



にとな便利

第25号

平成28年6月

独立行政法人 国立病院機構 千葉東病院 〒260-8712 千葉県千葉市中央区仁戸名町673 Tel. 043-261-5171

新看護部長ご挨拶



看護部長 石川 清美

4月1日付で千葉東病院に着任いたしました看護部長の石川清美でございます。

当院には平成19年から23年3月までの4年間お世話になり、今回5年ぶりに戻って参りました。当院は移植医療から障害児（者）医療まで幅広い内容の医療・看護を展開しており、各部署の専門性が重視されます。

このような中、看護は「治し支える医療」の「支える」の部分を強化して行きたいと考えております。「患者さまが健康を取り戻し、元の生活に戻るためのお手伝いをする。」これが看護の基本です。看護部は、患者さまに寄り添った看護を実践することができる看護師を育てたいと思っておりますので、あたたかく見守り、ご助言を頂けたらと思っております。

■新採用医師ご挨拶

整形外科
赤津 頼一



この度平成 28 年 4 月 1 日付で、千葉東病院整形外科に配属されました赤津頼一と申します。私は千葉大学医学部附属病院の初期研修を経て、千葉大学整形外科に入局し、その後君津中央病院、上都賀総合病院や千葉メディカルセンター等の関連病院で研修を行って参りました。専門としておりますのは外傷、スポーツ障害、膝関節や足関節疾患です。慢性的に疼痛や機能障害でお困りの方や、転倒・スポーツなどでお怪我をされた方は、是非ご相談ください。保存加療（薬・リハビリテーション）や手術加療について、状況に応じた治療法をご提案させていただきます。何卒宜しくお願い申し上げます。

目次

新看護部長・新採用医師挨拶……………表紙

新採用医師挨拶 ……………2～3

骨粗鬆症(こつそしょうしょう)の検査をしませんか？
～骨密度装置が新しくなりました～…………3

認定看護師ってどんな看護師？……………4

季節の健康レシピ ……………5

重心病棟イベント
「ロードトレイン乗車体験会をとおして」…………6

病院各科紹介「腎臓内科」……………7

今後のイベント予定 ……………7

外来担当医表 ……………8

■新採用医師ご挨拶

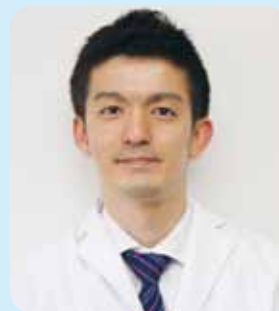
腎臓内科

上原 正樹

初めまして。沖縄から参りました上原と申します。卒後7年目になります。

沖縄県外で働くのはもちろん、生活自体も初めてで緊張しながらも沖縄との違いを毎日楽しんでいきます。

これまでは沖縄県の県立病院で一般内科・腎臓内科医として診療を行っていました。さらに腎疾患を深く学び、そして多くの症例を経験したいと思い、この度千葉東病院でお仕事をさせていただくこととなりました。患者さんに近い目線で診療を行いながら、より専門的な医療を提供できるように日々心がけていきたいと思っています。少しでも皆様のお役に立てるように頑張りますのでよろしくお願い致します。

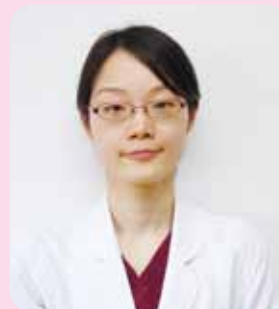


腎臓内科

岡田 絵里

4月より内科医員として着任し、腎臓内科領域を中心に診療に携わらせて頂いております。腎臓は全身の臓器と関連が深く、腎不全の進行とともに様々な合併症を伴ってきます。腎臓を通じて全身を診察させて頂き、患者様・ご家族の方へ丁寧で分かりやすい説明を心掛けております。ご不明な点がございましたらお気軽にご相談いただければ幸いです。

当院の特色として、腎疾患医療の中核を担う病院として近隣のご施設よりご紹介頂く患者様が多いことが挙げられます。患者様およびご紹介元施設の先生方のご期待に添えるよう、日々精進して参る所存ですので、何卒宜しくお願い申し上げます。



腎臓内科

熊倉 慧

本年4月より腎臓内科にて勤務させていただいております。前年度までは岩手県にて腎炎、腎不全、透析医療、膠原病など幅広く診療してまいりました。千葉県でも腎疾患患者さんは年々増加しており、気づかぬうちに透析医療が必要になってしまう方も多くいると聞いております。早い段階から介入し日頃の生活からは是正すれば腎不全の進行を防げる場合もあり、ぜひそのお手伝いをさせていただきたく思います。また透析に関しても、内シャント手術や腹膜透析の手術などこれまでに多く経験してきました。この千葉でもより良い透析医療を提供できるよう、日々勉強しながら診療に当たりたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。



