

坂田クリニック開院

かねてより完成の待たれていた坂田クリニックが開院した。すでに二月十六日より透析業務が開始されていたが、四月一日より腎臓内科外来診療も始まった。当院南側正面に於いて、昨年九月より開始されていた坂田クリニックの建設工事が無事終了し、一月二十八日竣工式が執り行われた。出席者は、茅野嗣雄院長をはじめ数名の職員、地権者廣部氏、工事施行業者の総勢約十五名であった。

二月十六日より、当院一階透析室が移転、業務を開始し、四月より腎臓内科外来診療も始まった。今後坂田クリニックは、当院の外来診療機能をサポートする。



君津病院とともに地域医療への貢献を期待される坂田クリニック



新しい門出を祝う竣工式

君津病院 改修工事の進行状況

一月一日より使用開始した増築部分に引き続き、旧館部分の改修工事が開始された。

現在、三階部分では病室の改装、院内薬局を病室へ改修、二階部分では手術室・管理室を病室へ改修、一階部分では

栄養科を救急室へ、透析室を診察室・検査室とする工事がほぼ終了している。現在行われている改修工事がすべて終了すると、病室は一九八床となり入院患者さんにとってはゆとりある入院生活が増えてきています。在宅での療養生活や介護を支える専門家の一員として、訪問看護に課せられた責任は重く、提供する看護の質は今後さらに向上させていく必要があります。

第十回、渡辺裕子先生を迎えての院内看護研究発表会開催

二月十九日、第十回院内看護研究発表会がホテル千成に於いて行われた。講師に川崎短期大学助教渡辺裕子先生、日本訪問看護振興財団訪問看護推進部、木村忠子先生、東京大学三木明子先生を招き、各部署より七題発表があった。又、第十回を記念して、

「高齢者の介護 食べさせ術」出版

当院の姉妹病院である南大和病院・南大和老人保健施設の田中弥生栄養科長が今年一月に講談社より「高齢者の介護食べさせ術」を出版した。入院患者さんや在宅患者さんの訪問指導を通して高齢者の低栄養が目立つことに着目し、一九九六年に全国在宅訪問栄養指導研究会を設



立、既に「やさしくつくれる家庭介護の食事」共著と「訪問栄養ハンドブック」共著などの著書がある。口から食べるということや食事の環境の大切さを訴えたこれからの高齢化社会への一冊である。

君津市より 感謝状贈られる

一月十日、君津市消防出初め式が行われ、その席上当院の救急活動に対し君津市長より感謝状が贈呈された。昭和四十五年の当院開



記念すべき第10回にふさわしい渡辺裕子先生の特別講演

から「家族を看護するということ」と題して特別講演があった。一年間、苦勞してまとめあげた内容を積極的に意見交換し、学びを深めることが出来た。

今年度の新入職員 オリエンテーション始まる

三月二十四・二十五日、新入職員オリエンテーションが、二班に分かれ行われた。内容は、当院の基本方針・歴史・年間行事・各委員会・就業規則等々の説明、各部署の紹介等である。

看護部研修 例年どおり行われる

◆後期伝達講習会
 一月二十二日、管理棟大会議室



真刻そのもの看護部新人オリエンテーション

永年勤続者 二十名表彰される

三月二十八日、君津木更津医師会通常総会に於いて、永年勤続者が表彰された。当院で表彰を受けたのは次の通りである。

- 二十年表彰者
 郷田芳子 伊藤かづ 広瀬陽子
- 十年表彰者
 石井ルミ 河原京美 鈴木まゆみ 瀬田桂 鈴木明美 武井玲子 溝口さちえ 佐藤弘美 林美恵子 岡崎弘子 吉田一郎 内橋正宏 野中安男 北見知子 白井洋子 尾崎玲子 高橋琥珀

千葉県健康保険組合 ボーリング大会で健闘

千葉県健康保険組合主催の第二十七回被保険者ボーリング大会が、三月十五日千葉リバーレーンにて開催された。今年は三十六チームの参加があり、競技は団体戦、個人戦とも三ゲームトータルビンで行われた。当院は惜しくも入賞とはならなかったが団体戦において十九位と健闘した。

