長崎医療センター
NAGASAKI MEDICAL CENTER NEWS

専齋 SENSAI

2024 DECEMBER VOL.430

発行所
独立行政法人国立病院機構
長崎医療センター
〒856-8562
長崎県大村市久原2丁目1001-1
TEL 0957-52-3121
FAX 0957-54-0292



地域医療の要である地域医療連携室の皆さんです。チームの連携もピカイチです。

TOPICS
- 第一回 長崎医療センター病病・病診連携の会を終えて
- 若手研究者奨励賞 最優秀賞を受賞しました!
- 2024年度 学術奨励賞・功労賞 受賞者

人生100年時代の予防医療
第14回 サルコペニアとは？
～予防と改善のためにできること～

院長'sVOICE Vol.6

リハビリテーション科だより Vol.6

ガーデニングだより Vol.19

院内さるく Vol.21
地域医療連携室会議

今月の一皿

外来診療担当医一覧

長與 專齋（1838年～1902年）

大村藩御殿医の家系に生まれる。緒方洪庵の適塾に学び、福澤諭吉の後を襲い塾頭となる。初代衛生局長として我が国の近代医療制度の確立に尽力した。衛生という言葉をはじめて採用したのも專齋である。專齋の生家は「宜雨宜晴亭」と呼ばれ、長崎医療センター敷地内に移築されている。

第一回 長崎医療センター病病・病診連携の会を終えて

医療相談支援センター係長　田中 圭

当院で初となる“第１回長崎医療センター病病・病診連携の会”を開催し、多くの医療機関の皆様にご参加いただきました。ご多忙のところ誠にありがとうございました。今回は初めてということもあり大村市・諫早市の医療機関の皆様を対象として企画いたしました。

現行の地域医療構想は2025年度を目標として策定され、一般病棟は11.8万床から4.3万床に減少、療養病床は12.5万床から3万床に減少と地域において病院の機能分化は進んでいます。そのような中、厚生労働省は新たな地域医療構想の検討をはじめ、2040年に向けて『入院医療だけではなく、外来・在宅医療、介護との連携等を含む、医療提供体制全体の課題解決を図るための地域医療構想へ』舵をきろうとしています。85歳以上の高齢者の増加に伴い、各々の地域で病床機能だけではなく医療と福祉、介護の連携のあり方が求められてきます。当院も長崎県、または県央地域、大村市の地域医療構想、地域包括ケアシステムを推進するために地域の皆様と共に邁進していきたいと思っています。今回、地域のさまざまな立場の方々から多くのご意見をうかがいました。日本の人口減少、生産労働人口の減少、単独世代・貧困世帯の増加、各医療機関の経営・運用の形など、今までの〝地域医療連携〟の概念では地域における医療提供体制が持続できない時代がおとずれるのではないかと感じています。今後は働き方改革や、医療DXの推進、地域の医療・介護の連携強化をとおしてより効率的に生産性を向上させ、持続可能な医療提供体制を地域の皆様と共に模索していきたいと考えております。今後ともご指導、ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。



院長　髙山 隼人



副院長　吉田 真一郎



外科医長　米田 晃

医療相談支援センター係長　田中 圭

TOPICS

若手研究者奨励賞 最優秀賞を受賞しました!

教育センター・脳神経外科　副看護師長／診療看護師（JNP）　本田 和也



脳内出血は、日本やアジアにおいて発症率が高く、その最大のリスクファクターは高血圧です。私は脳神経外科で診療看護師（JNP）として多くの患者さんを担当させていただく中で、後遺症や経済的負担によって患者さんやご家族の生活の質が低下する現実を目の当たりにし、この疾患の予防に向けた対策が必要だと強く感じていました。

この思いを胸に、2022年に九州大学大学院医学系学府医療経営管理学専攻に進学し、公衆衛生学や医療政策、医療経済学などの分野を学びながら、データベース疫学研究の手法を習得しました。さらに、2024年からは同大学の保健学専攻博士課程に進学し、臨床実践を続けながら、高血圧をテーマにした脳神経疾患の予防研究を進めています。

2024年10月13日に開催された「第46回日本高血圧学会総会」では、110万人を超える住民データを用いたデータベース疫学研究の成果を発表しました。本研究のテーマは「高血圧患者の受療状況と脳内出血発症との関連性に関する検討：LIFE Study」で、血圧管理が不十分な患者の脳内出血リスクを減らすことを目指しています。このたび、その研究成果が実り、若手研究者奨励賞 最優秀賞を受賞することができました。最終選考時に拝聴した他の研究者の発表も非常に刺激的で、質疑応答を通じて多くの学びを得ることができました。

