



NHO沼田病院だより

National Hospital Organization Numata National Hospital



谷川岳の雪景色

理 念

基本理念 心のこもった質の高い医療を行う病院

基本方針

- 1 患者さんを中心にチーム医療で臨みます。
- 2 患者さんの心に通うサービスに努めます。
- 3 患者さんに信頼される健全経営を目指します。

行 動 姿 勢

- 1 **現 場 主 義**——現場に戻ろう！
- 2 **実 績 主 義**——隠れた実績を大切にしよう！
- 3 **患者中心主義**——患者の立場で考えよう！
- 4 **チ ー ム 医 療**——お互いに助け合おう！

自分の意見をはっきり言おう！
相手の意見をしっかり聞こう！

行 動 指 針

政策医療と地域医療の実践

新年の御挨拶

独立行政法人国立病院機構沼田病院

院長 前村 道生



明けましておめでとうございます。新年にあたり、一言御挨拶させていただきます。

日本全体を襲っている人口減少の波は利根沼田地域にも押し寄せ、20年後には当地域の人口は現在の8割以下にまで減少すると推計されています。一方高齢化率は増加の一途をたどり、現在約3分の1である65歳以上の人口割合は2035年には40%を越えると考えられています。こうした総人口の減少を伴う高齢化社会の到来にあたり、当院の地域における使命も少しずつ変わってゆくと思われます。高齢化に伴い医療を必要とする患者さんの疾患構造は変化するはずで、人口減少に伴い癌の患者さんの絶対数は次第に減少してゆくと考えられますが、一方高齢者に多い肺炎や認知症、脳血管疾患や骨折などの疾病は増加すると思われます。今後こうした背景を踏まえ、癌治療をはじめとした急性期医療の提供は変わらずに続けてゆくとともに、高齢者に多い疾患に対してより迅速で的確な対応ができるよう病院全体で取り組んで行きます。このような姿勢を通して地域から求められる使命を果たしてゆきたいと考えております。

高齢化率が増加すると介護を必要とする患者さんが次第に増加する一方、人口減少に伴い介護できる家族の人手は減少します。今後こうして働く世代に増加が見込まれる介護負担の軽減も我々に課された使命の一つと考えています。患者さんだけでなくそのご家族も健全で穏やかに暮らせる地域を目指し、持てる医療資源を有効活用する中で我々ができることを模索しています。例えば要介護の患者さんの一時的な受け入れなどで介護するご家族の疲弊を緩和するなど、病院としての機能を生かした支援策を検討しております。皆様からのご要望に沿って検討を進めたいと考えておりますので、忌憚のないご意見、ご希望を伺えれば幸いです。

当院の誇りの一つとして、高い専門性を持った看護師を多数有することが挙げられます。緩和ケア、がん化学療法看護、感染管理、認知症看護の各分野の認定看護師を有するほか、大学院修士課程を卒業して特定の医療行為の実践能力を身につけた診療看護師も複数名勤務しております。今や患者さんの治療は医師が一人で行うものではありません。看護師を始め、薬剤師、管理栄養士、社会福祉士、理学療法士などがそれぞれの専門分野の知識や技術を生かし、医師とともに連携協力して治療や指導、支援に携わってゆくの理想であり、当院でもこうした多職種連携を推進しております。この院内医療連携において中心的な役割を果たしているのが認定看護師です。今年も医療の質の向上を目指し、更にこの連携に磨きをかけてゆきたいと考えております。

今後も地域や時代に合った最善の医療を提供できるよう職員一同努力してゆきますので、今年も宜しくお願い申し上げます。

「日本DMAT隊員養成研修」を受講して

2階病棟看護師 鈴木 準

みなさんこんにちは。2階病棟で勤務している看護師の鈴木準です。HCU（ハイケアユニット）を担当しています。

2018年11月、東京（立川市）にある国立病院機構災害医療センターで行われた「日本DMAT隊員養成研修」に参加してきましたので、報告させていただきます。

DMAT (disaster medical assistance team: ディーマット) とは「災害急性期に活動できるトレーニングを受けた医療チーム」のことです。最近ではニュースやドラマなどで耳にすることもありますね。

