



平成25年4月採用看護職員 新卒看護師



独立行政法人 国立病院機構

村山医療センターニュース

理念

患者さまの視点に立ち、良質で高度な医療を提供します。

基本方針

- 患者の皆様の権利と意思を尊重します。
- 安全で優しいチーム医療を提供します。
- 倫理を重んじ高度で先進的な医療を提供します。
- 地域医療連携の促進を図ります。
- 骨・運動器疾患の臨床研究を推進します。
- 職員は研鑽に励み、健全な経営に努めます。

第48号
2013.4

発行責任者 院長 朝妻 孝仁

院長就任のご挨拶

院長 朝妻 孝仁



平成25年4月1日付けで院長を拝命した朝妻孝仁です。村山医療センターは1941年、陸軍病院として発足し、その後、国立村山療養所、国立療養所村山病院を経て、2004年4月には、全国140以上の施設を有する独立行政法人国立病院機構の1つとして新たにスタートし、現在に至っています。

当院は、国立病院機構の中では、骨・運動器疾患グループのリーダーとして位置づけられています。常勤医師数は整形外科が最も多く、15名います。そのうち脊椎外科11名、下肢関節外科が3名、後期研修医が1名です。脊椎・脊髄外科では椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症など変性疾患はもちろん、靭帯骨化症、脊柱側弯症・後弯症といった脊柱変形、脊椎腫瘍、脊髄腫瘍、感染、リウマチなどの治療を幅広く行い、頸椎から仙椎まで年間約550件の手術を行っています。特に脊柱側弯症、結核性脊椎炎（脊椎カリエス）および脊髄損傷の治療においては、全国でも指導的な役割を果たしてきました。また、最近話題の最小侵襲手術にも積極的に取り組んでいます。脊椎後方の筋肉を極力温存することにより、術後の疼痛や術後の、頸部、および腰背部に遺残する疼痛を軽減することが可能になってきました。当院では腰椎椎間板ヘルニアに対しては、内視鏡下椎間板摘出術（MED）も行っています。関節の手術は、下肢を中心に人工関節置換術が多く、年間約160件にのぼっています。

また、昨年8月より救急告示病院に指定され、骨折などの外傷の患者さんも増えてきました。今後も可能な限り地域の救急医療にも貢献していきたいと考えています。

リハビリテーション科は医師4名、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が40名以上在籍しており、回復期リハビリテーション病棟、脊髄損傷専門病棟、整形外科病棟などを有し、各々の患者さんに合わせた“オーダーメイド”のリハビリを提供しています。

内科は4月よりリウマチ・膠原病内科、呼吸器内科を専門とする医師2名となりますが、今後、非常勤医師も含めて医師確保に努め、診療科の充実を計りたいと思います。

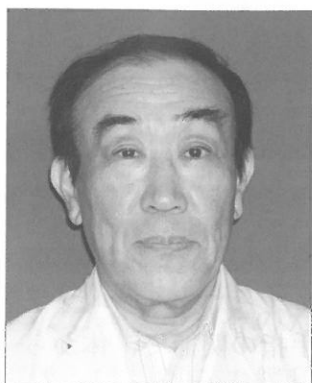
外科は消化器外科2名が常勤で、腹腔鏡視下の手術も含めて消化器外科を中心に診療しています。また、手術のみならず胃内視鏡、大腸内視鏡検査等の検査も行っています。その他、麻酔科、臨床検査科の常勤医師と歯科医師が各々1名勤務しています。

さらにNST（栄養サポートチーム）、ICT（感染コントロールチーム）、医療安全管理委員会、院内感染防止対策委員会等、看護師をはじめとした医師以外の医療職とのチーム医療も充実しています。

当院の病棟は築40年以上と老朽化しており、患者の皆様が少しでも快適に入院生活を送れるよう、今後新病棟建設に向けて計画を立てていきたいと思っています。“患者の皆様の視点に立ち、良質で高度な医療を提供する”という当院の理念を常に忘れることなく、今後とも職員一同、努力してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。

副院長就任のご挨拶

副院長 瀬川 徹



この度、H25年4月1日付けをもちまして、山縣副院長の後任として副院長に就任いたしました。これまでの臼井院長、山縣副院長の後を引き継いで、朝妻院長と共に新たな体制で村山医療センターの運営を行うこととなりました。当センターが更に発展するように職員一同尽力してまいりたいと思います。よろしくお願いいたします。

