



183号 発行所/下関市長府外浦町1番1号 国立病院機構 関門医療センター 発行責任者/病院長 林 弘人 印刷/(株)アートネクスト

「初心」を胸に再スタート



医師になった喜びと期待感に満ちた辞令交付式

医師としての出発点となった2年間の初期臨床研修を振り返ると数多くの貴重な出

会がありました。指導医の先生方はもちろんですが、身近なところでは15人の同期の初期研修医と大変お世話になった1学年上の先輩研修医がいて、2年目研修医になると1学年下に新たに後輩研修医が入ってくれました。日常診療での疑問をぶつけあったり、勉強会を通じて議論したりと業務でのつながりはもちろんですが、時間外でも飲み会や遊びに出かけたりと密な時間を過ごしていたと思います。



新しい医師人生のスタート(臨床研修修了式)

医療は医師だけではなく、患者さんを中心として多くのスタッフによって支えられていると実感いたしました。

関門医療センターは医師人生の最初の一步を踏み出した

関門医療センター



『2年間の初期研修を振り返って』

関門医療センターに初期臨床研修医として赴任して早くも2年が過ぎようとしています。新年度の勤務先も決まり異動の手続き等で慌ただしく過ごしていると、ちょうど2年前に関門医療センターに赴任する頃を思い出します。

