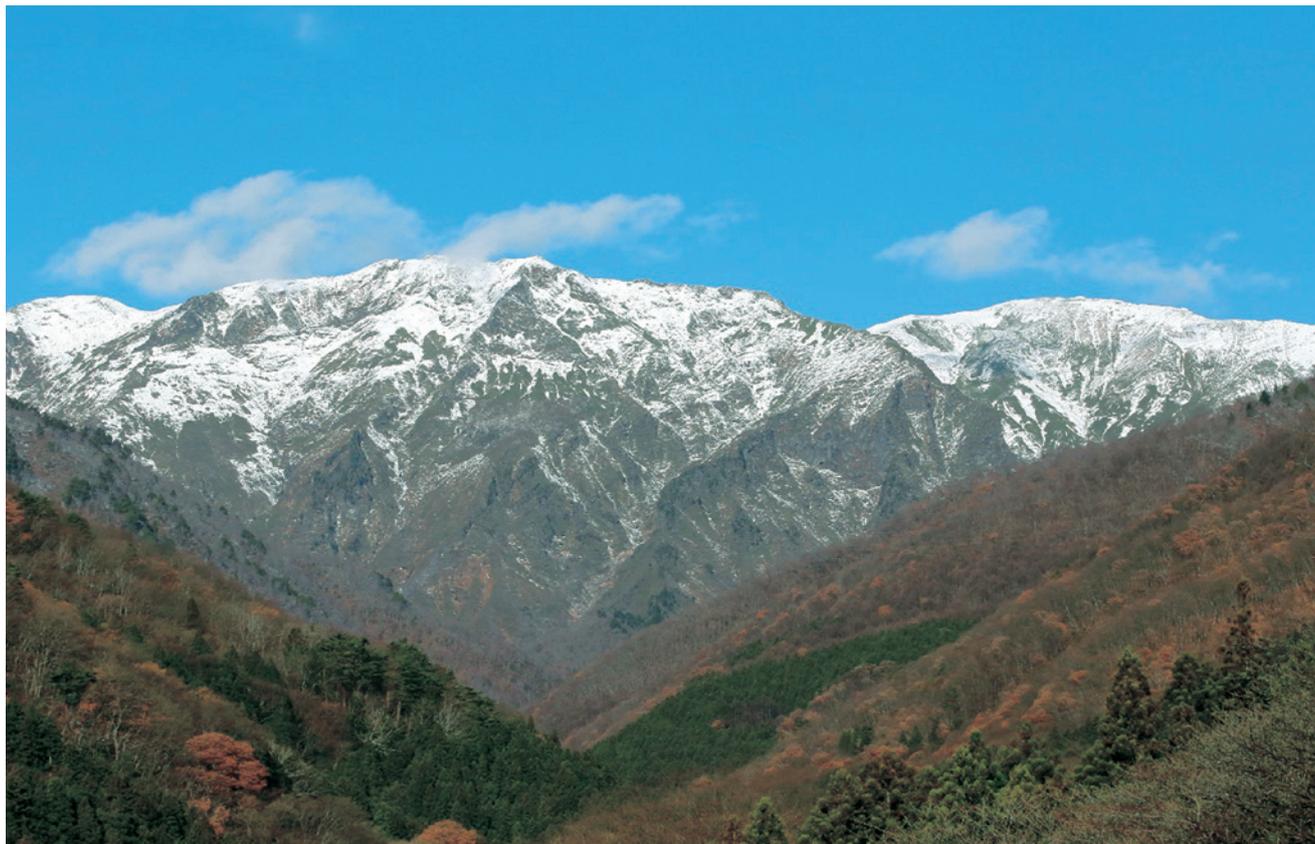




# NHO沼田病院だより

National Hospital Organization Numata National Hospital



雪解けの谷川岳

## 理 念

- 基本理念** 心の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と聞こう！

## 行 動 指 針

政策医療と地域医療の実践

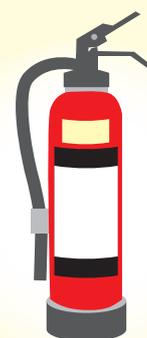
# 消防訓練に参加して ～自衛消火班として～

医事係長 藤岡 廉士

消防訓練に参加して、火災時の対応について考えさせられました。病院の職員は、火災に対して初期消火活動を行い、患者さんを安全な場所へ避難させることが主な仕事になります。病棟等でエレベーターが止まった時、階段を使って、歩けない患者さんを外へ運び出すことは難しく感じました。