実際に何を行っているかという、災害が起こった際いち早く現場へ行き、被災地にて医療サポートを行っています。隊での活動が基本となり、1隊に医師、看護師、調整員を含んだ4～5名で構成され、当院にも医師1名、診療看護師1名、看護師2名の隊員が在籍しています。当院は「災害拠点病院」に指定されており、災害時の診療はもちろん、DMATの活動も含まれています。そのため、私自身今回の研修は大変ではありましたが、とても興味深く有意義な時間を過ごすことができました。

研修内容は様々なものがありましたが、中心になったのは講義よりも訓練でした。研修で初めて顔を合わせた方達と訓練を行っていくのですが、実際に災害が起きた際、どのような活動を行うか考え行動していくのは難しく、頭を悩ませることが多かったです。今回の研修は13都道府県から各5名ずつ参加していました。群馬は前橋赤十字病院、伊勢崎市民病院、高崎総合医療センター、渋川医療センター、沼田病院から1名ずつ、群馬チームとして参加しました。群馬チームは技能試験で各々優秀な成績をあげ、見事＜最優秀チーム賞＞を頂きました。

災害はいつ起こるかわかりません。そのために今後も定期的に訓練を行い、災害時にはみなさんのお力になれるよう日々精進していきます。



まさかの猛暑日、今年も歩きました。

～リレーフォーライフジャパンぐんま2018に参加して～

庶務係 町野 瞬

真夏の猛暑が戻ってきたかのような昨年10月の三連休初日、リレーフォーライフ群馬に参加いたしました。

リレーフォーライフとは、今まさにがんと闘っている方やその支えとなっている家族・友人を中心に医療機関や企業、自治体などが一体となりがん征圧を目標としたチャリティーイベントで当院も第1回目の開催から毎年参加しており、今回で6回目の参加となります。

例年、イベント会場では参加病院や協賛企業、患者団体などが様々な催し物を行っており、当院

は前回に引き続き血管年齢測定を行いました。沼田市のマスコットキャラクター「ぬまたんち」の“まっくん”が会場へ駆けつけてお手伝いをしていただいたおかげもあり当院の出展ブースは大変、盛況となりました。

リレーフォーライフ群馬はがん啓発運動の一環として、一般の方も参加できるイベントです。興味を感じた方はぜひ一度会場に足を運んでみてはいかがでしょうか。



健康フェアを開催して

ボランティア委員会 古見 薫

秋晴れの10月12日、スーパーマーケットの駐車場をお借りして、健康フェアを開催しました。

大勢の方にご参加いただき、ありがとうございました。

地域にお住まいの方々の健康の維持増進のための活動で、3年ぶりの開催となりました。この機会に沼田病院の活動を幅広く知っていただくためにも、入念な準備をして当日を迎えました。比較的天候の良いこの日を選びましたが、空は雲ひとつない青空、しかし、北の山から吹き下ろす風でテントが倒れるのではないかと心配するほどでした。

血管年齢測定・血圧測定・乳がん体験、認知症予防、医師による健康相談、健康維持のためのリハビリ体操などのコーナーを準備しました。

スーパーマーケットが開店すると同時に、買い物のお客さんが1人2人と健康フェアに来てくださいました。また、近隣の方々にも参加していただきました。



一番の人気は血管年齢測定でした。寒さのため指先が冷たくて思うように測定ができず、お待たせしてしまいましたが、「実年齢より若い！」という結果に大喜びの笑顔が印象的でした。



年2～3回定期的に開催してほしい、というご意見が多く、健康への関心が高いことがうかがえました。次回は5月の良き日に開催したいと準備を進めております。

「買い物のついでに、健康を実感してみませんか？」

また、お越しいただけることを楽しみにしています。

がん市民公開講座を開催して

地域医療連携室 鈴木 めぐみ

平成30年12月2日（日）に当院地域医療研修センターにおいて【Uターンの受け皿となる次世代の地域医療を目指して】をテーマに、がん市民公開講座を開催しました。

第一部は基調講演として順天堂大学医学部病理・腫瘍学教授樋野興夫先生をお迎えし、「21世紀のMedical Villageの構築に向けて～病気であっても病人ではない～」の講話をいただきました。樋野先生は全国に「がん哲学外来」を開設されており、当院も平成23年12月より内村鑑三記念がん哲学外来を設立し、月一回開催しております。



