

まほろば



2014.10
第158号

院内コンサート 弘大囃子組&弘前大学津軽三味線サークル

9月27日（土）院内コンサートが開催されました。岩木山のお山参詣祭囃子「登山囃子」「下山囃子」でコンサートは始まりました。岩木山は、津軽地方の人々にとって、かけがえのないシンボルであり古くから慣れ親しまれています。

「五穀豊穡」「家内安全」を祈願して、この「お岩木山」に集団登拝する行事が「お山参詣」です。

夏を彩る「弘前・ねぶた」「青森・ねぶた」「五所川原・立ねぶた」のお囃子では、手拍子と掛け声で観客の皆様も参加し、アンコール演奏までしていただき会場が大いに盛り上がりしました。

続きまして、津軽三味線の曲としては最も有名で人気のある「津軽じょんがら節」テンポや節回しの異なる新節・中節・旧節の演奏です。りんご農家の娘さんの恋模様を津軽の四季になぞらえて歌った「りんご節」、「津軽甚句」等迫力のある演奏を弘前大学津軽三味線サークルの皆様にご演奏していただきました。

勇壮でダイナミック、そして繊細な演奏で、津軽の四季を感じ楽しめる事ができた1日でした。

管理課庶務係：奈良岡 理香



10月1日付けで弘前病院に赴任してまいりました河野と申します。

私は山形の湯田川病院(現湯田川温泉リハビリテーション病院)を振り出しに、これで9回目の転勤となります。

弘前病院での勤務は2回目で、今から15年前にも勤務しておりました。

その当時は「広くて大きくて古い病院」と思っておりましたが、先般の新病棟完成に伴い、以前にも増してまるで迷路のような通路となっていました。

しかもDPC、電子カルテ導入と、まるで違う病院に来たような感覚になりました。

赴任以前の花巻病院は精神単科であり、その前は山形病院で主に病棟建替工事に専念していましたので、今般、久しぶりの急性期総合病院にかなり戸惑いを感じています。

弘前市内も随分と様子が変わり、道路が広くなり、昔は無かったビルが建ち並んでいます。そんな中、相変わらず岩木山がどーんと部屋から丸見えで、少し嬉しい気分になります。

特技は楽器演奏なのですが、宿舍が狭いことから、長年連れ添った楽器類と今般は、お別れしてまいりました。

今後、弘前病院がますます発展するよう努力したいと考えておりますので、皆様方のご協力を何とぞよろしくお願いいたします。



事務部長：河野 司

医長の抱負



10月1日付で産婦人科医長となりました丹藤です。

医長として、自己研さんに努め、働きやすい環境づくりをし、国立病院が期待されている機能を果たしていきたいと思います。

国立病院の看板は重いのですが、一生懸命務めさせていただきますので、皆様のお力添え何卒よろしくお願いいたします。

産婦人科医長：丹藤 伴江



この度、外科医長となりました田澤俊幸です。

私がこの弘前病院に勤務して早くも7年半が経過しました。当院の外科は現在5人で診療に当たっており、小田桐副院長を中心に乳腺外科を、三上統括診療部長を中心に消化器外科、一般外科全般を行っています。医療を取り巻く環境も年々変化してきており、両先生の指導を仰ぎながら、より良い医療を提供できるように頑張る所存です。どうぞよろしくお願いいたします。

外科医長：田澤 俊幸



10月1日付で、消化器・血液内科医長を拝命いたしました。

病院の発展と、医療の充実に貢献して行くために、微力ながら日々精進して参ります。

よろしくお願いいたします。

消化器・血液内科医長：松木 明彦

母乳フォーラムで女優デビュー

10月4日(土)BFH委員会主催、「第6回母乳育児フォーラム」が当院リハビリ室にて開催されました。「母乳はお母さんから赤ちゃんへの初めての贈り物」というテーマで、小児科医師や助産師による講演・寸劇・肩こりマッサージなどが行われ、妊婦さんやお子さんのいる家族・学生さんや医療関係者など61名の参加がありました。

母乳は赤ちゃんだけでなくお母さんにも沢山のメリットがあること、母乳育児を行う意味やその良さについて知って頂けたと思います。

また、出産後のお母さんやその家族・ママ友が育児の大先輩である祖母から、おっぱいにやさしい食事とはどのような物なのかを学んでいく様子を寸劇で紹介しました。とても楽しく理解し易い内容だったと大好評でした。