診療部では整形外科は臨床・研究の面で国内の指導的地位を確立し、最先端の医療を実施しております。他の整形外科病院からも高い評価をいただいております。多くの紹介患者さまに対し適切な治療を行っています。リハビリ科では回復期リハビリ病棟を有し、脳卒中および大腿骨頸部骨折を中心に急性期病院と密に連携をとり、休日を含め1年365日毎日リハビリを行っています。脊髄損傷患者を中心とする障害者病棟ではリハビリを中心として早期社会復帰を目指して診療を行い、患者さまの日常生活面での質の向上に貢献していると思っています。また内科はリウマチ・呼吸器・神経内科を中心とし、外来診療を充実してきました。外科は消化器外科を中心とし、腹腔鏡下手術に重点を置き低侵襲のため、術後の回復も早く、入院期間の短縮に結びついております。今後更に地域医療に貢献するために、特に必要と考えられる専門分野を充実するような体制作りを考えています。

当センターにおける診療方針としてチーム医療を積極的に推進しており、医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、リハビリ、管理栄養士、ソーシャルワーカーなどを含めた多職種が診療に関して意見を述べあい、それぞれの専門領域の面より患者さまに関わりを持ち、患者さまの早期退院に向け努力しています。今後もチーム医療を更に充実させることが、診療の質の向上に役立つと信じております。

現在当センターの抱えている問題点は第一に老朽化した病棟と考えています。常設していますご意見箱の内容を検討しても、最も多い要望は病棟の老朽に起因するものと考えられます。近い将来病棟建て替えが実現するように、職員一同頑張ったいと思います。当センターでは患者さまの満足度を高める事を年度目標としており、少しでも患者さまのご希望に添った診療体制がとれるように努力してまいります。今後とも皆様の温かいご支援・ご協力をお願いいたします。

診療科のご案内

内科（リウマチ）

内科医長 鎬木 淳一



「リウマチ」という言葉をお聞きになると、ふしぶしの関節が痛くなり、なかなか治らない病気というイメージがあるかもしれません。しかし、このことには、二つの誤解があります。

最初に、ふしぶしの関節が痛くなる病気、イコール「関節リウマチ」（リウマチ）ではありません。特に、手指の関節で、体から一番遠い関節が痛くなる病気は、「変形性関節症」のことが多く、残念ながら、髪の毛が白くなることと同様に、お年に伴う加齢現象で起きます。また、リウマチは、狭い意味では「関節リウマチ」ですが、広い意味では「膠原病」を意味することがあります。膠原病に

は、いろいろな病気が含まれます。関節の痛みとか腫れ以外、皮膚の発疹・寒さの刺激による手指の色の变化、蛋白尿などの腎炎、肺・心臓・消化管など全身に多彩な症状を出すことがあります。このため、リウマチ専門医による診察をお受けになり、診断を確定し、治療方針を決定する必要があります。

次に、もし仮に「関節リウマチ」という診断をお受けになっても、現在、メトトレキサート、生物学的製剤など、副作用に注意しながらお使いになると、非常に有効なお薬が認可されています。関節リウマチによる骨の変化～関節の変形は、徐々に進むのではなく、病気になってから2年以内に急速に進行することもわかってきました。このため、早く診断をお受けになり、お薬をお使いになることが望まれます。また、最近の研究では、これらのお薬により、一度生じた骨の変化～関節の変形が、元に戻ることも知られてきました。

このため、次の症状がある方は、なるべく早めにリウマチ専門医の診察をお受けになることをお勧めいたします。

- (1) 手足の関節が痛んだり、こわばったりする方
- (2) 夏など日光（紫外線）にあたった後、熱が出て、全身がだるくなる方
- (3) 顔、手足などに赤い発疹が出る方
- (4) 寒い日に、手足の指先が白くなり、時に、紫色になる方
- (5) 目がゴロゴロしたり、唾液が少ない感じがある方
- (6) 人間ドックなど健康診断で、血液検査のリウマチ反応が陽性、あるいはお近くの病院の血液検査で、膠原病の検査（抗核抗体）が陽性と言われたことがある方
- (7) 関節リウマチあるいは膠原病と診断されたご家族がいる方

診察、血液・尿検査、レントゲン検査などで診断を進めてまいりますので、ご遠慮なくリウマチ専門医の診察をお受け下さい。

病棟紹介 4病棟

副看護師長 佐々木 由美子

4病棟は病床数48床の整形外科病棟です。脊椎・脊髄疾患を中心とした診療を行っています。主に頸髄症や腰部脊柱管狭窄症、腰椎椎間板ヘルニアなどの患者さまが入院され、脊髄造影検査や手術、痛みに対するブロック注射や点滴治療、装具療法、牽引療法や安静療法の病状に応じて行われています。

