

自治医科大学附属病院だより

Jichi Medical University Hospital



自治医科大学附属病院付带施設整備事業 立体駐車場棟オープニングセレモ

自治医科大学附属病院の理念・基本方針

- 1. 患者中心の医療
- 2. 安全で質の高い医療
- 3. 地域と連携する医療
- - 4. 地域医療に貢献する医療人の育成
- ・患者の皆様の権利を尊重し、信頼される医療を提供します。
 - 患者の皆様に満足いただけるような医療を組織全体で提供します。
 - ・地域における医療の連携を深め、お互いに顔の見える関係を築きます。
 - ・地域における持続可能な医療に貢献する人材を育成します。
 - 医療資源を有効に活用し、健全で持続可能な病院運営に努めます。

患者の皆様の権利と義務について

【患者の皆様の権利】

自治医科大学附属病院に働くもの(私たち)は、患者の皆様が医療の中心であり、 患者の皆様と医療関係者との信頼関係の上に医療は成り立つものだと認識しており ます。患者の皆様に次のような権利があります。私たちはその権利を尊重します。

- ・個人として尊重された上で適切な医療を受ける権利

- ・安全に配慮した高度で良質な医療を平等に受ける権利 ・病状や治療内容について十分説明を受ける権利 ・十分な説明を受けた上で、治療方法等を自らの意思で選択決定する権利
- ・治療方法等について、他の医療機関(医師)に意見(セカンドオピニオン)を求 める権利
- ・申し出により診療録の開示を受ける権利
- や個人情報が保護・尊重される権利 ・診療に関するプライバシ-

【子どもの患者の権利】

- 子どもたちは、ひとりの人間として大切にされ、もっともよいと考えられる医療 を受けることができる。
- ・子どもたちは、どんな病気でも、他の人と同じように、安全でもっともよいと考 えられる医療を受けることができる。
- ・子どもたちは、病気や治療について、年齢や理解度に合わせて、十分な説明を受 けることができる。
- ・子どもたちや家族は、希望すれば他の病院(医師)の意見を聞くことができる。
- ・子どもたちやその保護者は、診療療の開示を求めることできる。 ・子どもたちや家族のブライバシーや個人情報が保護・尊重される。
- ・子どもたちは、年齢や症状にあった遊びに参加し、教育を受けることができる。

【患者の皆様へのお願い】

当院は、高度医療の提供・臨床研究・教育研修等を行う特定機能病院 です。適切な医療を実現するために、次の点にご理解・ご協力をお願 いいたします

- ・ご自身の心身の状況とその他の必要事項について、詳しく正確にお
- 伝えください。 指導者のもとで実習生が研修を行わせていただくことがあります。 実習等を望まない方はお申し出ください。それを理由に診療で不利
- 益を受けることはありません。 臨床研究のご協力をお願いすることがあります。臨床研究に参加しなくても、不利益を受けることはありません。また、患者の皆様のカルテ・検査結果などの診療情報を研究あるいは医学教育に利用さ せていただくことがあります。研究・教育への利用を望まない方は お申し出ください。それを理由に診療で不利益を受けることはあり ません。
- 法令と病院の規則を守り、病院スタッフの指示に従って行動してく ださい。万が一、暴言・暴力・迷惑行為が行われた場合には、診療 を控えさせていただくことや、警察に通報することがあります。
- 当院は適正かつ持続可能な医療提供確保のため職員の勤務環境改善 に取り組んでいますのでご協力をお願いします。
- ①患者、ご家族への病状説明等は原則、平日の日中時間内で実施し ます
- ②土日祝日・平日夜間の診療は、当直医や当番医が対応します。
- ③救急診療は重症度・緊急度が高い方を優先します。 ④症状が安定したあとは、地域の連携医療機関に紹介します。
- ▶ Information from the Hospital 「患者サービス検討委員会からのお知らせ」 · · · 2 ▶病気を知ろう!第38回「小児難聴と人工内耳」…… 8 ▶検査の豆知識「不妊治療で行われる先進医療について」 …… 9 **▶リレーエッセイ**「医療ソーシャルワーカーについて」…… *5* ▶ **トピックス**「ヘリポート建設で想うこと…」 ………… 10 ▶**診療科・部門のご案内**「放射線治療科」·············· 6 「画像診断科」…………*7*

