



年頭のご挨拶

あけましておめでとうございます。

皆様には、穏やかで良い年を迎えられたことと思います。

新年を迎えまして、年頭のご挨拶を申し上げます。

本年は4月に診療報酬の改定が行われる年に当たります。高齢化の進展に伴い疾病構造が変化していく中で、「治す医療」から「治し、支える医療」への転換が求められています。医療や介護が必要な状態になっても、できる限り住み慣れた地域で安心して生活を継続するためには、病院単独ではなく地域全体で支える仕組み作りが急務であり、そのための改定と位置付けられます。当院の得意とする医療分野で地域に貢献できる取り組みを進めてまいります。

その一環として、本年は結核病床のユニット化工事を予定しております。工事期間中は皆様方にご不便をおかけすることと思いますが、完成の暁には、より効率的・効果的な医療を提供できると存じますので、どうぞご容赦下さい。

当院が所属する国立病院機構では毎年機構内の病院評価を行っております。当院は直近の評



院長 新井 公人

価で前年度より良い評価をいただきました。とりわけ医療評価は50点満点中49点と高評価を得ております。当院の理念である「患者様の人権を尊重し、十分な説明と同意に基づく安全で、質の高い医療を提供し、地域に信頼される病院を目指す」ため、引き続き日々の努力を続けてまいります。

本号が皆様のお手元に届く頃には、山岸文雄前院長から御寄贈いただいた枝垂れ梅が正面ロビー内で見頃になっていることと存じます。皆様方の、ご健勝とご多幸をお祈りして、新年のご挨拶とさせていただきます。

目 次

院長挨拶……………表紙

「看護専門外来」の紹介……………2

糖尿病週間イベント

『行楽の秋！ お出かけ前のお弁当チェック』について…3

腎臓にやさしい減塩料理教室 ……………4

季節の健康レシピ ……………5

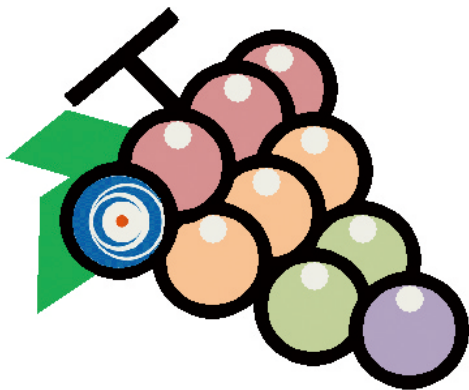
重心病棟イベント「心魂プロジェクト」……6

病院各科紹介「内科（糖尿病）」……………7

「解剖慰霊祭」について ……………7

外来担当医表 ……………8

「看護専門外来」



当院では、平成23年11月より「看護専門外来」として、看護師が中心となり生活習慣病相談室・フットケア外来を開設いたしました。

看護専門外来では、専門の研修を受けた糖尿病療養指導士である看護師が外来を行っています。「生活習慣病相談室」においては、糖尿病による療養生活での疑問や悩み、糖尿病に対する知識や技術の再確認など療養生活に関する相談・アドバイスをを行っています。

また、フットケア外来では、糖尿病足病変に関する、正しい知識と足の手入れ方法について相談・アドバイスをを行っています。

糖尿病は一生をかけて生活調整を行いながら歩み続けていかななくてはならない病気です。糖尿病患者さんの多くは、食事療法や運動療法、薬物療法といった治療を生活の中に取り入れ、日々実践しながら生活を営んでいます。

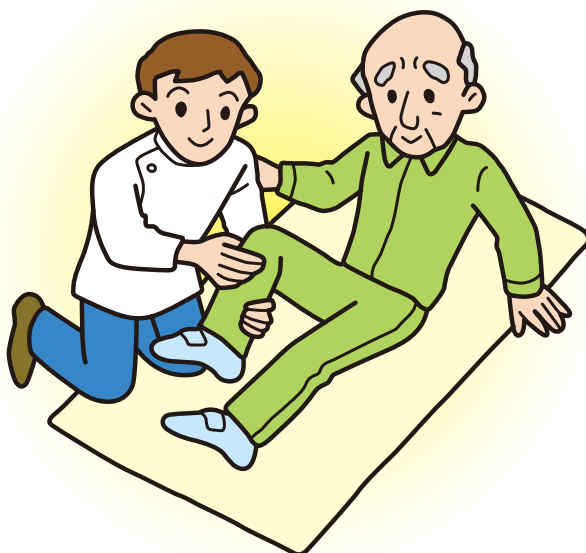
看護専門外来では「糖尿病だから」と制限してしまうのではなく、「糖尿病を持って生活している人」と捉え、糖尿病患者さんが健康な人たちとなんら変わりなく、その人らしく生活できるように支えていく事が大切と考え支援しています。

