



病棟空調工事

今年の夏も猛暑でしたが、皆さんの体調はいかがでしたか。病院の建て替えが検討中ですが、新しい病院になるのは5年後、あるいはもっと先の予定です。それまでは今の病院でこれまで通り診療を行います。昨年は3階と4階病棟で、老朽化した空調設備の工事をしました。今年は9月から10月にかけて1階と2階病棟で工事を行います。ご迷惑をおかけする事になりますが、今の病院を最後まで大切に使用したいと考えていますので、ご協力の程よろしくお願いたします。



病院長 野坂 俊壽

顔

連載インタビュー 第7回

今回は、**内分泌代謝内科 稲澤 健志**医師です。

Q. 先生のご出身は？

柏市出身です。1歳から大学卒業までの24年間、柏市藤心に住んでいました。

Q. 子供のころに憧れていたヒーローは？

ブルース・リーに憧れていました。中学時代はカンフー映画が好きでよく真似をしていました。その後は、ブラックジャックにも憧れていた時期がありました。小さい頃から医者への憧れがあり、今日に至っているのかも知れませんね。

Q. 学生時代に熱中したことは？

中学から大学まで水泳部でした。高校では少しギターも弾きましたが、上達しませんでした。大学では現在も趣味として続けているゲームにはまりました。

Q. 趣味は何ですか？

ゲームです。学生時代からやり始め、現在でも幅広いジャンルのゲームを楽しんでいます。

Q. 好きな食べ物は何ですか？

餃子が好きです。宇都宮餃子のようなご当地餃子ではなく家の餃子が好きですね。あと、母が中国にいたときに教わったという中国式餃子も好きです。

Q. 毎日多忙な先生ですが、何か健康法はありますか？

そうですね、特にこれというものは無いのですが、普段から食事は腹八分目を心がけて食べ過ぎないようにしています。

Q. 医師になろうと思ったのは？

高校2年のころから医学研究者になりたいという希望をもつようになり、幸い医学部に進学でき、大学院で基礎医学の研究もしました。



Q. 医師になってよかったことは？

患者さんを救えることもありますが、現在の医療技術では何もしてあげられないこともあります。患者さんのご家族からは感謝されることもありますが、逆に失望されることもあります。医療の技術が今後も進歩し、救える患者さんが一人でも多くなれば医師としてよかったと感じる事が多くなると思います。また、医師という立場を抜きにして、柏市立柏病院に勤務してとても良い同僚たちに恵まれて働けることも幸せに感じています。

Q. 医師になって苦しかったことは？

大学病院での初期研修では連日泊まり込みでした。経験が浅いと患者さんに何か起こるか予想がつかず、1日中張り付いていないと対処できませんでした。しかしその頃は毎日学ぶことがあり、苦しくも楽しい日々でした。



Q. 患者さんへ一言お願いします。

当診療科は糖尿病と甲状腺の患者さんが中心です。糖尿病の患者数は、当院において増加が続いていますので、外来は常に混雑している状況です。そのため、どうしても診察時間が予約時間を過ぎてしまうことがあり、皆様にご迷惑をかけてしまっています。予約時間通りの診察を心がけてはいますが、丁寧な診察をするために患者さんと真摯に向き合っていると理解していただきたいと思います。

稲澤 健志 (いなざわ たけし)

内分泌・代謝内科医師

プロフィール

千葉県柏市生まれ。東京大学医学部卒業後、東京大学医科学研究所先端診療部に入局。平成18年に当院内分泌・代謝内科科長に就任。今年度開設した糖尿病センターのセンター長に就任。診療日は火・金・第1・3土曜日（予約のみ）



『白内障』

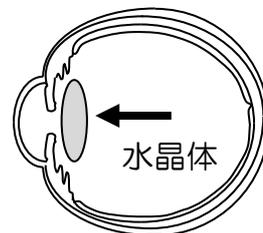
<眼科>

今回は『白内障』についてのお話です。
『白内障』は高齢になるにつれて罹患率が高くなる病気のひとつです。症状の現れ方や進行の速度には個人差がありますが、治療できる病気です。
眼科の大野先生、古瀬先生にお話を聞きました。