また、火災時には患者さんの安全は何より大切ですが、救護活動をしている職員の身を守ることも大切だということを再認識いたしました。職員の安全確認が不足していることが今回の消防訓練の反省点でした。

この教訓を活かして、次回の消防訓練及び、実際の火災が起きた際に適切な行動ができるよう取り組みたいです。



# 春のお茶会



庶務班長 小泉 重則

桜のつぼみみがふくらみはじめた、平成31年4月11日（木）、3階病棟のデイルームで「お茶会」を開催しました。

お茶会では、入院されている患者さんや面会に来られたご家族、職員にお抹茶とお菓子で春の風情を楽しんでいただくという趣向で、毎年割田デンタルクリニック院長割田一敏先生を中心とする裏千家の皆様と、病院のボランティア委員会が中心となって開催しています。

会場にはボイラー技士長により調整を行い、早咲させた満開の桜が会場を彩っていました。趣向のある器で頂くお茶は格別で、参加された患者さんからも「本格的なおいしいお茶をいただきました。」「甘いお菓子が食べられるなんて。」等大変好評をいただきました。毎年開催したいと思います。



# 薬剤科だより

薬剤●●●●●

## ☀️ 光線過敏症について ☀️

暖かくなり、外に出かける機会も増えるこれからの時期、注意をしなければいけないのが紫外線です。紫外線による皮膚への影響は、誰にでも起こり得る日焼け、光老化（シミ、シワ）、皮膚がんなどがあります。それとは別に、普通は反応を起こさないような紫外線量でも敏感に炎症を起こす光線過敏症という疾患があります。そこで今回は光線過敏症の概要と対策方法などについて紹介します。

光線過敏症とは日光アレルギーとも呼ばれ、日光により引き起こされる免疫反応です。原因は、遺伝、代謝異常、アレルギー等さまざまですが、なかでも頻度が高いのは薬剤によるものです。

薬剤性の光線過敏症には以下の2つのタイプがあります。

①**光接触皮膚炎**：外用薬を用いた部位に日が当たってその部位を中心にかぶれの症状がでるのが特徴です。

②**光線過敏型薬疹**：内服薬を服用後に、日が当たった皮膚に発疹ができ、露出部の広範囲にわたるのが特徴です。

光線過敏症を引き起こす薬剤の一例を以下に示します。

- ・ 抗菌薬（ニューキノロン系、テトラサイクリン系）・ 筋弛緩薬（アフロクアロン）
- ・ 抗ヒスタミン薬（メキタジン）・ 抗がん薬（テガフル）・ 利尿薬（サイアザイド系）
- ・ 向精神薬（クロルプロマジン）・ 消炎鎮痛薬（内服薬：ピロキシカム、外用薬：ケトプロフェン）

### 光線過敏症になったら

通常は薬剤の使用を中止します。そして直射日光が患部に当たらないようにします。治療としては、皮膚症状のうち浮腫やかゆみが強いは皮膚を冷却するとともに、ステロイド外用薬を塗布します。顔面以外なら比較的強いステロイド薬を用います。

