



新年おけまして
おめでとうございます。

今年は午年やな～！「何事もうまくいきますように…」
今年もみなさんのご健康と幸せを祈っとるけんあ～
くすのき新聞もよろしくおねがいします。



独立行政法人 国立病院機構東徳島医療センター

〒779-0193 徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1

TEL 088-672-1171 FAX 088-672-3809 URL <http://www.hosp.go.jp/~east/> e-mail admin@etokusima.hosp.go.jp

1月号

vol.102

2014.1.1

新年を迎えて

院長 長瀬 教夫



あけましておめでとございます。
2014年は午年になります。
これまでの午年の歴史を振り返って
みると大きな出来事がたびたび起
こっているようです。
1894年(明治27年)7月には
日清戦争が、1906年(明治39年)
にはサンフランシスコ大地震が起こり、
22万5千人が家を失った
といわれています。

1918年(大正7年)には米騒動が起き、
第一次世界大戦が
終結しています。
そして1942年(昭和17年)は第2次大戦の
さなかでミッド
ウエー海戦が行われました。

1954年(昭和29年)には洞爺丸の遭難事
故が起き、ビキニ
環礁での水爆実験による被曝事故が
おきています。

1966年(昭和41年)には中国で文化大
革命が起きています。
とこまでは暗いニュースが多いので
すが、
1978年(昭和53年)には成田国際空
港が開港し、日中平和
友好条約が結ばれました。
1990年(平成2年)には東西ドイツ
の統一が成し遂げられ
ました。

さらに2002年(平成14年)には小柴
昌俊さんにノーベル物
理学賞、田中耕一さんにノーベル化
学賞が授与されました。
とこのように近年は明るい出来事
が増えているようです。

さて今年2014年はどんな年になる
のでしょうか。国民生活
に影響の大きい消費税率の引き上
げが4月に始まります。景気は上
向きだといえるもののなかなか普
段の生活では実感したいものがあ
ります。医療の世界でもいろいろ
な変化が起こりそうです。
が、東徳島医療センターとして
はかねてからご希望の多い、整
形外科の診療を再開したいと思
い、徳島大学などの関係機関と
協議を行っており、実現に向け
て努力したいと考えています。

地域の方々の生活改善を目的とし
たメタボ教室は第2シーズン
として高血圧をテーマに、昨年
は板野町、北島町で開催し、今
年は上板町でその後、藍住町で
の開催を予定しています。この
ほかにも健康教室の様な講座が
開催できたらと考えています。

本来の病院での診療事業は、医
師数の確保などいろいろな厳し
い面はありますが、現在の医療サ
ービスを引き続き提供し、より
安心で安全の診療を行いたい
と考えています。年末には充
実した一年であったといえるよ
うに職員一同がんばりたいと思
います。

外来診療医師担当表 (平成25年4月3日現在)

独立行政法人 国立病院機構東徳島医療センター

徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1 TEL (088)672-1171



診療科	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	一診 井内 (循環器)	井内 (循環器)	森 (呼吸器・漢方)	長瀬 (循・糖)	三好 (内科一般)
	二診 大石 (循環器)	三好 (内科一般)	長瀬 (循・糖)	福野 (消化器)	大石 (循環器)
	三診 林 (消化器)	岸 (消化器)	林 (消化器)	岸 (消化器)	福野 (消化器)
	四診 朝田 (呼吸器)	大木 (循環器)	朝田 (呼吸器)	大木 (循環器)	青野 (呼吸器)
	四診 (午後)青野 (呼吸器)				(午後)森 (呼吸器・漢方)

診療科	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
外科	一診 本田 (消化器・乳腺)	須見 (甲状腺・乳腺)	齋藤 (消化器・呼吸器)	本田 (消化器・乳腺)	松岡 (呼吸器・外科一般)
	二診		笹 (乳腺)		
小児科	一診 白川	徳大医師 (第3週午前) (腎臓外来)	白川 (午後) (成長発達外来)	休診	白川
	専門				
放射線科	一診 広瀬	広瀬	手塚	広瀬	手塚
泌尿器科	一診 栗原	徳大医師	栗原	中西	栗原

※ 外来診療の受付時間は、午前8:00～11:00

クリスマスツリー

呼吸器科 青野 純典

この原稿が出るころには少し季節はずれになっていることですが、アメリカのクリスマスツリーについて。

アメリカでは、一般に生木のツリーが流通しています。少し山のほうに行くと見渡すかぎりツリー用の針葉樹の幼木が植えられているのを見ることがあります。私もアメリカ留学していた時にはせっかくですので、生木のツリーを購入し飾りました。さてどのくらいのサイズだと思われますか？実は2m前後のサイズが人気です。日本のプラスチック製ツリーから考えるとすごく大きいと思いませんか。私が住んでいたエリアではこのくらいのサイズが40～50ドルで売られていました。日本の感覚からするとかなり安いですね。ではどこで買うのか？クリスマスの時期が近づくとスーパーのとなりの空き地などで大量にツリーをならべて売られていました。買ったツリーは車の上にくくりつけられたリトラ