■新採用医師ご挨拶

形成外科 有川 理紗

4月より着任しました有川と申します。形成外科の対象疾患は多岐にわたり、施設によって得意分野は様々ですが、当院では病院全体の特性から糖尿病性足病変や末梢動脈疾患、褥瘡といった慢性創傷の症例が多く、陰圧閉鎖療法を含む保存的治療から外科的治療まで行っております。糖尿病性足病変に対しては看護師によるフットケア外来も始動し、予防の段階から取り組む体制ができつつあります。腎移植や人工透析といった特殊な背景をもつ患者さんが多くいらっしゃいますが、一般的な皮膚腫瘍や外傷、眼瞼下垂症、爪病変（爪白癬・巻き爪）などについてもお気軽にご相談いただければと思います。よろしくお願いいたします。



小児科 高橋 匡輝

平成28年4月より小児科医師として勤務させて頂いています。これまでは東京医科歯科大学及びその関連病院、国立成育医療研究センターなどで主に小児腎疾患や膠原病の患者さんの診療に携わってきました。早いもので医師になって10年以上過ぎましたが、この度縁があって初めて千葉の地で働くこととなりました。診療に際してはお子様、ご家族に十分納得いただけるようにご説明したうえで、安全で質の高い医療を行うように心がけます。皆様のお役に立てるよう、また地域に貢献できるように努力して参りますので、今後ともご指導ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。



骨粗鬆症（こつそしょうしょう）の検査をしませんか？

～骨密度装置が新しくなりました～

◎2012 Reference Japan L2/L4 F-Tscore F-Zscore

あなたの骨密度は **0.932 g/cm²**です
 若い人と比較した場合は **92%**です
 同年代と比較した場合は **120%**です

骨密度測定 異常なし
 コメント 今回の検査で、あなたの骨密度は、若い成人の平均値と比較した場合、やや低下しています。また、同年代の人と比べて骨密度は上といえます。実生活で骨を丈夫に保つ、日光浴を促進しバランスのよい食事や適度な運動を心がけましょう。(DHE)

当院ではこの度、骨密度装置を更新いたしました。(DEXA法)

従来の機器に比べ、最新のセラミックディテクター&高周波X線管球の採用によって画像はより鮮明になりました。

DEXA法という検査方法で腰椎、大腿骨の2部位を正確に測定する事ができます。

骨粗鬆症ガイドライン（骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版）では「骨粗鬆症診断には、dual-energy X-ray absorptiometry (DXA) を用いて、腰椎と大腿骨近位部の両者を測定することが望ましい」とされています。

骨密度検査予約の詳細については、地域医療連携室にお尋ねください

認定看護師ってどんな看護師？

当院には、感染管理・摂食嚥下障害・慢性呼吸器疾患・糖尿病とそれぞれ専門分野の認定看護師がいます。また、今年の秋頃より、認知症看護の認定看護師が新たに加わる予定となっています。

特定の専門分野の中で、患者様、ご家族へ質の高い看護の提供を行い「その人らしい生活」ができるように支援しています。今回は糖尿病看護認定看護師の紹介をしたいと思います。

◆認定看護師 (Certified Nurse) とは



●制度の目的

認定看護師制度は、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践のできる認定看護師を社会に送り出すことにより、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上をはかることを目的としています。

●役割

認定看護師は特定の看護分野において、以下の3つの役割を果たします。

1. 個人、家族及び集団に対して、熟練した看護技術を用いて水準の高い看護を実践する。
(実践)
2. 看護実践を通して看護職に対し指導を行う。(指導)
3. 看護職に対しコンサルテーションを行う。(相談)

●糖尿病看護認定看護師 (Diabetes Nursing)の役割

糖尿病看護認定看護師は・・・

糖尿病をもつ人が生涯にわたり糖尿病と上手く付き合いながら、その人らしく生活していけるように支援していく役割を担っています。



●糖尿病看護認定看護師はどんなことができるの？

- フットケア(爪切り・角質ケア)や足の合併症を予防のために何をしたらいいのか知りたい？
- 透析予防に関すること(透析にならないために何に気をつければいいのか)
- 血糖値が落ち着かない、療養生活を送る上での悩み
- 間食がやめられず、どうしていいのか分からない？
- 糖尿病のことがわからない、教えてほしい。

