



タイトル：「楽」(がく)「みなさんに楽しいことがたくさんありますように。」

作者：田中 恵 (Tanaka Kei)
ダウン症の書家。1990年3月、室蘭生まれ。


INDEX

謹賀新年

- p2-3 Scope「臨床検査科(生理検査室・検体検査室)」
- p4 Inside hospital「麻酔科」
- p5 特集「地域のきずな」
- p6 「天使病院臨床研修プログラムについて」
- p7 健康レシピ「健康寿命を延ばすレシピ」
- p8 お知らせ



臨床検査科 (生理検査室・検体検査室)

～Department of Clinical Laboratory～
(Physiology laboratory & Specimen laboratory)

病院で受けていただく検査には、専門の国家資格を持った「臨床検査技師」が当たっていることをみなさんご存知でしょうか？医師自ら検査していた時代もありましたが、医療が高度化・複雑化する中で、国家資格である検査を専門に行う「臨床検査技師」が誕生しました。今回は臨床検査科の役割や仕事への思い、やりがいなどを話してもらいました。



K：臨床検査科の紹介をお願いします。

Y：みなさん、血液検査や尿検査、心電図や超音波（エコー）などの検査を受けたことがありますよね。これらの検査を担当しているのが、私たち臨床検査科です。臨床検査は、患者さんから採取した血液や尿、便、細胞などを調べる「検体検査」と、心電図やエコーなど直接患者さんを調べる「生理検査」の大きく2つに分かれていて、臨床検査科にも検体検査室（第一岸本臨床検査センターの院内ラボ）と生理検査室の2つの部門があります。スタッフはそれぞれ10名と11名の総勢21名です。

S：どのような検査をしていますか？

Sa：生理検査室では超音波（エコー）検査や心電図、脳波、聴力、肺機能、染色体、遺伝子検査などです。当院では、輸血用の血液の管理も生理検査室で行っています。

Ku：検体検査室では血液や尿、便、細胞、この季節にはインフルエンザの検査も行っています。最近ではピロリ菌検査も院内で検査できるようになりました。

S：天使病院ならではの特色はありますか？

Y：染色体・遺伝子検査を院内で行っていることは大きな特色です。主に出生前診断として、専門の技師が羊水や血液の細胞培養を行い、染色体を分析しています。民間病院で行っている施設は少ないと聞いています。それに、「乳児聴力スクリーニング検査」や乳児検診で超音波による「乳児股関節脱臼スクリーニング」など、子どもの検査が多いことも特色の一つですね。



K：臨床検査技師になろうと思ったきっかけは？

Y：なんらかの資格を持って医療に携わりたいと考えたのがきっかけです。そこで選んだのが「臨床検査技師」の資格でした。

Ku：私は白衣を着て試験管を振る仕事がしたいと思ったからです。理科の実験が好きだったんですね（笑）。まさにそれが今の仕事でした。

K：「資格」について教えてください。

Ku：私たちは皆「臨床検査技師」という国家資格を持っています。この資格で、生理検査と検体検査という全く異なる分野の検査全般を行うことができます。さらに「専門資格」として、





インタビューアー
K：菅野(管理栄養士)



インタビューアー
S：塩見(看護師)



(生理検査室)
Y：八巻
(臨床検査技師)



(生理検査室)
Sa：佐々木
(臨床検査技師)



(検体検査室)
Ku：栗山
(臨床検査技師)

各分野に特化した資格があり、スタッフはそれぞれの分野でのプロフェッショナルを目指して自己研鑽を積んでいます。

K：専門資格にはどういったものがありますか？

Y：当院の例でいえば、超音波検査士(公益社団法人 日本超音波医学会認定)や血管診療技師(4学会構成血管診療技師認定機構)などです。超音波検査を行う職員のうち認定超音波検査士の有資格者は5名、血管診療技師の資格は2名が取得しています。私たちは技師として、より高い技術と確かな検査を常に追求しています。

