

ハミングク



No.76

2016.9.6

基本理念

本院は診療・教育・研究を遂行する大学病院としての使命を有し、また患者さんの人権を尊重した先進的医療を行うとともに、次代を担う国際的な医療人を育成する。



「もうすぐ秋の燕山荘と燕岳」
撮影：谷口正洋
撮影場所：燕山荘ヘリポート

主な記事

- 信大病院医療救護班
熊本地震被災地にて支援活動…………… 2
- 信州大学医学部附属病院の新棟
「包括先進医療棟」の地鎮祭が執り行われました…………… 3
- 足底メラノーマ（悪性黒色腫）の発症と
機械的ストレスの関連について調査結果公表…………… 3
- 信州大学の病院連松本ぼんぼんに今年も参加…………… 4
- 院内学級設立20周年に思うこと
～安心して学習できる場所作り～…………… 5
- 科学で解き明かす栄養 Evidence-based Nutrition…………… 6
- アメニティモール 店舗紹介…………… 7
- ご意見箱からの声…………… 7
- 電話番号表・編集後記…………… 8

信大病院医療救護班 熊本地震被災地にて支援活動



出発式の様子

当院は熊本地震発生に伴い4月20日に長野県からの県内第一陣の救護班派遣要請を受け、被災地へ医療救護班を派遣しました。

派遣要請後直ちに、病院長をはじめとした対策本部会議にて医師1名・看護師2名・薬剤師1名・事務員1名からなる医療救護班派遣を決定しました。長野県庁との調整や3日分の必要資機材の発送準備を終え、4月22日（金）、病院南口で出発式が行われ、病院長より「余震も続き、厳しい状況だが安全に留意しながら医療救護活動にあたってほしい」と激励がありました。各メンバーが医療活動に対する決意を述べ、竹重医師は「避難所の医療ニーズを見極め、被災された方々の体の面だけでなく心にも寄り添う活動をしたい」と決意を語りました。この後、救護班は松本空港から福岡県へ入り陸路にて熊本県に入りました。



地震によって倒壊した家屋

派遣期間は4月22日～26日の4泊5日で、移動日の22・26日を除く3日間の支援活動を行いました。23日朝8時、熊本県庁の対策本部にて到着報告を行い、活動場所は阿蘇医療センターとの指令を受け、阿蘇市へ向かいました。当院救護班の宿泊地は被災地から少し離れた玉名市（熊本市の西側）であり、阿蘇市は熊本市の反対側（東側）、阿蘇山外輪山を越えた内側で、車で片道2時間の距離になりました。阿蘇地域では、災害医療支援に関わる機関が参加する組織『阿蘇地区災害保健医療復興連絡会議（ADRO：アドロー）』が震災後の4月20日に設立されており、当院救護班は阿蘇医療センター内に設置されたADRO事務局の指揮下で活動しました。主な活動内容は、ADROに参集した救護班の統括業務（受付、活動指揮、連絡調整）と、それに加えて看護師2名による近隣病院の日勤・夜勤支援も行いました。

当初は避難所の巡回診療を想定していたため予想外の活動となりましたが、班員全員が『被災地のために求められることを臨機応変に対応する』ことを意識し、ADROスタッフや長野県庁職員、当院災害対策本部のメンバーらと協力して、25日まで支援活動に従事しました。



ADRO内での会議の様子

4月26日、当院救護班は熊本を発ち、福岡空港から空路で松本に戻り、病院スタッフに温かく迎えられ無事帰院しました。

当院は、このたび熊本地震で被害に遭われた皆様に謹んでお見舞い申し上げますとともに、今後も災害医療に力を入れてまいります。

信州大学医学部附属病院の新棟「包括先進医療棟」の地鎮祭が執り行われました

総務課 丸田 由男

信州大学医学部附属病院の新棟「包括先進医療棟」（平成30年4月運用開始予定）の地鎮祭が平成28年5月23日に工事敷地内で執り行われ、濱田学長、本郷病院長をはじめ、大学・施工会社の関係者ら約40名が参加しました。