これからもおかあさんと赤ちゃんにやさしい病院として、色々な活動を行っていきたいと思います。どなたでも参加できますので、次回の参加をお待ちしております。

母子医療センター：尾崎 桃子



「自動精算機、稼働中です」



が、この機械で診療費をお支払いいただくことができます。

外来の方の場合、診察が終了すると、2番窓口で会計番号札をお渡ししています。会計計算が完了すると、モニターに番号が表示されますので、

正面入り口から入って左側、ピンク色のATMのような機械が立っています。本年7月から設置されている、「診療費支払機」です。みんな自動精算機と呼んでいます

対人の6番窓口もしくは自動精算機にて、診療費の支払いをしていただけます。入院費用も精算機でのお支払いが可能です。

診察券投入口に診察券を投入すると、請求額が出てきます。お札は右側の投入口に、硬貨は下の投入ポケットに入れて確認ボタンを押すと精算となり、おつりが出てきます。お手数ですが処方せんは窓口でのお渡しとなりますので、6番窓口までお越しください。処方せんが出ていない場合は、6番窓口は混雑することもありますので、自動精算機の方が迅速にお支払いを済ませられます。

入院係長：宮下 朋樹

風の子保育園 運動会

9月13日(土)看護学校講堂にて風の子保育園運動会が行われました。たくさんの保護者の方々の応援の中、年長児が「泣かずに最後まで頑張ります」と宣誓し「今日も一日けっぱるべ〜」と運動会がはじまりました。初めての運動会となる1・2歳児はお母さんの姿を見つけゴールまで頑張りました。ドラえもんのお遊戯では3歳児が可愛いハグする姿を見せてくれました。園の特色「津軽の文化に触れて楽しむ」をテーマに4・5歳児はねぶた祭りを思い出させてくれる競技やお遊戯を

頑張りました。

祖父母競技では“ねぶたん”と“やーやくん”が積み重ねられ会場を盛り上げてくれました。

みんなで楽しそうに走る笑顔や力を合わせて勝負に挑む真剣な顔、親子競技での少し甘えた嬉しそうな顔などをみせてくれた運動会は子どもたちを大きく成長させ思い出に残る楽しい一日だったと思います。

保護者の皆さんご協力ありがとうございました。

風の子保育園園長：内山 明子



看護学校レクリエーションin小岩井



平成26年9月26日、心地よい秋晴れの中、レクリエーションで小岩井農場まきば園へ行きました。朝早くの出発でしたが、2時間程の移動バスの中では普段の学校生活以上に友人との時間を楽しく共有できました。小岩井農場まきば園に到着後は、昼食で食べ放題のジンギスカンを食べる人、搾りたての牛乳やソフトクリームを食べて楽しむ人、乗馬体験やウールプール、水上ハムスターや

アルマジロボールなどの遊具で遊ぶ人など牧場ならではの体験・経験をし、有意義な時間を過ごすことができました。また、普段なかなか見ることのできない岩手山や牧場の綺麗な景色や風景を写真に納めたり、学級写真を撮ったりと、各学年間や教員とより交流を深めることができたと思います。

企画・準備は大変でしたが、クラスの友人の助けや先輩方に支えられて、みんなが楽しむことができたレクリエーションになったと思います。今年度のレクリエーションを通してこれからの学校生活や実習に向けて、クラスの仲間とお互いを高め合いながら頑張っていくための良い機会になりました。

弘前病院附属看護学校 61回生：坂本 香苗



本当にカラダに良いあぶらって？

巷ではよく、オリーブオイルが体に良いと聞きますが、なぜなのか…あなたは説明できますか？
実は「油脂」^{あぶら}と言っても、特徴や働きによって大きく4つに分けられます。

飽和脂肪酸

ラード
パーム油
バター
牛脂
コーヒークリーム

オレイン酸

悪玉コレステロール ↓
善玉コレステロール →
オリーブオイル
キャノーラ油
(菜種)
サフラワー油

リノール酸 (n-6系)

悪玉コレステロール ↓
善玉コレステロール ↓
大豆油
コーン油
ごま油

リノレン酸 (n-3系)