これからもこの賞に恥じぬよう、探求心を持ち続け、「その人がその人らしく」という看護部の理念を大切にしながら、社会貢献を意識して研究を続けてまいります。

最後に、福岡までの通学にご理解をいただいた当院スタッフの皆様、九州大学大学院の指導教授やラボの皆様、そして研究資金の助成をいただいた皆様に、心より感謝申し上げます。



2024年度 学術奨励賞・功労賞受賞者

2024年度の当院での学術奨励賞は5名となりました。また、功労賞受賞チームは下記2チームとなりました。おめでとうございます！

学術奨励賞　表彰

最優秀学術奨励賞

受賞者	タイトル
吉永　龍史	Yoshinaga R, Yamada N, Hanada M, Ishimatsu Y, Kozu R. Pre-Admission Predictors of Walking Independence in Critically Ill Patients. Respiratory Care. 2024 Sep 26;69(10):1314-1322.【IF:2.4】
市原　幸大	Ichihara K, Kitagawa M, Uemura T, Tachibana R, Kumashiro R, Hara K. Leveraging Virtual Reality for Advanced Scrub Nurse Education: A Non-Randomized Comparative Study of Training Effectiveness. Clinical Simulation in Nursing. Accepted:2024.11.03.【IF:3.4】

優秀学術奨励賞

受賞者	タイトル
原　健太朗	Hara K, Tachibana R, Kaneko S, Yamaguchi M, Fujioka M, Kuroki T, Honda S, Sawai T. Development of an estimation formula for preparation time of anesthesia induction and surgery accounting for clinical department factors in optimal surgery schedule management. Scientific Reports. 2024 Oct 24;14(1):25185.【IF:3.8】
中里　有加	出産後の母乳育児状況と授乳トラブルへのセルフケア 1施設における産後6ヵ月間の縦断調査から. 母性衛生 65(1):98-104, 2024.04.
米田　晃	Yoneda A, Ogata R, Ryu S, Yoshino K, Fukui S, Kugiyama T, Kitasato A, Sugiyama N, Takeshita H, Minami S, Kuroki T. Prognostic value of systemic inflammation score in patients with esophageal cancer. Annals of Medicine and Surgery. 2024 May 15;86(7):3852-3855.【IF:1.7】

功労賞　表彰　【団体部門】

グループ名	代表受賞者
手術室看護師・臨床工学室ロボット手術導入チーム	榊原　チハル（手術室看護師長）　田代　博崇（臨床工学技師長）
退院支援コアナースチーム	宮原　香織（副看護師長）



人生100年時代の

予防医療

～あなたらしく生き抜くために～

第14回　サルコペニアとは？
～予防と改善のためにできること～

総合診療科・総合内科　和泉 泰衛

サルコペニアをご存じですか？

サルコペニアは、加齢に伴い筋肉量や筋力が低下し、日常生活に支障をきたす疾患です。進行すると外出が減り、閉じこもりや認知症の進行、生活への影響が懸念されます。しかし、適切な対策で予防可能です。またサルコペニアセルフスクリーニングは日本老年医学会の表を用いるとわかります。（図：SARC-F参照）

予防のポイントは運動、栄養、生活習慣の改善です。

1．運動

筋力トレーニングは筋肉量と筋力を増やします。高齢者には週2～3回のトレーニングが推奨されます。また、ウォーキングやサイクリングなどの有酸素運動も筋機能の維持や心肺機能向上に効果的です。

2．栄養

筋肉の合成には十分なタンパク質が必要です。高齢者では体重1kgあたり1・0～1・2gのタンパク質摂取が推奨されます。魚、卵、大豆製品などからバランス良く摂取しましょう。さらに、ビタミンDも重要です。魚類、きのこ類、卵黄などに含まれるビタミンDは筋力維持に役立ちます。

3．生活習慣

喫煙や過度の飲酒は筋肉量の減少を促します。禁煙し、飲酒は適度に抑えましょう。

これらを組み合わせることで、サルコペニアを予防し、健康的な老後を支えられます。ただし、持病がある方は必ず医師に相談してください。

質問	点数		
	0点	1点	2点
約5kgの物を持ち上げたり運んだりすることはできますか？	全く難しくない	少し困難	困難
部屋の中を歩くのは？	全く難しくない	少し困難	困難
ベッドや椅子から立ち上がるのは？	全く難しくない	少し困難	困難
10段くらいの階段昇降は？	全く難しくない	少し困難	困難
過去1年間に何回転びましたか？	全くない	1-3回	4回以上
4点以上でサルコペニアのリスクが高い			

