

広
報

天使びょういん

春号
2023
APR
vol.68

T E N S H I - H O S P I T A L

タイトル：桜とメジロ 撮影：西里仁男


INDEX

- p2-3 天使こどもメディカルセンター
- p4 Inside hospital「外科・乳腺外科、小児外科」
- p5 天使病院の天使たち
- p6 エッセイ「わたしの〇〇」(第13回)
- p7 レシピ
「春の不調を食べて予防!」
- p8 お知らせ

2022年
10月
開設

天使こどもメデイ

天使こどもメディカルセンターへ 期待すること

理事長 有賀 正



天使病院ではかねてから周産期—小児に対する医療にも力を入れてきました。周産期医療ではMFICUやNICUも充実しております。小児医療をより充実したものにするため、昨年10月に天使こどもメディカルセンターを設立しました。皆様に小児医療に対する当院の熱意を改めてアピールするためです。当然ですがこどもに必要な医療は内科系だけではなく、外科系を含めた様々な専門分野が想定されます。当院でのこどもに関わる診療は、基本的には小児科が中心ですが、症例によっては外科、耳鼻科、眼科、麻酔科などの小児の症例経験豊富な専門医と密に連携するなど、質の高い医療実績を自負しております。こどもの医療に関わることがあれば、当院を思い浮かべていただくと幸いです。

現在、我が国では少子化が問題になってきており、これまで手薄になっていた小児医療に対する見直しも見込まれるなど、当センターの設立は時流にも即したものと言えます。当院のこどもメディカルセンターはまだ発展途上ですが、今後、専門医、専門分野を増やすなど、より発展していくことが期待されます。皆様のご理解をよろしくお願いたします。

天使こどもメディカルセンター 開設への思い

院長 西村 光弘



昨年6月22日に公布され、本年4月1日から施行される子ども基本法では、すべての子どもの命が守られ、もって生まれた能力を十分に伸ばして成長できるように、医療、教育、生活への支援などが保障されると謳われています。

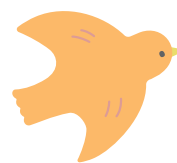
当院は以前より小児・周産期医療に取り組んでまいりましたが、さらに発展させて子どもたちが健やかに成長し、明るい未来を迎えることができる社会を目指し、こどもメディカルセンターを立ち上げました。

当センターでは、経験豊富な専門医を揃え、最新の医療技術や設備を備えた病院として、地域の子どもの医療ニーズに応えるとともに、子どもたちとその家族が安心して利用できる場所を提供しています。