Information from the Hospital

患者サービス検討委員会からのお知らせ

令和4年11月7日(月)~18日(金)に、入院アンケートを実施しましたので、集計結果 をご報告いたします。

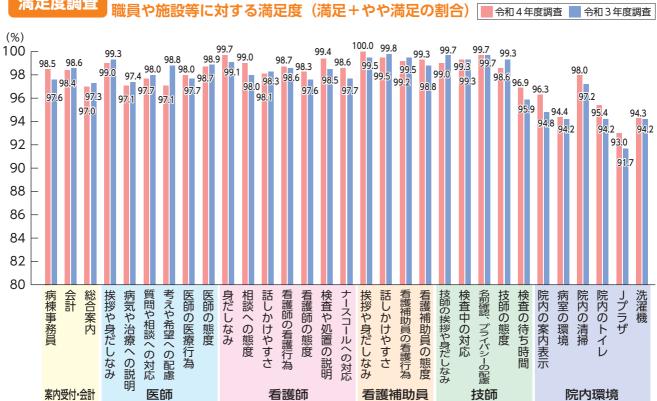
これらの結果やいただいたご意見を真摯に受け止め、今後も更なる患者サービスの向上に努めてまいります。

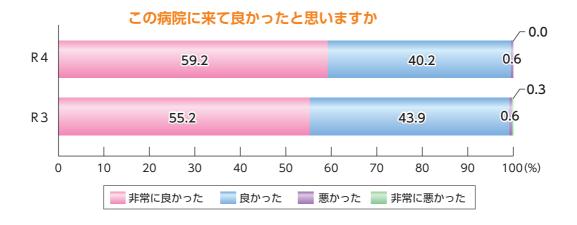
アンケートにご協力くださいました皆様に深く感謝申し上げます。

配布枚数 2200枚 (本院:2000枚・子ども医療センター:200枚) 回収枚数 718枚 (本院:654枚・子ども医療センター:64枚)

満足度調査

入院アンケート結果







自由意見欄(抜粋)

診療関係	●忙しそうにしているので声をかけづらいのと、毎日担当が変わってしまうので、話しかけづらい。●付添い者が医師とお会いできる事が少なく、質問への回答が遅かった。	
職員の接遇	● 1 度入院して退院して最初の外来の手順が全然解らなかった。 ●初診の人には分かりにくい、不親切な対応だったと感じた。	
食事について	●食事がパターン化しているので改善して欲しい。患者の希望するメニューを取り入れて欲しい。	
システム	●患者でも使用できるWi-Fiがほしいです。 ●インターネット環境が整っていると、もっと過ごしやすいかなと思います。	
設備への意見	●病棟にも一般用のトイレがあると良いと思った。●トイレの中に杖ホルダーがあると助かります。	
良い意見	 ●医療技術、設備、人材等本当にすばらしい病院と思います。更なる発展を願うばかりです。 ●患者だけでなく家族にも寄り添って対応してくださって、ありがとうございます。日中・夜間の様子も報告してくれるので、安心します。大変なお仕事だと思いますが、いつも笑顔で対応してくださり、ありがたいです。本当にお疲れさまです。ありがとうございます。 	

いただいた意見をもとに、更なる患者サービスの向上に努めていきたいと思います。 アンケートにご協力くださいました皆様に深く感謝申し上げます。 今後も、自治医科大学附属病院の運営にご理解・ご協力をお願い致します。

患者の皆傷からのど意見に対する回答:

患者の皆様からいただきました貴重なご意見、ご要望について、以下の通り回答します。

ご意見

正面玄関前の送迎車の一時停止場所が非常に危険です。 いつ踏み間違いで突っ込まれてもおかしくないです。 前列ベンチを撤去して強力なポールをゼブラゾーンと の境に埋め込むべきです。



貴重なご意見をいただきありがとうございます。 安全性を強化するため、 車椅子・ストレッチャー が通れる幅を確保しつつ、 正面玄関前にロータリー バリカーを設置いたしま した。



ご意見

第一駐車場に「シングルドライバー用駐車場」と記された掲示物がありますが、何のことなのか分かりづらいです。もっと分かりやすい表記にしてください。



貴重なご意見ありがとうございます。 「車椅子予備駐車場」という表記に 変更いたしました。





リレーエッセイ (連載) 第**17**回

医療ソーシャルワーカーについて

 医療ソーシャルワーカー 主査

 大枝 優美

私たち医療ソーシャルワーカー(以下、MSW)は、病院などで、社会福祉の立場から患者(児)さんやご家族の方々の抱える経済的・心理的・社会的問題の解決、調整を援助し、社会復帰の促進を図る業務を行っております。