（日本老年医学会雑誌　2019；56：227-　より引用・作成）

図：サルコペニアのスクリーニングツール（SARC-F）

院長ら VOICE Vol.6

個の力とチームの力



長崎医療センターには個々に素晴らしい能力を持った人がたくさんいます。若い職員は、その方々をロールモデルとして、少しずつ成長していきましょう。ただ、今の医療は医師個人の知識・技術だけでは成り立ちません。看護のケアも、個人で24時間365日続けられる訳ではありません。病院のすべての職種がそろってこそ、患者に医療やケアを届けることが出来ます。『個の力』と『チームの力』とを両輪として、医療の質を高めていきましょう。

他の職種との連携や自身の個の力について振り返り、2025年「巳」年の目標を定めてはいかがでしょうか。

リハビリテーション科 だより

Vol.6

糖尿病教室　リハビリサポートチーム

リハビリテーション科　指山 博伸、吉永 龍史、松下 佳矢、野副 章乃

当院では、医師をはじめとする多くの職種と連携し、NST・緩和ケア・RST・ICT等の「チーム医療」に取り組んでおります。今回は「糖尿病教室　リハビリサポートチーム」としてチーム医療に参画するリハビリテーション科（以下、リハビリ科）の活動について紹介します。

厚生労働省が3年ごとに行っている「患者調査」の令和2年（2022）の調査によると、糖尿病で現在治療を受けている患者総数は579万1000人（男性：338万5000人、女性：240万6000人）であり、近年の高齢化に伴い糖尿病の有病率は増加傾向にあります。そのため、患者さん自身が積極的に治療に取り組み、自己管理ができるようになることが重要です。

当院では、代謝内科を中心に糖尿病入院患者を対象とした「糖尿病教室」を開催し、糖尿病の治療や知識を学ぶ機会を提供しています。この教室では、医師をはじめとし看護師、薬剤師、栄養士、療法士などの専門職がチームを組み、それぞれの専門知識や技術を活かして、薬物療法・食事療法・運動療法を中心に2週間にわたり患者教育を行っています。（写真①）



糖尿病教室スケジュール（2024年6月12日から）

糖尿病と上手に付き合っていくために、一緒に勉強しましょう！！
1回30分程度の勉強会です！！

場所：5階カンファレンス室

月	火	水	木	金
予備日（祝日等で開催できなかった際に実施します）	山崎医師 ※11：00～ 合併症	片岡医師 ※11：00～ 糖尿病とは	看護師 14：00～ 日常生活の注意点	薬剤師 14：00～ 薬物療法
月	**火**	**水**	**木**	**金**
歯科衛生士 14：00～ 歯周病 口腔ケア	栄養士 14：00～ 食事療法	臨床検査技師 14：00～ 検査について	リハビリ 14：00～ 運動療法の実際	看護師 14：00～ フットケア

写真①



リハ科糖尿病サポートメンバー

リハビリ科では、チームの一員として専門的知識を活かし、「運動療法の実際」について、運動療法の効果や注意点、具体的な方法などをお話ししています。（写真②）また、糖尿病ガイドラインの改定に伴い、今年度リハビリ科ではパンフレットの改正・修正を行い、最新の知見を取り入れたわかりやすい資料を作成しています。（写真③）

今後も患者さんのお役に立てるよう自己研鑽に励み、チーム医療にも積極的に参画していきたいと考えています。



写真②



「糖尿病教室」
運動療法の実際

長崎医療センター　リハビリテーション科
（2024 年 12 月 04 日　第 1 版作成）

○糖尿病で運動をするメリット

運動をすると、体の中でインスリンが効きやすくなり、血糖値が下がります。運動は、薬と同じくらい大切な「治療法」のひとつです。

○運動療法の位置づけ

治療は基本的に「食事療法」「運動療法」「薬物療法」の3つを組み合わせて行われます。これにより、高血糖による合併症の悪化を予防することが目標です。

○糖尿病の治療目標

合併症を予防するためには、血糖コントロールを良好に保つことが大切です。この予防には、合併症の起こりやすさから「HbA1c：7.0%以下」が目標になっています。

写真③

ガーデニング便り Vol.19

今回紹介するのは、ユーカリです。そうです、コアラの食べる葉っぱですね。多くの種類があり、葉の形状もスペード形、ハート形など様々です。地植えにもできて、大きくなります。我が家のシンボルツリーはすでに5メートル以上に育っています。コアラが食べる種類ではありませんので、残念ながらお庭での飼育はできません。シルバーグリーンの大きな葉がカサカサと風にそよぐ様子は、その香りとともに心身をリラックスさせてくれます。