質疑応答

になりました」「がん患者以外でも樋野先生の情報を発信してみてもどうか?」「シンポジウムが早く切り上がってしまい残念でした」との御意見もいただきました。こういった御意見をもとに今後も地域住民の皆様に喜んでいただける講演会を開催したいと思っております。

今回ご協力いただきました皆様に深く御礼を申し上げます。

第二部はパネルディスカッションを当院前村院長はじめ伊勢崎市民病院片山和久先生、渋川訪問看護ステーション看護師萩原直美さん、群馬大学医学部附属病院看護師高山千春さん、当院認知症看護認定看護師阿部美保さんの5名をパネラーとしてお迎えし、各々の視点と立場から、Uターンの受け皿となる次世代の地域医療についての発表をいただきました。群馬県健康

福祉部保健予防課がん対策推進室長柿沼輝信さんにも参加頂き、他県で働いていた人が病気（癌など）になり、Uターンし戻って来た場合行政面での支援について、病院から在宅医療、介護を推進するに当たって行政面で取り組んでいることは何かのご意見も頂きました。90名を超える市民の皆様に参加いただきました。多くは利根沼田地域からの参加で他には渋川吾妻方面からも足を運んで下さる方もおり、「樋野先生の講演がとても参考



会場の様子

クリスマスコンサート

作業療法士 佐藤 優

街はイルミネーションが華やかとなる平成30年12月21日、沼田病院ボランティア委員会が主催となり、「沼田マンドリン・ギタークラブ」の皆様をお迎えしてクリスマスコンサートが行われました。

今年はインフルエンザ感染対策の為、来場者は入院患者さんと職員に限定させていただきましたが、多くの方々に参加していただきました。マンドリンとギターの美しい旋律で



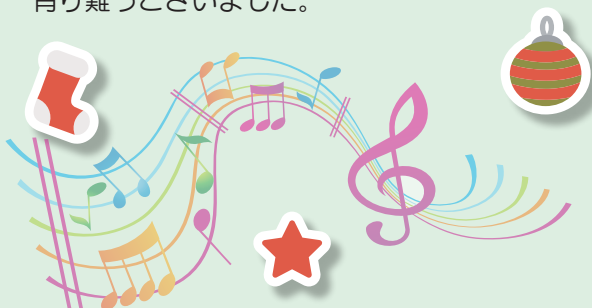
コンサート



マジックショー

病院に入院していると生活が単調となり、季節の変化を感じる事が難しくなることがあります。これからもこのような企画を通して良い刺激を提供できればと思います。

「沼田マンドリン・ギタークラブ」の皆様、有り難うございました。



病院長より感謝状贈呈

薬剤科だより

薬剤師 間 杉 拓 紀

肺炎球菌ワクチンのお話

●はじめに

風邪やインフルエンザが流行を見せ始めている今日この頃ですが、しっかりと感染予防はできているでしょうか？

通常、「手洗い」や「うがい」が予防として効果的ですが、それだけでは感染を完全に防ぐことは難しいのが現状です。そこで、ワクチンをあらかじめ打つことでウイルスや菌に対する免疫をつけておく必要があります。今回は、日本でも高い死亡原因となっている高齢者のかかる肺炎に対するワクチンである、肺炎球菌ワクチンについてお話しします。

●肺炎とは

高齢者のかかる肺炎には食べ物や唾液が気管に入ることが原因の誤嚥性肺炎、肺炎の40%程度を占めると言われる肺炎球菌による肺炎などがあげられます。

肺炎は風邪とくらべ、高熱（38℃以上）が数日間続き、悪寒や全身倦怠感、また呼吸困難感や息切れを起こす場合もあります。また、気づきにくい肺炎として、ただ食欲がない、元気がない、だるさの訴えなど、呼吸器症状を伴わない肺炎もあるので注意が必要です。その他では、色のついた痰（黄色、緑色、鉄さび色）がみられることも肺炎の特徴と言えます。