参加者は、手水桶からすくった水で両手を洗い心身を浄めた後会場に入り、厳かな雰囲気の中地鎮祭が開始されました。

神事では、「修祓（しゅうばつ）」、「降神ノ儀（こうしんのぎ）」で神様をお迎えした後、いくつかの儀式が行われました。その中の「地鎮の儀」では濱田学長が斎鎌（いみかま）を片手に「エイエイエイ」の掛け声とともに斎草を刈り、続いて本郷病院長が斎鍬（いみくわ）で盛土を掘る儀式を行いました。

神事の後に続いて安全祈願祭が執り行われ、本郷病院長から「長野県の特定機能病院としての強化を目指し、最先端の医療を地域住民に提供できるようにした

い。」と挨拶がありました。来賓のご祝辞では、濱田学長から「本学の医療をより高い水準まで持ち上げるべく、改善と機能強化を図るものです。工事関係者の皆さまには、安全な施工をお願いします。」と、池田医学部長からは「医学部としては、この新棟の完成に向け、さらなる高度医療人の育成が必要となります。トップレベルの医療の実現に向け、夢が大きい分同時に大きな責任も感じています。」とそれぞれお言葉をいただき、無事に地鎮祭が終了いたしました。

包括先進医療棟は、鉄骨鉄筋コンクリート造 地上7階 地下1階、述べ面積11,869.37㎡となっており、平成30年3月に完成予定、平成30年4月から運用開始予定です。現在は、包括先進医療棟に導入する自立式搬送ロボットなどの先端設備の購入に向け、準備を進めているところです。

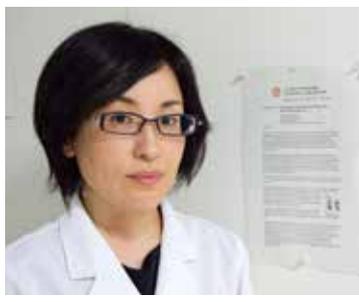
工事中は色々ご迷惑をおかけいたしますが、地域の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



足底メラノーマ（悪性黒色腫）の発症と機械的ストレスの関連について調査結果公表

皮膚科 皆川 茜

メラノーマ（悪性黒色腫）は皮膚がんの一種で、黒いしみやしこりでホクロに似ているため、ホクロのがんとも呼ばれています。メラノーマにはいくつか



の病型があります。体や手足などの日焼けする場所のできるタイプは白人に多く、紫外線が原因とされています。しかし、我々日本人では紫外線がほとんど当たらない足底に生じるタイプがメラノーマの約3割を占めます。よって足底メラノーマは紫外線以外が発症原因と考えられますが、これまで不明でした。

信州大学医学部皮膚科学教室は、メラノーマの診断や病態の解明をテーマのひとつとして研究を続けています。この度、足底メラノーマ123例の発症部位を解析し、かかとや親指の付け根など日常生活で体重などの負荷（機械的ストレス）がかかる場所に病変が集中していることを突き止めました。一方、負荷がほとんどかからない土踏まずには病変がほとんどありませんでした。調査結果は権威ある医学雑誌ニューイングランド・ジャーナル・オブ・メディスン（2016年6月16日号）に掲載されました。足底メラノーマの原因を解明する手がかりになるとともに、かかとなどのホクロ様皮疹に注意を呼びかける重要な知見として認められました。

信州大学の病院連松本ぼんぼんに今年も参加

信州大学医学部附属病院連 副連長 神田 博仁



8月6日(土)の夕方から恒例の「松本ぼんぼん」が松本市街地で開催されました。信州大学医学部附属病院連は、事務系職員が核となり、医師、看護師、臨床検査技師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、診療放射線技師、臨床工学技士、薬剤師、ボランティアさんなどの病院スタッフ総勢200名が、赤い法被とTシャツ姿で、うちわを片手に踊りに参加しました。連は、本郷病院長、伊藤看護部長を先頭に、中町通りを東に向かってスタートし、折り返して女鳥羽川沿い、大名町と、踊りは進んでいきました。今回の「第42回夏まつり松本ぼんぼん」は参加連 277連、踊り手 2万4500人、観客20万人が参加し、暑い夏まつりになりました。当日の気温は、この夏最高の34.9℃を記録し、