Ku：検体検査の分野にも細菌学や病理学など、様々な資格があります。技師として1人前になるためには何年もの期間が必要ですし、ある意味、職人的な要素もあります。最終的に機械でわからないことや判断は、人の目や腕によると考えているので、そのために日々勉強をしています。



階でお会いすることがあります。そこで「緊急性」を判別したり、「病変」を発見することで、早期治療につながります。患者さんからも感謝のお言葉をいただくこともしばしばあり、その積み重ねがやりがいとなっています。治療方針は最終的には医師が総合的に判断しますので、そのためにも間違いや見落としがないように十分配慮しています。常に緊張感をもって仕事をしているため、その気持ちがより専門的な勉強を行うモチベーションに繋がっていると思います。

Ku：正確かつ迅速にデータを提供すること。そのためには「検体」の取り扱いには細心の注意を払い、感染防止にも常に気を配っています。

K：最後に読者の方にメッセージをお願いします。

Ku：検体検査室ではより早く正確な検査結果を出すために、2018年春までに性能の高い機械に順次変更していく予定です。

Y：生理検査室は若手スタッフが増え、さらに明るい雰囲気職場になりました。メンバーが自然と専門性を高めるために勉強していく雰囲気もあります。この状態を保っていきたいと思います。臨床検査科は力を合わせて、より専門性の高いプロフェッショナルを目指します。



S：この仕事のやりがい、業務上、特に気を付けていることは？

Y：治療に貢献できているという点は大きいですね。患者さんとは、来院された比較的早い段

No. 8

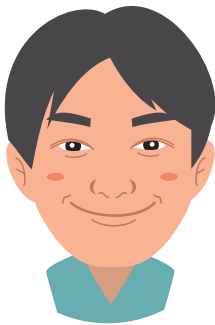
手術麻酔(日帰り麻酔)、和痛分娩、
ペインクリニックなど

麻酔科

「麻酔科医」はあまりなじみのない医師かもしれませんが、手術の際の麻酔を担当する専門医師のことです。手術にともなう痛みなど、様々なストレスから患者を守る事が主な仕事です。現在は指導医3名と認定医1名の計4名と麻酔科研修医1名で対応しております。麻酔科専門医として一人前になるには、少なくとも10年以上は必要と言われます。この期間は長いようですが、医療の安全を考えればむしろ短いと考えます。麻酔管理は手術前の診察(状態評価)にはじまり、麻酔中の体全体

(脳・心臓・呼吸など)の管理、手術後の痛みの除去など手術全体にわたります。当院では生まれわたりの0歳から100歳を超える幅広い年齢層の様々な病態における手術麻酔に対応しております。他には当院の特徴でもある、**日帰り麻酔や24時間対応の硬膜外麻酔併用和痛分娩**(現在休止中)・痛みを治療する為の**ペインクリニック外来**なども院内及び他院からの紹介制で随時対応しております。(詳細に関しては当院のHP「麻酔科」をご覧ください)

ナビゲーター



麻酔科科長・手術室室長 石川 太郎先生 (Ishikawa Taro)

- **経歴**：2000年近畿大学医学部卒業、2009年より天使病院、2011年より麻酔科科長、2013年より手術室室長(兼務)
- **資格**：麻酔科標榜医/日本麻酔科学会麻酔認定医・専門医・指導医/日本蘇生学会蘇生指導医/日本小児麻酔科学会認定医/日本周産期・新生児医学会新生児蘇生法「専門」コースインストラクター 他