●肺炎球菌ワクチン

2歳以下の小児や、65歳以上の高齢者では、肺炎球菌による肺炎や中耳炎、菌が血液中に入る菌血症などが起きやすいと言われています。このため予防接種により免疫を事前に持つことが重要となります。高齢者に用いられる肺炎球菌ワクチンは、重症化する可能性のある肺炎球菌による肺炎の約70%に高い予防効果があるとされています。

肺炎球菌ワクチンは、接種後5年以上たつと効果が徐々に低下していきます。このため厚生労働省では、65、70、75、80、85、90、95、100歳の5年おきに定期接種を推奨しています。（この5年おきの年齢で定期接種を受ける際には、初回のみ市町村による助成が受けられます。）

●さいごに

肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けることは、肺炎を予防するだけでなく、肺炎に関連する病気の予防にもつながります。

肺炎球菌ワクチンの予防接種を希望する方は、ぜひかかりつけの病院で相談してみたいかがでしょう。

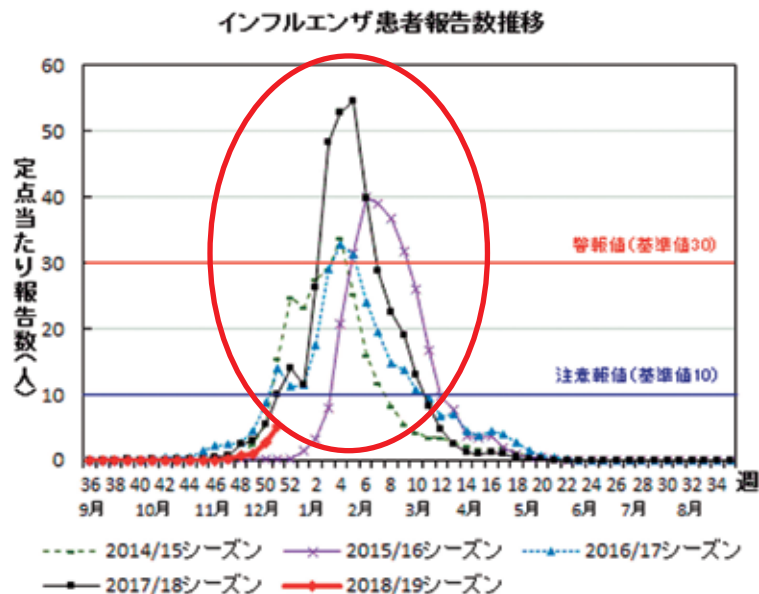


地域医療連携室だより

医療社会事業専門員 小淵 匡

面会制限について

当院では、11月頃から徐々に患者が増え始め、1月頃に流行がピークに達する感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）やインフルエンザなどの集団発生を予防するため、12月17日～4月上旬まで平日の面会を原則禁止とさせていただきます。



群馬県ホームページより（2018年第51週現在）

平日の面会については「特別面会許可証」をお持ちの方のみ面会可能としています。患者様のご家族には、入院時に1名の方に「特別面会許可証」をお渡ししているため、そちらをご持参ください。また患者様の在宅生活のケアを行っている関係機関の皆様（介護支援専門員・訪問看護師等）は地域医療連携室で面会申請書を記載し、「特別面会許可証」を受け取っていただくことで面会が可能です。



「特別面会許可証」をお持ちでないご家族様は土曜・日曜・祝日の13時00分～20時00分まで面会申請書を記載の上、面会が可能です。

皆様方には、ご不便をお掛けしますが、感染対策のため、ご理解とご協力をお願いいたします。

栄養管理室だより

栄養管理室 今井 千恵子

排泄のしくみ

消化吸収されなかった食べ物のかすは便として排泄され、栄養素の代謝後の不要物は尿とともに排泄されます。

便の成分と排泄のしくみ

◆食物繊維が便の主成分

栄養素は小腸でほぼ吸収されますが、食物繊維は人の消化酵素で分解できないため、大腸へ送られて便の主成分になります。大腸に消化酵素はありませんが、腸内細菌がいて一部の食物繊維を分解し、酸などを生成します。酸は大腸の運動を盛んにし、便の排泄を促します。

