

# まほろば



2016.9  
第181号

## —防犯訓練—

平成28年7月26日相模原市で発生した障害者施設殺傷事件は衝撃的で記憶に新しいところであるが、この事件を受け当院でも不審者の侵入を想定した防犯訓練を行い、50名ほどが参加した。訓練は弘前警察署の協力を得て、刃物を持った不審者が院内に侵入し大声で暴れ、それを職員が刺股（さすまた）を使って取り押さええるという想定で行った。

それまで、刺股を触ったこともないという職員が大半で弘前警察署員の指導により、「不審者には複数人で対応する」「患者さんと不審者を引き離すため、事務室などに案内する」「刃物を持っている

ことを周囲に知らせる」などの助言を受けた。実際に刺股を使った職員は「不審者が大柄な男性だと、ひとりで刺股で取り押さえようとしても無理があり、複数人で上半身と下半身を押された方が効果的」等の意見も出された。この他、不審者に腕を捕まれたり、背後から襲われたりした時の護身術なども学んだ。

この防犯訓練を終え、それまで当直室にしか無かった刺股を各病棟、外来等に配備し、万が一に備えると共に、職員間の連携を強める事が必要になると思われる。

庶務係長：高橋 卓雄



## 高校生職場訪問

平成 28 年 7 月 28 日青森県立弘前南高等学校の学生 8 名が弘前病院を見学に訪れました。将来医療関係職種を志望している学生ということで、病院で働くということ、そしてチーム医療であることを管理課長より講義を行い、実際に医事・薬剤部・診療放射線科・臨床検査科・栄養管理室・理学療法室、そして病棟・救急外来の見学をしていただきました。病棟では患者さんの入院病室等の療養環境・処置室を見学し、看護師が患者さんの洗髪をしている場面や看護用品など、日常生活の援助を中心に安全に看護を提供していることをお話し

しました。見学後、看護部長より看護師の仕事について講義を行い、学生さんの素直な疑問や真剣な表情に触れ、今後も医療関係に是非関心を持ち続けてほしいと感じました。

人口減少と少子高齢化に伴い医療を担う人材の育成は社会の大きな課題です。私達は今回のように若い世代の方に医療現場そして弘前病院で働くことの魅力をお伝えする機会をつくっていかなければと考えております。今度は附属の看護学校説明会や看護体験への参加をお待ちしております。

副看護部長：種市 尚子



## 高校生一日看護体験

平成 28 年 8 月 3 日（水）青森県看護協会主催の高校生一日看護体験が行われ、今年は 17 名の高校生が参加してくれました。

最初は緊張した面持ちでしたが、病棟で看護体験を行い患者さんと触れ合う中で笑顔が見られるようになりました。

実際に洗髪や足浴の援助を体験し、患者さんからの「ありがとう」の言葉に、「看護をする喜びややりがいを感じることができました」「看護師にな

りたいという気持ちが強くなりました」等の感想が述べられ、嬉しかったと同時に希望に満ち溢れた高校生の白衣姿は私たちにとって良い刺激になりました。

今回、看護体験をさせていただいた患者さん、ご家族への感謝の気持ちを忘れず、看護師を目指す上での励みになってくれることを願います。

そして将来、当院で一緒に働く日がくることを楽しみにしています。

3階病棟副看護師長：成田 咲子



# 平成28年度クリニカル・クラークシップ



当院は将来の医師を育てる実地研修の場として、医学部生を受け入れ、医学実地教育の一端を担っています。今年度も

4月から弘前大学医学部6年生の臨床実習（クリニカル・クラークシップ）を受け入れました。

1クール4週間の実習で、7月末までの間で延べ26名の学生を受け入れ、本人の希望する診療科で実際の外来や病棟での診察、検査や手術見学

等を行いました。

また、最終日には各自が1ヶ月で学んだ症例などをまとめた発表会を行いましたが、指導医の先生方から学んだことをふまえた素晴らしい発表でした。

なお、学生に対し当院の実習についてアンケートを採ったところ、「大学では経験できない症例や手技などを数多くできた」「指導医や先輩医師の優しくも熱心な指導を受けられた」など満足度の高い回答が多く見受けられ、充実した実習ぶりがうかがえました。