■ **専門**：麻酔科全般(特に周産期麻酔と小児麻酔)・ペイン・希釈式自己血輸血・高気圧酸素治療 など

私自身も心臓麻酔や移植麻酔なども含め、様々な麻酔をたくさんの施設で経験してきました。故にどんな複雑な麻酔にも対応できます。中でも帝王切開などの周産期麻酔や小児麻酔が好きで得意としております。どんなに悪い状態であっても出来得る限り良い状態で帰室していただける様に、他人からの輸血をしなくて済むという可能性を広げてくれる希釈式自己血輸血法なども含め、目の前にある患者状況に対して的確に分析判断し、ありとあらゆる知識と技術を駆使しながら最良と思われる方法で随時対応しております。すなわち手術と同時に集中治療を受けている状態であるともいえるかもしれません。

■ **得意なことやメッセージなど**

音楽は好きです。最近では、息子に触発され暫く離れていたピアノに再度向かいはじめました。多忙な中で時間を確保して譜面と向き合う事は大変ですが、今回は消音装置も取付けて夜でも出来る様にしました。ボケ防止とストレス解消も含めて継続する事が当面の目標です。日々の仕事では、これからも一期一会を大切に“心ある安全医療”と“質の高い麻酔”を患者に寄り添いながら提供出来るように努力します。不安な事やどんな些細な事でも、ぜひ気軽にいつでもご相談ください。

■ **石川先生ってこんな人** (手術室主任 長 恭恵さん)

石川医師は、手術の入室調整の相談にのってくれたり、超緊急手術の受付対応や指示も早く、看護師にとっても心強い存在です。手術で緊張・不安な患者さんへ穏やかに声をかけ、素早く正確な手技で麻酔をかけていきます。そんな阿部サダヲに激似(?)で頼れる石川室長を中心に手術室スタッフ一同、安全安心な手術を受けていただけるよう、周術期管理に取り組んでいます。

いつも冷静で頼りがいのある先生です。

その他の病棟 / スタッフより

とても優しく、患者さん第一の先生です。先生のピアノを聞いてみたいです。





いとう
院長 伊藤 ますみ 先生

Profile

札幌市出身、北海道大学医学部卒業。てんかん専門医。

趣味はロック♪好きなアーティストはレディオヘッド。ロックを聴くこ

とももちろん、音楽ドキュメンタリーを見るのも楽しみ。座右の銘である“ロックな生き方”を日々追求している。

Q. 上善神経医院についてご紹介ください。

平成23年に開業して、7年目になりました。天使病院にいたのは平成10年からの5年間と平成18年から開業まで、通算11年間ですね。間の3年間は東京の国立精神神経センターで勉強しました。「やってみない?」と誘っていただいたのが開業のきっかけでした。そこで改めて考えてみると、この辺りに「てんかん」を専門にしたクリニックがないことに気づいて、“やろう!”と決めました。(先生、ロックですね♪〈byインタビューア〉)

クリニックでは、主にてんかんの患者さんの症状に対する治療と、ライフステージごとの生活やこころの問題に取り組んでいます。最近では、高齢者の認知症の診療も増えてきました。ご家族が“認知症かも?”と心配され、ご相談を受けることが多いですね。ご家族にとって、認知症かどうかわからないよりも、例えば“年相応の認知症”だとハッキリとわかる方が不安は減るようですね。

Q. 先生のポリシーは?

私の専門とする「てんかん」は慢性の疾患で、患者さんお一人お一人とは長いお付き合いになります。進学や就職、結婚、妊娠、出産など大きなライフイベントも共に迎え、喜怒哀楽を共にします。私は医師として患者さんの人生に長く関わるわけです

から、その方のライフステージに合わせてできるだけきめ細かく、心に寄り添ったサポートをしようと思っています。

今までも、「この患者さんにはどうすれば一番いいのだろう?」と、悩むことは何度もありましたが、そうやって患者さんと一緒に悩むことも私は“大好き”なんだろうと思います。大変なだけではなくて、喜びを分かち合えますから。

Q. 将来の夢をお聞かせください。

夢という大げさなものではないですが、「てんかん」がどういう病気で、患者さんにはどんな環境やいざと言う時の対処が必要かなど、もっと広く理解してもらえるように活動したいです。医師に限らず広く医療に携わる方、そして一般の方にも。まずは知っていただくことが、患者さんにとっての生活しやすい環境づくりになればいいなと思いますね。