糖尿病の事で何かお悩みや相談がありましたらお気軽にご利用ください。

◆外来日	場所	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日
生活習慣病相談室	2F 看護専門外来 生活習慣病相談室	午前	午前	午前	午前 午後
フットケア外来	1F 内科外来 28 番		午後	午後	

●受け付け方法

完全予約制です、担当医の外来受診時に予約受付を行います。



糖尿病週間イベント

『行楽の秋！お出かけ前のお弁当チェック』について

千葉東病院内科医師 花岡 美貴



糖尿病の患者数は世界的な規模で増加しており、国連は、11月14日を「世界糖尿病デー」に指定し、世界各地で糖尿病の撲滅キャンペーンを実施しています。この日に千葉ポートタワーが青くライトアップされるのをご存知でしょうか？日本でも、11月14日を含む1週間を「全国糖尿病週間」とし、全国的に 糖尿病予防と重症化防止に向けた啓発運動を行っています。

千葉東病院でも、糖尿病診療に関わるスタッフが中心となり、毎年全国糖尿病週間に合わせてイベントを行っています。今年も例年通り11月7日に糖尿病スタッフと参加申し込みをいただいた患者様約40名とでたのしい時間を過ごすことができました。今年は「行楽の秋！お出かけ前のお弁当チェック」と題して1部では食にまつわるクイズゲームで親睦を深めました。2部では外食、お弁当の場合、どのようにすれば適正なカロリー摂取ができるのかを皆さんで考えました。最後に栄養科からまとめの説明があり、2時間のイベントは無事終了しました。今年は食事療法を初めてテーマにしたこともあり、大変好評をいただきました。これまでフットケア、運動ストレッチ、歯周病予防、骨粗しょう症予防など、いろいろなテーマでイベントを開催し、今年で9回目を迎えることができ、来年はいよいよ10回目となります。スタッフ一同ますます頑張っていく所存です。



腎臓にやさしい

減塩料理教室



何で減塩が必要なの？ ウチは薄味だから大丈夫？
あなたの料理の塩分量を量ってみましょう！

工夫した簡単な減塩料理を楽しく体験していただく事で減塩食への関心を高め、
食事療法継続の一助としてもらえればと考えております。皆様のご参加お待ちしております。

内 容

- ① 減塩食の調理実習
- ② 減塩食の試食
- ③ 医師・管理栄養士によるミニ講義「減塩食の大切さ、調理のコツ」

日 時

平成28年3月19日（土） 10：00～14：00

場 所

淑徳大学看護栄養学部

定 員

16名

参加費

500円（食材費 450円＋保険費 50円）

主 催

千葉東病院/淑徳大学（共催）

後 援

千葉市



【問い合わせ・申し込み先】 千葉東病院（担当：管理課 平井・益賀多）
電話 043-261-5171 FAX 043-268-2613 メール genen@cehpnet.com

千葉東病院では、慢性腎臓病（Chronic Kidney Disease：CKD）の診療に力を入れており、その一環として、CKD 患者さんの食事療法である減塩をテーマにした「減塩食試食会」を毎年行っています。今年も淑徳大学と共催で「腎臓にやさしい減塩料理教室」を開催することになりました（平成 28 年 3 月 19 日（土））。本イベントでは、患者さんに減塩食を食べてもらうだけでなく、減塩調理の工夫について実際に学んでもらい、減塩行動につなげることを目的としています。詳細につきましては千葉東病院および淑徳大学のホームページでご案内致します。スタッフ一同心より皆様のご参加をお待ちしております。



季節の健康レシピ



しめじのみぞれ和え



～材料（4人分）～

しめじ……………1パック（120g）

大根……………10cm（450g）

酒……………50cc

〈合わせ酢〉

酢……………40cc

砂糖……………20g

塩……………3g



～作り方～

- ①しめじは小房に分ける。
- ②大根はおろして水気を切る。
- ③鍋にしめじと酒を入れて火にかける。（酒炒りにする）
- ④合わせ酢と、②を合わせる。
- ⑤しめじの煮汁を切って④と合わせ完成。

