

信大病院 21C

ハミング



No.87

2021.3.31

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。



「乗鞍の雪道」撮影：山本早織

主な記事

- | | | | |
|--|---|----------------------|---|
| ●内科学第二教室教授就任ご挨拶 | 2 | ●広報企画室の設置 | 5 |
| ●科学で解き明かす栄養 Evidence-based Nutrition ... | 3 | ●患者満足度調査結果のご報告 | 6 |
| ●病棟リニューアル工事 | 4 | ●ご意見箱からの声 | 8 |
| ●信大病院キャッチフレーズの決定 | 5 | ●電話番号表・編集後記 | 8 |

内科学第二教室教授就任ご挨拶

内科学第二教室教授

消化器内科診療科長 梅村 武司



2020年10月1日付けで内科学第二教室教授および消化器内科診療科長に就任しました梅村武司（たけじ）です。2021年に開講70周年を迎えた当教室は消化器内科と腎臓内科の二つの診療科を担当することとなります。私が消化器内科、上條祐司先生が腎臓内科の診療科長として今まで以上に協力しながら医学部附属病院の診療に当たっていきます。血液内科は今まで通り診療科として継続されます。引き続き血液診療へのご理解、ご協力を賜りますようお願いいたします。

私は松本市旭町で生まれ育ち、旭町小・中学校、松本深志高校、信州大学医学部に通学しました。1994年に卒業後、母校の第二内科へ入局しました。古田精市、清澤研道、田中榮司各教授に指導を賜り、多くの優秀な同期（上條祐司先生、現木曽病院院長 濱野英明先生、現諏訪赤十字病院消化器内科部長 菅智明先生）に囲まれて切磋琢磨してきました。1998年から約5年間米国国立衛生研究所に留学し、昨年ノーベル医学・生理学賞を受賞されたDr. Harvey Alterに師事いた

しました。2003年に帰国後は当院で主に肝疾患を中心に研究、診療に従事しています。

消化器内科は現在、消化管、肝臓、胆道・膵臓を専門とした3つのグループで診療をしています。患者さんに低侵襲である新規内視鏡治療方法の開発、増加している脂肪肝を含む肝疾患の早期拾い上げとウイルス肝炎の撲滅などを目指して診療に励んでいます。4月から難病の炎症性腸疾患（クローン病、潰瘍性大腸炎）の専門外来を設立します。県内初めての試みであり、治療に難渋している患者さんの受け皿にしたいと考えております。

腎臓内科は、松本市と協力して慢性腎臓病の重症化予防プログラムを作成し、早期に適切な治療につなげ、効率的に患者の重症化を防ぐ取り組みを行っています。院内でも血液浄化療法、ICU診療などにも積極的に参画しており、重要な役割を担っております。今後も腎臓・消化器内科で協力して移植医療の推進のために貢献したいと考えております。

最後になりますが、私たちはコミュニケーションを大切にして患者さんやご家族の立場に寄り添い、かつ、スタッフの皆さんから信頼される医師を目指します。そして、長野県の消化器・腎臓内科診療の最後の砦として安全でかつ、最善の医療を提供できるように努力をしていきます。温かい御支援をよろしくお願い申し上げます。



科学で解き明かす栄養 Evidence-based Nutrition

臨床栄養部管理栄養士 高岡 友哉

第12回 便利な世の中の困った問題-スマートフォンの使い過ぎは食事と関わるのか-

『スマホ脳』¹⁾を読みました。スマートフォン（スマホ）との付き合い方を考えさせられる興味深い内容でした。しかし、本書には「参考文献」の記載がなく、根拠となった論文の詳細が不明であった点はいただけません。本書を読みスマホを1日の中でたくさん使っている人は食事内容も悪いのかな？と疑問を抱きました。

1. 研究はあるのか？

スマホ依存状態と食事摂取状況を検討した研究を調べてみました。スマホ依存状態の人はそうでない人と比べて不健康な食事内容だったという報告²⁾があったものの、今回の疑問を解決する根拠としては不十分だと考えます。今後、この分野における質の高い研究の報告が望まれます。

2. 食事中にスマホを使うとエネルギー摂取量が増える

別の観点で調べてみると、食事中にスマホを使うとエネルギー摂取量が増えるのか？という疑問を調べた介入研究を見つけました³⁾。スマホの操作や雑誌を読みながらなど食事（料理）への集中を阻害する行為をした場合、エネルギー摂取量がそうでない場合と比べて明らかに増えていました。またテレビを除くスマホ

