



に とな 便 り

第26号

平成28年11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

連携室紹介



地域医療連携室は平成 21 年度に発足し、病院の窓口としての前方支援と退院にむけての後方支援を行ってまいりました。近年、医療・介護分野で重大な問題として注目されている2025 年問題を受けて地域包括ケアシステムの推進も図られてきており、医療も病院完結型から地域完結型へシフトしてきています。当院でも地域医療に貢献できるよう、地域の病院や診療所、訪問看護ステーションとの連携を強化し、患者様ひとりひとりがその人らしく地域で生活できるようにと取り組んでいるところです。連携室では今後も信頼を第一とし、地域と病院をつなぐ窓口としてサービス提供を行ってまいりますので、皆様のご協力をよろしくお願い致します。

目 次

連携室紹介.....表紙

広報キャラクター「ちばとん」紹介.....2

新採用医師挨拶.....3

●連載● 認定看護師による専門外来
～認知症～4

季節の健康レシピ5

重心病棟イベント
選択行事「ランチ会」6

病院各科紹介「アレルギー科」7

JR千葉駅構内に広告を掲載しました7

外来担当医表8

☆★What's ちばとん?★★☆

みなさんは千葉東病院にいるゆるキャラ「ちばとん」を知っていますか？

ちばとんは千葉東病院公認キャラクターです！

実は、ちばとんは豚に似ているけど『宇宙人』なのです。遠い星から観光目的でやって来た地球で宇宙船にトラブルが発生し、千葉市仁戸名町に不時着しました。その時ケガをした「ちばとん」を優しく介抱してくれた千葉東病院の看護師さんに憧れて看護師になることを決意し、現在修行中です。（ちばとんプロフィールより。）

《修行内容》

ちばとんがどんな修行をしているのか紹介するとん!!

- ・行事（重症心身障害病棟）のジャグリングショーや心魂プロジェクトに行ったとん。
- ・研修会・勉強会に参加して研修生と一緒に触れ合って、写真を撮ったとん。
- ・掲示板や資料、ポスターのワンポイントとして活躍しているとん。
- ・小児病棟へ遊びにいったたくさん友だちになったとん。
- ・看護師募集に行って、千葉東病院のPR活動をしているとん。
- ・クリアファイルなどグッズになっているとん。

みんなに知ってもらえるように日々頑張っているとん～!!

これからもよろしくだとん♪♪♪



《ちばとんプロフィール》

【種族】宇宙人、豚に似てるけど豚じゃない

【性別】不明 【誕生日】2月17日【性格】とても温厚 【家族】既婚

【好きな食べ物】ハム・豚丼【言語】600万を超す宇宙言語＋日本語

【口癖】語尾に「とん」がつく、現在変声期のため声が違う時がある

【ボディー】ピンクの部分とクリーム色の足は宇宙服、素肌は鼻とおへそだけ

【鼻】少し湿り気がある 【しっぽ】敏感 【目】つぶら

【おへそ】触るとみんな友達 【ほっぺ】とても赤い、具合が悪いと白くなる

【耳】通常時は折れ耳だが、怒ると立つ

【ひづめ】偶蹄目型ひづめ手袋とスリッパ、実は中身は5本指

【宝物】乗ってきた宇宙船、千葉東病院の秘密地下室に隠してある



■新採用医師ご挨拶

神経内科

本田 和弘

前職は8年間国立国際医療研究センター国府台病院神経内科に勤務していました。外来では軽度認知機能障害や早期アルツハイマー型認知症の診断に、病棟では神経難病の慢性期医療に携わっていくことになります。早期の認知症の診断を行い、かかりつけ医にて治療継続をお願いする方針となりますので、地域の開業医の先生方のご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。ご紹介をお待ちしております。



神経内科

荒木 信之

2016年10月より神経内科医として勤務させていただいている荒木と申します。これまで、千葉大学医学部附属病院及びその関連病院の神経内科で診療に従事してきました。脳梗塞やてんかん、認知症など患者さんを診てきましたが、最近では主にパーキンソン病やアルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症などの変性疾患患者さんの診療・研究に携わって参りました。千葉大学病院では変性疾患の患者さん方の自律神経の研究もさせていただいておりました。千葉東病院は神経難病を中心とした専門医療を行う病院ですので、今までの経験を活かして少しでも皆様のお役に立てればと思います。よろしくお願いいたします。