当センターは、患者さま一人ひとりに寄り添い、丁寧な医療と温かい対応を心がけ、地域の皆様に愛される病院を目指してまいります。

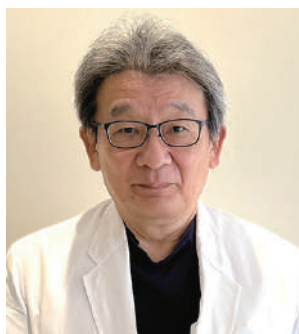
今後とも、こどもメディカルセンターをよろしくお願いたします。

カルセンター



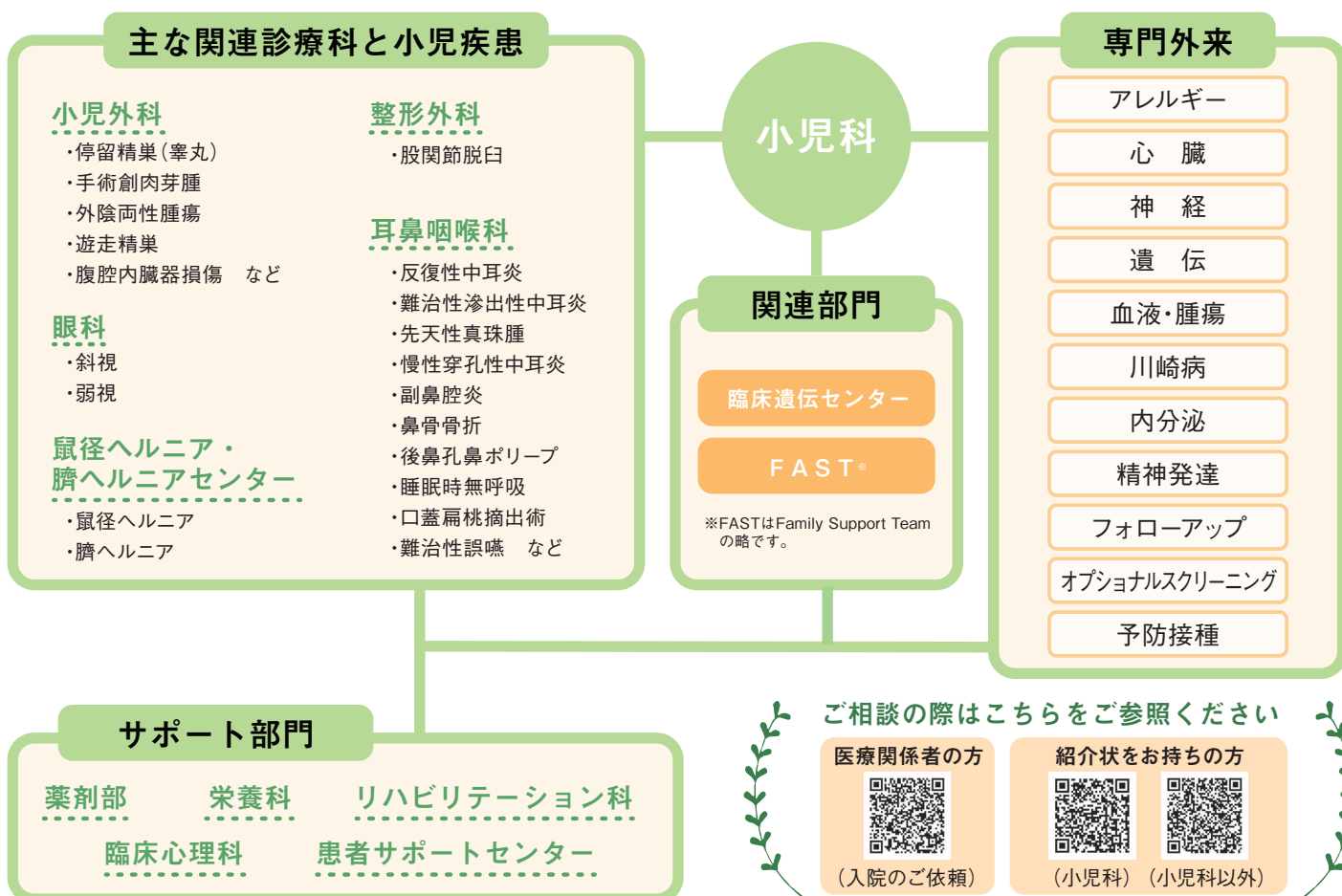
天使こどもメディカルセンターの役割

センター長 高橋 伸浩



当院ではお子さんに提供する医療は小児科が中心となって行われます。小児科は臓器別、疾患別に診療科が分かれている成人とは異なり、お子さんを総合的に診療することが特徴の診療科です。そのため当院の小児科は、感染症（風邪、インフルエンザ、気管支炎、肺炎など）や頭痛、腹痛などを診察する一般外来とは別に、各種専門外来が11分野におよぶほど充実しています。また、より専門的な診断や治療の必要性がある場合には、小児外科、耳鼻咽喉科、眼科、整形外科、形成外科、麻酔科など他科と連携をしながら診断と治療を行います。

2022年10月に開設した「天使こどもメディカルセンター」は、小児科が得意とする他科との連携をより密にし、今以上に質の高い小児医療を提供することを目指しています。病気はもとより、病気に関わる問題を抱えるお子さんやそのご家族に寄り添い、地域の医療機関からの多種多様な要請に応えられる存在を目指して、体制を整えて参りたいと考えています。



No. 29

外科・乳腺外科、小児外科 外科科長

坂本 聡大先生 (Sodai Sakamoto)