君津訪問看護ステーションの活動

所長 板倉 裕子



当ステーションは、玄々堂君津病院併設の訪問看護を専門に行う施設です。玄々堂君津病院では昭和六十年に訪問看護を開始し、その後外来に訪問看護室を設置、先駆的に訪問看護を行って来ました。

その流れを継いで、平成四年九月に君津訪問看護ステーションとして独立し現在に至っています。

訪問看護ステーションは、患者さんのかかりつけの医師（主治医）から指示を受け、看護師が患者さんのお宅を訪問し、看護サービスを提供するシステムになっています。この場合の主治医は、玄々堂君津病院に限らずこの病院の医師でもかまわないという点が、独立した施設である訪問看護ステーションの大きな特徴です。

対象となる患者さんは、日常生活に介護が必要な方や在宅で医療処置を必要とする方です。その方のお宅に看護婦が訪問し、健康状態のチェック、介護相談、寝たきり予防のリハビリ、医師の指示する処置等を行います。訪問は原則として週三回までですが、訪問しない時でも二十四時間体制で電話相談を受けられるようにしています。

最近では、今までは考えられなかったような高度な医療機器を着けたまま自宅で過ごす方や、人生の最期を住み慣れた我が家で迎えられるようサポートしているのだと思います。

春季消防訓練 新設装置を使い実施

三月十二日午後四時より、消防訓練が行われた。今回の目的は、火災受信機、非常放送設備、火災通報装置の取り扱い訓練であった。予定していた新設の避難器具（オリロー）を使用した訓練は雨天の為中止となった。



新設装置についての説明

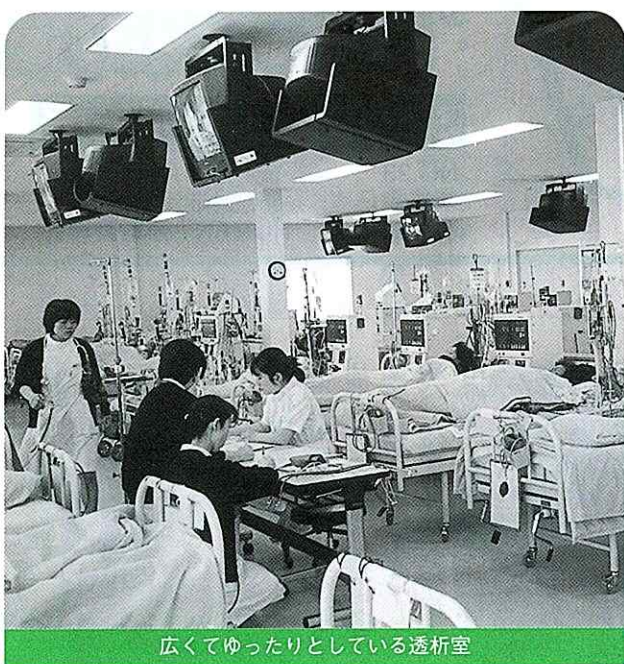
最新の設備・装置を導入 坂田クリニックの紹介

坂田クリニックは、透析が中心で、四月からは、腎臓内科外来診療（月・水・木曜日）も始まりました。玄々堂君津病院の補佐的役割をする医療機関として、今後ますます重要となってくる坂田クリニックについて紹介します。