整形外科の入院患者さまの多くは、痛みやしびれによる歩行困難や日常生活に支障をきたしています。そのため、看護師は医師と連携しながら、入院生活が少しでも楽に過ごせるように、痛みの緩和や日常生活の援助を行っています。患者さまの中には「痛み止めの薬はなるべく我慢した方が良いのでは・・・」と考え、痛みを我慢しようとされる方もいます。しかし痛みを取り除く事によって日々の生活が向上することや、自分でできることが増え、気持ちも明るく保てるようになることなど、利点をご説明し、痛みの緩和がはかれるよう援助しています。また、当センターの『患者さまの視点に立ち、良質で高度な医療を提供します』という理念に基づき、入院時から退院後の生活を考慮し、患者さまに必要な情報を提供できるような接遇に努めています。

平成24年度は入院の約40%（200名）の患者さまが手術を目的に入院されました。患者さまの多くは「症状の苦痛がある、早く手術をしてほしい」と手術への期待を持って入院されてきます。患者さまの手術に対する思いや、手術後の生活について十分に話を伺い、患者さま自らが前向きに手術・治療に取り組めるように援助をしています。

手術後の回復過程においては、リハビリテーションが大きな役割を果たします。患者さまが主体的に治療に取り組み、「その人なりの自立した生活」を獲得していくことが目標となります。看護師は患者さまの身近な存在として、患者さまの状態を見守り、回復を共に喜びながら、「やる気」を支えられるように看護にあたっています。患者さまの「痛みがなくて歩けるようになった」「階段を昇れるようになった」など、うれしそうに話す姿や笑顔が、私たちの原動力です。入院から退院、在宅ケアまでの一貫した援助を行うため、医師・理学療法士・作業療法士・社会福祉士・地域のケアマネージャーなど様々な職種と連携し、チームで支援をしています。笑顔と思いをやりを忘れず、今後も患者さまに安心して入院していただける病棟づくりに努めてまいります。



転任の挨拶



企画課 企画課長 菊池 純一

出身地：茨城県
趣味：ゴルフ

挨拶文：4月1日付で栃木県にあります宇都宮病院管理課長から配置換で参りました企画課長の菊池と申します。村山医療センターは、骨運動器疾患の専門病院ですが、転任前の宇都宮病院も同様に骨運動器疾患の専門病院でしたので、病院の雰囲気等何か共通した部分を感じております。

企画課として経営基盤の安定を目指し、経営改善等に努力していきたいと考えております。微力ではありますが、病院経営の歯車となれるよう努力する所存でございます。どうぞよろしくお願いいたします。



企画課 業務班長 齊藤 良幸

出身地：東京都
趣味：スポーツ観戦

挨拶文：10年ぶりの村山医療センター勤務になります。建物の場所はわかりますが、人と仕事はまだわからないので早く慣れて行きたいと思います。よろしく願いいたします。



管理課 庶務班長 村雲 真佐哉

出身地：北海道
趣味：スキー 西武ライオンズ

挨拶文：災害医療センターから異動で参りました。早く皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



企画課 経営企画係長 船津 芳征

出身地：東京都
趣味：カラオケ

挨拶文：精神・神経医療研究センターから参りました。事務職のみならず、他部門の方とも交流を図りながら、頑張っていきますので宜しくお願いいたします。



管理課 庶務係長 高橋 正子

出身地：埼玉県大宮市（現さいたま市）
趣味：野球観戦

挨拶文：西埼玉中央病院から参りました。村山医療センターで4施設目の病院勤務となります。今までの経験も活かしつつ、さらにパワーアップして頑張りますのでよろしくお願いいたします。



臨床検査科 臨床検査副技師長 川野 祐一

出身地：静岡県御殿場市
趣味：カメラ

挨拶文：千葉東病院より昇任できました。新しい職場、新しい役職で緊張の毎日です。検査科にお越しの際は、ぜひお声をかけてください。今後とも、よろしくお願いいたします。