Q. 天使病院との連携についてご要望などあればお聞かせください。

てんかんの患者さん、特に女性のサポートをお願いしたいです。そのためには「てんかん」に関する勉強会も喜んでさせていただくので、ぜひ呼んでください。今まで通り、これからもよろしく願います。

所在地:〒060-0033

札幌市中央区北3条東2丁目2-6福田ビル

電話:011-251-8700

診療科目:神経精神科、心療内科

ホームページ:<http://jozen-clinic.com/>

休診日:土曜日、日曜日、祝日

診療時間:

外来受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:00	●	●	●	●	●	—
14:00~17:30	●	●	●	●	●	—





第5回 天使病院臨床研修プログラムについて ～番外編 医学生実習について～

今回は番外編として、北海道大学医学部の5年生(医学生)を対象とした病院実習「診療参加型コア科臨床実習」をご紹介します。これは学生が、病院の医師・看護師・その他多職種で構成される診療チームに参加し、その一員として診療業務を分担しながら、「医師」という職業の基本部分を学ぶことを目的に、平成29年9月から新たに開始されました。医学生がみなさんと接する機会もあるかもしれません。どうぞ温かい応援をよろしくお願いいたします。それでは、実習の様子を彼らの感想とともにお届けします。

診療参加型コア科臨床実習とは

この実習は4年次に学内で一週間ずつ回った「全科臨床実習」で得た全般的な知識と経験を活かして、5年次に1ヶ月単位で大学内もしくは外の病院でより深く実践的に学んでいくものです。最も重視されているのが学生の「診療参加」で、医学生が診療チームに参加して、その一員として診療業務を分担しながら実習を行います。天使病院では今年度小児科、外科、内科(呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、糖尿病内科)について、3月までの6ヶ月間、延べ30名の医学生を受入れています。

天使病院での実習

①初日オリエンテーション

初日は全実習生で、個人情報、感染対策、電子カルテの操作方法などの基礎を学びます。

②各科の診療では指導医、研修医の元で実習

病棟・外来実習、検査見学をしたり、指導医の管理・監督のもと患者さんに問診したり、診察などを記載(電子カルテ)します。

③週の終わりの実習報告会

毎週金曜日には全実習生が集まり1週間に経験した内容について実習責任者に報告し、振り返りを行います。

学生が見学した心肺停止対応訓練の様子



毎週金曜日に行っている「実習報告会」

実習を終えて



川口 晃三さん (第1クール・消化器内科 第2クール・外科選択)

実習では手技やイベントごとに丁寧に内容を解説していただいたり、実践的なことも多くやらせていただきました。2ヶ月実習させていただいたことで仕事にも慣れ、細かい点に気づける様になりましたが、半面一日で得た経験や知識をまとめるのに苦労しました。大学と違い一般的な病気(common disease)の患者さんにも多く触れることが出来たので、将来医師になった際に生かしていけたらと思います。患者さんや職員の方々が協力的に接してくださったおかげで大変貴重な経験をさせていただきました。ありがとうございました。



安田 真子さん (第3クール・呼吸器内科選択)

大学病院以外の研修システムを知ることができたこと、研修医の先生方のお仕事を拝見したりなど貴重な経験をさせていただきました。実習中には「心肺停止対応訓練」を見学させていただく機会もあり、訓練後参加された様々な職種の方が、活発な議論をされていた点が印象的でした。患者さんにとっては、「学生が診療に関わる」ということに不安を感じる方も多くいらっしゃると思います。ですが、教科書だけでは学べない知識や経験を臨床の現場では得ることができます。将来より良い医師になるため、実際の診療に参加し多くのことを学びたいと思いますので、可能な範囲でのご理解ご協力の程宜しくお願い致します。