副院長　黒木 保



院内さるく

Vol.21 地域医療連携室会議

地域医療連携室会議は、地域医療連携室はもちろん、診療部門、放射線部門、外来部門、入院支援部門、経営企画室の医師、看護師、事務職員が構成員となっています。主に前方連携として初診予約状況や、紹介先診療科別の紹介件数、逆紹介の状況を確認し適切に地域と連携できているのかを検討し、後方連携としては転院先医療機関の状況等を確認しながら後方支援病院との連携のあり方を議論しています。今後もより地域の皆様とシームレスな連携ができるような体制づくりを目指し活動していきます。

医療相談支援センター係長 田中 圭

今月の一皿

#2024
ぶりの照り焼き

出世魚として年末年始によく出回るぶりには「EPA・DPA」という脂質（不飽和脂肪酸）が多く含まれ動脈硬化の予防に適しています。動脈硬化性疾患が多くなる冬場（前おき）しっかり摂っておきたい栄養素ですね。

栄養管理室
荒木 翔太

ぶりの照り焼き



外来診療担当医一覧表

受付時間　8時30分～11時30分（ただし急患はその限りではありません。）

（★は新患対応）令和7年1月1日現在

	月	火	水	木	金
総合診療科	当番制	当番制	当番制	当番制	当番制
肝臓内科	★長岡　進矢 ★末廣　智之 ★児嶋　知仁 山崎　一美	★佐伯　哲 ★末廣　智之 ★釘山　有希	★小森　敦正 ★山崎　一美 八橋　弘	★長岡　進矢 ★本吉　康英 ★小森　敦正	★本吉　康英 ★釘山　有希
消化管内科	★西山　仁	★後藤　高介 ★峯　彩子	午前　★西山　仁 午後　★中島　悠史郎 （炎症性腸疾患 専門外来）		★中島　悠史郎 （炎症性腸疾患　専門外来） ★今村　祥子
内分泌・代謝内科	★安井　順一 ★片岡　こころ 山崎　悠介	★山崎　悠介 安井　順一 片岡　こころ	★安井　順一 山崎　悠介	★山崎　悠介 安井　順一	
腎臓内科	★岡　哲 中村　麻衣子		★伊達　雅浩 岡　哲	中村　麻衣子	★中村　麻衣子 伊達　雅浩
循環器内科　午前	★於久　幸治	★福田　侑甫	★森　彩	★松尾　崇史 ★石松　卓（不整脈）	★深江　貴芸
循環器内科　午後	★小出　俊朗	★石松　卓（不整脈） ★福田　侑甫	於久　幸治	石松　卓（不整脈）	
呼吸器内科	★原　敦子 池田　喬哉	★末原　照大	近藤　晃 ★池田　喬哉	★乗富　大地	★近藤　晃 原　敦子
血液内科	午前　小林　裕児 午後　★渡辺　春香	★今泉　芳孝	吉田　真一郎	午前　今泉　芳孝 午後　★小林　裕児	午前　吉田　真一郎 午後　★西村　紗央里
脳神経内科（神経内科）	★徳田　昌紘 ★佐藤　和明 足利　裕哉	★岩永　洋 ★足利　裕哉	徳田　昌紘		★岩永　洋 徳田　昌紘
膠原病・リウマチ内科	★岡田　覚丈		★岩永　希	★岩永　希	午後　★岡田　覚丈
小児科　午前	★本田　涼子（神経） ★山田　洸夢（第2・3・4）（心臓・一般） ★西口　奈菜子（神経・一般） 桑原　義典（第1）（心臓）	★本村　秀樹（心臓） ★石橋　洋子（一般・心臓） ★濱口　陽（新生児・乳児） ★石橋　信弘（心臓・一般） 田中　茂樹（神経）	★青木　幹弘（新生児・乳児） ★本田　涼子（神経） ★和泉　啓（内分泌） ★山田　洸夢（心臓・一般）	★西口　亮（新生児・乳児） ★石橋　洋子（心臓・一般） ★石川　太郎（一般） ★池田　憲呼（神経・一般）	★青木　幹弘（新生児・乳児） ★石橋　信弘（心臓・一般） ★石川　太郎（一般） 本村　秀樹（心臓） 安　忠輝（神経）
小児科　午後	本村　秀樹（心臓） 発達外来	★本村　秀樹（心臓） 安　忠輝（神経）	一ヶ月健診 ★大学医・当番医（内分泌）	発達外来	シナジス外来
皮膚科　①外来紹介・新患	★石川　博士	★里見　直義	★石川　博士	★里見　直義	★中牟田　瑠璃