◆便のにおいや色の正体

タンパク質は一部未消化のまま大腸に送られ、腸内細菌によって分解されます。分解物質にはアンモニアなどの有害なものが多く、便やおならが臭くなります。

また、十二指腸に分泌される胆汁の一部が大腸に送られ、排泄されます。胆汁はビリルビンという黄色い色素を含むので、便は黄色い色をしています。

◆便の形ができるまで

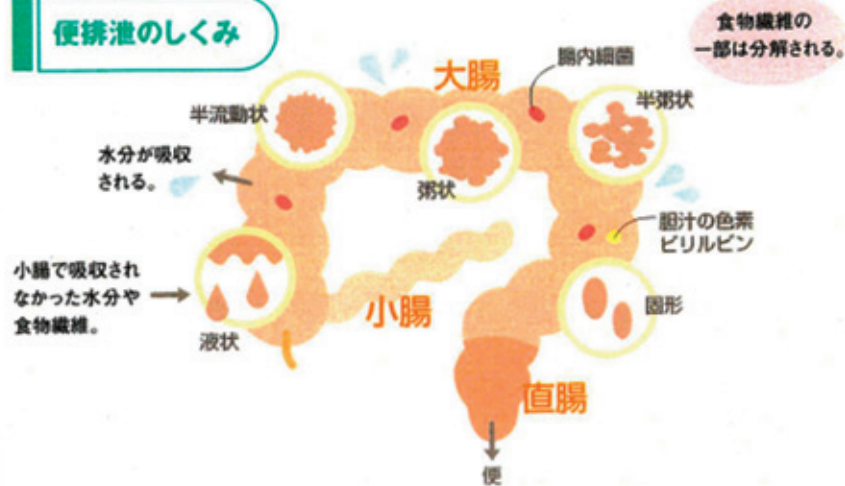
水分の95%は小腸で吸収され、残りの水分と未消化物の食物繊維が大腸へ送られます。水分は大腸で少しずつ吸収され、未消化物はだんだん固形状になって直腸に入り、便として排泄されます。

尿の成分と排泄のしくみ

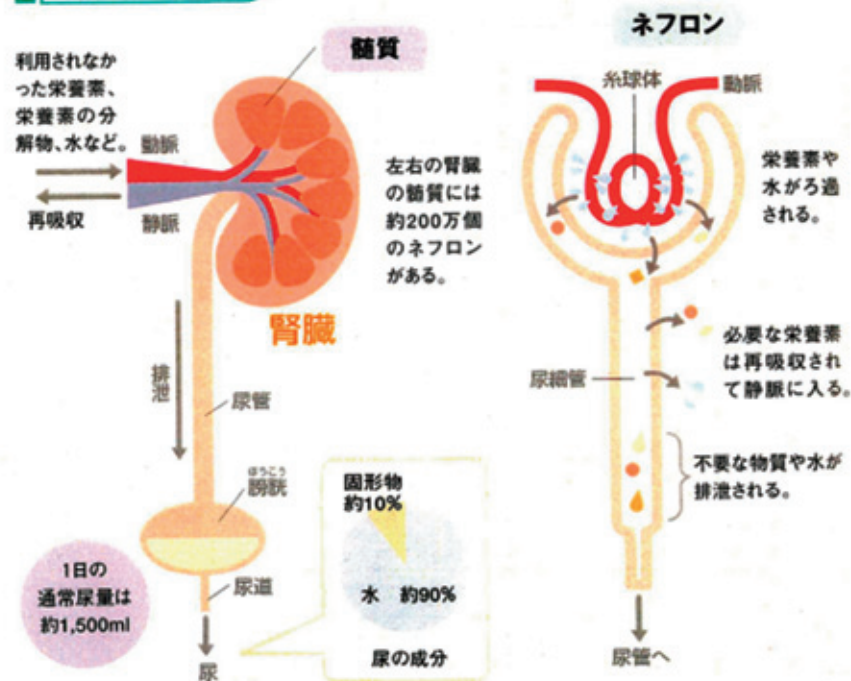
◆^{じんぞう}血液と腎臓の連携で尿ができる

各種の栄養素は体内で利用されたあと、余分な栄養素や老廃物が血液によって腎臓に運ばれます。腎臓では糸球体で血液中の物質や水をろ過します。ろ過されたものの99%は尿細管で再吸収され、残りが尿として排泄されます。尿の固形物の主成分は尿素です。尿素はタンパク質の構成成分だった窒素を含む物質です。とり過ぎた水溶性ビタミンや不要になったミネラルも尿とともに排泄されます。