4病棟看護師長 宮川 幸子

出身地：神奈川県
趣味：スノーボード・ピアノ・スポーツ観戦
挨拶文：性格は「マイペースだね。怒ることあるの?」とよく言われます。

早く業務に慣れてお役に立てるように頑張ります。



リハビリテーション科 副作業療法士長 大藪 洋

出身地：北海道帯広市
趣味：バイクツーリング

挨拶文：3年前までお世話になっておりましたが、「おかえり」と声をかけて頂き大変うれしく思いました。またよろしく願います。



6病棟看護師 館小路 昌之

出身地：北海道
趣味：アウトドア ランニング 天体観測
挨拶文：一日も早く病棟に慣れ、患者様に寄り添った看護が笑顔で出来るよう一生懸命に頑張ります。



8病棟看護師 長田 静

出身地：新潟県
趣味：音楽を聞くこと、温泉巡り
挨拶文：村山医療センターの暖かい雰囲気がとても好きです。一生懸命頑張りますのでよろしくお願いいたします。



新任の挨拶

整形外科医師 安田 明正

出身地：東京都
趣味：野球観戦
挨拶文：安田明正と申します。脊椎脊椎を中心に整形外科全般の診療にあたっていきます。至らぬ点も多々あるかと存じます。ご指導、ご鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



整形外科医師 許斐 恒彦

出身地：さいたま市浦和区
趣味：ジョギング、スキー
挨拶文：4月1日より赴任しました許斐（このみ）と申します。変わった名字のルーツは福岡県にあります。専門は脊椎・脊髄ですが、外傷や変性疾患、漢方薬を用いた診療等々、幅広く対応致します。よろしくお願い致します。



リハビリテーション科医師 南部 真紀子

出身地：横浜市
趣味：ギター、カヤック
挨拶文：4月1日付でリハビリテーション科に赴任しました。患者様がより良い日常生活を取り戻すことができるように精一杯頑張っていきたいと思えます。どうぞ宜しくお願いいたします。



リハビリテーション科医師 相賀 礼子

平成25年4月1日にリハビリテーション科に赴任いたしました。
医師免許取得後しばらく他科で過ごしておりましたので、リハビリテーション科としての経験は浅いですが、皆様のお役にたてるよう努力します。どうぞよろしくお願い致します。

薬剤科 薬剤師 佐藤 彩加

出身地：宮崎県
趣味：読書、映画鑑賞
挨拶文：みなさんから信頼していただける薬剤師を目指して頑張っていきたいと思えます。よろしくお願い致します。



薬剤科 薬剤師 柳下 祥子

出身地：埼玉県
趣味：カラオケ、運動
挨拶文：長い学生生活を終え、社会人となりました。社会人また、医療人として責任が重くなったことを自覚し励んでいきます。



リハビリテーション科 理学療法士 清原 宏

出身地：広島県
趣味：サッカー観戦
挨拶文：学生時代に作業療法助手をさせて頂き、また村山で働けることをとても嬉しく思っています。よろしくお願い致します。



リハビリテーション科 作業療法士 古田 寛和

出身地：秋田県
趣味：剣道とギター、バンド
挨拶文：4月から作業療法士として採用になりました。不安もありますが、チームで患者様を良くするために精一杯頑張ります。精一杯頑張ります。



2病棟看護師 荻野 薫

出身地：東京都町田市
趣味：テニス
挨拶文：学生の時から村山医療センターの温かな雰囲気が好きで、その一員となれてとても嬉しいです。笑顔と明るさを忘れずに頑張ります。



2病棟看護師 関川 沙織

出身地：茨城県
趣味：ドライブ
挨拶文：まだまだ未熟ですが、成長していけるように頑張ります！
よろしくお願い致します。



2病棟看護師 柳澤 舞

出身地：東京都
趣味：スポーツ観戦、音楽を聴くこと
挨拶文：新しい環境で新たな一步を踏み出し一歩一歩一人前の看護師になれるよう頑張りたいと思えます。よろしくお願い致します。



3病棟看護師 小川 浩

出身地：愛媛県
趣味：登山、旅行、映画鑑賞
挨拶文：4月から3病棟に新配属となった小川浩と申します。少しずつ病棟に慣れ、仕事を覚え、患者様に感謝される看護師になれるよう頑張ります。



3病棟看護師 柏迫 智子

出身地：広島県

趣味：睡眠

挨拶文：私が当院に就職を決めた理由は、実習でお世話になった看護師さんが素敵だったからです。先輩方に追いつけるよう努力していきたいと思っています。



3病棟看護師 清水 紗也

出身地：東京都東村山

趣味：お笑い番組を見ることです。

挨拶文：先輩方をお手本に、日々看護師として成長できるよう頑張ります。



3病棟看護師 藤井 絵里

出身地：新潟県

趣味：ショッピング、映画鑑賞、寝ること、食べる

挨拶文：子供の時から憧れであった看護師として働けることになりました。

常に笑顔で前向きに、向上心もって頑張っていきたいと思っています。



3病棟看護師 溝井 真耶

出身地：東京都

趣味：ダイエット

挨拶文：3病棟配属になりました。溝井 真耶です。分からないことも多々あると思いますが、一生懸命学んでいきます。明るく楽しく頑張っていきたいと思っていますので、よろしくお願ひ致します。