実習指導責任者 臨床研修室 山本 浩史 (副院長・臨床研修室長)

当院は1、2年目の医師が必ず受けなければいけない初期臨床研修の認定施設です。現在、初期研修医が11人いて皆様のご協力の下で、充実した研修を行っています。

初期研修と同様に医学生の実習にも力を入れており、道内外から医学生を受け入れて「教育」に真剣に取り組んでいます。

将来、皆様の健康に寄与する大切な若者たちですので、応援してください。

気になる栄養素を
おいしくとり入れる

葉酸をおいしく補給 健康寿命を延ばす レシピ



たんぱく質 24.5g 脂質 16.6g
塩分 2.4g 食物繊維 5.7g
葉酸 114μg

ご飯／鶏むね肉のゆかり揚げ／オクラ豆腐
チンゲン菜のサラダ／パイナップル

1食あたり

527kcal



Comment

健康寿命を延ばすレシピ第4回目の気になる栄養素は、ビタミンB群の一つ「葉酸」です。生活習慣病が骨折のリスクを高める原因として、酸化ストレスによる骨芽細胞形成の抑制や骨の脆弱化があります。酸化ストレスを軽減させる栄養素には、葉酸、ビタミンB6、B12があり、このうち葉酸は葉物野菜、枝豆、レバーなどに多く含まれています。

成人男女1日の葉酸の推奨量は240μgで、ほうれん草(茹)70g中77μg、アスパラガス(茹)50g中90μg、枝豆(茹)60g中156μg、鶏レバー60g中780μgが含まれています。通常過不足が起こりにくい栄養素ですが、健康障害をおこす耐用上限値が900~1000μgのためレバーの連日摂取やサプリメントの過剰摂取は避けましょう。推奨量を確保するには、成人の野菜摂取目標量350g以上(健康日本21)の3分の1程度を、今回のレシピに使用したオクラやチンゲン菜のような緑黄色野菜で摂取すると良いでしょう。*1μg(マイクログラム)=百万分の1グラム (管理栄養士 佐々木正子)

ご飯

たんぱく質 2.5g 脂質 0.3g
塩分 0g 食物繊維 0.3g
葉酸 3μg

【材料(1人分)】

・ごはん 100g

1人分

168kcal

鶏むね肉のゆかり揚げ

たんぱく質 15.8g 脂質 13.4g
塩分 1.5g 食物繊維 1.7g
葉酸 27μg

【材料(1人分)】

・鶏むね肉 60g
・練梅 4g
・まいたけ 25g
・長芋 20g
・てんぷら粉 8g
・ゆかり 0.3g
・ししとう 8g
・揚げ油 12g
・塩 1g

【作り方】

- ①鶏むね肉に練梅をぬり下味をつける。
- ②まいたけは、石づきを取り除き小房に分ける。
- ③長芋は、皮をむき拍子切りにする。
- ④てんぷら粉にゆかりを加え、さらに冷水を加えてさっくり混ぜ衣を作る。
- ⑤揚げ油を180℃に熱し、①に④の衣をつけて揚げる。
- ⑥温度を少し下げて、②③とししとうに④の衣をつけて揚げる。
- ⑦皿に盛り付け、塩をふる。



オクラ豆腐

たんぱく質 4.8g 脂質 2.3g
塩分 0.6g 食物繊維 1.6g
葉酸 44μg

【材料(1人分)】

・木綿豆腐 75g
・オクラ 20g
・うす塩なめたけ 10g
・だし割醤油パック 3g

【作り方】

- ①豆腐は、食べやすい大きさに切る。
- ②オクラはがくを除いてから、熱湯でさっとゆでスライスする。
- ③①の上になめたけをのせ、②をかざる。
- ④食べる直前に、だし割醤油をかける。

