

# まほろば



2011.5  
第118号

## ねむの木



ねむの木の実↑

以前には弘前病院の北東側の敷地、みどり保育園との境目に数本の桜の木がありました。弘前公園の桜に先だって見事な花をつけ、入院患者とともに私達職員も癒されたものです。しかし平成19年の看護学校の移転新築のため伐採せざるを得ず、病院の数少ない癒しのスポットの一つが消失しました。残る癒しの場所は松と芝生の前庭と中庭でしょうか。南病棟の看護師詰所に面した中庭に

は大きな栗の木があり、多くの実をつけています。しかし詰所以外からは見づらいのが難点です。その点、栄養管理室向かいの中庭は、廊下から誰でも見ることができます。春にはチューリップが咲き揃い、初夏には2本のねむの木が花をつけます。ねむの木の花が咲くと中庭全体が柔らかで幻想的な雰囲気に包まれ、異次元の世界に迷い込んだような気分になります。ねむの木の繊細な羽毛のような花とシダのような葉と周りの雑草のコントラストが不思議な印象を与えてくれるよう思います。開花の期間は随分長く、8月中旬に一度花が途絶えたあと9月に再び花をつけました。

今年だけの珍現象ではなく、ねむの木の習性とのことで、以外と粘り腰の花だということを知りました。いつもは比較的遠くから眺め雰囲気を楽しんでいますが、今回、花の写真を撮るために近づいてみると、サヤエンドウみたいなたくさんのが実際に気づきました。見てはいけない物を見たような気分がしないでもありませんが、繊細な花と実のコントラストもユニークです。夏の花では百日紅（さるすべり）と並んで好きな花で、弘前病院のねむの木をいつまでも残したいものです。しかし、移植の難しい花と言われており、近い将来の外来棟の立て替え時にどうするか心配しています。

院長：佐藤 年信



沢谷里江氏 撮影

## じょっぱり魂で帰還ー小惑星探査機「はやぶさ」ー

去る3月31日(木)から4月4日(月)の5日間、弘前市立博物館特別企画展として「小惑星探査機はやぶさー60億kmの旅からの帰還ー」が開催されました。

「はやぶさ」は、2003年5月9日に宇宙科学研究所(I S A S)が打ち上げた小惑星探査機で、目的地「イトカワ」(日本の宇宙開発の父、糸川英夫にちなんで命名された)へ、月以外の天体において世界で初めて着陸・離陸に成功し、2010年6月、7年ぶりに地球に帰還しました。燃料漏れを起こし、2ヶ月も通信できない状態が続いたり、通信回復後もエンジンが故障する等幾多のトラブルを乗り越え、60億kmの宇宙の旅から帰還した「はやぶさ」について、プロジェクトマネージャーの川口淳一郎さん(弘前市出身)は、「じょっぱり魂があったから」(じょっぱり=頑固、強情っぽり)と語っていたそうです。

今回は、宇宙航空研究開発機構(J A X A)公募の全国巡回展示としては東北初の開催。展示物のうち、パラシュートや背面ヒートシールド等4点は実物で、実際に宇宙を旅して大気圏の高熱にも耐えて帰ってきたんだなあ、と思うと目頭が熱くなる思いでした。(「はやぶさ」本体は、カプセルを切り離した後、自らは大気圏突入時に燃え尽きてしまった訳で、そのあたりの事情にも胸を打たれました。)

どんな危機的状況も乗り越えて地球へ帰ってきた「はやぶさ」の姿は、東日本大震災被災者の方々へのエールにもなる、と4月1日からは募金活動も合わせて行われました。展示物の中の小さな傷だらけのヒートシールドに、力いっぱい頑張るパワー貰ったように思います。

入院係：工藤 真淑

## 4月の市民講座「老化について—ヒトはなぜ老いるのか—」



老化とは、若い頃にできたことが歳を経て、出来なくなること。これは、体を構成している細胞の数が減ることと、細胞の

性能が落ちるからです。ヒトは必ず老化しますが、老化し始める時期やその経過は人によって異なります。このことは、老化する仕組みが2つあって、1つは、すでに決められていること、すなわち「計画的」な要素と、もう一つは、途中で生ずる、何か「突発的」な要素があることを意味します。「計画的」は、細胞の分裂回数が遺伝子で決められていることで、これがいやなら細胞はがん化してしまいます。そうです、老化は良いことなのです。一方、「突発的」の多くは活性酸素による酸化ストレスで、酸素を使う生き物はこの障害を避けることはできません。そこで、少しでも老化を遅らせるための処方箋ですが、1) 摂取カロリーを減らす、2) 運動器を鍛える、生活習慣病を予防する、3) 抗酸化物質を摂る、4) 生きがいを持つ、となります。摂取カロリーを減らすと、長寿遺伝子が活性化し、活性酸素に対しても抵抗力がつきます。4)