緊張と不安も大きかったことだろうと思います。

初期臨床研修では、各診療科をそれぞれ数か月回り、指導医の先生方の監督、指導のもと診療業務に携わります。

今後、折に触れ自分の歩んできた医師人生を振り返ることがあると思いますが、関門医療センターで過ごした日々が



臨床研修医 菊野 亮栄

外来診療担当医一覧表

平成30年4月1日現在

| グループ名 | 診療科名 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 特殊外来 ※要予約 | |
|---------------------|----------------|--------------|-----------|--------|--------|-------------|-------------|--|
| 総合診療【G2】 | 総合診療 | 午前 佐藤 穰 | 佐藤 穰 | 佐藤 穰 | 佐藤 穰 | 佐藤 穰 | 人工ペースメーカー外来 | |
| | 内科 | 午後 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | リウマチ外来 | |
| | 精神科 | 午前 若林 祐介 | 若林 祐介 | 若林 祐介 | 若林 祐介 | 若林 祐介 | 不妊症外来 | |
| | 糖尿病・血液内科 | 午前 鶴 政俊 | 鶴政俊(再診のみ) | 松井久未子 | 鶴 政俊 | 松井久未子(再診のみ) | 難聴・補聴器外来 | |
| | 歯科口腔外科(予約制) | 午前 板敷 康隆 | 板敷 康隆 | 板敷 康隆 | 板敷 康隆 | 板敷 康隆 | ペインクリニック | |
| 女性総合診療【H2】 | 女性総合診療(予約制) | 午後 早野 智子 | | | | | 禁煙外来 | |
| 循環器病総合診療【G2】 | 循環器内科 | 午前(新来) 古谷 雄司 | 古谷 雄司 | 早野 智子 | 大谷 望 | 大谷 望 | スポーツ外来 | |
| | 呼吸器内科 | 午後(新来) 早野 智子 | 大谷 望 | 早野 智子 | 大谷 望 | 早野 智子 | 膝関節外来 | |
| | 神経内科(午後外来は予約制) | 午前(新来) 田崎 彩子 | 佐野 宏徳 | 田中 信一郎 | 田中 信一郎 | 田中 信一郎 | 健康診断(予約制) | |
| | 放射線治療科 | 午後(新来) 田崎 彩子 | 田中 信一郎 | 田中 信一郎 | 田中 信一郎 | 田中 信一郎 | 機能的脳神経外科 | |
| | 脳神経外科 | 午前 河村 光俊 | 河村 光俊 | 河村 光俊 | 河村 光俊 | 河村 光俊 | 手の外科 | |
| | 機能的脳神経外科 | 午後 河村 光俊 | 河村 光俊 | 河村 光俊 | 河村 光俊 | 河村 光俊 | 骨軟部腫瘍 | |
| | | 午後 藤岡 裕士 | 山下 勝弘 | 山下 勝弘 | 山下 勝弘 | 山下 勝弘 | パーキンソン病 | |
| がん 消化器・肝臓病 総合診療【G5】 | 消化器内科 | 午前 原野 恵 | 坂口 栄樹 | 柳井 秀雄 | 坂口 栄樹 | 原野 恵 | セカンドオピニオン外来 | |
| | 乳腺外科 | 午前 長島 由紀子 | 長島 由紀子 | 長島 由紀子 | 長島 由紀子 | 長島 由紀子 | | |
| | 呼吸器外科 | 午前 安部 俊弘 | 矢原 昇 | 前田 祥成 | 安部 俊弘 | 矢原 昇 | | |
| | 外科 | 午後(新来) 安部 俊弘 | 林 弘人 | 近藤 潤也 | 安部 俊弘 | 近藤 潤也 | | |
| | 消化器外科 | 午前(新来) 前田 祥成 | 北原 正博 | 近藤 潤也 | 前田 祥成 | 北原 正博 | | |
| | 内視鏡外科 | 午後(新来) 前田 祥成 | 古谷 圭 | 近藤 潤也 | 前田 祥成 | 古谷 圭 | | |
| | 肝臓内科 | 午前 坂口 栄樹 | | | 坂口 栄樹 | | | |
| | 腫瘍内科【Q2】 | 午前 石津 昌直 | 石津 昌直 | 石津 昌直 | 石津 昌直 | 石津 昌直 | | |
| | 麻酔科・ペインクリニック | 午前 | 内本 亮吾 | 内本 亮吾 | 田和 聖子 | 内本 亮吾 | 内本 亮吾 | |
| | | 午後 | 田和 聖子 | 藤田 文彦 | 藤田 文彦 | 藤田 文彦 | 藤田 文彦 | |
| 長寿医療 総合診療【G1】 | 整形外科 | 午前 伊原 公一郎 | 峯 孝友 | 河村 洋行 | 伊原 公一郎 | 峯 孝友 | | |
| | リウマチ科 | 午前 河村 洋行 | 富永康弘 | 栗山 龍太郎 | 富永康弘 | 栗山 龍太郎 | | |
| | 泌尿器科 | 午前(新来) | 鄭 泰秀 | 西嶋 淳 | 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | 西嶋 淳 | |
| | | 午後(新来) | 西嶋 淳 | 鄭 泰秀 | 西嶋 淳 | 西嶋 淳 | 鄭 泰秀 | |
| | 眼科 | 午前 小林 博 | 小林 博 | 小林 博 | 小林 博 | 小林 博 | | |
| | 耳鼻いんこう科 | 午前 村上 直子 | 田原 晋作 | 村上 直子 | 田原 晋作 | 村上 直子 | | |
| | リハビリテーション科 | 午後 村上 直子 | 星 文子 | 星 文子 | 星 文子 | 星 文子 | | |
| 透析センター【G8】 | 透析センター | 担当医 | 担当医 | 学童外来 | 担当医 | 担当医 | | |
| 成育医療 総合診療【G3】 | 小児科 | 午前 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | | |
| | 皮膚科 | 午後 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | 鄭 泰秀 | | |
| 救命救急センター【ER】 | 救命救急センター-ER24 | 午前 林 公一 | 林 公一 | 齊藤 剛 | 林 公一 | 林 公一 | | |
| 生活習慣病センター【H3】 | 生活習慣病センター | 午後(新来) 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | | |

赤字は今月の変更です

受付時間:午前8:30~11:30 午後 各診療科外来にお問い合わせください
 ★地域医療連携室 TEL(083)241-1191(2561又は2377) FAX(083)241-1302(連携室直通)
 ★土曜・日曜・祝祭日は休診 FAX(083)241-1308(透析センター直通)
 ★臨時休診は各外来窓口に掲示 H P http://www.hosp.go.jp/kanmon/

平成29年度看護研究発表会を終えて

2月17日(土)平成29年度看護研究発表会を開催しました。

看護者の倫理綱領の条文に「看護者は、研究や実践を通して、専門的知識・技術の創造と開発に努め、看護学の発展に寄与する」とあります。

当センターでは「看護の質の向上」を目指し、毎年各部署が看護研究に取り組んでいます。

今年度は口腔ケアに関すること、身体抑制実施減少に向けた関わり、地域包括ケア病棟の退院支援に関すること、手術室看護師の手荒れ予防などについて取り組み、発表を行いました。

各部署の看護研究の取り組みから発表までは、看護部のメンバーで構成した「看護研究部」が支援を行うとともに、1年間を通して九州大学医学研究院保健学部門の宮園真美先生にご指導を頂きました。



教育担当部長 宮里 亜紀子

私自身も看護研究部のメンバーとして研究に関わる中で、新たな気づきや看護研究の面白さを感じています。看護研究は、日々の看護の中で抱えているさまざまな思いや悩みから始まります。日常の疑問を大切に、看護研究で明らかにしたことを看護に活かし、看護の質の向上につなげていきたいと思っています。