中性脂肪 ↓
脂ののった魚
えごま油
くるみ

オリーブオイルに多く含まれているオレイン酸は悪玉コレステロールを下げる働きがあります。(図)が、“オリーブオイルは体に良いから～” “中性脂肪を下げるから～” と言って、使いすぎては元も子もありません。エネルギーはどれも同じですので、体の肥やしになってしまいます。肉や卵はほどほどに、魚料理を取り入れましょう。たくさん使うと良いのではなく、食べる範囲内で、偏りなく摂ることがポイントです。

ちなみに、パーム油はインスタント食品やスナック菓子、揚げ物などに使われています。溶ける温度が低いため、冷めてもベタベタしにくいのです。お店の天ぷらが家庭で作るよりサクサクでおいしいのは、こんな秘密があったのですね。

管理栄養士：仁和 愛里

【シリーズ 認定看護師から】

～医療用麻薬は安全に使える!!～

緩和ケアとは患者さん・ご家族のあらゆるつらさに対して対応を行い、患者さん・ご家族がよりよい毎日を過ごせるよう支援することをいいます。がん患者さんが最も早い段階で体験し、日常生活に影響が出やすい症状は痛みです。痛みのケアをしていると患者さんから、麻薬を使用すると中毒になるのではないかと、最期に使う薬なのではないかという誤解をよく耳にします。がんによる痛みがある患者さんに対して医療用麻薬を使用した場合の依存性は非常に低

く、医師の指示通り使用することで安全に使える薬です。また、医療用麻薬は強い痛みに対して使用する薬であり、病状が悪いために使用する薬ではないことを知っていただきたいと思います。

患者さんがあらゆるつらさに対して適切なケアを受け、毎日をその人らしく過ごせるよう支援していきたいと考えています。痛みをはじめとした、気がかりなこと、不安なことはいつでも「がん相談」にご相談いただけたらと思います。

★がん相談…平日9:00～16:00 電話相談対応または医事窓口3番まで
問い合わせください。



緩和ケア認定看護師：佐井 菜央美

外来診療一覽

◆外来医師診療一覽表 (2014年10月1日現在)

診療科	区分	月	火	水	木	金
循環器内科		熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹
呼吸器科		石岡佳子	山本勝丸	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		—	—	—	石岡佳子	—
		間山恒	—	高杉かおり	—	間山恒
		高杉かおり	松木明彦	松木明彦	間山恒	松木明彦
		佐藤年信	高杉かおり	佐藤年信	高杉かおり/松木明彦	佐藤年信
小児科		石黒陽	石黒陽	—	石黒陽	石黒陽
		杉本和彦	佐藤工	佐藤啓	佐藤工	杉本和彦
外科		三上珠希	藤田円	三上珠希	藤田円	佐藤啓
乳腺外来		田澤俊幸	三上勝也	田澤俊幸	神寛之	三上勝也
整形外科	午前	小田桐弘毅	小田桐弘毅	小田桐弘毅	櫻庭弘康	小田桐弘毅
	午後	三浦和知	秋元博之	秋元博之	休診 (手術)	秋元博之
脳神経外科		神裕道	三浦和知	神裕道	—	三浦和知
皮膚科	午前	—	—	木村正英	—	—
	午後	熊野高行	佐藤正憲	佐藤正憲	熊野高行	熊野高行
泌尿器科	午前	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
産婦人科	午前	神村典孝	神村典孝	村澤洋美	神村典孝	神村典孝
	午後	検査	検査	手術	検査	手術
眼科		木村秀崇	丹藤伴江	丹藤伴江	●妊婦健診 (一般外来休診)	木村秀崇
		木村恵理子	谷口綾亮	田中加奈子	—	松村由紀子
耳鼻咽喉科		蒔苗順義	蒔苗順義	蒔苗順義	蒔苗順義	蒔苗順義
放射線科	診断	黒田令子	黒田令子	●手術 (一般外来休診)	黒田令子	黒田令子
	治療	—	—	—	—	後藤真一
女性専用外来		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
セカンドオピニオン		—	—	川口英夫 (午後)	—	川口英夫 (午後)
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。

津軽節 夢に向かって 弦を弾く

(ポニョ)

看護師を わが子の嫁にと 婚活し

(パール)

※掲載作品は広報誌編集委員会で選出したものです。

お知らせ

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『不安なことや不満なこと』『ご批判やご指摘』また、『お褒めのことば』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：副院長 小田桐 弘 毅

〒036-8545 弘前市大字富野町1番地

TEL 0172-32-4311

FAX 0172-33-8614

URL <http://www.aoi-mori.net/~hirosaki/>