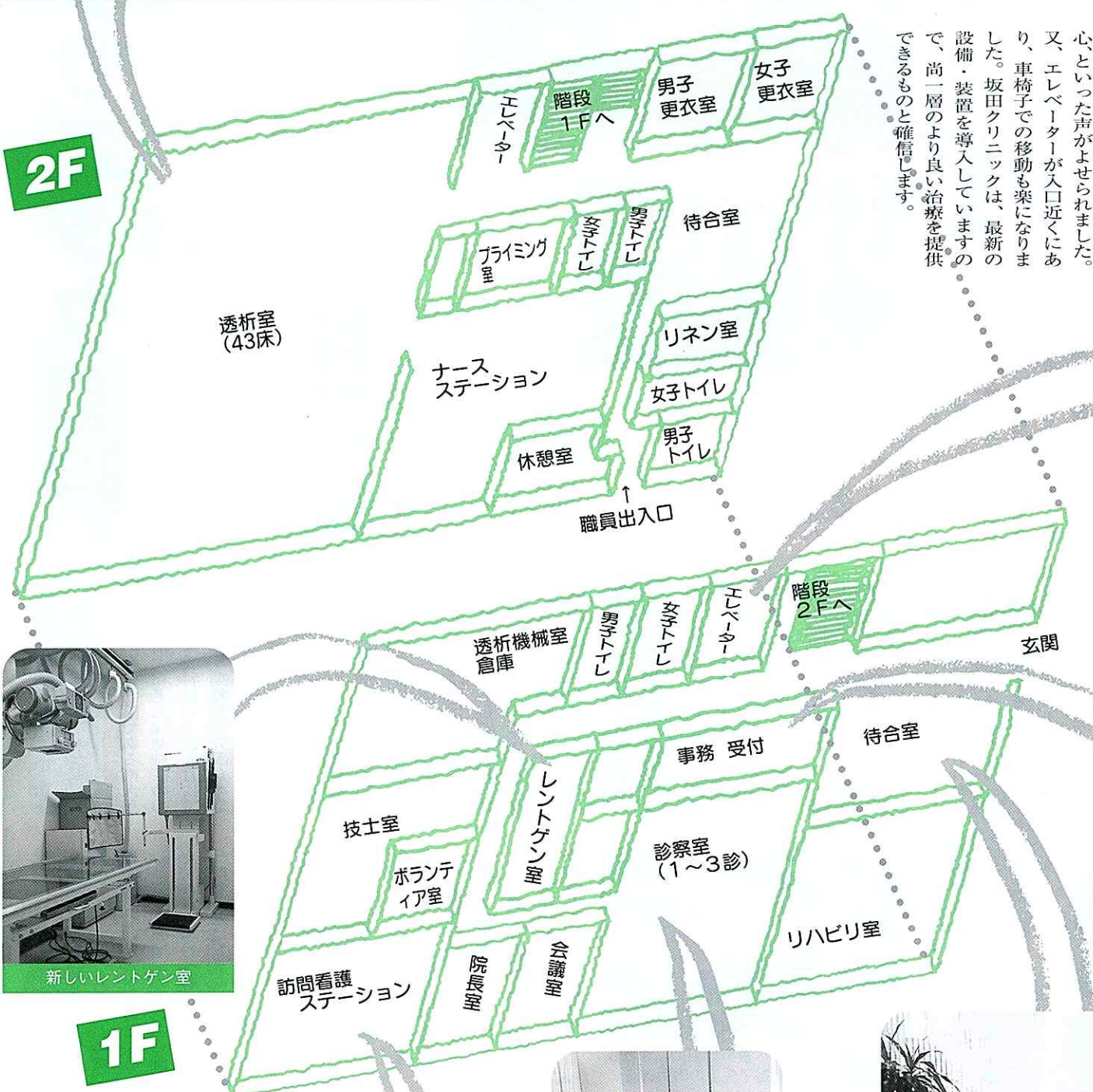
透析を行う上で、透析導入目的または状態不良で入院している患者さんと、社会復帰し日常生活の状態も安定している患者さんと同じ場所で行うことは、患者さんのみならずスタッフに於いても多くの問題が生じます。このことから前者をセンター病院で、後者を関連施設（クリニック）で分離し行うのが理想的な治療システムとされています。当院ではこの面の改善と並び本院の増改築に伴う諸事情などを踏まえ坂田クリニックが開設、オープン運びとなりました。

外来透析を中心とする坂田クリニックは、1Fは事務室や機械室、スタッフルームの他に、外来診療室、並びに付属施設のスペースを設けてあります。これらは、今後

心、といった声がよせられました。又、エレベーターが入口近くにあります。車椅子での移動も楽になりました。坂田クリニックは、最新の設備・装置を導入していますので、尚一層のより良い治療を提供できるものと確信します。