2022年4月から天使病院 外科・乳腺外科、小児外科に赴任し、1年が経過しました。天使病院に勤務前は大学院で肝移植に関わる研究に従事しておりました。

現在、天使病院の外科では小児から成人、高齢者まで幅広い診療を行っています。これまでの経験を生かし、天使病院の外科診療に貢献したいと考えています。何卒よろしくお願い致します。

外科・乳腺外科、小児外科について

天使病院 外科・乳腺外科、小児外科は新生児から高齢者まで非常に幅広い外科診療を行っているのが特徴です。

■外科について

虫垂炎や胆嚢炎などの良性疾患、胃癌や大腸癌などの悪性腫瘍のどちらも腹腔鏡手術を多く行っています。また、気胸や肺癌に対して胸腔鏡手術も行っています。

鼠径ヘルニア・臍ヘルニアセンターを開設しており、成人の鼠径・臍ヘルニアの手術が多いのも特徴です。鼠径・臍ヘルニアは腹腔鏡手術を含め様々な手術方法があります。当センターでは鼠径ヘルニアに対して腹腔鏡手術を多く行っていますが、患者さんに応じて最適な術式を選択するよう心がけています。

■乳腺外科について

乳癌検診から手術、手術前後のホルモン治療・抗がん剤治療などの総合的な乳癌診療を行っています。隔週の金曜日午前中に北海道大学乳腺外科 診療准教授の細田充主先生の外来があり、専門家の診察を受けることができます。

■小児外科について

小児外科では、心臓外科・脳神経外科以外のあらゆる疾患に24時間対応しています。

鼠径ヘルニアや臍ヘルニアなどの小手術は、そのほとんどを日帰り手術で安全に行っています。

鼠径ヘルニアの手術は腹腔鏡で行っており、小さい傷で両側の治療をすることができます。

プロフィール

■**経歴**：2012年札幌医科大学医学部を卒業。初期臨床研修の後、北海道大学 消化器外科Iへ入局。北海道大学病院、KKR札幌医療センター、JCHO北海道病院、江別病院などを経て、2022年4月より天使病院。外科・乳腺外科、小児外科。同7月より乳腺外科科長、2023年4月より外科科長。

■**資格**：日本外科学会 専門医／日本消化器外科学会 専門医／日本消化器外科学会 消化器がん外科治療認定医
日本乳がん検診精度管理中央機構 検診マンモグラフィ読影認定医

■専門分野について

北海道大学 消化器外科Iに所属しており、主な専門分野は消化器外科です。

これまで虫垂炎や胆嚢炎・鼠径ヘルニアなどの良性疾患に加え、大腸癌や胃癌などの悪性疾患に対して腹腔鏡手術を数多く手掛けてきました。腹腔鏡手術はおなかの中を腹腔鏡(カメラ)で見ながら、小さい傷で腹部手術を行う方法です。傷が大きい開腹手術と異なり手術後の身体の負担が少なく、傷跡も小さく目立ちにくいメリットがあります。また、カメラによる拡大視効果があるため直接見るよりも細かい解剖を認識でき、より繊細な手術が可能と言われています。手術の際はいつも精確で根治性の高い、また身体の負担が少ない手術を行うよう努めています。

以前から乳腺外科診療にも携わっており、乳癌の手術はもちろん、術前・術後のホルモン治療や抗がん剤治療などを患者さんの状態や癌のタイプに合わせて検討し、治療を行っています。乳癌検診も行っており、精度の高い検診のために検診マンモグラフィ読影認定医として認定されています。

患者さんは皆それぞれに身体的・精神的・社会的な特徴や事情があると考えていますので、それぞれの患者さんに真摯に向き合い、最善の医療を提供できるように心がけています。

■趣味・特技

最近よく意外に思われますが、大学時代はラグビー部に所属していました。ポジションは主にフランカー(スクラムの側面のポジション)でしたが、今よりも体重があったときはフッカー(スクラムの最前列真ん中のポジション)としてプレーすることもありました。試合のときはタックルしてボールを奪う「ジャッカル」をよく狙っていました。

最近あまりラグビーはしていませんが今でも身体を動かすことは好きで、夏はランニング、冬はスキーやスノーボード、季節を問わず水泳などもします。

お料理もします
(*^。^*)

丁寧な診察を
受けに来て
ください

時折見せる
笑顔が
素敵です!