### 光線過敏症にならないために

衣類などによる遮光とサンスクリーン剤の使用が基本です。サンスクリーン剤は様々な種類のものが市販されているので使用目的などを考慮して選択することが重要です。

最後に原因の分からない湿疹やかゆみが現れた場合は医療機関を受診し適切な診断や治療を受けることが大切です。



# 栄養管理室だより

栄養管理室 今井 千恵子

## 食育で生きる力を育む

幼少のころから望ましい食習慣を身につけ、体によい食べ物を自分で選ぶ力を育むことが、生涯の健康を支えます。

### 正しい食習慣の乱れが問題

子どもたちの食を取り巻く環境の変化によって、エネルギーや脂肪のとり過ぎをはじめ、朝の欠食、孤食（子どもだけの食事）、加工食品や外食への依存、伝統的な食習慣の衰退など、さまざまな問題が生じています。

さらに運動不足も加わって、現在、幼稚園から高校まですべての年代で着実に肥満が増え、糖尿病や脂質異常症など生活習慣病の低年齢化の傾向も現われてきています。

このような状況への危機感から、以前にも増して「食育」が注目されています。

幼少期から適切な食習慣を身につけ、自分の力で正しい食品を選び、組み合わせて食べる力を育んでいく必要性が求められています。

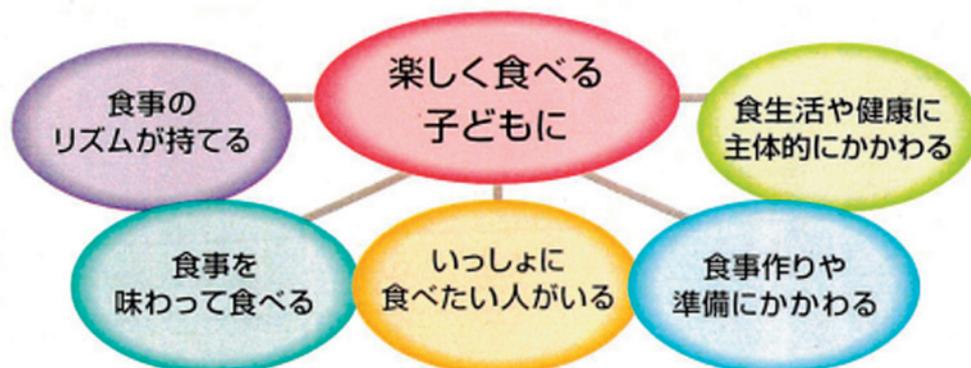
### 食べる力の向上は生きる力の向上に直結

平成17年には「食育基本法」が成立し、都道府県や市町村で食育計画や推進活動が積極的に進められるようになりました。これにより、家庭、学校、地域全体でさまざまな取り組みが展開されています。

「食育」という言葉は明治時代のころからあり、1903年に村井弦斎が小説「食道楽」で「知育・徳育・体育よりも食育が先」と書いているように、重要な教えとされていました。

いったん身についた食習慣をおとなになってから変えるのは困難なことです。幼少のころから望ましい食習慣を身につけ、自らも食品選びや食事作りに積極的に参加していくことは、生活する力、すなわち“生きていく力”を育むことにつながります。

