

◆ 外来診察担当表 (2015年1月1日現在)

	月	火	水	木	金
神 経 内 科	小 長 谷	酒 井 木 村	久 留 前 嶋	小 長 谷	久 留
内 科	野 口	安 間 (循環器内科)	小 椋 (血液内科)	安 間 (循環器内科)	棚 橋 (循環器内科)
小 児 科		予 約			予 約
整 形 外 科		田 中 (装具外来)			田 中
リハビリテーション科					田 中
皮 膚 科		予 約			
歯 科	永 田	永 田		松 谷	
禁 煙 外 来	野 口			安 間	

- 外来受付は8:30~11:00、診療開始は9:00~です。
- 歯科は身体障害者の方に限ります。
- 装具外来は火曜日の午後1:30から整形外科で受付いたします(あらかじめ電話予約のうえお越し下さい)。
- 小児科外来は担当医とご相談のうえ、ご予約下さい。
- 土曜日、日曜日、祝祭日は休診です。

◆ 交通案内

- JR「加佐登」駅より徒歩8分
- 東名阪「鈴鹿」I.C.より車8分
- 近鉄「平田町」駅よりタクシー15分
- 三交バス(荒神山口行き/椿大神社行き)
「加佐登神社前」下車すぐ
- 鈴鹿市西部地域コミュニティバス
椿・平田線「26加佐登神社」下車すぐ



◆ 編集後記

日、一日と芽吹く季節から新緑の季節へと変わりつつあり本号が出版される頃には、もう梅雨の時期でしょうか？インフルエンザの季節から花粉症の季節にかわり、そしてちょっと憂鬱な梅雨の季節で体調管理も結構たいへんですね。

新人特集の本号が出版される頃には新人の仲間も採用から2ヶ月を越えている頃となります。今年の新人はどうでしょう？お世辞にも一人前とは言えないかもしれませんが、全員、患者さんを支える気概は充分の仲間です。竹の子が育つように早く一人前になるよう、もうしばらく見守ってあげて下さい。

業務班長 佐合 弘至

独立行政法人国立病院機構 鈴鹿病院

〒513-8501 三重県鈴鹿市加佐登3丁目2番1号 Tel 059-378-1321(代) Fax 059-378-7083 <http://www.hosp.go.jp/~suzukaww/>

平成27年5月発行



鈴鹿の風

2015.5
第24号

「鈴鹿病院筋ジス医療50周年」

院長 小長谷 正明

新規採用職員・転入職員紹介 新任者の紹介

医学トピックス

- マインドフルネス～健康維持や長寿のための健康法～

地域医療連携室だより

- 介護保険料について

薬局に「投薬表示システム」を設置しました いきいき健康講座を開講

トピックス

- 辞令交付式を行いました
- 永年勤続者表彰を行いました

院内の四季の花 平成オタクコラムプロ野球編16



平成27年度新規採用看護師

病 院 理 念

- 私たちは、国民に奉仕する立場から、政策医療である筋ジストロフィー・重症心身障害・神経難病の分野において、患者様本位で質の高い専門医療を提供します。
- 私たちは、充実した医療と健全な経営を心掛け、常に意識改革を怠りません。

鈴鹿病院筋ジス医療50周年

独立行政法人国立病院機構 鈴鹿病院長 こなが や まさあき 小長谷 正明



昭和39年（1964年）10月に国立療養所鈴鹿病院は進行性筋萎縮症の患者26床を整備し、そこから医療を必要とする障害者のためのセイフティネット系の政策医療を担う歩みが始まりました。その後、筋ジス病棟は、昭和44年5月には2個病棟96床、47年3月には3個病棟120床と拡大しています。

しかし、当初はお手本とするものがなく、十分な医療であったとはいえませんでした。私は、昭和54年に初めて筋ジス病棟に足を踏み入れたのですが、あまりの重症さと、習って来た医学知識が全く役に立たないことに呆然とした記憶があります。手足の不自由を治すどころか、呼吸不全や心不全で状態が悪化すると、瞬く間に不幸な経過を辿っていました。