■坂本先生ってこんな人♪(外科外来スタッフより)

外来診療では、1人1人患者さんのことを考え、患者さんにとって何が一番良い治療かということを考えながら治療の選択を行っています。普段の先生のイメージは、クールで冷静沈着、寡黙なイメージですが、時折笑顔を見せてお話することもあり、そのギャップが垣間見える時があります♪スラっとした体型ですが、学生時代はラグビーをするスポーツ青年で、夏はクロスバイクに乗って颯爽と通勤している姿も見られます。そんな素敵な姿をお持ちの先生です。





新しい“天使たち”が仲間入りしました！

今年度も29名の看護師が天使病院に入職しました！

初日のオリエンテーションでは、新しい環境に、緊張した面持ちで講師の話に耳を傾けていました。

5月ポストコロナに向け、これまでとは環境が大きく変化していく今年度の“天使たち”は、看護師として飛躍するため、数ヶ月間のトレーニングを経て、その一歩を踏み出します！



天使病院の天使たち、この春から入職した新人天使たちについてご紹介します。

新人天使たちの意気込み

西6病棟

三上 夢乃さん



愛と思いやりのある看護を

不安と緊張の気持ちはありますが、ずっと目指してきた天使病院で看護師として働けることに喜びと期待の気持ちがあります。看護師1年目として日々精進し、患者様とご家族に愛と思いやりのある看護を提供していきたいです。

産科病棟

高井 美玲さん



スタートライン、そして自己研鑽

夢であった助産師として天使病院で働けることをとても嬉しく感じています。自ら学ぶ姿勢を大切に、いつも「ほっ」としてもらえる病院づくりに貢献できるよう頑張りたいです。

新人さんへのお祝いメッセージ



看護部長

中川 千江子

新人助産師・看護師の皆さん、国家試験合格おめでとうございます。
そして、看護師としての第一歩に天使病院を選んでくださりありがとうございます。
採用試験で志望動機をお聞きした際、当院の理念『訪れたとき、いつも「ほっ」としてもらえる病院である』に共感した、という声を多く聞きました。
明日からは皆さんの笑顔でたくさんのお患者さんに安心をお届けしましょう！慣れるまでは大変なこともあると思いますが、職員一同で応援しています。よろしくお祈りします！





第13回 「わたしのなかよし」

顧問 辻崎 正幸

私はネズミ年生まれです。孫が育てるハムスターと戯れた際、親近感からかすっかり魅了され飼うことにしました。90gと小さく目がクリクリ、短足でお尻をフリフリ走ります。すべてが可愛い。2本足で立ち、手を使って食べますがその度に指をなめ、暇があれば丁寧に全身の毛繕いをするので清潔この上ない。鋭い歯をもっていますが人を噛みません。ケージ以外での粗相はありません。以上の性質から「放し飼い」で自由奔放に育てよう決めました。寝床はケージとしました。夜行性なので夜7時頃の起床、洗顔・顔を撫でる、毛繕い、伸び伸び運動そして外に出たいアピール。ケージから出すと臆病なので低く構え数歩歩いて止まって安全確認、そして前進を繰り返す。フリーズして様子を窺う姿は「だるまさん転んだ」遊びのようで滑稽です。周辺から始め全体を偵察する道順をルーチン化していて縄張りのパトロールのようです。階段では途中で止まり後ろを振り返りボディガードの私が来ていることを確認しながら進む事を覚えました。安全確認後に遊びのスイッチが入ります。