● 踊り開始時刻の17時50分を過ぎても、うだるような暑
● さでした。熱気も加わり、暑い熱い。照明の光がまば
● ゆさを増す頃には、今年初めて参加した新人たちも踊
● りに馴れ、また、休憩のたびに補給する魔法の水(?)
● によりテンションは最高潮です。若いスタッフたちは
● 踊りに合わせジャンプを繰り返しておりました。幸
● い、夕立や雷もなく、最後まで踊りきることができま
● した。日頃、交流の少ないスタッフ同士がひとつにな
● れる良い機会となり、また、周りの観客の方々と感動
● を共有しました。踊りコンクール審査での受賞はなり
● ませんでした。ぜひ来年は受賞を目指して、病院一
● 丸となっていきたいと思います。



院内学級設立20周年に思うこと

～安心して学習できる場所作り～

院内学級小学部 今井 順也

平成8年に信大病院の院内学級が設立しました。設立当時の子ども達は、30歳前後となり、立派な社会人となり、院内学級に挨拶にいらっしゃることもあります。

設立時は、まだ旧建物で、入院児童生徒における教育の体制は、現在ほど整っていなかったとお聞きします。職員の人手不足だけでなく、教育設備等を含め、学習内容にも制限があったのではないのでしょうか。

現在、院内学級は、歴代の先生方や院内学級に関わった皆様のおかげで、小学部と中学部の教室とプレイルームが設備されています。教室には、パソコンなどの設備も整い、映像を通しての理科の実験や観察、調べ学習なども可能になっています。



小学部 教室の様子

最近、医療の現場も変化、進歩してきています。以前に比べ、子ども達の入院期間も短くなったり、自宅療養の期間が増えたりしてきています。院内学級もそれに伴い、遠隔での授業ができるようにタブレットを活用した授業が導入されるようになりました。

このようにタブレットを活用することで、教室と病室をつないだ授業だけでなく、病室と病室、教室と学



タブレットを活用した授業

校、教室と自宅へと子ども達の学習支援が広がってきています。



共同制作「かわいい魔女」

一方、院内学級に初めて訪れる子ども達の多くは、地元の学校やご家族から離れ、いろいろな不安を抱えていることが多いです。我々、院内学級職員は、子ども達の不安が少なくなるように、学習だけでなく、楽しい活動も行っています。

また、一人でベッドにいる子ども達には、人と関わられる活動を取り入れていきます。

これらの活動が、子ども達の安心や心のエネルギーにつながってくれることを期待しています。

院内学級の教師となり6年目になりますが、院内学級職員として、子ども達の治療を支える病院の一員だと考えています。

子ども達の活動には、保護者の皆様をはじめ、医師

の皆様や看護師の皆様、ボランティアの皆様から支えられていることを感じます。皆様に感謝するとともに、病院に関係する皆様との連携を大切にしていきたいと思っています。

20周年を迎え、院内学級児童だけでなく、それに关わる皆さんが、安心して学習ができる場所、エネルギーをためる場所になるよう努めていきたいと思ひます。



学級のキャラクター「カエロン」
早くお家にかえろう…かえろん

科学で解き明かす栄養 Evidence-based Nutrition

管理栄養士 高岡 友哉

第2回 コーヒーの健康効果

嗜好食品は、本当に嗜好を優先した食品か？

コーヒーはお好きですか？朝の眠気覚ましとして、仕事の前に、食後の一杯として、など様々な目的で飲まれている方がいるのではないのでしょうか？連載第2回目は、コーヒーと総死亡率との関係を科学的根拠に基づいて考えてみましょう。