### 食を通じた子どもの健全育成の目標



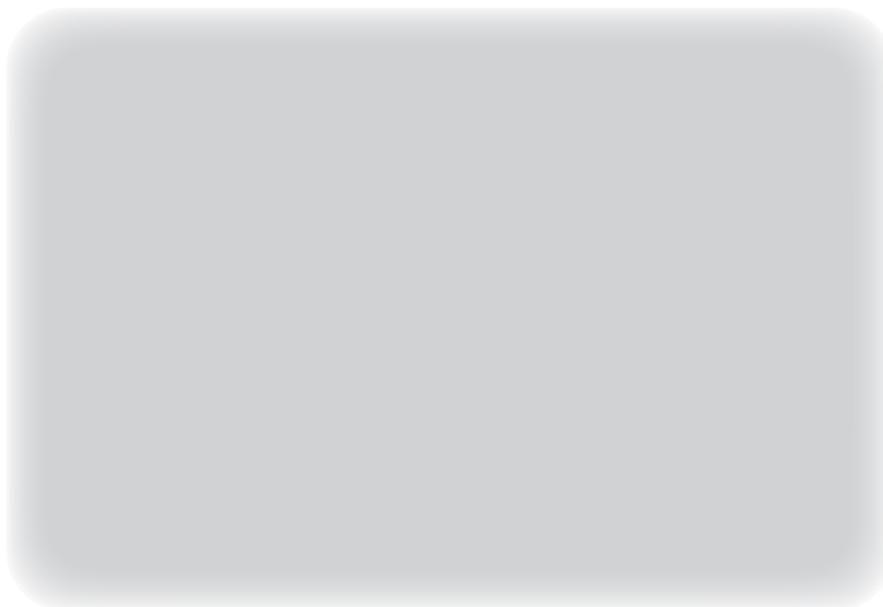
資料:厚生労働省「楽しく食べる子どもに」

参考文献:成美堂出版「栄養の基本がわかる図解事典」

# 地域医療連携室だより

地域医療連携室 小淵 匡

2019年度は看護師が1名増え、看護師3名・社会福祉士2名・事務員3名の7名体制にて地域医療連携室業務を行います。今後とも等地域医療連携室をよろしくお願いします。



これから暑さが厳しい季節となります。真夏になる前でも熱中症に気をつけて下さい。熱中症の主な症状は、

- ・口が強く渇く・めまい、立ちくらみ・生あくび・頭痛吐き気や嘔吐
- ・手足のけいれん・身体がだるい・まっすぐに歩けない
- ・汗が多くでるまたは、出なくなる・意識がなくなるまた混濁する

など様々です。

何かおかしいと気付いたら、応急処置としてまず涼しい場所に移り、冷やしたタオル等で首を冷やし、水分補給をしてください。水分補給

をする時は、汗をたくさんかくと水分だけでなく塩分も失われるため、水やお茶ではなく塩分が入ったものを飲むようにすると良いです。ただ、スポーツドリンクには糖分が多く入っているので、半分に薄め少量塩を入れるなどをおすすめします。薬局等にて販売されている経口保水液を使うことも良いことです。

室内では、体温を下げるために冷房器具を上手に使う事は、予防に効果的です。

また、熱失神や熱疲労では脳に血液が回りにくい状態になっているため、休ませる時は頭よりも足を高くしてください。

具合が悪いと感じたら、早めの受診をお勧めします。



# 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

医療安全管理室、医療安全管理係長の田村です。5月1日より新元号「令和」となりました。「人々が美しく心を寄せ合う中で文化が生まれ育つ。」という意味が込められているそうです。「令和」になって初回のみんで医療安全は、「薬剤副作用連絡カード」についてお話したいと思います。

アレルギーと聞いて、多くの人は卵・そば・魚などの食べ物や、ほこり・カビ・花粉などの空気中に含まれる物質が原因であると考えたとおもいます。しかし、薬が原因で起こるアレルギーもあることを知っていますか？薬が原因となる薬剤アレルギーは、いつ生じるか予測することは困難ですが、いったん生じた薬剤アレルギーは未然に防ぐことが可能です。



薬剤アレルギー



## 医療安全推進活動への参加依頼

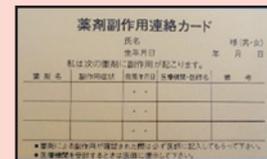
当院では、繰り返し同じ薬剤アレルギーを起こさないよう「**薬剤副作用連絡カード**」を発行しています。このカードには、原因と考えられる薬の名前や実際に起こったアレルギーの症状が記載されています。かかりつけの病院・他病院等を受診する際に、診察券と一緒に窓口にご提出してください。提出することにより、その薬剤の使用を予め避けることが可能となります。

この「**薬剤副作用連絡カード**」は、利根沼田医療安全ネットワークの発行しています。沼田利根地域のどの病院でも使用することができます。是非ご利用ください。

わかりました。  
アレルギーを  
起こさない  
薬を出しますね。



薬のアレルギーが  
あって、このカード  
持っています。



外来受診時・入院時には  
必ずお持ちください!!