ンクからはみ出すようにして運ばれていました。なんかアメリカらしいワイルドな光景です。私の場合は住んでいたアパートメントのコミュニティ内にある広場で売られていましたので肩に担いで持って帰ることができました。たしかちょうど私の身長くらいのツリーだった気がします。ちなみにこの広場では定期的にオーケストラや楽器の生演奏があったり屋外映画が上映されたりします。アメリカってすごく優雅ですね。羨ましかぎりです。

日本ではクリスマスツリーは12月上旬に飾りつけて25日のクリスマスが終わると正月が近づいてきますからすぐに片づけているご家庭が多いのではないのでしょうか。アメリカでは1月の上旬頃に片付けをする家庭が多いようです。これには実は理由があって「12 Days of Christmas」というクリスマスキャロルに歌われているように、クリスマスイベントはイエス生誕を祝う25日に始まり、東方の三賢者がキリスト生誕を祝って贈り物を持って現

れたことを記念する1月6日の公現祭に終了する12日間を指すのが正式だからです。だからというのではないですが、私のうちでも1月上旬まで飾っていました。ただ単にせっかく買ったツリーを少しでも長く楽しみたかっただけなのですが。ところでこんな大きなツリーどこに捨てるの？って思いませんか。ごみの回収日に道路わきにそのまま出しておけばOKだったり、



4フィート以下に切らなければいけなかったり、所定の場所まで運んでいかなければいけなかったりと自治体によってまちまちですが、私のアパートメントではごみ置き場にそのまま放り込んでおけば勝手に回収してくれました。またこのごみ置き場には時に自転車などの大物も放り込まれていたりしますが気付くとちゃんと無くなっていたので回収してくれていたのでしょう。さすが大雑把で大量生産大量消費の国、This is USA! (ただの偏見?)

生木のツリーの使い捨てというのは当然環境問題視されるべきことですが、実際に家に飾っていると生の木の香りや雰囲気があって幸せな気分にしてくれます。帰国後も毎年12月になると生木のツリーが恋しくなるのですが当然手に入るすべもなくこれまであきらめてきました。しかしインターネットで1m40cmサイズの鉢植えのモミの木を売っているのを発見し今年は生木に挑戦しようと考え購入してしまいました。鉢植えなので環境にもやさしいです。ただしうちの家には1年中モミの木が飾られることになりましたが。。。。。



第67回国立病院総合医学会に参加してきました！

11月8～9日に、第67回国立病院総合医学会が石川県金沢で開催され、糖尿病チームで参加してきました。学会のテーマは「vita Nuova (新生)！国立医療～新たなる船出に向けて～」で、全国の国立病院機構の職員から、2408題の研究発表や活動報告がありました。

私も、「当院における糖尿病透析予防指導の取り組み」をテーマにポスター発表を行いました。

糖尿病透析予防指導とは、糖尿病の合併症（糖尿病に関連して起こる他の病気）の一つである腎症が進行し透析療法が必要とならないように療養支援（塩分制限やたんぱく質制限、日常生活の注意点



などの指導）を行うことです。

当院では、平成24年8月より、糖尿病専門医である長瀬院長と、松本管理栄養士、大花の3人でチームを組み、毎週水曜日の午前中に療養指導を行っています。指導を受けて下さった患者さんからは、「今まで腎症について知らなかった」「尿たんぱくなど検査の意味を知らなかった」など、腎症についての情報が不足している声や、「漬物を減らそうと思う」「食べ過ぎやけん、間食を減らします」など指導内容を生活に取り入れて下さる声が聞かれています。これからも患者さんに合った指導が行えるように努力したいと思います。糖尿病透析予防指導に興味のある方は、長瀬院長や外来スタッフに声をかけて下さいね。

また糖尿病チームからは、阿部薬剤副科長が「院外から院内へ！出張型（デリバリー）教室を通じて地域への健康啓発を行う」をテーマに、パイパイメタボ教室（生活習慣病予防教室）の活動報告を、小川検査技師が「糖尿病教育入院患者の動脈硬化について」、常陸副看護師長が「糖尿病教育入院患者に対する負担感情へのアプローチ」をテーマに発表を行いました。

2日間の日程で、兼六園など観光は一つも行えませんでした。学会前日に解禁となった蟹は美味しくいただきました。徳島からバスと、JR（サンダーバード）で5～6時間かかり遠い道のりでしたが、楽しい旅ができました。