皮膚科　②旧患	里見　直義	石川　博士	中牟田 瑠璃	石川　博士	里見　直義
皮膚科　③入院中の紹介	中牟田　瑠璃	中牟田 瑠璃	里見　直義	中牟田 瑠璃	石川　博士
外科	★黒木　保（胆・膵） 釘山　統太 （胆・膵・一般外科）	★米田　晃 （食道・胃・一般外科） ★福井　彩恵子（一般外科） ★南　恵樹（乳腺・内分泌外科） ★森田　道（乳腺・内分泌外科）	★北里　周（肝・一般外科）	★米田　晃 （食道・胃・一般外科） ★南　恵樹（乳腺・内分泌外科） ★森田　道（乳腺・内分泌外科）	★竹下　浩明 （大腸・肛門・一般外科） ★福田　明子（大腸・一般外科） 藤岡　ひかる （肝・胆・膵・消化器）
呼吸器外科			★田川　努 ★松本　理宗		
心臓血管外科			★有吉　毅子男 ★嶋田　隆志		★有吉　毅子男 ★嶋田　隆志
脳神経外科	★小野　智憲 ★原口　渉	★案田　岳夫	★定方　英作	午後　原口　渉	★小野　智憲 ★吉田　道春
整形外科・リハビリテーション科	伊藤　勇人 ★太田　真悟	宮本　俊之（★第1・3・5）（再 第2・4） 梅木　雅史（★第2・4）（再 第1・3・5）	★下永吉　洋平 熊谷　謙治	★伊藤　勇人 向井　順哉	★森　圭介
形成外科	★藤岡　正樹 ★西園　馨子	★古賀　一史 ★日吉　尚	★藤原　洸平	★藤岡　正樹 ★日吉尚 / 西園馨子	★藤原　洸平 ★古賀　一史
産婦人科	★古賀　恵 ★福田　雅史 プレコンセプション外来	★安田　一郎 ★山下　洋 胎児スクリーニング外来	★菅　幸恵 ★杉見　創 産褥1ヶ月検診（午後）	★五十川　智司 ★山口　純子 子宮鏡外来 ワクチン外来	★福田　雅史 ★小川　真幸 レジデント外来 NIPT 外来
泌尿器科	★大仁田　亨 錦戸　雅春	松屋　福蔵	★錦戸　雅春	★鹿子木　桂	★大仁田　亨 ★松島　俊樹
移植後フォローアップ外来	錦戸　雅春	松屋　福蔵	錦戸　雅春		大仁田　亨
耳鼻咽喉科	★田中　藤信 ★吉田　晴郎 ★諸富　幸	★松井　彰子	★田中　藤信 ★吉田　晴郎 ★諸富　幸	★吉田　晴郎	★田中　藤信 ★松井　彰子
眼科	★前川　有紀 ★中尾　志郎 ★吉村　遥香 ★大槻　早紀 ★斉藤　淳哉	★前川　有紀 ★中尾　志郎 ★吉村　遥香 ★大槻　早紀 ★斉藤　淳哉	午後　中尾　志郎	★前川　有紀 ★中尾　志郎 ★吉村　遥香 ★大槻　早紀 ★斉藤　淳哉	★前川　有紀 ★中尾　志郎 ★吉村　遥香 ★大槻　早紀 ★斉藤　淳哉
放射線科（治療）	本多　功一 武田　達哉	★本多　功一 ★武田　達哉 中村　太祐（午後のみ）	本多　功一 武田　達哉 中村　太祐（午後のみ）	本多　功一 武田　達哉	★本多　功一 ★武田　達哉

※紹介状なしで受診を希望される患者さんにつきましては、診察料とは別に、選定療養費として7,700円をご負担いただきます。
ただし、紹介状がある場合は選定療養費（7,700円）の負担はありません。「かかりつけ医」等からの紹介状をお持ちいただきますようお願いいたします。

理　念

高い水準の知識と技術を培い
さわやかな笑顔と真心で
患者さん一人一人の人格を尊重し
高度医療の提供をめざす

長崎医療センターの使命

長崎医療センターは以下の活動を誠実に行い、地域拠点病院として住民の皆さんと医療機関からの信頼を得ることを使命としています。

- 安全で質の高い医療を提供する
- すべての医療人と学生に魅力的な教育研修を提供する
- 救急医療の最後の砦となる
- 臨床研究を推進し、国際医療協力に貢献する
- 地域の医療機関、行政と密接に連携する

外来担当医一覧の最新版は
こちらからご覧ください

長崎医療センター NEWS
NAGASAKI MEDICAL CENTER NEWS
https://nagasaki-mc.hosp.go.jp/
VOL.430