患者(児)さんやご家族にとって、病気をきっかけに、これまでの生活との違いに戸惑ったり、「学校や仕事をこれまでのように続けていけるのだろうか?」などの様々な不安や心配事を抱えることがあると思います。私たちMSWは、皆さまのお話を伺わせていただきながら、少しでも不安や心配事を軽減し、自分らしく過ごしていけるよう、共に解決に向けた糸口をみつけていくお手伝いをさせていただいております。

相談内容によっては、院内の様々な専門スタッフや、院外の関係機関とも連携を行います。

例えば、入院した場合には、少しでも安心して退院後の生活ができることや必要な治療が継続できるよう、各種サービスや、転院先などの選択肢をご紹介したり、実際に利用できるよう支援をしております。

私たちの暮らす社会には、医療・介護・福祉に関する様々な仕組みや制度がございます。しかし、実際自分が利用できるのかどうか、どのように活用すればよいのか等わからないことも多いと思います。皆さまが仕組みや制度を知ったり、必要な時に利用できるよう、情報を集めたり、支援に繋がるお手伝いをするのが私たちMSWの役割です。院内の情報コーナーでは、治療や暮らしに活かせる各種情報、資料を用意しております。ぜひご活用いただけたらと思います。※患者サポートセンター内、相談窓口の隣にあります。

また、治療をしながら就学や就労を続けていけていくことの支援にも積極的に取り組んでおります。2017年度からは、就労支援の専門機関と連携した出張相談会も定期開催しております。加えて、がんサロン活動にもチームの一員として参加しております。患者(児)さんやご家族が、治療に取り組みながら、自分らしく暮らしていくために、これからも様々な形でお手伝いをさせていただけたらと思っております。



診療料・部門のご案内

放射線治療科





この度は当院での放射線治療の取り組みや、 現在建設中の放射線治療棟についてお話しさせ ていただきます。

近年の放射線治療技術の発展は目覚しく、特にこの10年で放射線治療機や計画装置の精度は高くなり、治療成績は改善してきています。放射線腫瘍学は、放射線治療技術の進歩と共に発展しておりますので、これらの最新技術を有効に活用する必要があります。当院では年間約1000人程度の放射線治療を行なっており、県内でも最も多くの患者さんの治療を行なっています。

最先端の照射法であるVMAT(回転型のIMRT照射法)は、前立腺癌や頭頸部腫瘍、脳腫瘍の患者さんに行っています。今後は進行期肺癌や食道癌などさらに多くの疾患について、VMATの適応を広げていきたいと考えています。また、ピンポイントに照射を行うことにより、1回線量を高く短期間で治療が終了となる定位放射線治療は、従来I期肺癌や肝臓癌に対して行っておりましたが、保険適応の拡大に伴いオリゴ(小数個)転移や、転移性骨腫瘍にも治療を行っています。今後さらに放射線治療の診療の幅を広げられるよう、盤石な体制を整えたいと考えております。

現在、自治医科大学付帯施設整備事業として 放射線治療棟を建設中です。Varian社の最新 鋭機であるETHOS やTrueBeamを導入する予 定であり、さらに高精度な治療が可能となりま す。特にETHOSについては、日々の病変の形 状変化に合わせて、照射の当て方を調整できる 「即時適応放射線治療」が可能な次世代型の治 療装置であり、国内で4台目、東日本では初の 導入となります。これらの最新技術を駆使する ことにより、病変にはより強力に、周囲の正常

な臓器にはより副作用が少ない放射線治療が提供可能です。放射線治療棟での新治療機の稼働により、当院では4台の放射線治療機での運用となりますので、多くの患者さんのニーズに、素早く対応できるようになります。また放射線治療棟では、患者の皆様に安心かつ穏やかに治療を受けていただけるよう、心地よい空間、ゆったりとした待合スペース、照射中の症状の相談が出来る説明室などを設ける予定でおります。

放射線治療のさらなる発展のためには、若い放射線治療医の育成が最重要課題です。医学部生や初期研修医、シニアレジデントの先生方にとって、魅力のある放射線治療の研修施設を目指したいと考えております。癌治療の三大柱の一つである放射線治療部も是非、研修・見学にいらしてください。

最後になりますが、放射線治療科では安全を 第一としながらも、高精度な放射線治療を患 者さんに提供できるよう努力いたします(写真 は治療部スタッフの全員写真です)。患者さん の皆様には安心して治療を受けていただけるよ う、スタッフ一同協力して診療を行っておりま すので、どうぞよろしくお願いいたします。