1. コーヒーを飲むと死亡率が下がるって本当？

図1は、40歳から69歳の日本人を対象とした研究の結果です。調査開始時のコーヒーの摂取頻度で分け、その後の死亡の状況を調べました。

コーヒーを飲む頻度が増えるほど死亡率が減少していきます。特に、ほぼ飲まない人を100パーセントとしたとき、1日に3杯から4杯飲む人は死亡率が約80パーセントまで低下しています。同じような結果は世界でいくつか報告されていますので、コーヒーを飲む習慣がある人はそうでない人と比べて死亡率が低下する可能性があるようです。

コーヒーを飲むほど死亡率は下がるのでしょうか。

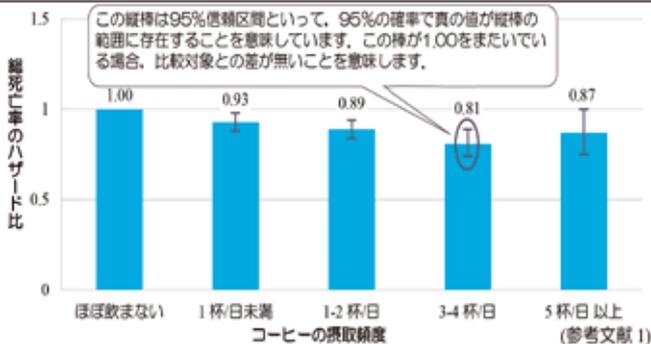


図1 コーヒーの摂取頻度と総死亡率との関連

40~69歳の日本人男女(男性42,836人、女性48,078人)を平均18.7年間追跡し、コーヒーの摂取頻度と総死亡率との関係調べた結果です。それぞれのコーヒーの摂取頻度における総死亡率はほぼ飲まない人と比べたハザード比(95%信頼区間)として表しました。性別や年齢、保健所地域、喫煙習慣、飲酒習慣、体格指数など、他の要因が総死亡率に与える影響は統計学的にとり除いてあります。

2. どんな人にも当てはまるのでしょうか？

図2は、図1の対象者のなかから、調査開始時に糖尿病だと自己申告した人に限って調べた結果になります。男性と女性のどちらもコーヒーの摂取頻度と死亡率には関係がないようです。2型糖尿病の人では総死亡率との関係が無いとした報告と減少させた報告があり、議論が続いている状況です。

今のところ、糖尿病の方ではコーヒーを飲んでも飲まなくても死亡率は変わらない、と考えておくとも良いと思います。ただし、血糖値や合併症発生頻度への影響はこの研究からではわかりません。

糖尿病だと自己申告した人ではどうでしょうか。

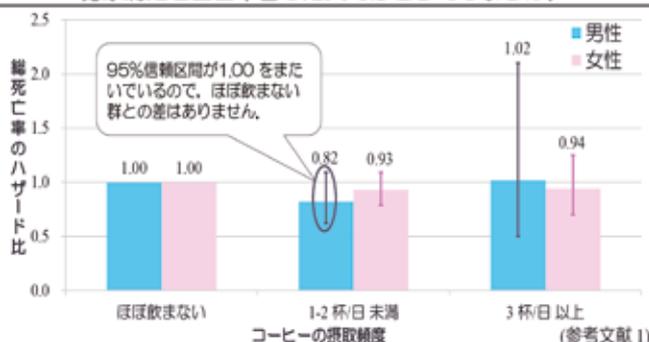


図2 コーヒーの摂取頻度と糖尿病だと自己申告した日本人の総死亡率との関連

40~69歳の糖尿病だと自己申告した日本人男女(男性2621人、女性1315人)を平均18.7年間追跡し、コーヒーの摂取頻度と総死亡率との関係調べた結果です。それぞれのコーヒーの摂取頻度における総死亡率はほぼ飲まない人と比べたハザード比(95%信頼区間)として表しました。年齢や保健所地域、喫煙習慣、飲酒習慣、体格指数など、他の要因が総死亡率に与える影響は統計学的にとり除いてあります。