4階病棟看護師 池田 克哉

出身地：愛媛県松山市

趣味：サッカー観戦

挨拶文：患者様に笑顔と元気を与えられる看護師になれるよう頑張っていますのでよろしくお願ひいたします。

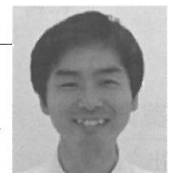


4病棟看護師 齋藤 秀明

出身地：新潟県

趣味：登山

挨拶文：患者さんに信頼される看護師になれるよう、努力したいと思っています。よろしくお願ひいたします。

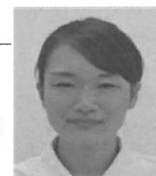


4階病棟看護師 比留間 香純

出身地：東京都東大和市

趣味：韓国の音楽やドラマ

挨拶文：先輩方にご指導頂きながら早く業務に慣れ、楽しく働ければと思います。よろしくお願ひいたします。



6病棟看護師 花土 まなみ

出身地：神奈川県

趣味：読書、飼い犬と遊ぶこと

挨拶文：精一杯頑張りますので、宜しくお願ひいたします。



6病棟看護師 藤原 光恵

出身地：東京都

趣味：スポーツ観戦、音楽を聴くこと

挨拶文：新しい環境で新たな一歩を踏み出し一歩一歩一人前の看護師になれるよう頑張りたいと思っています。よろしくお願ひいたします。



7病棟看護師 杉野 美智子

出身地：東京都青梅市

趣味：旅行、音楽鑑賞

挨拶文：早く仕事を覚え、患者さんの退院に向けての支援やより良い入院生活が送れるよう頑張ります。



7病棟看護師 千葉 慎治

出身地：東京都八王子市

趣味：読書、ギター

挨拶文：新米でいろいろご指導いただくこともあるかと存じますが、頑張りたいと思っています。どうぞ、宜しくお願ひいたします。



8病棟看護師 萩原 沙紀

出身地：東京都

趣味：野球観戦、k-pop

挨拶文：皆様にご指導いただきながら、精一杯頑張りたいと思っています。どうぞ、よろしくお願ひいたします。



8病棟看護師 増田 光希

出身地：埼玉県狭山市
趣味：旅行・音楽鑑賞
挨拶文：看護師として、また社会人として一日も早く、一人前に成長できるよう、努力し頑張っていきたいです。



9病棟看護師 池谷 由来

出身地：東京都武蔵村山市
趣味：溜まっているビデオをみること、ショッピング
挨拶文：明るく元気に一生懸命頑張りたいと思います。



9病棟看護師 間野 なつみ

出身地：東京都
趣味：美味しいものを食べに行くこと
挨拶：患者様や家族にあたたかな手を差し伸べることのできる看護師になりたいと思います。



9病棟看護師 宮下 友紀子

出身地：埼玉県新座市
趣味：体を動かすこと、漫画を読むこと、カラオケが好きです！
挨拶文：西埼玉中央病院附属看護学校を卒業しました。
明るく笑顔で暖かい看護を行えるように頑張りたいと思いますのでよろしくお願ひします。



当院は乗合タクシー(むらタク)の乗降場所になっています

☆乗合タクシー(むらタク)とは・・・？

乗合タクシー(むらタク)とは、電話などで事前に予約をして乗車する乗合型の新しい交通システムです。タクシーの便利さと路線バスの手軽さを併せ持った新しい乗り物で、武蔵村山市南西地域(伊奈平の全域、残堀一丁目(江戸街道以南)、残堀二丁目～四丁目の全部)にお住まいの方で、利用者登録を済ませた方がご利用になれます。

詳しくは、下記問い合わせ先にご確認ください。

☆問い合わせ先

武蔵村山市 企画財務部 企画政策課

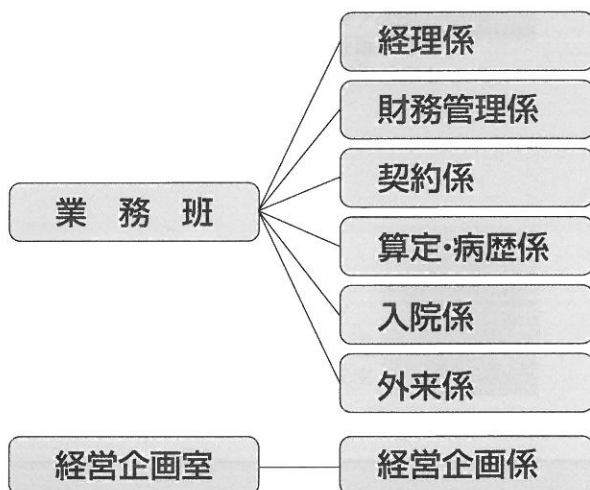
TEL 042-565-1111 (内線372・374)