便排泄のしくみ



尿排泄のしくみ



参考文献：成美堂出版「栄養の基本がわかる図解事典」

新任職員紹介



診療放射線技師 撮影透視主任 **三瓶 達人**

1月1日付で千葉東病院より昇任で参りました、撮影透視主任の三瓶達人と申します。

昇任したばかりで最初は戸惑う事も多いと思いますが、早く業務に慣れて皆様のお力になりたいと思いますので、よろしくお願い致します。

医療安全管理室だより



医療安全管理室 医療安全管理係長 田村 由佳

みんなで医療安全

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。

医療安全管理室、医療安全管理係長の田村です。今回は、転倒転落予防についてお話したいと思います。

入院中は、不慣れな環境や病状の変化により、筋力や注意力が低下し、思いがけず転んでしまうことがあります。高齢の方は特に注意が必要とされています。

歩行中の転倒やベッドからの転落には十分ご注意ください。

入院生活でのお願い

○入院の際に準備するもの

- ・履きなれた靴（スリッパはさける）
- ・メガネ（ご自宅で使用しているもの）
- ・寝巻きやパジャマ（体にあった長さにする）
- ・杖 など



○転倒・転落を防ぐためのお願い

<ベッドサイドで気をつけること>

- ・足に力が入るか確認してから動き出す
- ・点滴棒やオーバーテーブルなど不安定な物につかまらない
- ・夜間は、夜間灯をつける
- ・ベッドの上で立ち上がらない
- ・ベッド柵を上げて寝る
- ・遠慮せずに看護師を呼ぶ（ナースコール）



<トイレで気をつけること>

- ・手すりにつかまる
- ・トイレが終わったらナースコールで看護師を呼ぶ



○転倒・転落をおこすと…

・転倒や転落をおこすと切り傷・打撲にとどまらず出血や骨折など本来の病気以外に新たな治療が必要になる場合があります。

※入院時に、転倒や転落の危険について患者さんご家族に確認をお願いしています。

入院中の転倒
しない!! させない!!



沼田病院の外来受診のご案内

1. 外来診察の受付時間は8:00～11:30 です。

午後は小児科のみ 14:30～16:30 に受付を行っております。また、検査・手術・特殊外来等の予約患者さんに対応しております。

2. 土・日・休日・夜間の受診について

土・日・夜間は、緊急性のある患者さんに対応しています。

特に、夜間は患者さんの状態に応じ、重症な方を優先して診察をしていますのでご了承ください。

体調不良を感じましたら、早めに受診されることをお勧めします。

病院ボランティア募集

あなたのやさしさを、あたたかいふれあいを、
あなたの助けをお待ちしております。

*****活動内容*****

○外来での総合案内

診療科・検査科・放射線科への案内、車椅子介助、
診療申込書等の代筆、受付機の取り扱いなど

○植木・花壇の手入れ

○入院患者さまの話相手、朗読

○芸能、音楽など

*****問い合わせ先*****

看護部長室 まで

看護師募集

思いやりのある看護を志す方を求めています。

1. 看護単位：

病棟（3） 手術・中央材料室 外来

2. 看護方式：

固定チームナーシングと受持看護を併用

3. 勤務体制：

4週8休 3交替制

4. 卒後教育：

キャリアラダーに沿った充実した経年別教育

詳しい内容についての問い合わせは

看護部長室 まで

NHO PRESS～国立病院機構通信～について

沼田病院は、国立病院機構（NHO：National Hospital Organization）
という142の病院からなる国内最大級の病院ネットワークの病院です。

国立病院機構（NHO）という病院ネットワークが、どのようなグループ
でどのような活動をしているのかを紹介する『NHO PRESS～国立病院
機構通信～』を発行しています。外来待合に設置していますので、ぜひご
覧になってください。