転機は、昭和から平成の移行期での人工呼吸器療法の導入です。まずは体外式の人工呼吸器が試され、次いで鼻マスクや気管切開による人工呼吸器が導入されました。効果は靚面で、Duchenne型で言えば、寿命は10年以上伸びています。最近では、人工呼吸器は病院全体で常時約100台、療養介護病棟（筋ジス病棟）では約80台が稼働しています。また、βブロッカーを主とする心不全対策も予後を大きく変ええました。

かくして、電動車いすに人工呼吸器を積み、またコンピュータやインターネットにより、筋ジスの患者さんたちは時間的、空間的、精神的にも世界が拡大したのです。そのような筋ジス医療で培われた医療技術やノウハウが、重症心身障害児（者）や神経難病へと波及していきました。

平成16年4月の独立行政法人化により、国立病院機構鈴鹿病院となり、職員全体がよりよい医療の提供と経営改善を目指した結果、平成12年2月には4個病棟240床とリハビリ、療育室からなる中央病棟が開棟しました。日々近代化が一縷しい医療機器や介護機器を考慮して将来スペースを確保するとともに、2年後に完成した外来診療棟と併せて、機能的な療養の場になっています。

今後、筋ジスや神経難病、重心などの、変性疾患の病態が解明されていき、遺伝子治療など先端医療の恩恵をこの分野の疾患も受けると予想されます。そのような日に備えて、当院も、より充実した医療の場であり続けるよう、意識を心がけていかなければなりません。

新規採用職員・転入職員紹介



べつ しょ きよ み
別所 清美

看護師

一年間のブランクがあり、また初めての科でわからない事やとまどう事が多くあります。早く仕事に慣れるように頑張りたいと思いますのでご指導よろしくお願いします。



なが の み え こ
長野 美恵子

看護師

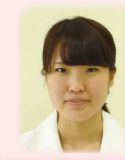
まずは早く病棟の雰囲気慣れ、焦らず確実に業務を覚えていきたいです。分からないことだらけでご迷惑をおかけすることも多々あるかと思いますが、ご指導よろしくお願いします。



きつ かわ ゆ み こ
吉川 裕美子

看護師

私は人の笑顔が大好きです。日々のコミュニケーションを大切に、みんなが笑顔で過ごせるような看護をしていきたいです。そして患者さんやその家族に頼りにされるような優しい看護師になりたいです。



こ たに あい み
小谷 愛美

看護師

患者さんひとりひとりの個性を理解し、日々学び続ける看護師でありたいと同時に、社会人として責任のある行動をとりたいです。患者さんの笑顔が見られるよう、まず自分がいつも笑顔で接していきたいです。



いい だ ま ゆ か
飯田 真由香

看護師

夢の看護師になれてとても嬉しいです。今はわからない事だらけで不安もありますが、はやく病棟にも慣れ、戦力になれるように頑張りたいです。



で ぐち は づき
出回 葉月

看護師

患者さんの想いに寄り添った個性のある援助が行えるよう、知識や技術を身に付けていきたいです。



ふじ もと な み
藤本 奈巳

看護師

ひとりひとりの患者さんの思いに寄り添った看護をしていきたいです。そのために1日でも早く患者さんの顔と名前を覚え、また多くの知識や技術を身につけていけるよう日々努力します。



お ぐり かず や
小栗 和也

臨床検査技師

まだまだわからないことも多いですが、日々向上心を持ち、迅速かつ正確なデータが提供できるように頑張りたいと思います。



き むら たい ち
木村 太智

業務班契約係

鈴鹿病院の契約係に配属されました木村です。覚えることが多く大変ですが、患者さんのために精一杯頑張りたいと思いますので宜しくお願いします。



ます だ え り
増田 衣利

保育士

私は病院という場に関わるのが初めてで、不安がありますが、しっかりと患者さんと向き合い、患者さんの1日1日が充実するような援助や療育を行えるような保育士になりたいです。