職場紹介 企画課

企画課契約係長 田村 恭之

「患者さまの視点に立ち、良質で高度な医療を提供します。」これが村山医療センターの基本理念です。さまざまな職種の職員一人ひとりがこの理念のもと日々業務に取り組んでいます。そのなかにおいて、企画課は一部窓口業務等を除くと、病院内の諸部門の中でも患者さまと接する機会は比較的少ない部門です。また、その業務内容も財務会計や統計データなど数字を扱う業務が多く、患者さまの診療を行う医療職を影で支える役割を担っており、その業務内容は患者さまや病院外の方々からは見えづらいものであると思います。今回はそんな企画課の業務についてご紹介させていただきます。

企画課は下図のような組織で構成されています。



経営企画室は中期計画および年度計画の策定・フォローアップが主な業務です。病院の諸活動はこの計画をもとに行われます。

経理係は予算、決算及び財務諸表に関する業務を行います。ここは企業におけるいわゆる経理と同じイメージかと思います。

財務管理係は債権及び債務の管理に関する業務を行います。会計窓口で患者さまから診療費を頂き管理するのもこの系の業務です。

契約係は医薬品や医療機器等診療活動に必要な物品の調達や管理、他の事業者との役務提供の契約の締結などを行っています。

算定・病歴係、入院係、外来係は患者さまの入退院やその厚生、診療録の管理保管、医療の統計に関することなどを行っています。病院の事務というと診療報酬の算定請求を行う「医療事務」がまず思い浮かぶと思いますが、その業務はここで行っています。

国立病院機構は平成16年の旧国立病院・療養所からの移行による発足以降、その機能は維持しつつ企業会計原則を導入し、個々の病院では収支相償あるいはそれ以上の運営をめざすこととされています。そのなかで、例えば医療機器の購入等の投資の面では、投資費用の回収が見込めることが非常に重要なポイントとなります。医療サービスの質を担保しつつ継続して提供するためには、そのための運営資金を自ら調達する必要があるからです。しかし、全ての投資が必ず収益に結びつくわけではありません。患者さまの安心安全に結びつくものであれば、収支より優先される状況も多くあります。

私たち企画課職員は、財務諸表上の数字の改善を前提としながら、数字だけでは判断できないものにも心を配り、他職種の職員と共に理念の実現のため努めて参ります。みなさまどうぞよろしくお願いいたします。

武蔵村山市内中学一年生の職場訪問学習を受け入れました

前庶務係長 服部 聡

当院では地域との関わりを大事にするとともに、医療関係の仕事に興味を持っている中学生の職場体験・職場訪問を積極的に受け入れており、今回は2月1日に第一中学校から6名、5日に第三中学校から4名の職場訪問学習の受け入れを行い、1日は理学療法・看護部9病棟（整形外科病棟）・薬剤科を訪問し、5日は作業療法・放射線科・検査科を訪問しました。

中学二年生で行う職場体験学習とは違い、両日とも1～2時間という短い時間でしたが生徒さん達が各職場で実際に仕事をしている現場を見たり、説明を真剣に聞いたり、質問をしている様を見て、「少しでも医療関係の仕事に興味を持ってもらえたのかな」と思いました。

まだ自分の将来については、明確に決めている生徒さんは少ないと思いますが、将来このような職場訪問を経験した生徒さんが当院に就職してくれたら嬉しい限りです。

第一中学校（2月1日）



理学療法室



9病棟にて



薬剤科

第三中学校（2月5日）



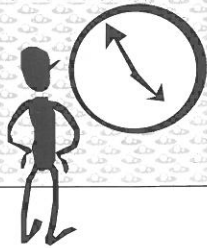
放射線科



検査科にて



作業療法室にて補助用の箸を使って掴む体験をしました



「朝食を食べましょう」～時間栄養学より～

栄養管理室 山田 直子

栄養相談に来られる患者さんに今までの食習慣を尋ねると、「今は仕事をしていないし、面白いテレビドラマがあるのでついつい夜更かしをして、朝は起きられないので1食目は朝昼一緒に12時頃に食べます。1日2食で、好きな時間に間食をします。」という方がいます。