なお、ホームページに最新号と過去ものを掲載し
ていますので、そちらもぜひご覧になってください。
「NHO PRESS」で検索してください。

NHO PRESS

検索



QRコード

編集後記

明けましておめでとうございます。

今年は「平成」から新元号に変わります。いろいろなことがあった「平成」の30年を今一度思い起こしてみましよう。

まだまだ寒い日が続きますが、うがい・手洗いをこまめに行い、インフルエンザなどの感染症に注意し、様元気に過ごしましょう。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

庶務班長 小泉 重則

外来診療担当医師一覧表

平成31年1月1日現在

診療科	診療日	月	火	水	木	金	土
総合内科1	午前	飯塚(光)	飯塚(圭)	新患外来10:00~	増田	新患外来10:00~	
総合内科2	午前	迫	武井(第3週休診)	飯塚(光)	齋藤10:00~	根岸	
総合内科3	午前	野中	林	根岸	武井(第3週休診)	林	
小児科	午前	湯原・(高橋)	高橋・(湯原)	湯原	高橋・(湯原)	湯原	
	午後 14:30~16:30	湯原・(高橋)	高橋・(湯原)	湯原	高橋	湯原・(高橋)	
総合外科1	午前	佐藤	前村	岩波	岩波/佐藤/小林	六本木	
総合外科2	午前	小林			上記3名の内2名が診察を行います。詳しくはお尋ねください。		
整形外科1	午前 ~11:00	—	石綿	—	面高	割田 (第4週)	濱野(完全予約制) (第1週)
整形外科2	午前	森本	森本	森本	森本	—	
泌尿器科	午前	—	—	—	—	伊藤(完全予約制) (第2・4週)	
婦人科	午前 ~10:45	—	—	—	松井(第1・3週)	—	
眼科	午後 13:15~	米谷(予約制) (第4週)	—	—	—	—	
放射線治療科	午前	—	森	—	—	—	
	午後	—	—	—	—	神沼	

専門外来診療一覧表

基本的に予約又は紹介

診療科	診療日	月	火	水	木	金	土
内科(肝臓・消化器)			群大Dr 13:30~15:30				
乳腺・内分泌外来				14:00~16:00	※臨時休診の場合もあるため、お手数ですが、乳腺内分泌外来を受診希望の方は事前に当院までご確認ください。		
糖尿病外来			蔵田(第1・3・5週) 9:00~11:30 常川(第2・4週) 9:00~11:30				
フットケア外来		13:00~15:00					
喘息・アレルギー呼吸器外来			久田(第3週) (完全予約制) 14:00~16:00				
循環器内科外来		林(完全予約制) 13:00~16:00		林(完全予約制) 13:00~16:00		飯塚(完全予約制) 14:00~16:00	
心臓血管外科外来				(群大Dr) 第3週 14:00~16:00			
肝臓外来						飯塚(主)(完全予約制) 14:00~16:00	
看護外来					外来看護師 10:00~11:00		
がん看護外来		10:00~15:00	10:00~15:00	10:00~15:00		10:00~15:00	
セカンドオピニオン外来		予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
緩和ケア外来		予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
リハビリテーション		予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
ストーマ外来		予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
糖尿病教室(無料)		14:00~15:00	11:00~12:00	11:00~12:00	15:00~16:00	11:00~12:00	
内分泌外来		根岸 14:00~16:00					

■□ 上記のほか臨時に休診・代診となることがありますので **1F外来ホールの掲示板** をご確認ください ■□

※健康診断をご希望の方は、10:30までに来院ください。

診療時間 午前8:30~午後5:15

診療受付時間 午前8:30~午前11:30 (予約の再診及び専門外来を除く)

診療日 月曜日~金曜日(祝日、12月29日~1月3日は除く)

面会時間 全日午後1:00~午後8:00 ご面会の方はスタッフステーションで病室をご確認の上ご面会ください。

交通案内図

●JR上越線をご利用の場合

沼田駅	関越交通バス (大清水・鎌田・川場行き)	国立病院前	徒歩2分
沼田駅	関越交通バス (沼田市保健福祉センター行き)	終点	徒歩3分

●自動車をご利用の場合(関越自動車道)

沼田I.C	車で5分
-------	------

沼田病院



当院が所在する地域の尾瀬の「水芭蕉」を图案化したもので、中央に沼田病院を英字で表示した。(テーマ: 地域に根づく医療)