診療科・部門のご案内

画像診断科

画像診断科

小林 遼真、森 墾

画像診断科では、レントゲン、CT、MRI、PETなど、体の内部を見る様々な画像検査を使って、病気やケガを調べたり、治療したりするお手伝いをしています。放射線や、磁場の力を活用することで、患者さんの体に負担をかけずに、精細な画像を撮影することができます。画像検査は頭のてっぺんから足の爪先まで、体の隅々に及んでおり、現代の医学では欠かせない手法です。こうして得られた画像は、病気の早期発見や、手術前の計画に利用されています。

画像診断科医の大切な役割として、画像検査の結果を正確に読影(どくえい)することが挙げられます。読影では、撮影された画像を詳細に解析して診断し、体の異常や病気の兆候を見逃さないようにします。そして読影した結果を、内科や外科の医師と共有することで、診断・治療を行っていくサポートをしています。読影結果は、患者さんの治療に大きな影響を与えうるため、その責任を深く感じています。

また、画像診断科のもう一つの重要な役割が

IVR(インターベンショナル・ラジオロジー)です。IVRは、体への負担ができるだけ少ない方法で治療を行う放射線医学の分野です。例えば、カテーテルと呼ばれる細い管を血管に入れて体の奥深くの病気の部位まで到達させることで、がんを治療したり、外傷による出血を止めたりすることができます。IVRによって、大きな手術を回避したり、入院期間を短縮したりすることができます。2023年11月には、自治医科大学敷地内にヘリポートの建造が予定されており、重症外傷などの救急患者さんの受け入れを強化することを目標にしています。このため、体への負担が少ない治療としてのIVRのニーズがますます高まっています。

こうした「患者さんに優しい」医療を提供することが画像診断科医の得意分野です。私たちは患者さんと直接会う機会は少ないのですが、他の医師とのコミュニケーションを通して、病気を正確に診断して、患者さんがより良い治療を受けられるように日々の仕事に当たっています。



Do you know the illness? (連載) 第38回

『小児難聴と人工内耳

小児耳鼻咽喉科 伊藤 真人



もし、生まれたばかりの赤ちゃんが「耳が聞こえにくいかも知れない」と告げられたら、、、。「言葉が話せるようになるのだろうか?」「学校へ行けるのかしら?」と皆さん心配になると思います。実はこの頃では、多くの赤ちゃんが生まれてすぐに新生児聴覚スクリーニング検査を受けるので、早期に"難聴の疑い"が発見されるようになっています。

ではどうして難聴を早期に発見するようになったのでしょうか。それは小児難聴児の多くが、早期の適切な治療を受ければ健聴者と同じような言葉によるコミュニケーションができるようになるからです。以前は3歳児健診や小学校入学頃になってから、聞こえが心配で病院を受診して難聴が発見されることがしばしばありました。時には「この子は全然言うことを聞かない」「落ち着きがない」として病院を受診して、初めて高度の難聴と診断されることさえありました。実は、生まれつき聴こえに障碍を持つ赤ちゃんは、新生児1000人の中で1-2人と考えられています。脳の発達には適正時期が



あるため、成長してから補聴器などで聴力を取り戻しても言葉の獲得には限界があります。また聴覚障碍が持続するとその他の発達面にも影響が出てきますから、できるだけ早く診断して聴力改善治療を始めることが大切なのです。

ある程度以上の聴覚障碍がある場合は、生後 半年以内に補聴器の装用を開始しますが、補 聴器でも十分聞こえない重度の難聴では人工内 耳が極めて有効です。新生児聴覚スクリーニン グ検査が広まったのは、重度の難聴でも人工内 耳によって聴覚を取り戻すことができるように なったからであるとも言えます。我が国では人 工内耳治療が始まってからすでに約35年以上 が経過して、すでに11,000人を越える難聴の 患者さんが人工内耳で聴力を取り戻していま す。成人ばかりではなく、人工内耳は多くの難 聴のお子さんにも大きな福音をもたらしてきま した。35年前には人工内耳手術をする耳鼻咽 喉科医自身が「本当に聞こえるようになるのだ ろうか?」と疑問を抱いていましたが、昨今で は「人工内耳でどこまで聴こえは良くなってい くのだろうか?」と思いながら手術をしていま す。人工内耳によって、それまでは見て触れる ことでしか知ることのできなかった周りの人々 の愛情を、声を聴いて知ることができるように なります。

「人工内耳で何が聴こえるのか?」その答えは「周りの愛情が聴こえるようになる」という ことではないでしょうか。

検査の豆知識

不妊治療で行われる先進医療について

生殖医学センター

藤本 揚子、杉山 瑞穂、大橋 麻衣、左 勝則

令和4年4月から、人工授精等の「一般不妊治療」と、体外受精・顕微授精等の「生殖補助医療」が保険適用となりました。「生殖補助医療」については、採卵から胚移植に至るまでの一連の基本的な診療はすべて保険適用になりました。更に、保険適用となる診療と組み合わせて、下記に示す先進医療が併用できるようになりました。本項では、不妊治療で行われる先進医療について説明します。