平成22年国民健康・栄養調査結果によると、調査当日（特定の1日）において朝食を欠食した人は男性で13.7%・女性10.3%に達していました。男女とも20代をピークとしてそれ以降は歳を経るにつれて欠食率は減る傾向にありますが、中期的な流れでは男性の40代以降、女性の20代と40代で増加しているという結果でした。

国民のエネルギー摂取量は30年前に比べ低下しているのに肥満、糖尿病が増加しているのは、朝食の欠食と夜型生活によるリズム変調、欧風化による高脂肪食、運動不足が誘因と考えられています。朝食を摂ることは様々なメリットがあります。まず、体温を上げ心身を活性化させます。また、3食を同一メニュー・同カロリーで比べると、朝食は夜食の4倍のエネルギーを活動に消費するのに対して、夜食ではエネルギーが主に脂肪として貯えられることがわかっています。朝食を欠食するとエネルギー代謝が低下してくるので、中高年は肥満になりやすくなります。

1日に食べる量だけではなく食べる時間を考慮し、朝食を含めて1日3食、きちんと食べることが健康のために大切です。

朝食の欠食は「時間栄養学」的に見てもマイナスです。「時間栄養学」とは、時間の経過に伴う心身の活動を最適に保ち、生活習慣病を予防する栄養学です。

睡眠覚醒のリズム、心身活動の日内変動を支配しているのは「時計遺伝子」であることが最近発見されました。全身の細胞にある時計遺伝子は自律的に約25時間の概日リズムがあります。毎日の朝食（糖質とともにタンパク質のある栄養バランスの取れた朝食）を摂ることと、朝の光を浴びることで、中枢と末梢の時計遺伝子が同調し1日24時間に時計を合わせ、円滑な活動をすることができます。朝食の欠食は両時計遺伝子の同調が乱れ、生活習慣病や心身の多くの病気につながります。

夜更かしの方はできるだけ朝に活動をまわし、21時以降の食事は軽くし、朝食を食べる習慣に変えていくべきでしょう。早寝・早起き・朝ごはんを実行してみたいか？

参考文献：「時間栄養学」香川靖雄他著 女子栄養大学出版部

国立病院機構村山医療センター

看護の日のイベントのお知らせ

今年も地域の方々の健康に対する意識の向上を支援するため「看護の日のイベント」を、5月12日（日）にイオンモールむさし村山ミュー1階サウスコートにて9時から15時30分まで開催いたします。

【イベント内容】

体脂肪・血圧・身長・体重測定、AED体験、リハビリ体験、感染予防（手洗い方法実践）、医療・栄養・おくすり・福祉相談、病院紹介、白衣試着体験（記念写真付）を予定しています。

【昨年開催時の様子】



医療相談



体脂肪測定



AED体験



白衣試着体験

【看護の日とは】

毎年5月12日の国際ナースデーの、日本で制定された記念日としての名称です。フローレンス・ナイチンゲールの誕生日に由来し、ナイチンゲールの日とも呼ばれています。

患者さまの権利と責任

1. 個人の人格は尊重され、安全で良質な医療を受ける権利があります。
2. 自分の受ける医療について、十分な説明を受けた上で自分の意思で医療の選択をする権利があります。
3. 自分の受ける医療に対し、不明な点は質問することができ、診療情報の提供を受けたり、開示を求める権利があります。
4. 個人の情報を直接医療に関わる医療従事者以外の第三者に開示されない権利があります。
5. 自分の受ける医療について、別の病院を受診したり転院することができます。その際、十分な診療情報の提供を受ける権利があります。
6. 自分の健康に関する情報を正しく提供し、また他の患者の診療に支障をあたえず、医療従事者と協働して医療に参加する責任があります。

臨床倫理指針

1. 患者さまの人格、信仰、意思等を尊重し、説明と同意に基づく患者さまの自己決定を優先します。
2. 患者さまのプライバシーを尊重し、守秘義務の遵守と個人情報の保護を徹底します。
3. 患者さまの尊厳及び人権に関わる医療については、臨床倫理委員会で審議を行い、方針を決定します。
4. 関係法規、ガイドラインを遵守し、検査・診断・治療・研究を行います。
5. 医療の発展のために積極的に臨床研究を行い、その実施においては倫理審査委員会において十分検討をおこないます。