# 新任医師紹介 & 新任職員紹介



外科医師 **中澤 信博**

消化器分野を中心に外科一般を担当させていただきます。出身地は前橋市ですが、沼田には小さい頃からよく遊びに来ていて、非常に思い出のある場所です。

地域の拠点病院としての役割を担えるよう、少しでも多くの患者様の痛みや不安を軽減出来るように、微力ながら精一杯努力してまいります。どうぞ、よろしくお願い致します。



薬剤科長 **荻野 万人**

4月1日付で災害医療センターから昇任で参りました薬剤科長の荻野万人（おぎのかずひと）と申します。患者さんのためにより良い医療を提供するため、また病院経営に貢献出来るように努めていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。

この度、4月1日付で東京病院から参りました田中章友と申します。沼田病院へは単身赴任で来た為、新しい生活環境に戸惑い、4月の沼田の寒さ、冬本番の寒さを想像すると、「どうなってしまうのだろう…」と、今から閉口しております。

一日でも早く放射線科業務に慣れ、皆様のお力になれるよう一生懸命頑張りますので、よろしくお願い致します。



副看護部長 **星野 まち子**

4月1日付で渋川医療センターより昇任で参りました、副看護部長の星野まち子と申します。高校生の時に「沼田病院で働きたい」と思って看護師になり、現在に至ります。当院の基本理念「心のかもった質の高い医療を行う病院」のもと、「沼田病院に来て良かった」と思って頂けるような看護を提供できるよう努力して参ります。

副診療放射線技師長 **田中 章友**

この度、4月1日付で東京病院から参りました田中章友と申します。沼田病院へは単身赴任で来た為、新しい生活環境に戸惑い、4月の沼田の寒さ、冬本番の寒さを想像すると、「どうなってしまうのだろう…」と、今から閉口しております。

一日でも早く放射線科業務に慣れ、皆様のお力になれるよう一生懸命頑張りますので、よろしくお願い致します。



副臨床検査技師長 **松井 孝男**

平成31年4月1日付けの人事異動で宇都宮病院より異動して参りました。

沼田病院で働くのは2度目（15年前に5年間お世話になりました）で、慣れ親しんだ地元で再び勤務出来ることを嬉しく感じています。

この思いを検査科スタッフと共に利根沼田の皆さまに貢献出来るよう、精一杯努力していきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。



運動療法主任 **倉石 稔也**

信州上田医療センターから昇任で参りましたリハビリテーション科運動療法主任の倉石と申します。沼田と上田は大河ドラマの舞台としても登場した真田家ゆかりの地でありまして、同じ時代に城下町として栄えたという共通点があり、何かご縁のようなものを感じます。

地域の皆様のために、より良いリハビリを提供できるよう努力しますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



3階病棟 看護師長 **坂井 輝男**

4月1日付けで国立療養所多摩全生園から異動で、3階病棟の看護師長となりました坂井輝男と申します。生まれは九州の熊本県です。群馬に来るのは初めてですが、沼田市の山と川に囲まれる風景は、私の故郷に似ており懐かしさを感じています。どうぞ、よろしくお願い致します。

2階病棟 看護師長 **持田 涼子**

4月1日付けで高崎総合医療センターより昇任でまいりました、2階病棟看護師長の持田涼子と申します。ひとりひとりにゆとりを持って、思いやりのある看護を提供できるよう心がけていきたいと思っております。至らない点が多々あり、ご迷惑をお掛けすると思っておりますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

ひとりでゆとりを持って、思いやりのある看護を提供できるよう心がけていきたいと思っております。至らない点が多々あり、ご迷惑をお掛けすると思っておりますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



4階病棟 看護師長 **林 由加子**

この度渋川医療センターより昇任で参りました、4階病棟看護師長の林由加子と申します。新しい役職・新しい環境に慣れるまでご迷惑をおかけするかと思いますが、一日も早く「心のこもった質の高い医療を行う病院」の一員として役割を果たせるように頑張りたいと思います。ご指導の程、よろしくお願いいたします。