みず の し の ぶ
水野 忍

医事クラーク

今はまだまだ皆さま方に頼るばかりですが「居てもらってよかった」と言ってもらえるような仕事をし、そのような存在になれるよう努力していきます。



おか だ え り
岡田 恵理

看護師

以前は筋ジストロフィー病棟に勤務しており、1年ぶりに戻ってきました。患者さんに安心して頂ける看護を心がけ、毎日笑顔忘れず頑張りたいと思います。宜しくお願いします。



まえ だ ゆ み
前田 有美

看護師

三重中央医療センターから異動となりました。未経験の分野であり至らないことも多いですが、患者さんの安全・安楽のため早くスタッフの一員として役割を果たせるよう頑張ります。よろしくお願いします。



か とう
加藤 あかね

看護師

以前勤務していた病院とは、全く違う環境、患者さんの疾患も異なるので、日々学習し、安全・安楽に看護を提供しているように頑張ります。



こ く ほ はる か
小久保 晴加

看護師

長良医療センターより赴任して参りました。看護師としては4年目となりますが、新しい環境に新人の頃を思い出しています。いつかは病棟の戦力になれるよう頑張りますのでよろしくお願いします！



やま かわ かず たか
山川 和孝

理学療法士

金沢医療センターから赴任しました。重症心身障害児者、筋ジストロフィーは未経験の分野で、また新しい環境で不慣れなことが多く、皆さまにご迷惑をお掛けと思いますが、ご指導の程よろしくおねがいいたします。

4月から鈴鹿病院の新しい顔になりました。どうぞよろしくお願い致します！

新任者の紹介



今年度から新たに鈴鹿病院へ配属となった職員とご挨拶を紹介いたします。



たか はし まさ あき
高橋 昌明

職名 薬剤科長

4月1日付で、薬剤科長として着任しました高橋です。

国立名古屋病院、金沢医療センター、名古屋医療センター、静岡てんかん神経医療センターを経て、この度、赴任しました。

これまで通常の薬剤業務に加えて、ICUや褥瘡等のチーム医療に関わってきました。また名古屋医療センターと共同で抗HIV薬の血中濃度測定とその応用に関する研究も行っています。当院では、これらの経験を生かしてチーム医療を実践すべく多職種と積極的に関わることができる薬剤科を目指して頑張っていきたいと思ひます。

今後の鈴鹿病院の発展に微力ながらも貢献できるよう努力していく所存ですので、各職場の皆様方のご指導、ご鞭撻の程をよろしくお願い申し上げます。



か どう きん ご
加藤 金吾

職名 診療放射線技師長

富山県の北陸病院より当院診療放射線技師長に着任いたしました加藤と申します。

技師長職は2度目の施設となりますが、心地よい緊張感のもと、決意を新たにしております。

ここ鈴鹿病院は平成22年に中央病棟が完成し、続いて平成24年には外来診療棟も完成したとのことで私の第一印象は新しく綺麗なまた雰囲気も暖かそうな病院というものでした。さらに医療機器やシステムも最新化が図られ、平成26年には電子カルテも導入されました。当放射線科においてもシーメンス社製1.5TのMRI装置および東芝製64列MDCT装置等の高性能機器が導入されており、恵まれた環境の中で日々、業務を行うことができます。

今後はみなさんにいろいろ教えていただきながら1日でも早く病院そして業務に慣れ、技術と専門性を磨き、安全・安心かつ高品質な医療サービスを提供できる放射線科にしたいと考えております。皆さまのご協力・ご支援のほどよろしくお願い申し上げます。



みなみ やま まこと
南山 誠

職名 第二神経内科医長

はじめまして、南山 誠と申します。これまで主に神経難病の治療法の研究開発にたずさわって参りましたが、患者さんに寄り添う臨床にて職業人生を終えたいとの思いがあり働かせていただけることになりました。