香りや辛味を
利用して減塩♪



1人分の栄養価

エネルギー	50kcal
たんぱく質	1.0g
食塩	0.75g

～アレンジ～

七味唐辛子やゆずの皮をおろして散らすと、香りが立っておいしいです。
しいたけや舞茸など、お好みのきのこでどうぞ！

☆塩分制限の方へ☆

塩を入れずに作ると塩分0gになります。酢は塩分0gですが、すし酢などの調合酢には、塩分が含まれていることがありますので、必ず成分表示を確認しましょう。

☆エネルギー制限の方へ☆

きのこはエネルギー量がわずかなので、たっぷり使って料理を1品増やすことができ、食卓を豊かにします。ただし、料理を1品増やすと、調味料も増えるので、減塩を心がけましょう。



♪栄養ひとくちメモ♪

～きのこの調理と保存方法～

きのこは約90％が水分なので、手早く調理するのがおいしさの秘訣です。弱火で加熱すると、水分と一緒にうまみも流れ出てしまいます。「炒めるときは強火で手早く」がポイントです♪

冷凍する場合は、石づきを切り落として小房に分け、袋に入れて冷凍庫へ。約1ヶ月間保存が可能です。

「心魂プロジェクト」

療育指導室 木明 香子



平成27年12月2日、「心魂プロジェクト」の方々が来院されました。この日は、出演者が会場と利用者を丸く囲むようなステージ作りが特徴的で、皆さんのすぐそばで歌やダンス、和太鼓、ヨガなどで楽しませていただきました。利用者、ご家族、職員、見学者など多くの方が集まり、今回も熱気に包まれました♪

「心魂プロジェクト」は劇団四季や宝塚歌劇団などで活躍されてきたプロのパフォーマーや音楽家の方で組織され、医療機関や福祉施設で

過ごす子どもたちにプロの演技をお届けしたいという志のもと平成 26 年から活動が始まり、平成 27 年 NPO 法人化されました。

当院と「心魂プロジェクト」は、代表の寺田真実さんと保育士のご縁から始まりました。活動の機会を探していた寺田さんと、重症心身障害病棟の皆様にもプロの実力を味わってほしいという保育士の思いが合致し、当院では平成26年設立当初から公演を依頼しています。ミュージカル、夏祭りなど、毎回趣向を凝らした演目です。病院にいながらにしてプロの歌やダンス、演技にふれ、交流できる非常に稀な機会を当院の新井院長も高く評価してくださっています。

「心魂プロジェクト」は新聞やテレビなどでも報道され、全国各地、海外でも精力的に活動展開中です。皮切りとなった当院を「心魂プロジェクト」の方々も大切にしてくださっています。利用者の方々に喜びをお届けできるよう、療育指導室はこの貴重なご縁を繋げていきたいと思います。



病院各科紹介 糖尿病センター

糖尿病研究室長 関 直人

当院の糖尿病センターでは、糖尿病について、食事療法や薬剤による血糖値のコントロールから、合併症の検査・治療、更に患者様との活動などを行っています。

糖尿病の合併症予防のためには、月並みな言葉ですが、早期発見・治療が重要です。当院では、糖尿病の診断・合併症などの検査から、食事療法や薬剤による治療、網膜症のための眼科受診、また、治療食を実際に体験しながらスタッフによる療養指導などの知識を得ることができる入院などを行っています。

糖尿病腎症については、早期の患者様から、進行して透析などの治療が必要な患者様に至るまで、当院の腎臓内科や血液浄化センターと連携して対応しています。

フットケアに関しては、担当スタッフによる個人・集団指導を実施しており、壊疽などの糖尿病足病変に対し、形成外科での処置や外科での再生療法も行っています。

また、若い方に多い 1 型糖尿病の患者様で、頻回インスリン注射を行っていても血糖コントロールが不安定な患者様に対しては、インスリンポンプ治療などの専門的な治療や、当院外科が行っている膵臓・膵島移植への紹介も行っておりますので、血糖コントロールに難渋する患者様のご相談もお待ちしています。

患者様との活動としては、以前より毎年 11 月の糖尿病週間に合わせて、患者様と糖尿病に関する勉強会・ゲーム・レクレーションなどを開催しています。小誌の本号に、その際の様子を紹介されておりますので、ご一読いただければ幸いです。更に昨年より、当院の患者様の会（スマイル友の会）も開設いたしました。また、糖尿病教室を毎週水曜日と隔週金曜日の午後に院内で開催しております。いずれも当院に通院されていない患者様でも、参加は可能ですのでお気軽にご参加下さい。内容や場所については、地域医療連携室（電話 043-264-3116）にお尋ね下さい。