腎臓内科

岡島 真里

9月より着任しました岡島と申します。医師8年目になります。これまでは群馬県にて一般内科・救急・腎臓内科医として勤務してまいりました。

腎臓は全身にかかわる臓器であり、腎障害の進行に伴い多くの合併症を伴うようになります。早期に発見、治療へつなげ、患者様に元気に暮らしていただけるようお手伝いできればと考えております。また、腎代替療法についても、血液透析・腹膜透析・移植についてご説明し、最も適した方法を選択できるよう心がけていきます。

日々知識をup dateしつつ診療に当たりたいと思います。何卒よろしくお願いいたします。



●連載● 認定看護師による専門外来 ～認知症～

認知症看護認定看護師 榎本 順一

はじめまして。9月より活動を始めました、認知症看護認定看護師の榎本順一です。

最近の調査では 65 歳以上の7人に1人が認知症であり、団塊の世代が75 歳以上となる約10年後には 5 人に 1 人が認知症の時代が来ると言われています。認知症の人の割合が多くなるということは、認知症の人が病院に入院する機会も多くなります。

認知症の人は、入院というこれまでと異なる環境になじむことができずに生活が混乱することがあります。例えば、畳の上での生活がベッド上となり、夜にふと目が覚めてトイレに行こうと起き上がり、畳の上の布団と勘違いして歩き出してしまった結果、ベッドから落ちて骨折してしまったという報告があります。

また、認知症の人は、考えや思いを伝えることが上手にできず、不安やストレスを抱えていることがあります。認知症の人が入院で混乱をきたすことなく、安心・安全・安楽に入院生活を送っていただくためには、これまでの生き方や生きてきた環境などの「その人らしさ」を大切にした「環境づくり」が必要となります。

私は専門職として学習会等を開催し、その「環境づくり」に関する知識や方法を伝えています。また、当院では患者さんが安心して治療を受けられるように医師・看護師・医療相談員など多職種でチームを結成し、活動しています。



こんなこと思い当たりませんか？

- ☐ しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも物を探している
- ☐ 話のつじつまが合わない
- ☐ 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ☐ 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
- ☐ 外出時、持ち物を何度も確かめる
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった

1つでも当てはまったら「認知症」の始まりかもしれません。

公益社団法人「認知症の人と家族の会」HPより抜粋



毎週木曜日に「もの忘れ外来」をやっています。とん。
完全予約制です。とん。

043-261-5171(代表)

季節の健康レシピ



豚肉とブロッコリーのさっぱり炒め



～材料（2人分）～

豚もも肉……………150g	穀物酢……………大さじ1(15g)
酒……………小さじ1(5g)	しょうゆ…大さじ1/2強 (10g)
食塩……………0.2g	砂糖……………小さじ1(3g)
こしょう……………0.1g	片栗粉……………小さじ1/2(1.5g)
ブロッコリー……90g (1/4個)	水……………小さじ1(5g)
長ネギ……………50g (1/2本)	
しょうが……………6g	
サラダ油……………大さじ1/2 (8g)	



1人分の栄養価

エネルギー	213kcal
たんぱく質	18.0g
カリウム	418mg
食塩	0.9g



作り方



- ①豚肉はひと口大に切る。切った豚肉に塩とこしょうと酒をふって下味をつける。
- ②ブロッコリーを一口大に切り、沸騰したお湯に入れて固めにゆでる。
- ③長ネギは2cm幅の斜め切り、しょうがは皮をむいて千切りにする。
- ④穀物酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉、水を合わせておく。
- ⑤熱したフライパンにサラダ油を入れ、しょうがと①を炒める。
- ⑥豚肉に火が通ったら、②と長ネギ入れさっと炒める。
- ⑦④をまわし入れ、全体にからめながら炒め、完成。

穀物酢を黒酢に変えると、味が
まろやかになりコクが出ます。

☆たんぱく制限の方へ☆

腎臓病の食品交換表で豚もも肉15g＝1単位（たんぱく質3g）に当たります。普段主菜が1食2単位程度の方や1日のたんぱく質が30g～40g制限の方は、豚もも肉を1人あたり30～35g程度にします。減った分のエネルギーはごま油を適量垂らすと補えます。また、豚もも肉を豚ばら肉に変えることでエネルギーを増やし、たんぱく質を減らすことができます。

☆塩分制限の方へ☆

しょうゆを減塩しょうゆにすることにより、さらに塩分を抑えることができます。

☆カリウム制限の方へ☆

ブロッコリーを小さく切って茹でることによってカリウムを減らすことができます。



♪栄養ひとくちメモ♪

～ブロッコリーの茹で方～

花蕾と茎では火の通りがちがうので、ゆでるときは切り分けて茎から先に鍋に入れるのがコツです。加熱しすぎると食感も味も悪くなります。色よく火が通る程度に2分ほど茹でたら、ザルに広げて冷まし水気をしっかりきりましょう。

重症心身障害病棟 選択行事「ランチ会」

療育指導室 保育士 副島 千枝

8月3日（水）に、療育訓練室におきまして選択行事「ランチ会」を行いました。

これは重心病棟の利用者がレストランで外食するような特別な気分を味わいながら、食事を楽しむ行事です。

会場はテーブルクロスやランチョンマット、テーブル装花で装飾し、本格的なレストランが院内にオープン!!

