



第48号

令和2年1月1日発行

NHO沼田病院だより

National Hospital Organization Numata National Hospital



冬の谷川岳

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 ャ 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

発行／独立行政法人国立病院機構 沼田病院 群馬県沼田市上原町1551-4

TEL0278-23-2181 (代) FAX0278-24-1819 URL <http://www.numata-hosp.jp/>

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。

利根沼田地域における人口減少は顕著であります。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る一方、しばらく高齢化率は増加の一途をたどるため、地域の人口動態の変化に伴い変遷する医療ニーズを把握することは重要です。当地域における医療需要は急性期医療の割合が次第に減少し、主に高齢者を対象とした回復期、慢性期医療が中心となってくると思われます。今後当院では地域包括ケア病棟で提供する回復期医療をより充実させ、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たいと考えております。地域の皆様に寄り添った医療を提供するためには、皆様の声に耳を傾けることも重要ですので、当院の今後の回復期医療に対する忌憚のないご意見やご要望をお聞かせください。

県内の医師不足は深刻で、その波は当院にも押し寄せています。大学在籍医師の減少に伴い、大学からの医師派遣が影響を受けそうなのです。この医師不足は群馬県全体の問題としてとらえなければなりません。今後群馬県の医療事情は厳しさを増すことと思われま

す。医学部を卒業後群馬県内で卒後研修を受けようとする学生が減っており、また新たに

県内で専門医を目指す医師の数も伸び悩んでいる状況です。このままでは群馬の明日を担う若手の医師がどんどん不足して行く懸念があります。このような医療情勢の下、地域で限られた医療資源を有効に活用できるよう、今まで以上に周辺の医療機関と密に連携を重ねて機能分担を図り、一部の医療機能は必要に応じて他の医療機関に委ね、地域完結できる医療体制を継続できるよう圏域全体で努力してゆきます。

当院は高い専門性を持った看護師を多数有しております。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のほか、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、場合によっては医師に代わって主導的役割を果たしながら治療や指導、支援に携わってゆくのが理想です。当院でもこうした多職種連携を推進しておりますが、今後医療の質の向上を目指し、認定看護師を軸にこの多職種連携に磨きをかけてゆきたいと考えております。

困難なこの時代、医療資源が限られる中で、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絶え間なく努力してゆきます。今年も宜しくお願い申し上げます。



七夕コンサート

理学療法士 上原 大夢

今年もロイヤルハワイアンズの方々にご協力頂き、7月10日（水）に七夕コンサートが行われました。華やかな飾り付けのもと、病院スタッフを始め、多くの患者さんの参加を頂き、楽しい一時を過ごすことができました。曲の間にロイヤルハワイアンズの方々のユーモア溢れるお話に、笑い声が響き渡り、とても和やかな会となりました。ギターやウクレレの演奏に合わせた美しい歌声に参加者一同、興味津々に聞き入っており、きっと心が癒やされたことと感じました。



クリスマスコンサート

理学療法士 上原 大夢

令和元年12月23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、クリスマスコンサートが行われました。

今年も昨年と同様に、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頂きましたが、多くの方々に参加して頂きました。

入院患者さんもう一度は聴いたことがあるであろう名曲の数々を演奏して頂き、マンドリンとギターの美しい音色に参加者一同、聴き入っていました。また、素敵なマジックショーも披露して頂き、楽しいひとときを過ごすことができました。

病院では、普段なかなか楽しい音楽を聴く機会がないため、今回のコンサートは職員にとっても、患者さんにとっても大変貴重なものになったと思います。「沼田マンドリン・ギタークラブ」の皆様、本当にありがとうございました。



薬剤科だより

薬剤科薬剤師 間 杉 拓 紀

花 粉 症 と 薬

①症状のメカニズム

私たちの体には、ウイルスや細菌などの異物が入ってきたときに体内に「抗体」がつくられ、これら外敵から身を守ろうとする「免疫」というしくみがそなわっています。

ところが、普段、食べ物や花粉など私たちの体に害を与えない物質に対しても「有害な物質だ！」と過剰に反応して、攻撃をし過ぎる結果、不快な症状を引き起こしてしまうのが「アレルギー」です。本来は体を守るはずの反応が、過剰に反応してしまうアレルギー反応に変わるのです。