先進医療とは、未だ保険診療として認められていない先進的な医療技術のうち、一定基準の安全性・有効性を満たした保険外の治療を指します。保険診療と保険外診療との併用を認め、将来的な保険導入に向けた評価を行うための制度です。不妊治療が保険適用となった昨年4月に多くの付加的な治療が先進医療として組み入れられました(図1)。

当院で現在行っている先進医療は、1)タイムラプス培養器を用いた胚培養、2)子宮内膜スクラッチが挙げられます。タイムラプスはカメラのついた培養器で、培養中の胚を一定間隔で自動的に撮影することにより、胚を培養器から取り出して観察することなく胚の評価ができるものです。胚へのストレスが少ない培養環境を作ってあげることでより良好な胚が得られる可能性のある治療です。子宮内膜スクラッチは、胚移植をする前の周期に子宮内膜をスクラッチ(=引っ掻く)ことによって子宮内膜に小さな傷をつける方法です。子宮内膜に傷がつくと、傷を治す過程でたくさんのサイトカインという物質が分泌されます。これらのサイトカインに子宮環境の改善と胚の着床促進作用があると考えられています。当センターでは、これまで受けられた体外受精の成績が思わしくなかった場合に、こうした先進医療の併用をおすすめしています。

また現在、子宮内の着床環境が適したものか調べる検査として、3)子宮内膜受容能検査 (ERA)4)子宮内細菌叢検査(EMMA/ALICE)、5)着床前胚異数性検査の導入に向け準備をす すめています。

こうした先進医療を保険診療に組み入れるためには、治療の有効性の評価が必要不可欠です。当院では、先進医療を使用された患者様の臨床成績をまとめ、有効性や安全性の検証を行いながら、将来的な保険診療への導入を目指した研究も積極的に行っていく予定です。

先進医療技術名	技術の概要	先進医療A/Bの 割り振り
PICSI	ヒアルロン酸を含有する培地を用いて、成熟精子の選択を行う技術。	
タイムラプス	培養器に内蔵されたカメラによって、胚培養中の胚を一定間隔で自動撮影	
7 1 2 3 7 7	し、培養器から取り出すことなく、正確な胚の評価が可能となる技術。	
子宮内細菌叢検査(EMMA/ALICE)	子宮内の細菌叢が、正常であるのか、異常であるのか、またその菌の種類	
	の組成を判断する検査。	
SEET法	胚培養液を胚移植数日前に子宮に注入し、受精卵の着床に適した環境を作	
	り出す技術。	
子宮内膜受容能検査(ERA)	子宮内膜を採取し、次世代シークエンサーを用いて遺伝子の発現を解析	
	し、内膜組織が着床に適した状態であるのかを評価する検査。	
子宮内膜スクラッチ	胚移植を行う予定の前周期に子宮内膜のスクラッチ(局所内膜損傷を与え	先進医療A
	る)を行い、翌周期に胚移植を行う技術。	
IMSI	強拡大の顕微鏡を用いて、成熟精子の選択を行う技術。	
子宮内フローラ検査	子宮内の細菌叢が、正常であるのか、異常であるのか、またその菌の種類	
J Brijo D VAE	の組成を判断する検査。	
子宮内膜受容期検査(ERPeak)	子宮内膜を採取し、RT-qPCRを用いて遺伝子の発現を解析し、内膜組織が	
J 古 的 及 日 初 校 直 (L N e a k)	着床に適した状態であるのかを評価する検査。	
二段階胚移植法	先行して初期胚を移植し、後日、継続培養を行った別の胚盤胞を移植する	
	技術。	
マイクロ流体技術を用いた精子選別	特殊な膜構造を用いて、成熟精子の選択を行う技術。	
反復着床不全に対する投薬	反復着床不全に対して、免疫抑制剤(タクロリムス)の投与を行う技術。	- 先進医療B
(タクロリムス)		
着床前胚異数性検査(PGT-A)	胚から一部の細胞を採取して染色体の量の解析を行い、染色体数が正常な	兀连 达 原D
酒杯削贮共数性快査(PGT-A)	胚を選択する技術。	

図1. 生殖医療で利用可能な先進医療の概要



ヘリポート建設で想うこと…

"If you built it, he will come."