など、糖尿病で知りたいことや療養生活での悩みや相談したいことにお答えしています。

●糖尿病看護認定看護師の活動および当院の糖尿病への取り組み

～認定看護師の活動～

◎看護専門外来での外来業務

- ・生活習慣病外来：毎週火曜8:30～12:30
- ・フットケア外来：第4火曜13:00～15:30

◎院内外における指導・相談

- ・糖尿病関連に関してのスタッフへの指導・教育
- ・院内における糖尿病に対する療養相談



- ・認定看護師へのご依頼は、内科外来看護師または、担当医へご相談してください。お気軽にご利用ください。

季節の健康レシピ



なすの青しそ炒め



～材料（4人分）～

なす……………4本(280g)
 たまねぎ……………1個(200g)
 サラダ油……………大さじ1(12g)
 青しそ……………2枚

〈合わせ酢〉

砂糖……………大さじ1(10g)
 みりん……………小さじ2(12g)
 しょうゆ……………大さじ1・1/3(24g)
 ごま油……………小さじ1(4g)



～作り方～

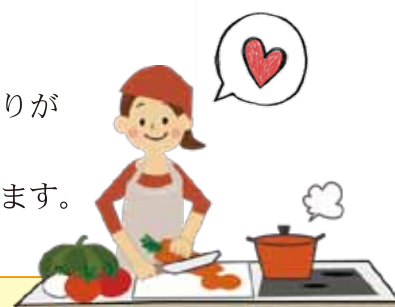
- ①なすは乱切りにして、水にさらしておく。(なすの変色を防ぎます。)
- ②たまねぎはくし形に切り、さらに3等分に切る。
- ③青しそは千切りにする。
- ④鍋に油をしいて、なすとたまねぎを炒める。
- ⑤具材に火が通ったら、合わせ調味料を加える。
- ⑥具材にたれが絡んだら、最後に青しそをちらして完成。

1人分の栄養価

エネルギー	124kcal
たんぱく質	1.5g
脂質	4.3g
食塩	0.5g

～アレンジ～

一味唐辛子をかけたり、合わせ調味料におろししょうがを加えると香りが立ってよりおいしくなりますよ♪♪
 香辛料やしょうがなどの香味野菜を使用することは、減塩にもつながります。



☆エネルギー制限の方へ☆

切ったなすとたまねぎを、電子レンジか蒸し器にかけて具材を柔らかくします。合わせ調味料はごま油を香りづけ程度に減らし、少量の水溶き片栗粉をまぜ、あんかけ風にします。そうすることで、エネルギーを2/3程度に抑えることができます。

☆カリウム制限の方へ☆

切ったなすとたまねぎを、沸騰したお湯で一度茹でこぼしをします。
 なすを細かく切ると水に接する表面積が増え、カリウムを水中に溶出させやすくなります。
 ④からは同じ作り方で作ります。



♪栄養ひとくちメモ♪

～おいしいなすの選び方～

皮の色が濃く、ハリとつやがあり、傷や変色の無いものを選びましょう。
 また、切り口がみずみずしく、へたがしっかりとし、とげが鋭くとがっているものほど新鮮です。
 なすのへたで手を切らないよう、十分気を付けて調理してください。

ロードトレイン乗車体験会をとおして 主任保育士 白藤 洋子



当院の重症心身障害病棟では、平成26年4月より利用者様の好みや楽しみに合わせた選択行事を取り入れてきました。選択行事には「ロードトレイン乗車体験会」のほかに「メイク体験会」「シャボン玉ショー」「ランチ会」「サンバカーニバル」がありそれぞれ利用者様ご本人の希望を優先にご家族様の意向を考慮してグループ編成しました。

「ロードトレイン乗車体験会」は、本物のD51を3分の1の大きさにリアルに再

現した形状で、前回参加された利用者様、ご家族様からは病院の敷地内で本物に近い汽車に乗れたということで感動の言葉が多数聞かれ、今後も是非企画してほしいという多くのご意見をいただきました。

今回平成28年4月27日(水)の実施で3回目となりました。この日は当初降雨が心配されていましたが、ちょうどよい気候の中で実施することができました。参加対象の方は主に重症心身障害病棟

の利用者様が中心でしたが、小児慢性の患者様も参加され、みなさん目を輝かせてとても良い表情が窺えました。場所は屋外訓練場を使用しミニSLが3周しました。乗車前にお一人おひとりが車掌の帽子をかぶり駅員に扮した格好で記念撮影し、写真をカードにしたものを乗車後その場で受け取りました。緑豊かな仁戸名の自然の中を心地よい風を受けながら、ミニSLが走りぬける様子は、さながらどこか違う観光地を走っているかのように感じられました。また、乗車体験会には人工呼吸器を装着された利用者様も医師、看護師の協力のもと無事に参加することができました。長期入院をされている利用者様にはよい気分転換や感覚刺激を全身で感じていただけたのと同時に、楽しい思い出をつくることのできたのではないかと思います。