経営企画係長 **吉山 博之**

この度、4月1日付で長野県のまつもと医療センターから転勤して参りました吉山と申します。群馬県には3年ぶり、沼田病院には12年ぶりとなり、群馬県にも沼田病院にもとても強い縁を感じております。この縁を活かして、経営企画としての業務を全力で全うしていきたいと考えております。どうぞよろしくお願いいたします。



庶務係長 **小池 裕介**

この度4月1日付で渋川医療センターから参りました小池と申します。生まれは東京であり東京の施設は2施設、群馬県の施設は2施設と、群馬県が第二の故郷のように感じています。本施設での職務は庶務係であり、職員みなさんとのコミュニケーションが大事と考えます。対応が遅くなることもあります。皆さんと共に頑張りたいと思いますので、よろしくお願いいたします。



3階病棟 副看護師長 **中澤 光枝**

新潟病院より転勤になりました中澤光枝と申します。沼田病院は約2年ぶりとなります。新潟病院では感染担当で専従勤務でしたので、久しぶりの病棟勤務となります。「思いやりのある看護」を実践出来るように日々頑張っていきたいと思っております。ご指導よろしくお願いいたします。



理学療法士 **上原 大夢**

4月1日付けにてリハビリテーション科に配属となりました、理学療法士の上原大夢と申します。昨年度までは回復期病院に勤務しており、今回初めて急性期リハビリに携わらせて頂きます。不慣れな点が多いですが、多くの経験を積みつつ、患者様へよりよいリハビリを提供出来るように、日々業務に励んで参りたいと思っております。



2階病棟 看護師 **中澤 祐香**

4月より採用となりました中澤祐香です。中学生時代、職場体験をさせて頂き、看護師を目指すきっかけとなった沼田病院で働けることをとても嬉しく感じています。至らぬところも多く、ご迷惑をおかけしてしまうこともあるかと思いますが、日々成長出来るよう努力していきたいです。ご指導よろしくお願いいたします。



2階病棟 看護師 **中村 ひかり**

4月より採用となりました中村ひかりです。地元の病院で学生の頃から目指していた看護師として働ける喜びが大きいです。不慣れなことも多いため、スタッフの皆様と協力しながら一日でも早く患者さんに寄り添い、安全・安楽につながる看護を提供出来るように頑張っていきたいと思っております。これからチームの一員として、ご指導のほどよろしくお願いいたします。



2階病棟 看護師 **松田 芽唯**

4月より勤務させて頂いています中村ひかりです。私は患者さんと信頼関係を築き、個性のある看護を提供できるように知識や技術を日々学んでいきたいと思っています。一日でも早く、病棟やスタッフの皆様と馴染み、少しでも沼田病院や患者さんの力になれるよう頑張っていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

## 新任医師紹介 & 新任職員紹介



3階病棟 看護師 **児玉 友理恵**

看護学校を卒業し、4月から採用となりました児玉友理恵です。自分が育った地域の病院に勤めることが出来て、とても嬉しく思っています。不慣れなことも多いですが、日々勉強を重ねて技術や知識を身につけ、少しでも早く地域に貢献できる看護師になれるように努力していきたいです。ふつつか者ですが、よろしくお願いします。



3階病棟 看護師 **市川 美沙希**

4月より採用となりました市川美沙希です。昔から抱いていた患者さんの思いに寄り添える看護が提供できるよう、日々勉強し、ご指導を頂きながら知識や技術を磨いていきたいと思っています。不安なことばかりですが一日でも早く業務を覚えていき患者さんまたはご家族の支えになれるよう努力していきます。よろしくお願いします。



4階病棟 看護師 **藤井 哲哉**

今年大学を卒業し、4月1日付けで採用となりました新人看護師の藤井哲哉と申します。初めての病院勤務で慣れるまでご迷惑をお掛けするかと思いますが、先輩方にご指導頂きながら一生懸命努力していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