救命救急センター 間藤 卓

『フィールド・オブ・ドリームス』(Field of Dreams)皆様もよくご存知の1989年に公開されたケビンコスナー主演の映画です。平凡な農夫である主人公が、トウモロコシ畑で不思議な声 "If you built it, he will come." 「それを作れば、彼がやって来る」を聞くことからはじまる不思議で感動的な映画です。

自治医科大学附属病院新南病棟(2018竣工)は、私が赴任した時点で設計の最終段階に入っており、屋上にヘリポートを追加で盛り込むことは不可能でした。その時点で栃木県の5つの救命救急センター、主要な災害拠点病院の中でヘリポートのない施設は自治医大附属病院だけでした。そして一刻を争う重症患者を、芝生から時間も手間も掛かる自治医大に降るすわけにはいかないと言われました。

言われるまでもなく、自治医大を素通りして上空を行き交うドクヘリが搬送する患者の円滑な着陸ばかりでなく、県内外の地域災害対応、遠からずおこると言われる東南海地震/首都直下地震など広域災害、日々の様々な科の重症疾患の広域連携、特に他の2,3次医療施設では対



応困難な重症多発外傷の治療などなど、現在そしてこれからの自治医科大学と附属病院の果たすべき役割を考えれば、ヘリポートの存在は不可欠です。

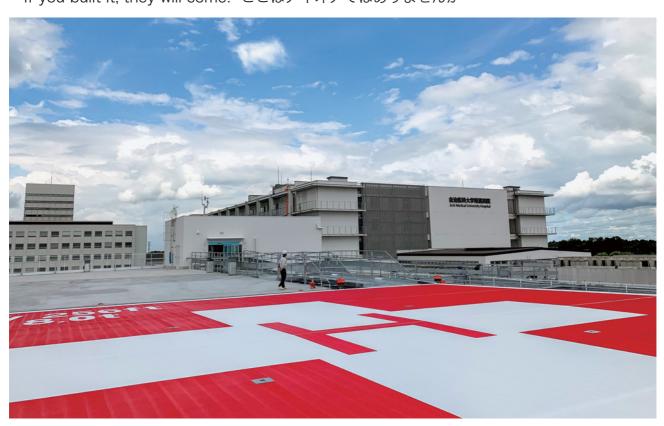
"Go the distance." (やり通せ)

途中何度か頓挫しかけたこともありましたが、へたれの私には珍しくヘリポート整備の重要性と必要性を各科にも繰り返し説明し科長の皆様の賛同を得、大石理事長や佐田前病院長はじめ関係者の皆様にも親身に検討していただきました。その後いろいる紆余曲折もありましたが、救命救急センター初療室、オペ室、ICUとも直入できるほぼ理想的な場所に5年の月日を経てようやく実現した次第です。改めて病院事務をはじめ整備に尽力していただいた皆様にこの場を借りて感謝いたします。

"Ease his pain."(彼の痛みを取りのぞけ)

ヘリポートの完成は、県内外の重症患者の助けになるばかりではありません。救命外傷センター (2022設立) との相乗効果で重症外傷患者のさらなる救命率や社会復帰率の向上が期待できます。さらに結果としての収益改善はもちろんのこと、波及効果として卒後各県でドクヘリを使いこなすべき学生への実地教育、災害医学と組み合わせてそれを高校生にアピールすることによる志願者の増加、ジュニアレジデント募集時の施設アピール、救急医療を志す若手医師の全国からの参集、ひいては附属病院のアクティビティのアップと自治医科大学のステイタスの向上につながると考えています。

If you built it, they will come! ここはアイオアではありませんが…



豚しゃぶサラダ

仕事や家事などで忙しい日々が続くと、手軽に食べられるおにぎりやカップラーメン、菓子パンなど炭水化物に偏った食事になっていませんか。炭水化物ばかりの食事では、たんぱく質やビタミン、ミネラルが不足してしまいます。特にビタミンB1は、炭水化物からエネルギーを生成するのに必要な栄養素で、疲労回復にも効果があるとされています。ビタミンB1は水に溶けやすく、体内に蓄積されにくいため日々の食事から摂取することが大切です。

そこで今回は、ビタミンB1を多く含む豚肉を使った手軽に調理できるレシピをご紹介します。





1人前 エネルギー:338kcal

たんぱく質: 22.4g 食塩: 1.8g ビタミンB1: 0.83mg

材料(2人前)

