が開催されました(職員51名参加)。



北條先生は昨年度に続いて2度目。先生のお話は、職場におけるストレスの多様性やストレスが心と身体に与える影響についての説明から始まり、「うつ病」や「燃え尽き症候群(バーンアウト)」の危険因子、そうならないための方法、そうになっている人への対処の仕方等、ストレスが引き起こす心の病について様々な角度から掘り下げた内容で、具体的でわかりやすいものでした。

医療職場はストレスがとりわけ多いところ。特に、同僚や上司、部下との対人関係でストレスを感じ、それに耐え切れなくなる人が少なくないとのこと。離職率も他の職場に比べて高いようです。

ストレスの感じ方には個人差がありますが、大事なことは自分の心のストレス容量が満杯にならないうちに逃がしてやる方法を見つけること、そしてそれ以上にストレスを増やさないために周囲の人々がさりげなく気遣ってやること、とのことでした。

病院では医療者(職員)に医療を受ける人々に対するやさしさ・思いやりが要求されます。しかし、これに継続的に応えていくためには、職員が精神的・肉体的に健康であることが不可欠です。そのためには各職場のストレスを限りなく小さくしていく必要があります。さあ、何から取り組みましょうか。

臨床研究部長 泉井 亮

【永年勤続表彰伝達式】

永年勤続者の表彰式が5月19日(月)に行われました。

表彰式では、佐藤院長から12名の方々に、表彰状と記念品の授与とともにお祝いの言葉をいただきました。その後、受賞者を代表して寺田副調理師長から謝辞が述べられ、厳かのうちに伝達式を終えました。



管理課長 大類 靖

永年勤続表彰受賞者

【30年以上】6名

看護師長 須藤美代子
看護師 福士美智子
業務班長 神谷 孝一
庶務係長 高橋 卓雄
副調理師長 寺田 倫
主任調理師 三上 勝

【20年以上】6名

副臨床検査技師長 池崎 福治
看護師 佐賀 敏
看護師 渡辺由紀子
経営企画係長 椿谷 貢
ポイラー技士長 三上 雄司
調理師 下山 秀則

【風薫る5月】 『栄耀管理室』

柔らかい日差しと爽やかな風。一年で一番気持ちのいい季節がやって来ました。

今月の栄養管理室特別メニューの紹介です。5月5日こどもの日は、卵、エビ、イクラ、絹さやと、花が咲き誇るかのように具を飾り、色艶やかなちらし寿司でした。今回の大きな目玉として、なんと!?直径1メートルの“すし桶”を新たに投入しました。大きさのイメージとして、小柄な女性が湯浴みできる程の大きさです。この度のちらし寿司は、今まで以上にご飯の仕上がりを丁寧に、愛情たっぷりの『酢めし』に仕上げることができました。今後、この“すし桶”を用いて、『酢めし』の余分な水分を吸収する特性と、調理師の腕を存分に発揮できる『酢めし』メニューを

計画しております。ご期待下さい。

新年度がスタートし早一ヶ月余りが過ぎました。卒業したてのフレッシュマンを見ていると、みんな初々しく「私にもあんな頃があったのかな?」と、少しの羨望と、“がんばれよ”という若い限りない可能性に、大きな期待とエールを送りたいと思う、今日この頃です。



主任栄養士 野呂 直子

【ふるさと紹介】 北海道しろおい白老町

私の故郷は、北海道の登別市と苫小牧市の間に位置する「白老町」です。札幌から函館に向かう太平洋岸にあり、樽前山の麓に平坦な地形が続く所です。サケ

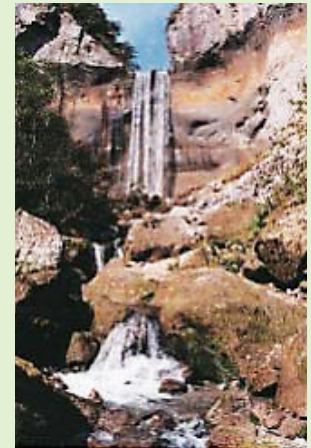


が遡上する川や淡水魚のいる湖、海藻や豊富な魚貝類の収穫ができる海、「しろおい牛」や競走馬を産出する牧場、日本の滝100選のひとつ「インクラの滝」のほか10本の滝がある、自然豊かな土地です。

海・山からの収穫があり、道内では積雪の少ない平坦な場所だけに、北海道の先住民「アイヌ」の人々がコタン（村）を造って住んでいました。幕末にはロシア勢力の南下に備え、蝦夷地の3分の1を守備していた仙台藩の陣屋があった場所で今でも多

くの史跡が残っています。温泉で有名な登別の隣に白老温泉郷があり、場所によっては個人宅にも温泉が引かれています。（実家も温泉です）

私は、今話題の旭山動物園がある旭川（道北病院）から異動してきました。旭川から道東・道北にかけても旅の名所が多くあります。飛行機の旅は便利ですが、隣の北海道への旅は海を渡って函館から登別・白老で山海の美味を味わい、温泉につかり、札幌・旭川・道東道北と巡ることをお勧めします。



看護学校教員 久保 真由美

【今月の川柳】

★【川柳募集】 あなたの川柳をお待ちしています。

春風に 松の葉ゆれて 空そうじ（カマダ）

鯉のぼり 迎え送られ 外来日（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

◆ 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 臨床研究部長 泉井 亮

〒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/>