日々の疑問を看護の質の向上へとつなげていきます

部署紹介

リハビリテーション科

リハビリテーション科は理学療法・作業療法・言語聴覚療法部門から構成されており、総勢30名のスタッフが勤務しています。患者さんご家族と共に、土日祝日を含む365日体制でリハビリテーションを実施しております。

集中治療室や救命救急センター・病棟、急性期病棟、地域包括支援病棟の各機能に応じたり、リハビリテーションを提供しており、患者さんが一日も早く住み慣れた地域で、その人らしい生活を送ることができるよう支援することを目指しています。

ある治療訓練を提供できるように日々、自己研鑽に励んでいます。疾患により移動・日常生活動作・コミュニケーションなど様々な

障害が生じた結果、リハビリテーションが必要となった患者さん、ともに、患者さんとスタッフが密なコミュニケーションを築きながら快適な環境でリハビリに専念することが出来ます。



365日体制でリハビリを応援します

ボランティアイベント [ゴスペルコンサート]

平成30年2月28日(水)ゴスペルクワイア スピリッツの皆様によるゴスペルコンサートが開催されました。

「つばさをください」や「上を向いて歩こう」等おなじみの曲から本格的な讃美歌まで多彩な曲目を披露して頂きました。



手拍子を交えた活気あふれるゴスペル

サンデー健康応援講座

生活習慣病について

生活習慣病は、主に生活習慣によって発症する病気のことです。高血圧、脂質異常症、糖尿病などがあります。それらの病気は、健康寿命の阻害要因となるだけでなく、医療費や介護給付費にも大きな影響を与えているため、疾病予防と健康増進、介護予防などの取り組みが大切です。

生活習慣病は、日常生活の中で、栄養バランスの取れた食生活、適度な運動、禁煙を実践することによって予防することができます。まず、食事内容を見直すためには、現在の体重が適正であるかを知ることが必要です。適正体重を評価する方法としてBMI(肥満度指数)を用います。



栄養士 泉川 みお

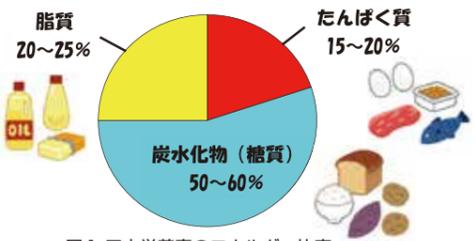


図1.三大栄養素のエネルギー比率

BMI(肥満度指数)は、体重(kg)÷身長(m)の2乗が、BMIは22が適切とされています。しかし、BMIは身長と体重だけを見て

| BMI | 判定 |
|-----------|--------|
| 18.5未満 | 低体重 |
| 18.5～25未満 | 普通体重 |
| 25～30未満 | 肥満(1度) |
| 30～35未満 | 肥満(2度) |
| 35～40未満 | 肥満(3度) |
| 40以上 | 肥満(4度) |

表1.日本肥満学会による肥満の判定基準



また、適正な体重を維持するためには、食事の量を適切に管理する必要があります。その場合、食事内容のバランスを考慮することが大切です。三大栄養素(炭水化物、脂質、たんぱく質)からエネルギー



- ① 朝、昼、夕の3回の食事を規則正しくとりましょう。
- ② 夜遅い時間にまとめて食いをすると、内臓脂肪が蓄積されやすくなるので、気を付けましょう。
- ③ 1人分ずつ、お皿に盛り分けて「食べ過ぎ」を予防しましょう。
- ④ ゆっくりよく噛んで、「食べ過ぎ」を予防しましょう。
- ⑤ 食事の最初に、野菜、きのこ、海藻類をたっぷり食べて、胃袋をみたく、ご飯や肉などの「食べ過ぎ」を予防しましょう。
- ⑥ 朝、昼、夕食以外の間は、活動量にあわせて、利用する回数や量を調節しましょう。

関門フォーラム

「外来診療でCommonに紛れるUncommonを拾う」

2月2日(金)北九州国立医療センター 総合診療科主任部長 眞柴晃一先生による総合診療・感染症に関する講演会が開催されました。



臨床研修医 松崎 千佳

よつては重篤な感染症に罹患する可能性を念頭に置くことなど、普段の診療の中で抜け落ちてしまいがちな重要な考え方を、ポイントを絞ってご説明いただきました。

今回の講演会の内容を活かして、身近な症例から「くまねな症例」まで、様々な患者さんがあることを忘れずに診療に当たってほしいと思います。



北九州国立医療センター 眞柴晃一先生