このような学会発表などに参加し、今後も自己研鑽をしていき、地域住民の方々や、糖尿病をお持ちの患者様によりよい糖尿病医療を提供していきたいと思っています。糖尿病の食事療法や運動療養、薬物療法、日常生活について分からないことや、困っている事がありましたら、お気軽にスタッフにお声をかけて下さいね。

（糖尿病看護認定看護師 西4病棟／大花美千代）

「職場体験学習を受け入れて」

当院では、『働くことの意義を体験し、職業に対する意識を高め、今後の中学校生活において望ましい職業感・勤労感をもてるようにする。自己の能力・適性・興味などについて自己理解を深め、主体的な進路選択の能力を高める。社会生活や職業生活を営む上でのマナーや礼儀、言葉遣いなどの大切さを理解し、社会人・職業人としてのあり方を知ると共に、地域社会の人々の繋がりを深める。』を目的として、中学生の職場体験学習を受け入れています。具体的な内容として、『各職場体験を通して仕事に関心を持つことができる。職業体験を通して自分自身の生き方を見つめるきっかけとなる。患者様や病院で働く人々とコミュニケーションをとることができる。』ために、計画を立てて指導をしています。



痛くないかな(>_<)

今年は、藍住中学校と藍住東中学校の中学2年生を受け入れました。藍住中学校は10月18日の1日間で看護師の職場を8名が、また理学療法士の職場を3名が体験学習をしました。藍住東中学校は、11月21日・22日の2日間で看護師の職場を4名が、また病院薬剤師の職場を4名が体験しました。看護師の職場体験学習は毎年受け入れているため指導方法の経験はありましたが、理学療法士と病院薬剤師は今年初めて職場体験学習を受け入れたため、上手に教えられるだろうか？生徒は仕事をわかってもらえるだろうか？などなど悩みながら指導しました。

藍住東中学校は8人全員を対象にチーム医療の一環として看護部と薬剤科が協力して指導内容を計画しました。薬剤師は糖尿病患者様が使用する自己注射用インスリンペンタイプのデモ注射器で使用方法を説明し、生徒の腹部に巻いたゴムパッドに注射を体験してもらいました。次に実際に呼吸器疾患患者様が使用する音の出るデモ吸入器を使用して、どれくらい強く吸えば音が出るかの説明と練習をした後で、生徒同士が患者様と医療従事者役に分かれて吸入指導を体験してもらいました。さらに、感染管理認定看護師が消毒液による手洗い説明を行った後に実際に手洗いを体験してもらい、洗い残しがないかを装置を使用して確認しました。

今回初めて中学生を受け入れた薬剤科では、薬剤師が東徳島くっすー君（当院マスコットキャラクター）の模倣処方せんを作成して、その処方せん通りに薬の袋に名前や飲み方を記入し、電子天秤で薬に見立てた粉を計り、錠剤に見立てた粒ガムをパックする体験をしてもらいました。また実際の錠剤をヒートから出して、「その錠剤の名前はなにか？」とクイズを出したり、注射液に見立てた液体を注射器で必要量抜き取り、別の注射液に混ぜることも体験してもらいました。病棟では実際に薬剤師が指導している現場に同行し、カルテの見方やベッドサイドで患者様へ薬の指導をしている現場を体験してもらいました。

最後に、修了書を一人一人に手渡して中学生からの感想を聞いたところ、「職場体験学習をして楽しかった」という嬉しい言葉を頂きました。これからも、未来の看護師、理学療法士、薬剤師になりたいという夢の実現のために少しでも当院が役に立てば幸いです。（薬剤科長／木内 司）



真剣なまなざし



処方せん通り出来ましたよ



ピッタリ(^_^)

地域の「中学生職場体験」を歓迎！！

職場体験とは 生徒が事業所などの職場で働くことを通じて、職業や仕事の実際について体験したり、働く人々と接したりする学習活動のことです。

よろしくお願いします(^o^)



看護部では、地域が一体となって生徒を育てる役割を担うために、平成19年から小学生及び中学生の職場体験を受け入れています。

今年も11月に近隣の中学生が体験学習に来てくれました。その楽しい様子をお届けします。

今回は、生徒4名を受け入れましたが、話によると看護師体験は倍率が高かったようで、泣く泣く他の体験場所になった生徒もいたようです。

体験学習は2日間にわたり行われ、スキル・ラボ室（研修室）での、心音の聴取、モデルを使用しての採血の見学、感染管理認定看護師による「バイバイ菌」と題した手洗いの体験などに、真剣な表情で見入ったり歓声をあげたりと生徒一人一人が輝いていました。