は、「くじけないで」の柴田トヨさん的に生きることですね。前向きに、ときには、まるで少年や少女の気持ちで。

第69回 国立弘前病院市民講座

### 老化について —ヒトはなぜ老いるのか—

弘前病院臨床研究部長  
泉井 亮

日時：平成23年4月27日(水)17:40～18:40  
場所：弘前病院地域医療研修センター  
どなたも自由にご参加ください

弘前病院教育管理委員会

臨床研究部長：泉井 亮

## 第100回 看護師国家試験全員合格

平成23年2月20日、第100回看護師国家試験が行われ卒業生34名が無事合格できました。今年は出題方法として五肢択二の問題が多く、全体的に解きやすかったように思います。EPAによるフィリピン、インドネシアからの候補生も398人が受験し16名の合格者が出来ました。結果的には今年の合格率は91.8%と例年に比べて高めでした。

これまで国家試験全員合格に向けて、実習中は日々熱心にご指導して下さった病棟指導者の方々のご協力もあり、実習に関連した領域の学習を中心取り組み、実習が終わってからの3か月は模擬試験の結果を分析し、全体の弱点を明確にした上で専門領域の先生から特別に

講義していただきたり、グループで徹底的に調べ合い確実に知識に結びつくように取り組んできました。学生を支えて下さった病棟指導者の方々、お忙しい中講義を引き受け下さいました講師の先生方に深く感謝いたします。

当校は今回で5年連続国家試験合格率100%となりました。近年の国家試験の出題傾向をみるとアセスメント力が求められる内容が多くなっています。この点も踏まえながら学生と職員とも同じ目標をもち、全員合格に向けて日々努力していきたいと思います。

看護学校 教員：平山 晴美

### 【シリーズ 医療安全のとりくみ⑥】

### 手術室での医療安全の取り組み

手術室での安全対策を考えるうえで大切なのは、誤認手術を避けることがあると思います。今私たちは、手術に携わる全てのスタッフが手術の直前に一度手を止めて必要事項を確認する事、つまり「タイムアウト」を取り組んでいます。手術室入室時の患者様確認 ①「患者様自身に名乗って頂く」②「氏名確認をリストバンドでする」この手順で行っています。同時に手術部位の左右確認をして手術する側にシールを貼ります。さらに手術室内の白板には、「みぎ」「ひだり」の表示がされ手術スタッフ全員が確認できる

ようになります。それでも勘違い、思い違い、焦り、偶然などが重なると起こってしまう間違い。人間はミスをするものだ(ヒューマンエラー)あることを前提に今一度手術前に、声だし、指差し確認を行い「一人一人の頭の中を同じにする」事が必要です。この「タイムアウト」で行う確認事項を取り決め、時間、タイミング等の検討をして安全な手術室看護に取り組んでいます。

手術室 リスクマネージャー：澤田 裕美子

# 入学式を終えて



平成23年4月7日、第59回生として私たち40名が入学しました。東日本大震災により各地で甚大な被害が出ている中、無事に入学式を執り行うことができ、とても嬉しく思います。

入学式の朝、着慣れないスーツに身を包み、これから始まる新生活に向けての期待と不安で胸がいっぱいでした。学校生活の忙しさについていくことができるのか、クラスメイトと仲良くできるのかなど、不安の方が大きかったかもしれません。しかし学校へ着くと、先輩方は笑顔で迎えて下さり、また友人がいたこともあり、あまり緊張することも



なく少しづつクラスに馴染むことができています。また始まったばかりの学校生活ではあります、これから3年間、看護を必要としている人がよりよい環境で安心して治療を受けられるようサポートできる看護師を目指し、友人と切磋琢磨しながら成長して行きたいと思います。ご指導の程よろしくお願ひ致します。



第59回生：安田 彩乃

## 様々な食中毒予防



これから夏場にかけて食中毒の心配が高まる季節になります。

- 食中毒予防の三大原則は、  
1. つけない 2. 増やさない  
3. やっつけるです。

「つけない」とは、手や調理器具などを清潔にして食品に細菌を付けないことです。「増やさない」は、冷蔵庫や冷凍庫などで保存し、保管中に細菌を増やさないことです。最後の「やっつける」とは、十分に加熱し細菌をやっつけることです。

三大原則はもちろん重要ですが、身边にあって昔から菌の増殖を抑える効果があるといわれている食材もあります。

### ☆梅干しと酢

お弁当のご飯には梅干しをのせるか、お米に酢を(2合に大さじ1弱)加えて炊くだけで、傷みにくくなります。日の丸弁当は、まさにその典型です。

### ☆わさび、生姜、大葉

昔から生のものに薬味として添えられている、わさびや生姜、大葉には抗菌作用があります。日本食の代表ともいえる寿司は、ネタと酢飯、わさびやガリの組み合わせで、食中毒を予防しながらおいしく食べる、日本人の知恵がぎゅっと詰まっています。

三大原則と防腐・静菌効果があるといわれる食材で、食中毒を予防しましょう!!