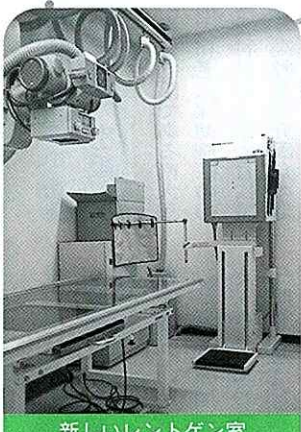
広くてゆったりとしている透析室



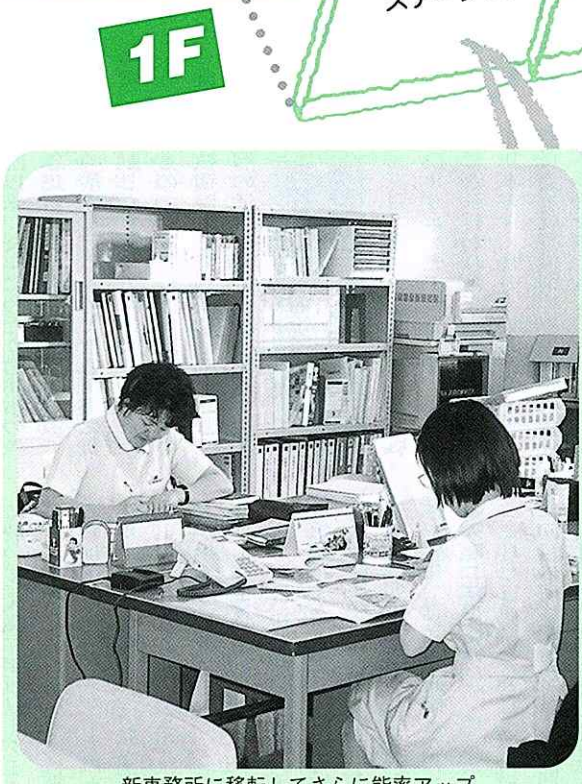
車椅子でも移動できるエレベーター



笑顔がモットーの受付



新しいレントゲン室



新事務所に移転してさらに能率アップ



広くて清潔な診察室



明るく静かな待合室

◆君津訪問看護ステーション新事務所に移転

平成4年9月に開設した君津訪問看護ステーションは、現在坂田クリニックの建つ場所に、木造平屋建ての事務所を構えていました。昨年9月坂田クリニック新築に伴い、その事務所は取り壊されることになりましたが、開設以来の苦楽を共に過ごし、風雨にも耐え（時に不安あり）愛着のある建物だっただけに、少なからず哀愁を感じていました。

しかし、平成10年3月、坂田クリニック内に置かれた新事務所に移転してみると、その快適さに感銘を受け、旧事務所にはなかった利便性も日ごとに発見しています。中でも一番の魅力は坂田クリニックと君津病院がすぐ近くにあるということです。医療機関との連携が重要な訪問看護ステーションとしては、これは大きな意味を持ちます。ましてそれが、同法人の併設医療機関となると、とても心強いものがあります。ステーション利用者の皆様に関することで、医師をはじめ各職種の専門家に、気軽に相談できるのも、近くにいるからこそできることなのだと思います。

君津訪問看護ステーションは、独立した組織ではありますが、坂田クリニックと君津病院の協力を得ながら、新事務所への移転を機に、さらに地域の皆様に喜ばれるステーションを目指していきます。

シリーズ「病気を考える」 21

うつ病の話

春は「五月病」もあるように、心の健康がくずれやすい時期です。今回は当院でも神経科外来診療をして下さっている、木更津病院副院長の飛澤彰先生に、うつ病について解説して頂きました。



木更津病院副院長 飛澤 彰先生

うつ病は、ストレスの多い複雑化した現代社会において、非常に増えてきています。うつ病にはいくつかの種類がありますが、ここでは、日常生活のストレスが原因となる、うつ病についてお話しします。

(I) うつ病の症状と原因

うつ病の症状には、大きく分けて二つあります。一つは精神症状で、もう一つは身体症状です。前者では、ゆううつな気分(気分が沈む、何をしても楽しくない、時に死んでしまいたいと思うことがある)、意欲や興味の減少(仕事への意欲が鈍る、家事がおっくうになる、など)、考えや行動が抑えられる(集中力がなくなる、考えがまとまらない、など)、不安や焦りの気持ちが強くなるなどの症状が見られます。後者では、全身倦怠感、疲れ易さや、不眠、食欲不振、性欲の減退。また下痢や便秘、動悸、息苦しさ、頭重感、めまい、などの全身的な身体症状