- 豚ロース肉 200g (しゃぶしゃぶ用)
- 料理酒 50ml
- 玉ねぎ1/2個 100g
- ・プリーツレタス 50g
- 青じそ 5枚
- プチトマト 4個
- すりごま 10gポン酢 大さじ4杯
- ・おろし生姜 小さじ1杯

舉作切方象

〈下準備〉プチトマトはヘタを取り、半分に切る。プリーツレタスは、ざく切りにする。 玉ねぎは薄切りにする。青じそは千切りにする。

- (1) 鍋にお湯を沸かし料理酒を入れ、豚ロース肉を火が通るまで茹でる。
- (2) (1)を冷水にとって冷やし、キッチンペーパーで水気を取る。
- (3) ボールにすりごま、ポン酢、おろししょうがを入れ混ぜ合わせる。
- (4) 器にプリーツレタス、玉ねぎ、豚肉、青じそ、プチトマトの順に盛り付け、(3)をかける。 ※調味料に梅干しを加えたり、お好きな野菜に変えることで、アレンジも楽しめます。



ビタミンB1が不足すると・・・



ブドウ糖から十分にエネルギーが産生できなくなり、食欲不振や疲労、だるさなどの症状が現れるといわれています。さらに、重症な場合は脚気(足の浮腫、しびれ、動悸・息切れ)やウェルニッケ・コルサコフ症候群(中枢神経が侵される障害)になる場合もあります。ビタミンB1の1日の推奨量は、女性では18~74歳で1.1mg、75歳以上で0.9mg、男性では18~49歳で1.4mg、50~74歳で1.3mg、75歳以上で1.2mgです。ビタミンB1を多く含む食品には豚肉の他に、うなぎやごまがあります。

☆ビタミンB1は、ニンニクや玉ねぎなどに含まれているアリシンと結合し、アリチアミンになると吸収率が高くなります。アリシンは熱に弱いため、今回紹介したレシピのように生で食べるのがおすすめです。

参考文献: 「健康長寿ネット」公益財団法人 長寿科学振興財団 https://www.tyojyu.or.jp/net/kenkou-tyoju/eiyouso/vitamin-b1.html (2023/7/10閲覧) 「日本人の食事摂取基準 (2020年版) 総論 ビタミン (水溶性ビタミン) 」厚生労働省https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000586563.pdf

※治療のため食事制限をされている方は、医師、管理栄養士に相談しましょう。 担当:臨床栄養部 岡野 紗英



自治医科大学附属病院の各部署のご案内

ロータリーバリカーの設置について

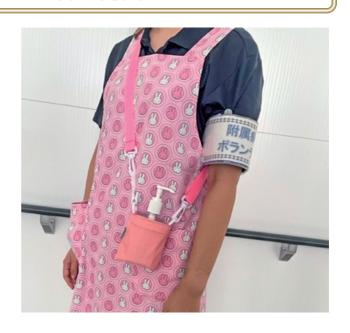
安全性を強化するため、車椅子やストレッチャーが通れる幅を確保しつつ、正面玄関前にロータリーバリカーを設置いたしました。



附属病院ボランティアの活動再開について

附属病院のボランティアについては、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、令和2年度より活動を休止しておりましたが、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが5類感染症になったことから、令和5年7月より活動を再開いたしました。

主な活動として、外来案内や車椅子を使用する患者さんの介助などを行っています。「附属病院ボランティア」の腕章が目印です。何かありましたらお声かけください。



自治医科大学とちぎ子ども医療センター支援基金について

当院では自治医科大学とちぎ子ども医療センターの機能の充実・療養環境の維持向上等を図ることを目的とした寄付を受け入れております。

令和4年度にご寄付をいただきました方々のお名前を掲載させていただくとともに、寄付金の 使途についてご報告させていただきます。





《吹き抜け広場 装飾》

令和4年度寄付受入状況

《寄付金》

- ●受入金額 860,407円
- ●寄付者のご芳名 (順不同)
 - 福田 美法様
 - なでしこの会様
 - 横浜幸銀信用組合様

その他、とちぎ子ども医療センターに設置して おります募金箱にも多くの方々からご協力をいた だきました。

《現物客付》

- NPO法人ラフターヨガジャパン様(紙芝居)
- 杉山 美代子様 (絵本)
- 若松 菊次様 (装飾品)
- 第一生命保険株式会社様(じゆう帳、カレン しまして感謝申し上げます。 ダー等グッズ) なお、ご客付については
- みんなのレモネードの会 原口 真帆様 (タオル、きんちゃく、コーヒー、紅茶、 絵本、カレンダー、きもちスケール)
- 松田 恵美衣様(ハンドタオル)
- 日本出版株式会社様 (絵本)