3. あくまで嗜好品として楽しみましょう

今回の研究結果は何も加えていないコーヒー(いわゆるブラックコーヒー)の結果です。砂糖を加えた場合は、糖尿病の発症リスクが増加したとの報告もありますので注意してください。

ある特定の食品を食べているから大丈夫、というものは残念ながらありません。健康な方もそうでない方もコーヒーはあくまで嗜好品にとどめ、日々の食生活全体に気をつけることが大切です。ご自身の食生活に不安のある方は、管理栄養士に相談してみたいかがでしょうか？



(参考文献1) Saito E, et al. Am J Clin Nutr. 2015; 101: 1029-37.

アメニティモール 店舗紹介

理容室

信大病院理容室では、入院患者さんのみならず、全ての方々のために、丁寧、迅速にを大切にしています。患者さんや、ご来院された方の、『気持ち良かった!!』の、一言を大切に営業しています。出張理容、家庭へも伺いますので、お気軽にお電話ください。今後とも、なにとぞよろしくお願い致します。



時間 平日9:00～16:30
第2、4、5土9:00～12:00
定休日 第1、3土・日・祝日
連絡先 0263-37-3005

美容室

信大病院美容室では、カット・カラー・パーマはもちろん、病棟へのお出張サービスも承っており、たくさんの患者さんやご家族の方にご利用いただいております。また、第2、4、5土曜日の午前中も営業しておりますので、是非ご利用ください。皆様のお越しをお待ちしております。



時間 平日9:00～17:00
第2、4、5土9:00～12:00
定休日 第1、3土・日・祝日
連絡先 0263-37-3006

喫茶・和洋菓子店「ミノン」

喫茶ミノンでは、生どら焼きをはじめ、ケーキ・焼き菓子などを取りそろえており、ご予算に応じてご贈答用にお作りいたします。事前にご連絡頂ければ、バースデーケーキのご用意もいたします。また、店内で淹れたてのコーヒーと一緒にサンドイッチやケーキなどお召上がり頂けますので、お昼や休憩に是非ご利用ください。



時間 平日8:00～17:30
定休日 土・日・祝日
連絡先 0263-37-3007

旅行センター

信和会旅行案内センターでは、「ビジネスえきねっと」を導入して、全国の新幹線・特急列車等の指定席・自由席のお申込みを承っております。その場での即時発券も可能です。また、指定席についてはお好きな座席が選べる列車もございます。ご出張・ご旅行の際にはお気軽にご利用ください。皆様のご利用をお待ち申し上げております。



時間 平日10:00～16:00
定休日 土・日・祝日
連絡先 TEL 0263-34-1678
FAX 0263-34-1698



メディカルアート信州

写真の撮影、プリントのお店です。患者さんの為の証明写真、出産・退院等の記念写真も承っております。病室へのお出張撮影も行っており、仕上げの速さと美しさが好評です。店舗前の廊下には病院や松本市内の写真を展示しております。お気軽にご来店、ご相談ください。

時間 平日9:00～18:00
定休日 土・日・祝日
連絡先 0263-37-5280
<http://www.medicalart-shinshu.com>

ご意見箱からの声

Q 長時間の待合いで同じ姿勢でいると、疲労があり大変です。小休止できる畳用のベッド施設をお願い出来ませんか？また、待合い時間に横になって休める場所がほしいです。



A 貴重なご意見をお寄せいただき、誠にありがとうございます。診察の待ち時間が長く疲れさせてしまい、大変申し訳ありません。

当院には畳等を設置して横になっていただく場所が無く、また、新たに設置するスペースも確保できない状況であり、現在のところご希望に沿うことができません。外来受診の際、体調が優れず待つことが困難な患者さんには、外来診察室のベッドで横になっていただけるようにしておりますので、遠慮なく受付スタッフにお声がけください。

今回のご意見につきましては、サービス改善の参考とさせていただきます。今後の充実を図ってまいりますので、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