チンゲン菜のサラダ

たんぱく質 0.9g 脂質 0.5g
塩分 0.3g 食物繊維 1.0g
葉酸 32μg

【材料(1人分)】

・チンゲン菜 40g
・トマト 40g
③酢 2g
③醤油 2g
②砂糖 2g
②サラダ油 2g
・長葱 1g

【作り方】

- ①チンゲン菜はゆでて4cmの長さに切る。
- ②トマトはくし形に切る。
- ③長葱を白髪ねぎにする。
- ④③を混ぜ合わせる。
- ⑤皿に①と②を盛り、④をかける。
- ⑥③を飾る。



パイナップル

たんぱく質 0.5g 脂質 0.1g
塩分 0g 食物繊維 1.1g
葉酸 8μg

【材料(1人分)】

・パイナップル 75g

POINT

計量スプーンによる調味料のめやす重量

食品名	小さじ(5ml)	大さじ(15ml)
塩、醤油、だし割醤油	6g	18g
酢、練梅、ゆかり	5g	15g
サラダ油、揚げ油	4g	12g
てんぷら粉、さとう	3g	9g

*メニュー&調理協力：エームサービス株式会社



北野台中学校2年生 職場体験レポート

12月7日(木)、北野台中学校から4人の生徒さんが職場体験に来てくれました。オリエンテーションから始まり、「病院職員としての心構え」について話をしている頃は、少々表情も硬かったのですが、ミーティングルームを出て手術室での見学や体験が始まると、ようやく緊張がほぐれ、積極的に体験を楽しんでくれているようでした。

見学や体験を通じて、「責任感」や「協力することの大切さ」を感じてくれたことは、私たちにとっても嬉しく、今後の励みになりました。

金澤英至さん、伊藤翔真さん、池田萌香さん、唯野幸那さん、「1日職員」お疲れ様でした。夢を目指してこれからも頑張ってくださいね。



『札幌市東区感染対策ネットワークセミナー』を開催しました



12月5日(火)、京都第二赤十字病院 感染制御部部長の下間正隆先生をお招きして、「病院清掃・環境整備が、患者を感染から守る」と題してご講演いただきました。参加者は東区の医師、看護師、薬剤師、さらに清掃スタッフも含む約90名。自院の感染対策を振り返り、改めて予防対策と環境整備の重要性を再確認する機会となりました。

厳しく、身の引き締まる内容でしたが、イラスト満載のスライドと下間先生の関西弁の巧妙な話術で、大変楽しく学び、吸収することができました。「これでいい」と慢心せず、清掃と環境整備、そしてスタッフ一人一人の意識を日々高く保つ取り組みを継続し、医療の質向上に努めていきたいと思います。



✿ 糖尿病予防教室 (基本毎月第3水曜日 14:00~15:00) ※3月は第2水曜日です。 <天使ホールC>

本教室は、糖尿病の患者さんとそのご家族だけではなく、糖尿病に関心のある全ての方を対象とした教室です。予約は必要ありません。どうぞお気軽にご参加下さい。



日程	時間	テーマ	担当者
1月17日(水)	14:00~14:30	糖尿病かるた	外来看護師 森山由希子
	14:30~15:00	うちの中でできる運動~実践~	理学療法士
2月21日(水)	14:00~14:30	足病変のなぜ?何?	西7病棟看護師
	14:30~15:00	体重コントロール~なぜ必要・どうしたらいい?~	外来看護師 森山由希子
3月14日(水)	14:00~14:30	糖尿病神経障害~ほおっておくと大変~	生理検査室
	14:30~15:00	糖尿病と動脈硬化	糖尿病内科医師 吉田 和博

広報誌 「天使びょういん」 第47号
 発行日 平成30年1月15日
 発行人 院長 藤井ひとみ
 編集 「天使びょういん」編集委員会

編集後記

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。表紙の書はダウン症の書家、田中恵さんの作品です。新年のスタートにふさわしい一字を選んでいただきました。今年1年が皆さまにとって「楽」でありますように。