「解剖慰霊祭」について

専門職 堀田 宣之

千葉東病院において入院加療された後、医学の進歩発展を願い、病理解剖により、その尊いご遺体をご提供いただいた故人のご冥福を祈願するため、平成27年10月30日午後2時より当院大会議室において、「解剖慰霊祭」がしめやかに執り行われました。

平成16年から平成27年上旬までの間にご献体いただいた70名の慰霊者の方々のお名前のご奉読から一同黙祷、続いて新井院長による慰霊の辞、ご出席いただいた26名のご遺族の代表の方からの追悼の辞、慰霊祭参列者全員による御霊への献花の後、北村臨床病理診断部長からお礼の言葉が述べられ閉式となりました。40分間程の式典でしたが、この場を借りて、つつがなく終了いたしましたことを謹んでご報告させていただきます。



外 来 診 療 担 当 医 表

平成28年2月1日現在

診療科目		月	火	水	木	金	
内 科	糖尿病・内分泌	西村 元伸	西村 元伸	関 直人	西村 元伸		
			祖山 暁子		花岡 美貴		
	腎	今澤 俊之	首村 守俊	今澤 俊之			川口 武彦
			今澤 俊之 ※1	川口 武彦 ※1			山川 貴史
	消化器科※1・2						太和田 暁之
	循環器科※1・2	北原 秀喜		神田 真人	中里 毅		齋藤 佑一
アレルギー科 (リウマチ・膠原病)	松村 竜太郎 前澤 裕子	中澤 卓也	大矢 佳寛	松村 竜太郎	松村 竜太郎		
				二見 秀一	中澤 卓也		
神 経 内 科 (新患は完全予約制)		新井 公人 小出 瑞穂	新井 公人 伊藤 喜美子			吉山 容正 磯瀬 沙希里	
			特殊外来(治験)	特殊外来(治験)	特殊外来(治験)		
呼吸器科	一般外来(初診)		新患担当医	新患担当医	新患担当医		
	一般外来(再診)	野口 直子	石川 哲	永吉 優	水野 里子	山岸 文雄※1・2 (第1, 3週)	
	結核外来(初診)		※5	※5			
	結核外来(再診)		水野 里子 永吉 優	石川 哲 野口 直子			
小 児 科		松村 千恵子 金本 勝義 小林 雅代 升田 真依	※3	※3	松村 千恵子 金本 勝義 小林 雅代 升田 真依 倉山 英昭	※3	
外 科	初 診	松本 育子	丸山 通広	(手術日) ※3	西郷 健一	青山 博道	
	再 診	西郷 健一 坪 尚武	長谷川 正行 大月 和宣 ※6 青山 博道		坪 尚武 松本 育子	丸山 通広 長谷川 正行 大月 和宣	
整 形 外 科 リハビリテーション科		勝見 明 田原 正道	(手術日)		勝見 明 後藤 憲一郎	田原 正道 後藤 憲一郎	
泌 尿 器 科		香村 衡一	※3		香村 衡一		
眼 科		今井 直樹	(手術日)	今井 直樹	今井 直樹	今井 直樹	
形 成 外 科		千明 信一	※3	千明 信一	(手術日)※3	※3	
放射線科 (予約のみ)	診 断 外 来	池平 博夫	池平 博夫	池平 博夫	池平 博夫	池平 博夫	
	治 療 外 来	※4	※4	川上 浩幸	※4	※4	
歯 科 (入院患者様のみ)		大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子	午前: 摂食機能外来 (新患) 午後: 摂食機能外来 (病棟・再診)	摂食機能外来 (再診)	

診療受付時間(初診・予約外)・・・月曜日～金曜日 午前8:30～午前11:00

予約変更専用電話番号 043-264-3593 受付時間 午前9:00～午後4:00

※1 予約制で午後の方の受付となっています。

※2 新規の患者様は受け付けておりません。再診患者様については予約制となっています。

※3 あらかじめ、電話にてご確認の上来院ください。(診察ができない場合もあります。)

お問い合わせは 月～金曜日(平日)午前8:30～午後4:00の間をお願いします。

※4 電話でのご相談には応じます。詳しくは、月～金曜日(平日)午前8:30～午後4:00の間にお問い合わせください。

※5 紹介状をお持ちの方のみの受付となっています。

※6 禁煙外来(完全予約制・移植予定または移植手術後の方を対象としております)