花粉症はアレルギーの1種で、主にくしゃみ、鼻水、目のかゆみなどを引き起こします。

花粉症の原因としてはスギ花粉が1番多く、花粉症患者の7割といわれます。スギ以外にもヒノキ、シラカバ、ハンノキ、ケヤキ、コナラなどの樹木、またカモガヤ、ブタクサ、ヨモギなどの草花の花粉も花粉症を起こすことが知られています。スギ花粉は主に2月～3月にかけて多く飛散しますが、花粉症の種類によっては1年中症状が出てしまう人もいます。

②治療薬

薬物治療として花粉症を引き起こす「ヒスタミン」や「ロイコトリエン」といった物質を抑える薬が主流になります。

ヒスタミンを抑える薬には第1世代と第2世代があり、効き目は第1世代の方が強いのですが、副作用として眠気などが出ることが多く、最近ではほとんど第2世代が使われることが多いようです。

お薬は患者さんの状態を見ながら種類や用法、用量などを決めていきます。また症状によって1種類だけではなく複数の薬を併用していくこともあります。



栄養管理室だより

栄養管理室長 今井 千恵子

平均寿命と健康寿命

日本人の平均寿命は、かつて（明治42年～大正2年）男性42.8才、女性44.3才でした。現在は2018年厚生労働省の簡易生命表によると、男性81.3才、女性87.3才で、2倍近く延びています。その理由には乳幼児の死亡率の減少、衛生環境の改善、医療技術の進歩、医療制度の充実、食生活の改善などがあげられます。適度に欧米化した食生活が栄養状態を改善しましたが、その一方で欧米化し過ぎた食生活は栄養バランスを乱し、肥満や糖尿病等の生活習慣病の増加を招きました。健康寿命とは、平均寿命から日常生活を大きく損ねる病気・けが・要介護等不健康な期間を差し引いた期間で、健康体で自立した生活を送ることができる期間のことをいいます。

2018年の報告によると健康寿命と平均寿命には男性は10.6年、女性は13.5年も差があります。これは、不健康な期間が意外に長いことを示しています。少しでも健康寿命延ばすために心がけるとよい生活習慣についてご紹介します。

①バランスのよい食事を摂りましょう。

主食（エネルギー源）、主菜（たんぱく質源）、副菜（ビタミン・ミネラル源）を揃えて、1日3食を摂りましょう。

野菜や果物に含まれるフィトケミカルもお勧めです。（前回の栄養だより参照）

②よくかんでゆっくり食事をとりましょう。

消化吸収を助け、胃腸の負担をやわらげます。誤嚥を予防し、食べ過ぎを防止します。また、かむことで脳へ流れる血液量が増え、脳を刺激するため、脳の発達や老化予防につながります。

③歩くこと等適度な全身運動をこころがけましょう。

基礎体力の向上、足腰の強化、肥満、動脈硬化の予防に役立ちます。

④よく笑いましょう。

「笑いは副作用の無い薬」といわれ、ストレス発散、免疫機能のアップ、自立神経の安定等に働きます。

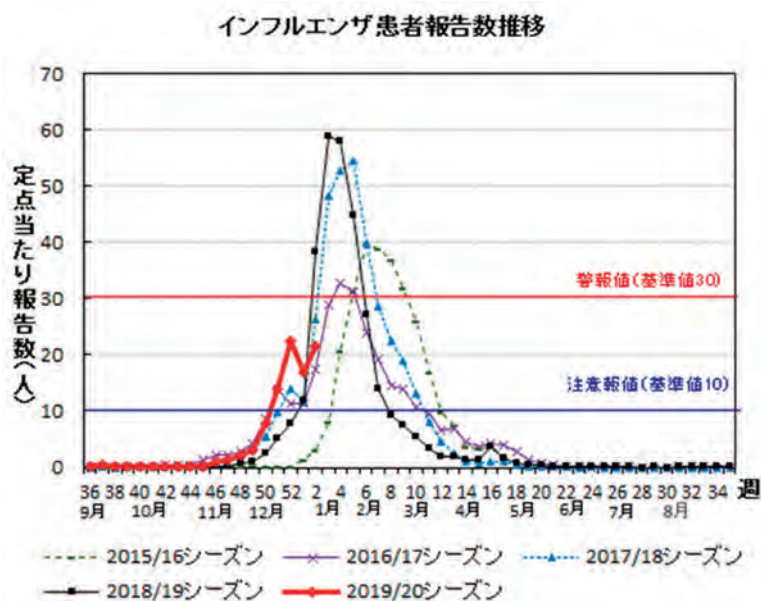


地域医療連携室だより

医療社会事業専門員 小淵 匡

面会制限について

当院では、病院内でのインフルエンザや感染性胃腸炎（ノロウイルス）等の集団発生予防のため、流行期間にあたる12月2日～4月上旬まで、『原則として面会禁止』とさせていただきます。