が見られることがあります。ですから、はじめは、うつ病と気付かないで、まず内科を受診することが多いようです。(身体症状を訴えて受診する、うつ病の患者さんは50%といわれています)医療スタッフはこうした内科的症状の背後に、日常生活でのストレスによる、うつ病があるのではないかと配慮する必要があります。そして、身体的症状の基礎は、うつ病ではないかと診断され、神経科に紹介されることになるようです。

ものには、例えば、入学、進学、就職、配置転換、転勤、転居、昇進、結婚、出産、育児などがあり、本来人生の喜びとなるはずの事が、人によっては逆にストレスとなってしまう事があります。あるいは、人間関係の重い苦しい葛藤(家族、仲間や友人、同僚など)や、身近な人との別れや死などの、悲しい体験が契機となり、人生の環境の大きな変化がストレスになった時に発病することが多いようです。

退任医師の一言

医師 河原 祐一

自分が玄々堂君津病院へ赴任しはや二年が過ぎました。今、振り返ると医師として人間として多くの事を経験し学んだ月日でした。自分は医師という仕事は実は嫌いです。目の前で患者さんが亡くなられる事は自分としても辛い事事です。自分自身も昨年母を乳癌で亡くし辛い経験をしました。その為、患者さんやその家族の辛い気持ちは、より強く感じています。しかし、玄々堂には諸先輩方はじ



さんが亡くなられる事は自分としても辛い事事です。自分自身も昨年母を乳癌で亡くし辛い経験をしました。その為、患者さんやその家族の辛い気持ちは、より強く感じています。しかし、玄々堂には諸先輩方はじ

医師 古賀 祐季子

一年半前、秋風のそよぐ津風に降り立った時、人がまばらでパチンコ屋さんがとても目につく駅前風景に何とも言えない孤独感

(II) うつ病の治療

さて、うつ病の治療には、主に(1)薬物療法と(2)精神療法が行われます。(1)の薬物療法は、抗うつ剤(うつ病治療剤)が中心で、非常に有効であり、うつ状態の改善に伴って、身体症状も改善されます。同時に不安感などを改善する目的で、抗不安剤を併用することがあります。うつ病の薬は効果が現れるまで、一〜二週間の時間がかかります。

うつ病になる原因をあらためて考えてみると、現代に生きている私達は、うつ病になる可能性は常にあり、うつ病は決して特別な病

(III) うつ病になったら

うつ病になる原因をあらためて考えてみると、現代に生きている私達は、うつ病になる可能性は常にあり、うつ病は決して特別な病



かその孤独感を忘れていました。「先生元気だね」「声響いてたよ」「眠いの？」等、何気ない言葉から始まるおしゃべりが楽しく、私の元気の源になっていました。しかし、その間には各部署の皆さんに、度々迷惑をおかけしました。ごめんなさい。又、いつも気持ちよく協力し支えていただいた事に心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

(IV) 家族や医療スタッフの心得

うつ病の患者さんに「頑張れ」と励ましたり、気晴らしに温泉などに誘ったり、などの心くばりをする事がありますが、実はこれはむしろ逆効果で、うつ状態を悪化させることがあります。なおさら心の負担を感じてしまうからです。そばに寄り添う気持ちで、「いつでも力になるからね」という姿勢が好ましく、そのようなメッセージを家族や医療スタッフが伝えることで、患者さんは勇気づけられると思います。時にうつ病

を「なまけ病」と見る人がいますが、それは間違いで、うつ病は、ストレスに圧倒され、悩みを抱き、しかし解決できないでいる心の状態と考えましょう。悩んでいる事をよく聴き、十分理解し、その悩みに共感を持つて接し、きちんと治療を受けるように支え、又十分な休養が取れるように援助して欲しいと思います。