白内障とは？

水晶体（カメラではレンズに相当する部分）が濁ってしまい、網膜（カメラではフィルムに相当する部分）にすりガラスを通したような光しか届かなくなる病気です。ただし、外から目の濁りが見えるよりもずっと前に自覚症状がでてきます。



原因

◎主に**加齢**

その他には・・・

- ・目のケガ
- ・薬の副作用
- ・糖尿病やアトピー性皮膚疾患等

すりガラスを通して物を見ている状態なので・・・

白内障になると

症状

- ・かすむ
- ・光がまぶしい
- ・視力低下
- ・片眼で見ても物が二重に見える



治療法は？

- ・目薬（進行を遅らせるぐらいの効果で、症状を改善することはできません）
- ・手術



手術ってどんなことするの？

- 事前に**・・・ 全身の検査（採血・検尿、胸のレントゲン、心電図）と目の検査が必要です。そして、数日前からご家庭で抗菌薬の目薬をしていただきます。
- 手術中**・・・ 血圧・心電図・酸素濃度を測りながら、仰向けの状態で寝てもらいます。麻酔をするので痛みはほとんどありません。ご安心ください。水晶体の中の濁りを取り出し、代わりに人工レンズを入れます。手術に難しい問題がない場合、時間は15分程度です。
- 手術後**・・・ 傷口が落ち着くまでに時間がかかるため、目を触ったりこすったりしないよう、眼帯もしくはゴーグルをしていただきます。（1～2週間）
1～2週間は洗顔・洗髪できません。ただし、目の辺り以外を拭いたり、美容院で仰向けの状態で髪を洗ってもらうのはかまいません。
最低1ヶ月間視力は安定しません。
1～3ヶ月間は数種類の点眼が必要になります。
人工レンズのため、入れてしまうと厚さを変えることができないため、ある一定の距離しかピントが合わなくなります。違う距離を見る時はメガネが必要になります。

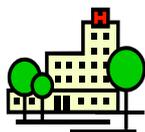
お知らせ

病棟の空調工事について



9月27日（土）から1階、2階病棟の空調工事を行います。工事の都合上、一部の空調設備が一時停止する等のご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をお願いします。

工事日程： 2階病棟 9月27日～10月16日 1階病棟 10月18日～11月06日



【糖尿病センター】開設のお知らせ

6月10日（火）から【糖尿病センター】を開設いたしました。開設後3ヵ月が経ち、より多くの糖尿病患者さんへのサポートの窓口として活用していただくために、今回ご紹介させていただきます。

糖尿病人口

日本での糖尿病患者数は、約740万人と推定されています。糖尿病になる一歩手前の「糖尿病予備軍」と呼ばれている人は約880万人以上いるといわれています。これは、40歳以上の方に絞ると9人に1人という割合にもなります。

開設目的

糖尿病センターでは、対象となる皆様に応じた生活指導・技術指導を行い、合併症予防、重症化予防に関する相談を受けられます。専門のスタッフが連携し、よりよい治療・生活の仕方を検討していきます。

対象者

糖尿病センターは現在、糖尿病と診断されている方であればどなたでも対象となります。

受診方法

●当院に通院中の場合

受診している科のスタッフにセンターの受診希望をお伝えください。希望される内容等を伺い受診予約をします。

●他院に通院中の場合

通院されている病院から「紹介状」を作成してもらい、受付時に提出をお願いします。



糖尿病センターは、医師や看護師だけでなく様々な医療の専門スタッフが糖尿病の患者さんをサポートしていく場です。是非、活用していただき病気の改善に役立ててください。詳細な内容は内分泌科へお問い合わせください。



糖尿病センターの取り組み

市民講座「糖尿病について」



6月2日（月）に柏市柏の市民プラザ「アミュゼ柏」にて市民講座「糖尿病について」を開催しました。当日は限られた時間の中、参加した方々に満足していただけるようスタッフ一同心をひとつにして会の運営にあたりました。