食事は素材の形はそのまま、つぶすと柔らかい「あいーと」を使用したフルコース料理です。



MENU
彩り野菜のコンソメ煮
パンプキンスープ
パン
チキンカツorグリルドビーフ
チョコレートケーキ
コーヒー

利用者の皆さんは、コース料理のように一皿ずつ出てくる食事を、ジャズの生演奏を聴きながらゆっくりといただきました。



今回は近隣のスターバックスコーヒージャパンの協力を得る事ができ、デザートの中にはエスプレッソマシンで淹れたコーヒーの香りが、会場いっぱいに広がります。利用者にとっては初めてのコーヒー、あっという間に飲み干し、付添いのご家族も一緒に楽しむコーヒータイム!!

チョコレートを口の周りに付けながら、満面の笑みが見られました。

今後も、利用者がスペシャルな体験のできる行事を開催していきたいと思います。来年のご予約もお待ちしております!

病院各科紹介

アレルギー科

リウマチ・アレルギーセンター部長
松村 竜太郎

当科では、リウマチ、膠原病や、アレルギー疾患（気管支喘息を除く）の診療をおこなっています。この分野の診療は新しい検査や治療法の導入により長足な進歩を遂げており、特に早期の関節リウマチは治癒や寛解を目指し、生活に不自由を生じないような治療が可能となりました。

一方で、長い病歴をお持ちの患者さまに対しても、新しい治療を導入し、整形外科との連携のもとで手術療法をお勧めすることも含め、生活に不自由を生じないようになりつつあります。

さらに、一般病院では診療困難なこれら疾患の患者さまの治療のため、24床の入院病床を確保して、治療、療養、回復のためのリハビリを施行しています。加えて、リウマチの教育入院や、リウマチ膠原病教室を開催し、患者さまに勉強していただき、病気を克服していただく機会も提供しております。

当科では、リウマチ、膠原病、アレルギー疾患の医療の千葉県における中核となるべく、これからも診療体制の充実を図っていきます。これらの疾患でお困りの方や、心配な方の受診をお待ちしております。詳しい診療情報、受診方法は当院ホームページをご参照ください。

○●JR千葉駅構内に広告を掲載しました●○

新しくなった JR千葉駅のデジタル広告に千葉東病院の紹介動画を掲載しました。場所は東口改札を出て左側、「ハスの時計」の下にあります。

広告はランダムで自動再生されるほか、千葉東病院のロゴや、地図で当院の場所を選択することで再生されます。動画では病院のご案内のほか、ご挨拶するちばとんに会うことができます。

千葉駅にお越しの際は是非ご覧になって下さい。



地図や当院のロゴを押すと動画が再生されます



外 来 診 療 担 当 医 表

平成28年11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 ※3 岡田 絵里 ※2 熊倉 慧 ※2 岡島 真里 ※2	今澤 俊之 川口 武彦 ※3	上原 正樹 ※2	川口 武彦 山川 貴史 岡田 絵里 ※1 熊倉 慧 ※1
	消化器科※3・4					太和田 暁之
	循環器科※3・4	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 特殊外来(治験)		本田 和弘 吉山 容正※1・9 特殊外来(治験)	磯瀬 沙希里 荒木 信之
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	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※3・4 (第1, 3週)
	結核外来(初診)		※7	※7		
	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	※5	※5	松村 千恵子 金本 勝義 小林 雅代 升田 真依 高橋 匡輝	※5
外 科	初 診	長谷川 正行	丸山 通広	(手術日) ※5	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 ※8 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・4	今村 有佑 ※4	寺中 さやか ※4	香村 衡一 ※4	
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)※5	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	※6	※6	川上 浩幸	※6	※6
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 午後だけの診療となります。

※3 予約制で午後だけの受付となっています。

※4 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。

※5 受診を希望される場合は、お電話にてご相談ください。

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。

※6 電話での相談には応じます。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。

※7 紹介状をお持ちの方のみの受付となっています。

※8 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)

※9 もの忘れ外来となります。