群馬県ホームページより（2019年第51週現在）

なお、あらかじめ手続きを行い、特別面会許可証を着用されたご家族様最大2名に限り、面会申請書を記載の上、面会可能となります。患者さんのご家族には、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。また患者さん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。



その他、次の方は面会を制限させていただきます。

※高校生以下の方、発熱・咳・痰・下痢等のある方、インフルエンザ加療中の方、インフルエンザ加療中の同居家族が居る方。

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。

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 ①

医療安全管理室、医療安全管理係長の田村です。

今回は、手術時に患者さんと一緒に行う手術部位の確認についてお話ししたいと思います。

左右のある体の部位の手術の時には、まれではありますが手術部位の間違いが起こることがあります。

当院では患者さんに安全に手術を受けていただくために、左右のある体の部位の手術の時には、患者さんの手術部位側の耳たぶに印を付けてから手術室に行き、手術室で患者さんに手術部位を教えていただいています。



手術時の左右の間違いの防止にご協力をお願いします

①手術室に行く前に医師が、手術部位側の耳たぶに印（●印）を付けます。

例えば…

右のソケイヘルニアの手術→右耳の耳たぶに●印

左の手の手術→左耳の耳たぶに●印

右と左両方のソケイヘルニアの手術→両方の耳たぶに●印

※●印を付けるペンは、皮膚ペンと言って手術時に使用する皮膚専用のペンを使用しています。

②手術室で手術室看護師が手術部位をお聞きしますので、どこの手術を受けるのかおっしゃってください。

どんなに有効な医療でも、万一誤った人に行われてしまえば、重大な損害をもたらしてしまいます。是非、協力をお願いします。



手術部位間違い

しない!! (●印を付ける時と手術室で手術部位を確認する)

させない!! (手術部位を伝える)



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 ②

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。

医療安全管理室では、医療事故の未然防止のため様々な活動を行っています。毎年、職員の安全意識を高めるために各部署で医療安全標語を考案し、ポスターやカレンダーを作成しています。今年は、沼田病院を受診・入院する患者さんに安全な医療の提供ができるよう「医療安全のために自部署から他部署へお願いしたいこと」をテーマとしました。今年の医療安全ポスターは、こちらになります。



内科外来前・売店前・新棟エレベーター前掲示板に掲示してありますので、ご覧下さい。

医療安全推進活動への参加依頼

安全な医療を提供するには、「医療従事者だけではなく患者さんやご家族の皆さんにも医療チームの一員として協力していただくことが必要である」と考えております。

そこで、患者さんやご家族の皆さんにご協力をお願いします。

患者さんやご家族の皆さんの不安や疑問を私たちに教えてください。

安全な医療を提供するために、わかりやすい説明を心がけていますが、私たち沼田病院職員の説明内容がわかりにくい場合や治療・検査・手術に対して不安を感じる場合もあると思います。遠慮せずに疑問や不安な点を、私たち沼田病院職員に質問してください。皆さんの質問が、私たちの医療を助けます。是非、ご理解とご協力をお願いします。



沼田病院の医療の安全性をより一層高め、
最善の医療を提供できる環境を作るため
に皆様のご協力をお願いします。

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：

固定チームナース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。「令和」最初のお正月はどう過ごされましたか。昨年は8月の九州豪雨・9月の台風15号・10月の台風19号による大きな風水害の多かった年でした。今年こそ皆様にとって良い年になりますよう、心からお祈り申し上げます。

また、インフルエンザが猛威をふるう季節です。手洗い・うがいをこころがけ健康に注意しましょう。

本年もよろしくお願い申し上げます。

地域連携室広報HP委員会委員 S・K

外来診療担当医師一覧表

令和2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~	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	山中	前村	岩波	岩波/山中/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	斎藤 14:00~17:00			
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外来ホールの掲示版をご確認ください ■□

※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 (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)