病は、科学の進歩にかかわらず人についてきます。病を人生の一部として考え、少しでも快適な生活を送れるよう次の2つのことをやりたいと考えています。

1つめは患者さんに寄り添う診療です。患者さんやご家族の思いを傾聴し、整理修正することでこれからの生き方を一緒に考えていくような手助けを行って参ります。

2つめは、この病院から新たな治療法を見出すことです。既存の薬剤、資材を用いて患者さんの生活がほんの少しでも快適になれる方法を見つけていこうと考えています。

鈴鹿の山々、お茶に田畑。心和む懐かしい風景が病院の周りに広がっています。この環境の中で働けることをうれしく思いつつこれからどうぞよろしくお願い申し上げます。



すず き かず こ
鈴木 和子

職名 看護師長（東2階病棟）

4月1日付で三重中央医療センターより鈴鹿病院東2階病棟看護師長として異動してきました。以前にあった当院の看護学校卒業後から筋ジスや重症心身障害児者病棟で勤務経験があり、当院には愛着があります。

今回配属された重症心身障害児者病棟は久々の勤務で、うれしくもあり緊張もありといった気持ちですが、一日も早く適応できるようがんばりたいと思っています。私の勤務する病棟では日常生活全般で介助を必要とする患者様にふれあう機会が多く、患者様の笑顔に元気をもらうことも多々あります。患者様の笑顔が増え安心して療養生活を過ごしていただけるよう、病棟スタッフとともに取り組んでいきたいと思っています。

今後もご指導ご鞭撻をよろしくお願いいたします。

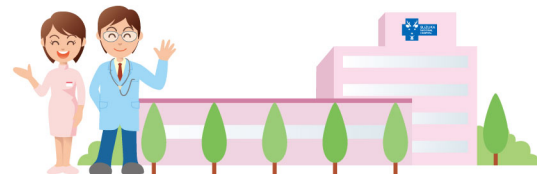


おお た ひさ お
太田 久雄

職名 細菌血清主任

静岡てんかん・神経医療センターより赴任して参りました。

出身は岐阜県ですが、愛知県（長寿医療研究センター）・静岡県での勤務を経て三重県に勤務することになりました。新たな職場でいろいろご指導いただくこともあるかと存じますが、精一杯務めたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。



医学トピックス

マインドフルネス

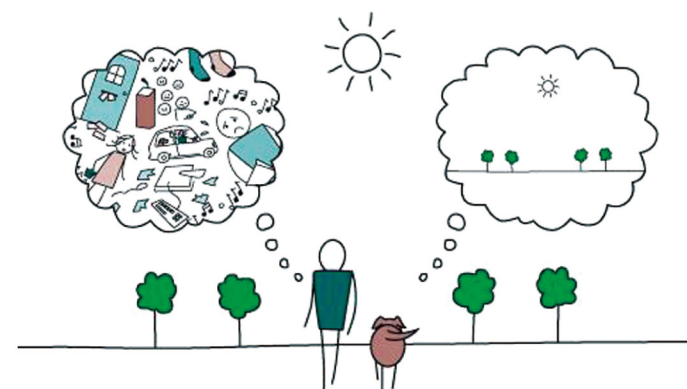
～健康維持や長寿のための健康法～

健康維持や長寿のために、毎日の食生活を工夫する、運動の習慣をつけるなど様々な健康法があります。そのなかでも、ここしばらく前から、“マインドフルネス”に注目が集まっています。

“マインドフルネス”とは、判断を交えることなく、今、自分の経験している感覚、思考、感情に注意を向けること”を意味します。その効果にはストレス低減もあり、職員研修に取り入れる企業も増えてきているようです。

医療の側面としては、1970年代の欧米で、慢性疼痛患者さんの痛みの軽減目的でマインドフルネスを用いた治療が行われだしました。

その効果が、学術雑誌に掲載されて以来、科学的な実証研究が進められてきています。マインドフルネスの治療対象は徐々に拡大し、現在では、頭痛、高血圧、ストレス性胃腸障害、不安障害、睡眠障害、心疾患などの症状軽減や、うつ の再発予防にも用いられ効果を上げています。



Mind Full, or Mindful?