利用者様の笑顔を大切に、普段は体験できない夢のある活動をたくさん企画していきながら、社会との繋がりを深め、さらに生活の質が高められる場として今後も継続していきたいと思っております。



病院各科紹介 腎臓内科

腎センター長 今澤 俊之

千葉県では毎年約 1700人の方が残念ながら新たに透析医療を開始する状況が続いています。このような状況の中、当院では千葉県における腎疾患医療の充実を図るべく糖尿病性腎症や慢性腎臓病(CKD)の重症化予防へ向けた診療(精査・教育入院、生活・食事指導等を含む)や慢性腎炎の診療(健診で血尿や蛋白尿を指摘された方への腎生検による正確な診断と治療)のみならず、緊急での迅速な診断・治療が必要な各種腎疾患(ネフローゼ、急性腎障害、急性腎炎、急速進行性腎炎など)への対応も最高レベルで実施できる体制を整え、国内有数の診療実績を上げてまいりました。また昨年度より遺伝性多発性のう胞腎の診療も開始しました。更に当院では、血液透析/腹膜透析・腎臓移植のすべての腎代替療法を非常に高い水準で実施しておりますので、患者さまのライフスタイルにあわせて最適な腎代替療法を選択することも非常に大きな利点です。選択のサポートをする腎代替療法選択外来も開設しています。当科は千葉県の腎疾患医療の中核を担うべくこれからも診療体制の充実を図ってまいりますので、是非ご利用ください。詳しい診療情報や受診方法については、当院ホームページもご参照ください。

○●今後のイベント予定●○

●第10回千葉東病院症例検討会

- 開催日 平成28年6月23日
- 内容 形成外科・内科医師より症例等について講演
- 場所 千葉東病院 大会議室
- 対象 医療関係者

●療育スタッフのためのスヌーズレン研修会

- 開催日 平成28年7月2日
- 内容 スヌーズレンに関する講義とグループワーク
- 場所 千葉東病院 療育訓練室
- 対象 国立病院機構職員

●摂食機能向上研修会

- 開催日 平成28年8月4、5日
- 内容 摂食機能向上に関する講義と実習
- 場所 千葉東病院 大会議室、療育指導室
- 対象 国立病院機構職員

●腎臓にやさしい減塩料理教室

- 開催日 平成28年10月22日
- 内容 腎臓病の方を対象にした減塩食の調理指導、医師による講義
- 場所 淑徳大学 看護栄養学部(第2キャンパス)
- 対象 患者さんとその家族

ちばとん

千葉東病院公認キャラクター

皆さん、はじめまして。
千葉東病院公認キャラクター「ちばとん」です。
看護師をめざして千葉東病院で修行中の宇宙人です。
これからよろしくおねがいします!!



外来診療担当医表

平成28年6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 祖山 暁子	関 直人	西村 元伸 花岡 美貴	/
	腎	今澤 俊之	首村 守俊 今澤 俊之 ※2	今澤 俊之 川口 武彦 ※2	/	川口 武彦 山川 貴史
	消化器科※2・3	/	/	/	/	太和田 暁之
	循環器科※2・3	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 二見 秀一	松村 竜太郎 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※2・3 (第1, 3週)
	結核外来(初診)	/	※6	※6	/	/
	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 高橋 匡輝	※4	※4	松村 千恵子 金本 勝義 小林 雅代 升田 真依 高橋 匡輝	※4
外科	初診	長谷川 正行	丸山 通広	(手術日) ※4	西郷 健一	青山 博道
	再診	西郷 健一 坏 尚武	長谷川 正行 大月 和宣 ※7 青山 博道		坏 尚武	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 赤津 頼一	田原 正道 赤津 頼一
泌尿器科		香村 衡一 ※1・3	今村 有佑 ※3	寺中 さやか ※3	香村 衡一 ※3	/
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	有川 理紗 ※1	千明 信一	(手術日)※4	有川 理紗 ※1
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	※5	※5	川上 浩幸	※5	※5
歯科 (入院患者様のみ)	一般歯科	大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子	/	/
	摂食嚥下リハビリ 周術期口腔ケア	/	/	/	大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子

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 午前だけの診療となります。

※2 予約制で午後だけの受付となっています。

※3 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。

※4 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。

※5 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。

※6 紹介状をお持ちの方のみの受付となっています。

※7 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)