趣味の欄

はまりたい私

3B病棟 看護婦 大塚 孝子



昨年末に、プレイステーションを買ってしまった。「ごほうびに」というコピーに、つい、つかまってしまったのだ。

私が初めてテレビゲームにはまったのは十年前のこと。当時超人気のドラゴンクエストだった。私は知人の息子さんの勉強をみていたのだが、彼は受験生で「家にソフコがあったら勉強できないから」と、買ったばかりで手をつけていなかったドラクエIII(IVだったかも)を私に貸してくれたのだ。

それから私は徹夜の日々が続き、もともと熱しやすい性格の私には、それは当然すぎる事だった。その後もテトリス、倉庫番(これはどちらかといえばゲームボーイだが)、マザーII、クロノト

ごい衝撃！イタイツ。メチャイタイツ。翌日のレントゲンで、な・なんと肩甲骨にヒビが！心配かけて御免なさい。

リガーなどのRPGなどに多大な時間を費やしてきた。看護学校時代には寮の自室に友だちを呼び、ぶよぶよ大会を開催した。大盛り上がりしていると、突然、隣室の実習生がパンとドアをあけ、一言「うるさい!!」と怒鳴られたこともあった。

そして時代は3D全盛を迎え、私はDの食卓というアドベンチャーホラーをやりたいがために、現在では誰もその存在すら知らない3DOというハードを買ったりもした。

そして今、私は思いきりはまれるソフトになかなか出逢えずにいる。IQもパラパラッパも電車でGOも、それなりに面白いのだが、以前のように寝る暇を惜しんで、という感じではなくなりました。以前MYSTというアドベンチャーゲームにはまったが、その続編のRIVENは難かしくて、攻略本をついて見ました。

今、何かはまれるソフトはないだろうか。やっぱりバイオハザードIIだろうか。

どなたか、これは面白い！というソフトがありましたら、是非教えてください。よろしくお願ひします。

「行ってきましたスキー旅行」

臨床検査技師 平野 繁治

毎年恒例となった安比高原スキー旅行に行ってきました。明日の筋肉痛も恐れず、滑りまくる暇がなくなり、皆スキーを満喫していました。

たところ温泉へ。満天の星空と露天風呂を満喫。最高の気分のままホテルに戻り飲み直し。「俺って幸せ」と思いつつ夢の中へ。

そして三日目、皆の筋肉痛は最高潮。しかし私の体は絶好調。もう三十分なんて言わせないとジャンプが一番。「俺ってかっこいい」と悦び入っているところで肩にす



思い存分スキーを満喫

職員紹介

保育所

今回は、職員の子供達を預かっている保育所のおとも元氣な十六名の保母さんを紹介いたします。

質問事項

- ①氏名 ②支数 ③勤続年数 ④役職

保育所は病院の看護婦さんだけでなく、各部署で働く様々な職員のお母さんたちのお子さんを早朝から夜間まで保育しています。

子供の仲間の一となり、ごろんこ・水・じゃれ合い遊びに始まり、駆け回り遊び回って遊ぶ体力勝負の世界!! といったところから子供の魅力に引き込まれ、いつのまにか夢中になっている、一緒に共感し合える、そして、お母さんともほんのちよつとした子供の成長に共感し合える楽しさ、嬉しさを味わえるのは保母ならではの魅力です。一度あそびに来てみて下さい。大歓迎です!



- ①池浦 恵子 ②寅 ③3年
①佐藤 秀子 ②寅 ③5年
①立川 尚子 ②酉 ③2年
①橋向利永子 ②寅 ③1年
①利光 光子 ②寅 ③6年



- ①平方 加津代 ②酉 ③7年 ④副主任



- ①高野 さち子 ②酉 ③5年 ④副主任



- ①鈴木 初美 ②卯 ③1年
①石井 とし子 ②卯 ③2年
①茂森 美沙緒 ②巳 ③1年
①小森 敦子 ②辰 ③1年



- ①地曳 早苗 ②子 ③1年
①児玉 祐佳 ②亥 ③5年
①津田 晴美 ②亥 ③5年
①武田 由香子 ②子 ③1年



- ①山下 由起美 ②卯 ③8年 ④主任 (産休中)