- BonBon様(クリスマス装飾、DVD、液晶 テレビ、DVDプレーヤー、テレビスタンド、 ポータブルDVDプレーヤー)
- 富国生命保険相互会社様(おやさいクレヨン)
- 小川 広之様 (絵本)

その他、多くの方々から多数のお品をご寄付い ただきました。

令和4年度の主な使途内容

- 絵本、DVD、CD、おもちゃ
- DVDプレーヤー、プロジェクター
- ●吹き抜け広場装飾 等

ご寄付いただきました方々に、この場をお借り しまして感謝申し上げます。

なお、ご寄付については随時申し込みを受け付けております。

お問い合わせは下記までご連絡ください。

《連絡先》自治医科大学附属病院 総務課 TEL 0285-58-7104 寄付担当

自治医科大学健診センターのご案内

受診者満足を最優先し、健診・保健指導の質的向上をとおして人類全体の健康増進に貢献します。

自治医科大学附属病院と連携した高精度の健診サービスを提供します。

特定保健指導に該当された方に専門スタッフがメタボ 解消に向けた保健指導も行っています。是非ご利用くだ さい。

人間ドックの検査内容、ご予約方法等の詳細は当センターホームページをご覧ください。

下野市ふるさと寄付制度に登録しています。人間ドックのお支払いに使用できるチケットを返礼品としています。詳細は各ふるさと納税サイトでご確認ください。





〒329-0434 栃木県下野市祇園2-35 TEL 0285-44-2100



七タコンサートの開催について

患者サービス検討委員会

7月8日(土)に本館1階生理機能検査室にて、令和元年度開催から3年ぶりとなる七タコンサートが開催されました。今回は、杏仁娘(二胡とピアノの演奏)の皆様による演奏でした。多くの患者さんや面会者の方々にお越しいただきました。

『花~すべての人のこころに花を~』 『風の住む街』『花は咲く』等6曲を演奏 していただき、心地よいひと時を感じさせ るものでした。患者さんからは「とても安 らぎを感じ、すばらしい演奏でした。あり がとうございました。」「とても感動しまし た。病気に負けないように力をもらいまし た。」等、大変ご好評の声をいただいてお ります。

今後も患者サービスの一環として、皆さんに喜んでいただけるようなコンサートを開催していきたいと思います。





面会について

10月1日現在

入院患者さんに対する面会には、各病棟で発行する「面会許可証」が必要です。発行条件等 は、**自治医科大学附属病院のホームページでご確認ください**。

※診療科の特徴、個々の患者の状態や背景があるため、病棟・患者により対応が異なります。 詳細は病棟スタッフにお尋ねください。

最新の情報は自治医科大学附属病院のホームページでご確認ください。



《紹介初診予約センター》について

※下記診療科宛の紹介状(診療情報提供書)をお持ちの方は、お電話による事前予約が可能になりました。

予約は患者さんご自身またはご家族からお電話にてお申し込みください。 お手元に当院あての紹介状をご準備の上、お電話をお願いします。

予約可能診療科

- ●消化器・肝臓内科
- ■腎臓内科
- ●皮膚科

- ●耳鼻咽喉科
- ●小児耳鼻咽喉科
- ●整形外科(小児整形外科を除く)
- ●呼吸器内科

- ●総合診療内科
- ●乳腺科
- ●歯科口腔外科・矯正歯科
- ●小児歯科口腔外科

専用電話番号

☎ 0285-58-7601

電話受付時間 平日

9時00分~16時30分

ご意見で感想

「自治医科大学附属病院だより」へのご意見・ご感想をお寄せください。 また、取り上げてほしい記事がありましたら下記までお電話またはメールにてご連絡ください。

ご連絡先▶自治医科大学附属病院 総務課

TEL 0285-58-7104 メールアドレス soumu@jichi.ac.jp

病院敷地内全面禁煙のお知らせ



健康増進法では、学校や病院など多数の者が利用する施設において、受動喫煙(他の人の煙草の煙を吸うこと)の防止を定めております。当院では、法の趣旨に基づき、病院敷地内を、電子タバコを含めた全面禁煙としております。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

第 37 号

____ 自治医科大学 耐属病院だより



₹329-0498

栃木県下野市薬師寺3311番地1

TEL 0285-44-2111 FAX 0285-40-6016

URL http://www.jichi.ac.jp 発 行 日/令和5年10月1日

発 行 日/ 守和5年10月1日 編集・発行/自治医科大学附属病院 病 院 広 報 戦 略 会 議

印 刷/(株)松井ピ・テ・オ・印刷