呼吸のマインドフルネス



手を前で合わせて合掌



鼻からゆっくり4秒ほど息を吸い込みながら、合掌したまま手を上に押し上げる



下腹部に力を込め、両手を上げ、そのまま7秒息を止める



両手を広げ、8秒ほどかけてゆっくり下ろしながら息を吐き切る

※①～④を2～4分ほど繰り返す。毎日行う

また、最近、医学誌の論文（Cancer 2015;121:476-84）で、乳がんの患者さんが、マインドフルネスを取り入れた生活を続けて行うことにより、細胞の寿命に影響を及ぼすテロメアという染色体が保護され、細胞の老化プロセスを遅らせる可能性も示唆されました。

この結果からも、マインドフルネスを継続して行うことによって、症状の軽減だけではなく、若々しい人生を送れるようになるかもしれません。

マインドフルネス呼吸法の図をあげておきます。

これ以外にも、歩きながら行う方法、座って行う方法など様々な行い方がありますので、自分に合った方法を継続してみてもいいでしょう。

なんとなく調子がよくない、ぐっすり眠れない、いつもどこかにストレスを感じている…そんな『なんとなくの不調』を抱えた毎日から一歩抜け出す手段として、マインドフルネスを活用してみるのもよいのではないのでしょうか。

内科医師 野口 雅弘

地域医療連携室だより

介護保険料について

今回は介護保険についてのお話です。要支援・要介護認定を受けていないし関係ないと思っているあなた、40歳以上の方ならみなさん関係があるんですよ。それは、介護保険料。

65歳以上の方は第1号保険料、40歳以上65歳未満の方は第2号保険料の支払いが求められます。

第2号保険料は職場の医療保険などに加入している方は、それぞれ加入する医療保険者が給料の額や所得に応じて額を定め、医療保険料と一体的に徴収されます。国民健康保険に加入している方については、所得や資産等に応じて世帯ごとに額が決まり、医療分と介護分をあわせて国民健康保険料として世帯主が納めます。

第1号保険料は各市町村により異なるため住所地によって支払額が異なります。平成27年4月に介護保険法が改正され、介護保険料も見直しがあり全国的に値上がりました。三重県は県内すべての保険者で上昇し前期より494円増額し県平均は5,808円となりました。ちなみに全国平均は5,000円ほどになります。また、本人の収入や課税状況により決まる保険料段階は今回の改正で6段階から9段階に細分化されました。これにより収入の低い人は負担が軽減されますが、年収が190万円以上ある人は負担が増えることになります。

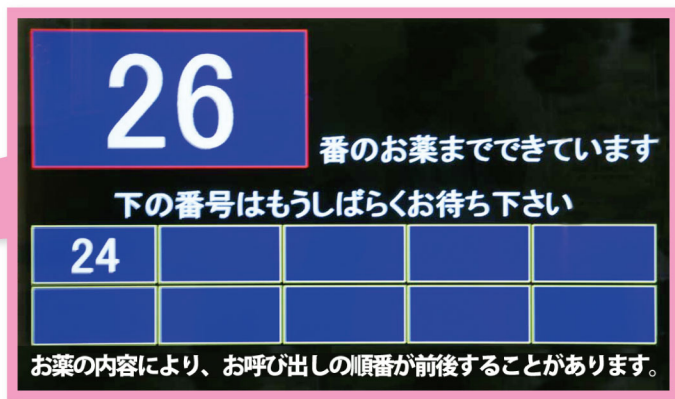
将来的に安定した介護保険制度の運用のためには必要なことかもしれませんが、金銭的な負担が増えるのはトホホですね…。

医療社会事業専門員 矢嶋 和代



It's a new style !!