4階病棟 看護師 **木内 朋佳**

4月より勤務させていただいております木内朋佳です。生まれ育った沼田で働けることをとても嬉しく思っています。3月に看護学校を卒業し、まだ不慣れなことばかりですが、一日でも早く慣れて、毎日多くのことを学びながら頑張りたいと思っています。至らぬ点多々あると思いますが、ご指導いただけたら幸いです。よろしくお願いいたします。



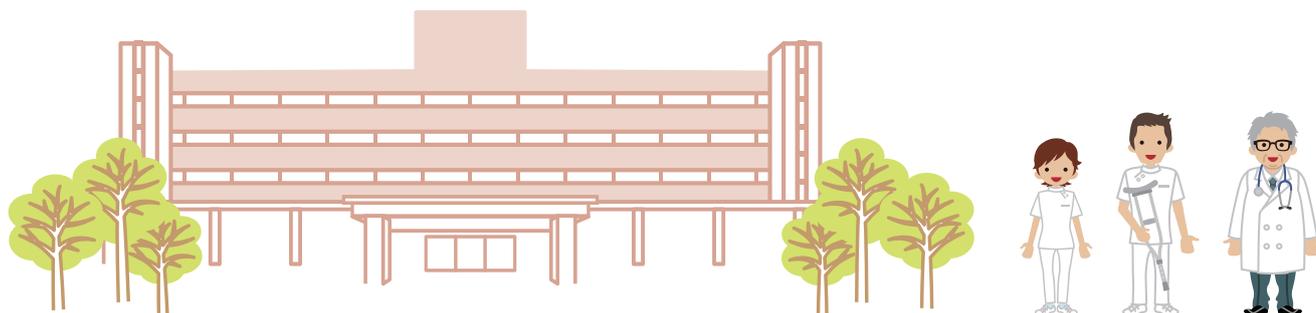
4階病棟 看護師 **米山 茉那**

4月より採用となりました米山茉那と申します。沼田市出身なので、生まれ育った地域で働けることを嬉しく思います。不安も多々ありますが、患者さんに寄り添い、その方にとってのより良い看護とは何かを考え、スタッフの方々と共に個性にあった看護を提供出来るよう頑張ります。ご迷惑をお掛けすることもあると思いますがよろしくお願いします。



非常勤事務助手 **井口 美希子**

5月より事務補助職員として地域医療連携室に入職しました井口です。思いやりある対応で患者様や職員の皆さんのお役に立てるよう頑張ります。医療現場で働くのは初めてのため、不慣れな点多々あるかと思いますが、ご指導の程よろしくお願いいたします。



## 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

4月は桜が満開でピンク一色に染まり、そして5月・6月、鮮やかな新緑を目にします。季節は色を変え春へそして夏へと向かっています。元号も、「平成」から「令和」となり、新しい時代の幕開けです。GW明けに体調管理に気をつけ、やってくる猛暑？の夏を迎える体作りをしましょう。

庶務班長 小泉 重則

# 外来診療担当医師一覧表

令和元年5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~	迫	新患外来10:00~	
総合内科2	午前	迫	武井(第3週休診)	飯塚(光)	新患外来10:00~	根岸	
総合内科3	午前	新患外来10:00~	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	中澤	前村	岩波	岩波/中澤/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	—	大前	—	三枝	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)	—	—	—	—	

# 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			霞田 9:00~11:00				
フットケア外来	13:00~15:00			8:30~12:00		8:30~12:00	
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(圭)(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		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	予約制	
緩和ケア外来	予約制	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	予約制	
ストーマ外来	予約制	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	15:00~16:00	11:00~12:00	11:00~12:00	11:00~12:00	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までにご来院ください。

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 面会の方はスタッフステーションで病室をご確認の上で面会ください。

# 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 国立病院前 徒歩2分  
(大清水・鎌田・川場行き)
  - 沼田駅 関越交通バス 終点 徒歩3分  
(沼田市保健福祉センター行き)
- 自動車をご利用の場合(関越自動車道)
  - 沼田I.C 車で5分



当院が所在する地域の尾瀬の「水芭蕉」を圖案化したもので、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)