今後、医師として働く際に今回の実習で学んだことを活かしていただければ幸いです。

医局事務：山口 康子

## シリーズ「リハビリ」

### -肩こりについて-

肩こりで悩んではいませんか？肩こりは日本人の国有病とも言われ、様々な世代で多くの方が感じています。そんな身近な肩こりについて説明します。

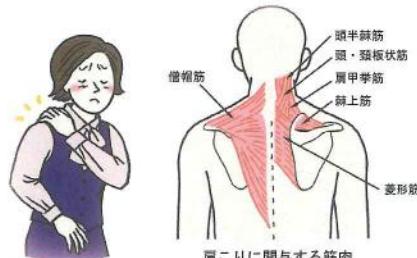
肩こりは日頃の不良姿勢や運動不足、ストレスなどで筋肉への過度な負担や血行不良が起ります。首・肩・背中の上の筋肉に張りや痛みを感じます。そのため、マッサージを行っても一時的には楽になりますが、徐々にまた痛みや張りを感じます。

改善法としては、まずは姿勢をチェックしてください。猫背、頭が前に出ている、同じ姿勢をとり続けてはいませんか？背筋を少し伸ばし、お腹に軽く力を入れ、頭を起こしましょう。また、こまめに姿勢を変え首や肩を回す、胸を

張る・閉じる運動、お風呂にゆっくり入ることも効果的です。

しかし、ひどい場合は辛さをかばおうとするため、他の体の部位に負担がかかり痛みがでることもあります。そうなる前に予防の運動や、専門家の指示を仰ぐことをお勧めします。

作業療法士：五十嵐 翔平



イラスト：日本整形外科学会「整形外科シリーズ4」より

## ～お知らせ～

当院セカンドオピニオン 今 先生より「絵画」の寄贈がありましたので紹介いたします。

向かって左の絵より

岩井康頼 十和田市出身  
愛知県立芸術大学卒  
弘前大学教授

盛 国春 東京芸大派遣油絵科終了  
日展会友会現会員

村上善男 盛岡市出身  
岩手大学学芸学部卒  
弘前大学名誉教授



病棟エレベーターホール前に掲示しておりますので、どうぞご覧ください。

# 外来診療一覧

◆外来医師診療一覧表 (2016年9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		中川英之	山本勝丸	中川英之	山本勝丸	中川英之
		山本勝丸	下山亞矢子	下山亞矢子	下山亞矢子	下山亞矢子
		下山亞矢子	森本武史	森本武史	石岡佳子	—
		—	石岡佳子	石岡佳子	—	—
消化器・血液内科		鎌田耕輔	鎌田耕輔	佐竹立	鎌田耕輔	鎌田耕輔
		松木明彦	松木明彦/立田卓登	松木明彦	松木明彦	佐竹立
		佐藤年信	佐竹立	佐藤年信	秋元直樹	佐藤年信
		石黒陽	石黒陽	—	石黒陽	石黒陽
小児科		杉本和彦	佐藤工	佐藤啓	佐藤工	杉本和彦
		三上珠希	岡本剛	三上珠希	岡本剛	佐藤啓
外科		田澤俊幸	中井款	田澤俊幸	中井款	三上勝也
乳腺外科		小田桐弘毅	小田桐弘毅	小田桐弘毅	櫻庭弘康	小田桐弘毅
整形外科	午前	神裕道	秋元博之	秋元博之	休診(手術)	秋元博之
		工藤整	工藤整	神裕道		神裕道
		大学医師	大学医師	工藤整		工藤整
脳神経外科	午後	—	—	—	休診	休診
		—	—	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	午前	神村典孝	神村典孝	弘前大学医師	神村典孝	神村典孝
	午後	検査	検査	手術	検査	手術
産婦人科		谷口綾亮	丹藤伴江	丹藤伴江	●妊婦健診 (一般外来休診)	谷口綾亮
		阿部和弘	阿部和弘	田中加奈子		松村由紀子
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		原隆太郎	武田育子	—	三橋友里	—
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)	—	川口英夫 (午後)
女性専用外来		杉本菜穂子(※予約制/第1・第3水曜日午後診療)				
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。

心まで きれいだという 内視鏡

(チロル)

穏やかに 老いを見つめて 通院日

(ムツ)

※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。

### お知らせ

#### 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』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/>