赤ちゃんの時は「ひたすら走り回る」のみでしたが最近は目を盗んで姿をくramsすようになりました。何しろ行動範囲が暗い、狭い、隠れやすい所ですから追跡が大変です。当初ソファ、テレビの裏など見える所で休息していましたが成長とともに一人ぼっちになれ干渉されない場所を選択するようになりました。反抗期でしょうか。ある日、両頬に食料を一杯詰めて出かけるので調べると別荘造りを企んでいました。運んだ食料の山を掃除し繰り返し言い聞かせました。その後、一時的に独立を諦めたふりをしていますが・・・？子供が大人になって一人暮らしに憧れるのに似ています。特技は階段の昇り降り、実にリズムカルで舞うようにやってのけます。さらに高所へのよじ登り、まるで忍者のように垂直な壁を駆け上がります。5～6cmの隙間を利用し背中と頭を壁に押し付けて支えながら四つ足でダンス、本棚の裏を数秒で登ります。



フリーズ



またフリーズ



お口いっぱい！
ライオンみたい



階段を
舞うがごとく・・・

忍者・垂直壁登り

しかし先日、高さ2mの冷蔵庫に挑戦し最後の所で落下。大怪我をしたと思い慌てました。1分後、反対側からひょっこり「やっちゃった」という表情で現れ無事なのを見せにきて一件落着。ハムスターは猫と違い落下する時、足から落ちるより横っ腹や、背中から仰向けに落ちることが多く危険なのです。視力が悪く遠近感の認識に乏しいので高所から飛び下りたり、頭を下にしてずり降りるのを躊躇します。したがって私は毎日1時間以上、危険な時、高所から降りられない時に子守り役として手を差し伸べて過保護状態を維持しています。大変ですが私にとって良かった事は間食もせず動いているため3kgのダイエットになりました。しかし最大のメリットは「癒しの時間」であることです。これからの成長過程でこの子の変化が楽しみです。生後8か月(人間では思春期)、体重145gの「小さななかよし」の放し飼い奮闘記でした。



春の不調を 食べて予防しましょう！

五月病と聞いたことがある人は多いと思います。環境の変化等で、精神的または身体的なストレスや疲れによって心身に大きな負荷がかかり、脳がうまく働かなくなった状態です。

精神を安定させたり、喜びや快楽、恐怖心や興奮を感じさせたりする働きのある神経伝達物質「ドーパミン」「セロトニン」「グルタミン酸」「GABA」「グリシン」「ノルアドレナリン」などの主原料はアミノ酸です。蛋白質が不足すると、神経伝達物質も不足し、脳の働きが鈍化、結果として心が不安定になり、イライラ、やる気が出ないなどの症状が起こりやすくなります。また、「眠れない」「眠りが浅い」といった声も多く聞かれます。眠りに入る際に、手足などの末端部分の体温が上がり、徐々に体温が下がると睡眠が訪れます。睡眠は「量」だけでなく、「質」も関係しますので、この両方を改善するといわれている「グリシン」の摂取も意識しましょう。グリシンは、えびやほたてなどの魚介類に多く含まれるアミノ酸の一種です。甘いもので心を満たすだけでなく、蛋白質でしっかり身体を満足させましょう。

管理栄養士 梅津千恵子

ホタテご飯



【材料(2人分)】

- ・ホタテ(M)..... 6個(120g)
 - ・ご飯..... 2膳(300g)
 - ・大葉..... 4枚
 - ・小ネギ..... 2本
- A
- ・しょうゆ..... 大さじ1
 - ・粉末だし..... 小さじ1/2
 - ・酒..... 大さじ2
 - ・オイスターソース..... 小さじ1
 - ・オリーブ油..... 小さじ1

【作り方】

- ①大葉は細切り、小ネギは小口切りにしておく。Aは合わせておく。
- ②フライパンにオリーブ油を熱し、ホタテを両面焼きAを加え煮汁が半分になるまで煮詰めながらホタテを崩す。
- ③ボウルにご飯、ホタテ、大葉、小ネギを加えてよく混ぜる。