薬局に「投薬表示システム」を設置しました



薬局の窓口「投薬表示システム」を設置いたしました。

薬局投薬表示システムは、処方せんをお預かりする際に受付票を発行し受付番号による呼出を行うシステムです。モニターに番号の表示機能があり、お薬の準備が

来た方、また調剤に時間を要する患者さんの番号をわかり易く表示します。処方待ちの患者さんのストレス軽減や個人情報の保護に有効なシステムです。

今後も患者さんに満足していただける病院づくりに努めて参ります。

Let's study the medical !!

いきいき健康講座を開講!!

4月15日(水)に中央病棟3階プレイルームにて「第12回生き生き健康講座」を開講しました。

今回は3部構成で、当日は地域住民の方など40名程の皆さまにご参加いただきました。

第一部では野口内科医師による『花粉症の新しい治療

「舌下免疫療法」、第二部では小林栄養管理室長による『アレルギーと食事』、第三部では佐藤言語聴覚士による『レッツ イーティング 身体に優しいバナナの食べ方』という題目でそれぞれ講演を行い、参加者らは熱心に耳を傾けていました。



■ 40名程の皆さまにご参加いただきました



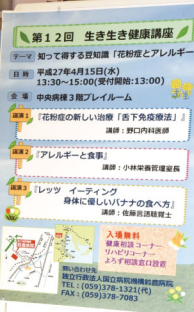
■ 参加者の方々は熱心に耳を傾けていました



■ スライドを用いわかりやすく講演をおこないました



■ 会場は楽しく盛り上がりました



トピックス

辞令交付式を行いました



4月1日(水)に辞令交付式を行い、同日付けで転出・転入や新規採用となる職員の計24名に対して小長谷正明病院長より辞令を交付しました。



今年度は新規採用者の看護師、コメディカル合わせ8名に辞令が交付されました。



院内の四季の花

今回は院内に咲いている季節の花をご紹介します。

旧第6病棟前の花壇では4月下旬から5月上旬にかけて藤の花が見ごろを迎えました。花穂が藤棚から垂れ下がる優美な姿がとても印象的です。



藤の花は一輪一輪は蝶のような形のごく小さな花ですが、それが房となって連なる姿は私たちが魅了してくれます。

永年勤続者表彰を行いました



平成27年4月22日(水)に永年勤続表彰が行われました。

今年度は30年表彰として調理師長 廣森 孝司さん、看護師長 鍵谷 和子さん、看護師長 岡 祥子さん、副看護師長 名村 誠子さん、20年表彰として看護師 松村 清美さんが受賞されました。

平成7年(1995年)は、1月に発生した阪神淡路大震災の影響で、プロ野球ペナントレースの開幕が一時危ぶまれていた。さらに、3月にはオウム真理教による地下鉄サリン事件が起こり、球場ではテロに対する警戒が必要となった。バブルが崩壊し、にもかかわらず何となく脱力ぬるま湯状態であった世の中が、突如として物情騒然となり、先行きの不安とただならぬ緊張感の交錯する日々が続いていた。

そんな中、被災地神戸を本拠地とするオリックス・ブルーウェーブ(現パファローズ)は、前年に大ブレイクしたイチローがチームを牽引し、「がんばろうKOBE」を合言葉に快進撃をつづけて見事リーグ優勝を成し遂げた。野茂秀雄が単身海を渡り、ドジャースに入団したのもこの年である。豪快なトルネード投法で、大リーグ相手にバツタバツと三振を取る姿に日本国民は酔いしれた。イチローは入団2年目にプロ初本塁打を野茂から放っている。イチローがレギュラーに定着したのが1994年であるが、この年に野茂は故障してしまったため、二人が対決したのは僅かに3試合しかない。通算でも5試合で13打数4安打1四球である。

平成オタクコラム
プロ野球編16

臨床研究部長 久留 聡