栄養士：沢谷 里江

## 【リリース医療安全のとりくみ⑦】

## 東2病棟における医療安全の取り組み

東2病棟は、昨年、内服に関するヒヤリハットが多くあったため、内服薬の管理方法の見直しを行いました。温度表への転記を廃止し、持参薬鑑別表に薬がなくなる日を記入し、チーム毎に自己管理、病棟管理に分け、部屋別、個人の仕切りを設けて整理しました。管理の変更方法については、スタッフ全員にアンケートをとり、様々な意見を取り入れながら変更をしていくことができました。その結果、内服薬に関するヒヤリハットを減少することができました。

また、手術や入退院が多く、準備のためのカルテ類

が煩雑に置かれていることが多かったため、カゴを用意し、個人ごとにカルテ類をまとめておけるようにしたり、キャビネットなどにはがれたテープの跡が残っている所が多かったため、アルコール綿で清拭し、見やすいように職場環境を整えました。

毎月、病棟でのヒヤリハットや身近な話題から標語を作成し、毎朝読み合わせを行って、一人ひとりが医療安全を意識して看護を行うようにしています。

東2病棟 リスクマネージャー：伊藤 純子

# 外来診療一覧

◆外来医師診療一覧表 (2011年5月1日現在)

診療科	区分	月	火	水	木	金
循環器科		熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹
呼吸器科		山本勝丸	中川英之	中川英之	山本勝丸	中川英之
		下山亜矢子	下山亜矢子	下山亜矢子	下山亜矢子	下山亜矢子
消化器・ 血液内科		太田 健	太田 健	太田 健	太田 健	太田 健
		松木 明彦	五十嵐 崇徳	五十嵐 崇徳	五十嵐 崇徳	五十嵐 崇徳
		佐藤 年信	松木 明彦	佐藤 年信	松木 明彦	佐藤 年信
小児科		三上珠希	野村由美子	杉本和彦	野村由美子	野村由美子
		杉本和彦	佐藤工	三上珠希	佐藤工	杉本和彦
		—	—	三浦文武	三浦文武	—
外科		田澤俊幸	高橋克郎	横山昌樹	横山昌樹	三上勝也
		三上勝也	三上勝也	田澤俊幸	高橋克郎	横山昌樹
整形外科	午前	柿崎 寛	柿崎 寛	秋元博之	秋元博之	柿崎 寛
		大鹿周佐		大鹿周佐	大鹿周佐	大鹿周佐
	午後	間庭 敬一郎	佐々木 規博	大鹿周佐	能見修也	秋元博之
		—	—	—	—	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	熊野高行
		佐藤正憲	熊野高行	熊野高行	佐藤正憲	佐藤正憲
	午後	●予約	●手術/検査	●予約	●手術/検査	●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		小笠原智香	尾崎浩士	小笠原智香	●妊娠検診	尾崎浩士
		柞木田礼子	鈴木洋一郎	鈴木洋一郎	(一般外来休診)	柞木田礼子
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	黒田令子	●手術	黒田令子	黒田令子
		二井一則	二井一則	(一般外来休診)	二井一則	二井一則
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	—	—	川口英夫 (午後)	—	—
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。

## 今月の川柳

★川柳募集★ あなたの川柳をお待ちしています。

“大震災” 負けるな！ケッパレ！ 東北人!!

(カマタ)

※掲載作品は広報誌編集委員会で選出したものです。

### 患者相談窓口

『患者相談室』のMSW(メディカルソーシャルワーカー)が対応していますので、お気軽にお尋ね下さい。

### 編集委員会より

当院の広報誌『まほろば』は、地域に信頼され、納得の医療で地域に貢献しつつ、地域と協働して歩む病院づくりを目指し、地域の方々を対象に編集しております。

皆さまから病院に対して『不安なことや不満足なこと』『ご批判やご指摘』を職員一同お待ちしております。

発行元



Hirosaki National Hospital  
独立行政法人国立病院機構

弘前病院

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

TEL 0172-32-4311

FAX 0172-33-8614

URL <http://www.hosp.go.jp/~hirosaki/>