平成24年度患者数の推移

【入院】（1日平均入院患者）

診療月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	平均
合計	261.3	243.2	240.3	240.3	243.7	245.4	245.5	246.5	234.6	215.0	255.9	273.9	245.3

【外来】（1日平均外来患者）

診療月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	平均
合計	217.5	220.5	213.9	210.6	211.0	219.2	208.0	213.0	221.0	222.4	214.8	226.1	216.3

外 来 診 療 担 当 医 師

H25.4現在

受付時間	診療科等	月	火	水	木	金	備 考	
一 般 外 来	内 科	鎬 木	鎬 木 岡 田	山 縣 鎬 木	岡 田	岡 田 杉 本		
	初 診 8:30 ～ 11:00	外 科 (14:00～15:30)	瀬 川	瀬 川	青 木	瀬 川	青 木	月曜日のみ 午後診療です (14:00～15:00)
	再 診 8:30 ～ 12:00	整形 外科	再診 朝妻[脊・整] 竹光[脊・整] 大矢[関・整]	三宅[脊・整] 藤吉[脊・整] 名越[脊・整]	金子[脊・整] 八木[脊・整] 市川[関・整]	町田正[脊・整] 許斐[脊・整]	笹崎[関・整] 長谷川[脊・整] 安田[脊・整] 町田(真)[整]	[脊・整] 黒字：側 弯 白字：脊髄損傷
		リハビリテ ーション科	初診 交替制	交替制	交替制	交替制	交替制	第1金曜…相賀 2 …植村 3 …宇内 4 …南部
	歯 科	宮 本	宮 本	宮 本	宮 本	宮 本	宮 本	予約制
専 門 外 来	内 科 リウマチ				山 縣 鎬 木 (午後のみ)		予約制	
	13:00 ～ 15:00	整形リウマチ スポーツ外来(下肢)			笹 崎 (第1・第3週)		予約制	
	側 弯	斎 藤 第4週のみ			町 田(正) 金 子		予約制	
	骨粗鬆症				町 田(正)		予約制	
	装具外来 (リハ棟)	植村・相賀 宇内・南部					予約制	
	セカンドオピニオン (整形外科)						予約制	

診 療 に つ い て

整形専門分野
 (脊) 脊椎・脊髄
 (関) 股・膝関節・下肢
 (手) 手・上肢
 (整) 整形一般

診 療 日 月曜日～金曜日(祝日及び年末年始は除く)

診療受付時間 初診の方 午前8時30分～午前11時00分

再診の方 午前8時30分～午前12時00分

※急患は(整形外科)随時受付しております。

専門外来については医事窓口にてお問合せ下さい。

毎月初めに保険証の提示をお願いします。変更のあった場合はお知らせ下さい。

独立行政法人国立病院機構 村山医療センター
 〒208-0011 東京都武蔵村山市学園2-37-1
 TEL 042-561-1221(代) FAX 042-564-2210
 URL : <http://www.murayama-hosp.jp/>

■地域連携医療機関の紹介

東大和整形外科医院

院長あいさつ

平成19年10月に東大和市市内にクリニックを開業して5年半が経過いたしました。

信州大学を卒業したのち長野県内の病院で臨床に携わり、大学では主に脊椎疾患、胸腔鏡視下での側弯症手術等を行ってきました。

地元が東京であった事もあり、東京に戻って開業させていただいたのですが、外傷・慢性疾患・リハビリテーション等日々多くの患者様に来院いただいております。村山医療センターとは開業以来、患者さんの紹介を数多くさせていただいています。特に大学の入局同期の医師が貴院の再生医学研究室室長に赴任して以来は特に積極的に病診連携を行っております。

貴院のような全国的にも優れた先生方が結集し、最高の技術水準で手術を行つている病院が近隣にあり、紹介させていただけるということは当院のような入院設備のないクリニックにとって生命線であり、保存的治療の限界となる患者さんやセカンドオピニオンの受け入れも行っていただき日々感謝しております。

村山医療センターの、高度な医療水準の専門病院としての存在は、地域の開業医だけでなく、近隣の住民にとっても大変貴重な存在です。今後ともより充実した病診連携を継続していただければと思います。宜しくお願いいたします。



院長 榎崎勝己 先生



診療科

整形外科・リウマチ科
リハビリテーション科

診療時間

平日 9:00～12:30 14:30～18:30
土曜 9:00～13:00

休診日 日曜日・祝日・水曜日午後

住所 東京都東大和市南街 1-1-1・
西武拝島線 東大和駅下車 徒歩 12分

電話/FAX: 042-519-4215