電話番号表 (市外局番 0263) 代表番号 : 35-4600

【診療科外来】

南 1 階	小児科	37-2776	南 3 階	眼科	37-2789	リハビリテーション部(理学療法)	37-2836		
	遺伝子診療部			耳鼻いんこう科	37-2791				
	先端心臓血管病センター			産科婦人科	37-2793	リハビリテーション部(作業療法)	37-3399		
	循環器内科			皮膚科					
	整形外科			消化器外科		通院治療室	37-2552		
	脳神経外科			移植外科	37-2778	医療福祉支援センター	37-3370		
総合診療科	小児外科	37-2781	高度救命救急センター	37-2222					
南 2 階	呼吸器・感染症・アレルギー内科	37-2768			北 2 階	呼吸器外科	37-2783	胸痛センター	37-2803
	消化器内科		乳腺・内分泌外科	37-2831					
	血液内科		麻酔科蘇生科	37-2846		臨床研究支援センター	37-3389		
	腎臓内科		形成外科	37-2817					
	脳神経内科		37-2773	北 3 階		精神科	37-2846	移植医療センター	37-2930
	リウマチ・膠原病内科		子どものこころ診療部			37-3381			
糖尿病・内分泌代謝内科	泌尿器科	37-2787	特殊歯科・口腔外科	37-2796					
放射線科									

【医事課】

収 入 係	37-2763
入 院 係	37-2759
外 来 係	37-2757

【医療支援課】

患者サービス係 (診断書・労災)	37-2762
---------------------	---------

【病棟スタッフステーション】

西 病 棟		階	東 病 棟	
【先端心臓血管病センター】 循環器内科	37-2777	8階	糖尿病・内分泌代謝内科 乳腺・内分泌外科	37-2769
脳神経内科、脳神経外科 リウマチ・膠原病内科	37-2774	7階	消化器内科、血液内科 腎臓内科	37-2771
皮 膚 科	37-2788	6階	【呼吸器センター】 呼吸器・感染症・アレルギー内科 呼吸器外科	37-2784
消化器外科、消化器内科 移植外科、小児外科	37-2782	5階	眼 科、脳 神 経 外 科 麻 酔 科 蘇 生 科	37-2790
産 科 婦 人 科 新生児科 (NICU・GCU)	37-2772	4階	小 児 科 婦 人 科	37-2794
精 神 科 子どものこころ診療部	37-2775	3階	整 形 外 科	37-2786
放射線科、消化器外科、移植外科 小児外科、特殊歯科・口腔外科、RI 信州がんセンター、救急科	37-2780	2階	耳 鼻 い ん こ う 科 形 成 外 科	37-2792

くすりの相談室	37-3013	地域医療連携支援室	37-3370
総合医療相談室	37-3370	難病相談支援センター	34-6587
がん相談支援センター	37-3045	難聴児支援センター	34-6588
セカンドオピニオン外来	37-3111	肝疾患診療相談センター	37-2922
先端細胞治療センター (分子細胞診療室)	37-3220		



☆相談窓口☆

受付時間：月～金（祝除く）
9時～16時

編集後記

熊本地震から早くも5ヶ月近くが過ぎました。当院からも医療救護班が派遣され、熊本の地で活動を行いました。まだまだ復興へは道半ばのようです。熊本地震により被災された方々には心よりお見舞い申し上げます。さて、今年にはリオオリンピックが熱く盛り上がり、連日のメダルラッシュに心躍らせた方も多いのではないのでしょうか。その興奮もそのままに、まだまだ暑い日は続きそうです。皆様も体調管理にはご注意ください。(薬剤部 小澤 秀介)

あなたの自慢の写真で「ハミング」の表紙を飾りませんか？ 写真を募集しております！

お名前・写真のタイトルをご記入の上、
byouin_soumu@gm.shinshu-u.ac.jp
へお送りください。

写真は2MB以上5MB未満のjpgデータ

【お問合せ・応募宛先】

信州大学医学部附属病院 総務課 総務係

TEL : 0263-37-3410 ※応募はメールのみ受付