新幹事活動開始



幹事長 大澤 廉也

平成十年度の互助会幹事長の大役を仰せつかりました。個人的には禁酒癖に加えて、職場の電算室の業務が急増中であり、

何かと皆様にご迷惑をお掛けしてはと心配です。この重責を全うできるか決して自信はありませんが、新幹事役員各氏や部長をはじめ各方面のご支援ご鞭撻を切に期待し、また心強い宮本・松永副幹事長、そして電算室に新人も迎えることができた今、やっばり精一杯やるしかないかという心境です。なにとぞよろしくお願いたします。

幹事

- 長谷川 民世 利光 光子
渡邊 絵里子 山口 由美子
斉藤 留美 柴田 てるみ
北尾 愛 前川 晴美
佐藤 俊子 花澤 久代

副幹事長 宮本 弘幸 松永 いよ子



おめでとう

結婚 (旧姓)

- 平成九年
四月 鈴木恵子 (鱈崎)
五月 刈込秀樹
六月 武田和彦
濱田志信
十月 高木しのぶ (森色)
平野繁治
平成十年
二月 小川不二夫
遠藤邦美 (松澤)
三月 中谷美砂 (本田)
榎本恵美 (新井本)
四月 有岡政輝

赤ちゃん誕生

- 平成九年
四月 白井やよい (雄祐ちゃん)
阿部美由紀 (美翠ちゃん)
五月 井上恵美子 (歩実ちゃん)
鈴木恵子 (優花ちゃん)
七月 杉谷恵美子 (広樹ちゃん)
九月 星野房江 (涼平ちゃん)
十月 佐藤しのぶ (ほのからちゃん)
渡辺美弥子 (紗呂ちゃん)
鈴木薫 (裕太ちゃん)
平成十年
一月 山下由起美 (優里ちゃん)
三月 平野直美 (海斗ちゃん)

今回のサブタイトル

ジュヴェル・シャンベルタン

今ブームの手軽に楽しめるワインの銘柄を、今回よりサブタイトルに取り上げる事になりました。今回のワインは、数あるブルゴーニュワインの中でも特に優れたワインの一つで、色合いの美しさ、芳醇な香り、なめらかで「ピロロドを召した神様が喉を通り過ぎるようだ」という言い回しがあるほど、印象的で余韻が長く残る赤ワインです。是非その素晴らしい味わいを堪能してみてください、いかがでしょうか。



編集後記

◆新聞委員も三年目になると...
◆新人の頃の気持ちを思い出してがんばるぞ。
◆暖かくなり私の頭もポカポカ陽気モードになりました。
◆清々しい季節、何か計画をたててみたい今日この頃です。
◆新聞委員になって初めての新聞がやってきました。
◆何気なく読んでいたヒューマン、これからは弁当の敷物には、二度と致しません。
◆これから二年、よろしくお願います。
◆新聞委員のメンバーに指名されました。すでに迷惑をかけています。
◆新メンバーです。どうぞよろしく!



新メンバーです。どうぞよろしく!

新入職員紹介

Grid of staff member portraits with names and titles: 野中 由美 (看護婦), 古賀 雪絵 (看護婦), 町田 恵子 (看護婦), 佐藤 亜希子 (看護婦), 鳥海 明子 (看護婦), 榎本 映美 (クラーク), 石井 純子 (保健婦), 笈川 春美 (看護婦), 谷 美行 (看護婦), 菊川 香子 (クラーク), 緒形 佐知子 (保母), 桐越 淳也 (電算室職員), 寺坂 裕子 (事務), 大野 八朗 (事務), 北村 亜希子 (クラーク), 吉原 みどり (栄養士), 御船 陽子 (事務), 高橋 智美 (事務), 堀切 恵美 (事務)

人事往来

- 医局 (退任) 河原祐一 (新任) 中川徹也 白鳥昌利
看護部 (外來) 杉谷恵美子 (総務長室より) 才へ室 小森園裕子 (総務長室より) 3階A病棟 大塚妙子 (3階B病棟より) 田中美砂子 (4階病棟より) 津田典子 (総務長室より) 3階B病棟 林美恵子 (3階A病棟より) 本尾征子 (総務長室より) 砂川亮平 (4階病棟より) 4階病棟 樋口千恵子 (総務長室より) 坂田クリニック 古原絹子 (3階A病棟より) 片山恵 (3階B病棟より)