医師と看護師による講演の後、健康チェックシートを用いた「生活の振り返り」、機器による「血圧測定」や「体脂肪測定」、看護師との「個別健康相談」を実施しました。計38名の市民の方にご参加頂き、無事に市民講座を終えることが出来ました。

このような健康に関わる市民講座を病院主催で行うのは初めての試みでしたので、至らない点や改善点等もあったかと思えます。特に「個別健康相談の時間設定」や「医師や看護師以外の講演」等、アンケートで頂いたご意見を参考に、次回以降の課題にしていきたいと思えます。

今後は市内各所で、市民講座を開催していきたいと考えていますのでお近くの方は是非ご参加ください。

かし和食卓日記

『広報誌かし和（12号）』から「かし和食卓日記」を新たに連載していくこととなりました。家族が揃って囲む食卓や四季折々の料理、食べ始めと食べ終わりの「いただきます」「ごちそうさま」を言う習慣は、食文化を継承し、守っていく上でとても大事な事だと思えます。その食卓の持つ大切さの意味を込めて「かし和食卓日記」と名付けました。柏で作られた野菜を使った病院食として提供している料理（地産地消中心に）を掲載していきます。なお、2013年12月にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」を中心とした日本の食生活を見直す良い機会ともなりますようにと考えております。

◇ 和風豆腐ハンバーグ（1人前）

エネルギー：123kcal タンパク質：12.1g
脂質：5.9g 塩分：1.3g

〈材料〉とうふ 70g 鶏挽肉 30g 玉ねぎ 10g シソの葉 0.5g
玉子 5g 塩 0.2g 味ポン 10g 片栗粉 0.5g

〈作り方〉①しっかりと豆腐の水を切ります。②豆腐に火の通った鶏挽肉とみじん切りした玉ねぎとしその葉を良く混ぜ溶き卵 塩を入れます。③形を整え焼きます。④味ポンにだし汁を少し入れて片栗粉でとろみを付けます。定番の大根おろしを掛けたり具材にひじきや枝豆などをいれても美味しく頂けます。

〈広報委員の試食感想〉鶏肉の食感はしっかりあり、その中に豆腐のふっくら感も十分に感じられます。又、シソ風味とポン酢の酸味が美味しさを増しています。



◇ 柏産の玉ねぎを使っています。（写真 右）

一般的な玉ねぎは、収穫後干され表皮を乾燥させ保存性を高めて出荷されます。新玉ねぎは水分が多く乾燥処理せずすぐに出荷されるので柔らかく甘味があります。



ボランティア活動日誌



今回は『介護支援サポーター』の紹介です。外来受診される方の数がピークを迎える午前中に、来院された方々を笑顔で迎えてくださっているボランティアさんがいます。その方たちは、柏市社会福祉協議会ボランティアセンターが窓口となって実施している「介護支援サポーター」の皆さんです。当院では自動再来受付機や自動精算機の脇で来院された方々のご案内役としてサポートして下さっています。「介護支援サポーター」は、65歳以上の方々が介護予防と地域貢献を行う事業として市内のあらゆる施設・機関で活躍されています。詳細は、柏市社会福祉協議会ボランティアセンター（04-7165-0880）

NEWS



『子ども参観日』

を実施しました。

8月6日（水）に「子ども参観日」を行いました。職員の子どもの対象に小学5年生～中学1年生まで、18名が参加しました。当院では初めての取り組みで「病院という職場で、親の背中を見て社会のルールやマナーを感じてもらう」ということを目的に実施しました。各部署において、「名刺交換」から始まり「AED」や「手洗い」等の模擬体験を行いました。参加した子どもたちからは、「カッコ良く働いているお父さんを見てよかった」「患者さんへの心づかいが学べた」という感想があり、夏休みの貴重な思い出になったことでしょう。



編集後記

今号からかし和食卓日記の掲載がはじまりました。栄養科の広報委員の熱意あふれる記事となっており、私自身もぜひ作ってみようと思いました。今後も工夫を凝らした献立を紹介していきますので、ぜひご期待ください！

広報委員 牧原 巧（放射線科）