病棟では、二人一組になり担当看護師に血圧測定の指導を受けて、生徒同士で測定を行い、また、注射の準備やベッドメイキングなども行いました。重症心身障害児（者）病棟では、患者さんとキャッチボールや紙芝居を一緒に見るなどの体験をしました。これらの経験を通して、生徒からは「言葉が通じなくても心のキャッチボールが出来たような感じがしました」と感想があり、中学生の感性に改めて私たち自身が考えさせられました。

今回、参加した生徒全員が「将来看護師になりたい!」と目を輝かせながら笑顔で帰る姿を見送り、次の世代の活躍に期待が膨らんだ2日間でした。また、来年も小学生や中学生の皆さんとお会いできるのを楽しみにしています。（看護部 教育担当看護師長／高市 美幸）

聞きました (@_@;)



ゆっくり 下げてね!(^^)!



手洗いはね... とても大切ですね(・_・)



● 看護学校便り ●

～ 看護師への想い 宣誓式で決意 ～



今春入学した1年生41名の宣誓式が11月29日（金）看護学校講堂で行われました。
看護の道に進む自覚を一層深め、「誓いの言葉」を全員で力強く宣誓しました。

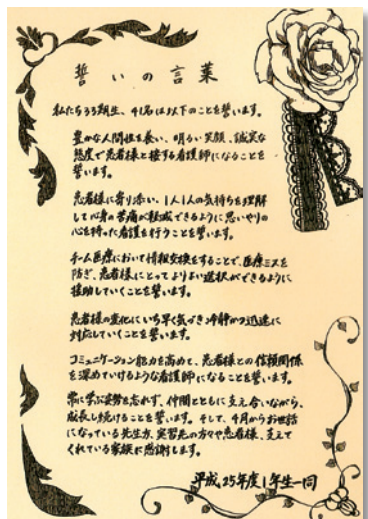
「誓いの言葉」は9月から学生達が考えたものです。まず、41名1人1人が、自分の目指す看護師像について言語化し発表しました。その後、各々の思いを土台として、クラス全体で「誓いの言葉」を決めました。その過程で、自分の意見を表現する難しさや自分の考えを知ってもらえるよう努力すること、仲間の意見を聴く姿勢を持つこと、そして協力してひとつのことを成し遂げることの難しさと重要性を感じたようです。結果、宣誓式では、41名の言葉が乱れることなく堂々とした「誓いの言葉」が聞かれました。

今後は、学内での授業や試験と並行し、2月下旬からの臨地実習に向けて事前学習や看護技術の練習に取り組みます。私たち教員も、



クラスの仲間と誓った想いを忘れることなく、支えてくださる方々に感謝し、自分の目指す看護師像へ一歩ずつ近づけるよう学生を支援していきたいと思います。

臨地で関わってくださる患者様、模擬患者として協力いただいているボランティアの皆様、病院職員の皆様、どうか学生を暖かく見守っていただき、看護師として成長ができるようお導きいただけたらと願っています。



（看護学校教員／田村 智子）

糖尿病教室の ごあんない



日時 2014年1月9日(木)
午前11時～午後2時

場所 第二会議室(二階)

内容 『塩分の多い食べ物について』 管理栄養士
『自分の足を守ろう!』 看護師
※試食会(400円／材料費込)



いつもここから

春には桜、夏は百日紅、秋はもみじの紅葉など四季折々の木々や花を楽しんでいただき、心豊かに過ごしていただけます。

サービス付き高齢者向け住宅は、賃貸住宅となっており、併設のデイサービス「いつでも夢を」と民家型デイサービス「いつもここから」、訪問介護等在宅サービスを利用することができます。

また、民家型デイサービスの敷地内では障がいを持った児童の放課後支援を行っており、世代を超えた交流でノーマライゼーションに取り組んでいます。



行事食(食事も工夫しています!)

「人生という物語を、主人公として生き続ける」
人は誰も、自分の人生を主人公として生きていきたいと願っています。そして、その思いはたとえ高齢になっても持ち続けているものであると考えています。

私たちは、そのような思いを持った方々が、いつまでも自分らしく生き続けられるようにお手伝いをさせていただきます。

ご自宅での生活が難しくなったとき、できるだけご自宅での同じような気持ちで過ごしていただける住まいが「いつもここから」です。



施設概要

施設名	いつもここから
住所	板野郡藍住町東中富字敷地傍示45番地5
電話	088-692-8589
施設区分	サービス付き高齢者向け住宅
入居定員	20名 全室個室
入居条件	要介護認定で要支援1～要介護5と認定された方
併設サービス	デイサービスいつでも夢を 民家型デイサービスいつもここから ヘルパーステーションあい 居宅介護支援センターあい 放課後等デイサービスいつもここから
協力医療機関	板東診療所