ふわぷり春巻き



【材料10個分】

- ・はんぺん..... 1枚
 - ・えび(中)..... 8尾(120g)
 - ・しめじ..... 1/4パック
 - ・枝豆..... 40g
 - ・春巻きの皮..... 10枚(大き目)
 - ・オリーブ油..... 大さじ1
- A
- ・おろししょうが..... 小さじ2
 - ・めんつゆ..... 大さじ1
 - ・片栗粉..... 大さじ1

【作り方】

- ①しめじとえびは粗みじんにとっておく。
- ②大き目の保存袋にはんぺんをちぎり入れ、①と枝豆とAを加え均一になるように袋の上から手で混ぜ合わせる。
- ③春巻きの皮で②を包み、フライパンにオリーブ油を熱し、春巻きの巻き終わりを下に焼く。両面焼き色がつくまで焼き上げる。



マイナンバーカードの保険証確認(マイナ保険証)のご利用のススメ(5月1日より)

マイナ保険証でオンライン資格確認をしていただくと、従来の保険証を利用するよりも医療費が軽減されることになりました(特例措置:2023年12月まで)。当院では、5月1日より運用を開始します。

マイナ保険証をお持ちの方は、診察前にオンライン資格認証のお手続きをしてください。

	初診	再診
マイナ保険証を利用した場合	2点	***
マイナ保険証を利用しない場合	6点	2点

[注意]・マイナ保険証としてご利用いただくには、事前に「マイナンバーカードの健康保険証利用申込」が必要です。必ず、ご自身でお手続きをお願いします。
・マイナ保険証をご利用の場合も、念のため保険証をお持ちください。



糖尿病予防教室について

2022年5月よりオンライン(オンデマンド)方式の糖尿病予防教室を開催しています。視聴期間は毎月1日から3ヶ月間です。(1日が土・日・祝日の場合は、前日または翌日に公開します)詳しくは天使病院のホームページをご覧ください。



スケジュール(2023年5月~2023年8月)

月	タイトル	担当者
5月	一緒に糖尿病を考えてみませんか お薬~飲めてますか。	医師 吉田和博 薬剤師 伊藤拓
6月	3大合併症~糖尿病性神経障害~ バランスの良い食事~野菜のとり方~	医師 高階知紗 管理栄養士 岸本麻美
7月	糖尿病性昏睡 コロナ禍での運動	医師 中谷資隆 理学療法士 宗廣あゆみ
8月	3大合併症~糖尿病性腎症~ 腎症指導	医師 林下昌子 看護師 伊藤美和子

表紙の写真紹介

循環器内科の西里と申します。今年度の表紙を担当させていただきます。趣味程度の駄作ばかりですが、暖かく見守っていただければ幸いです。

子供の写真を撮るためにカメラを買いましたが、子供が大きくなるにつれ出番は少なくなってきました。たまには桜でも撮ってみようかとカメラを持ち出したときに、ズメかなと思ったのがメジロでした。見慣れた景色のなかにもこんなきれいな鳥がいて、写真に収めることができるのかと感動し、それから野鳥撮影にはまるようになりました。メジロですが、ズメ目メジロ科。大きさは12cm程で、北海道では夏鳥とされていることが多いようです。特に桜・梅の咲く時期は花の蜜を吸いに近くまで下りてくるようになります。現代では鶯餅の色はウグイスよりもメジロの色に近いと思うのですがいかがでしょうか。桜のピンクの中に黄緑色の映える鳥だと思えます。



撮影者:西里仁男(循環器内科主任科長/愛用機種:Panasonic LUMIX DC-G9)

広報誌 「天使びょういん」第68号
発行日 令和5年4月15日
発行人 院長 西村光弘
編集 「天使びょういん」編集委員会

編集後記

3月上旬から雪解けが始まり、下旬には「積雪ゼロ」。例年より一足早い春の訪れとなりました。天使病院の春もフレッシュな49名の新入社員とともに華やいています。新年度を迎え、広報誌の表紙は鈴木先生(小児科)から西里先生(循環器内科)へバトンタッチ。テーマも「山」から「野鳥」へ変わりました。病院内では引き続きマスク着用を願っていますが、コロナで制限されていたことも徐々に解除され、心身共に開放的な日々が過ごせる期待が高まりますね。