などの画面を学校がある日に1日5時間以上視聴している子供たちは1時間未満の子供たちと比べて明らかに肥満の子供が多かったという報告もあります⁴⁾。

3. スマホから目を離して現実の魅力を確認したい

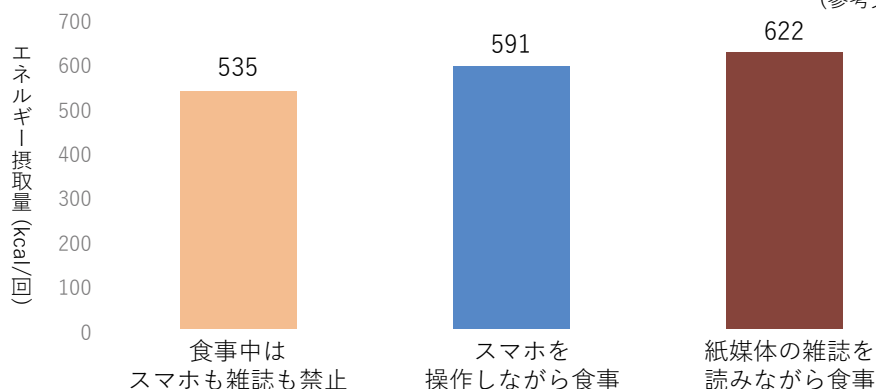
今のところスマホ依存状態と食事摂取状況の研究が少なく、ぼくの疑問を解決できませんでした。しかし、食事中は「スマホの画面」ばかりみながら食事をする、知らず知らずのうちに余分なエネルギーを摂取してしまう可能性があります。食事中は「いま自分が食べているもの」に注目するのはどうでしょうか。『スマホ脳』と同時期に『旅に出る日』⁵⁾を読んでいました。本書には信州の自然の魅力が素晴らしい筆致で記されており、信州の自然を深く味わいたいと強く思えるような気分になりました。新型コロナウイルス感染症が落ち着けば、ぼくたちはスマホから目を離して現実の美しさをもっと感じる必要がありそうです。（ぼくはスマホばかりみていたので猛省しています）

■参考文献

1. アンデシュ・ハンセン著、久山洋子訳『スマホ脳』新潮社、2020。
2. Kim Y, et al. Public Health. 2017;145:132-5.
3. Gonçalves RFD, et al. Physiol Behav. 2019;204:93-9.
4. Kenney EL, et al. J Pediatr. 2017;182:144-9.
5. 岡田喜秋著『旅に出る日』山と溪谷社、2015。

図 スマホを操作しながら食事をする食べ過ぎるのか？

(参考文献3)



18-28歳の普段から食事中にスマホを操作している健康な男女62人を対象にブラジルで行われた研究。研究者が用意した食事（高エネルギー食品|ソーダ、クッキー、チョコレートなど；低エネルギー食品|甘くないヨーグルト、水、トースト、果物（バナナ、りんご）など）を対象者が満足いくまで食べてもらい、次の3つの食事の状況の違いがエネルギー摂取量に影響するかを調べました。①スマホの使用など気を散らせる行動を禁止、②スマホを操作しながら食事をする、③紙媒体の雑誌を読みながら食事をする。参加者は全ての状況を経験しています。この研究ではスマホを操作しながら紙媒体の雑誌を読みながら食事をしていない場合よりも明らかに多いエネルギーを摂取していました。②と③の間に明らかな差は見られませんでした。

病棟リニューアル工事

～「笑顔をつくる、ミライをつくる 信大病院」の実現にむけて～

経営管理課 白木 康浩

信州大学医学部附属病院は、「笑顔をつくる、ミライをつくる 信大病院」の実現にむけて2021年6月より病棟のリニューアル工事を行います。

今回の改修では、病院内給排水設備の更新といった、建物維持管理上不可欠な工事だけでなく、患者さんの療養環境の向上を図っていくため以下の工事を行います。

(1) 個室の整備

これまで、多くの患者さんからご要望をいただいておりますプライバシーに配慮した個室を設置いたします。多様な患者さんのニーズに応えるため、従来の個室ではなく、一段とグレードを上げた特別室の設置を計画しております。



(2) 多床室の環境向上

現在の6床室及び4床室は、患者さん一人当たりの面積が狭く、ご家族のお見舞い等でご不便をおかけしてまいりました。

今回のリニューアルにより、6床室は廃止し4床室に、4床室は3床室にすることで、お一人当たりの面積を広くし、多床室においてもプライバシーに配慮した療養環境の構築に努めてまいります。



(3) 安全・安心そして「おいしい」入院食の提供

入院中の数少ない楽しみの一つである、入院食について、これまでも当院では味付け、食事提供方法を工夫してまいりました。しかし、現在の給食システムでは限界がありこれ以上の向上は困難でした。

そこで、「温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに」提供すべく、最新式の給食システムを導入することとしました。また、食中毒等の危険も大幅に減少させることができ、より安全・安心な入院食の提供が可能となります。

工事期間中の騒音・粉塵等の対策は万全を期して臨みます。

皆さんにご迷惑をおかけいたしますが、なにとぞご理解の程よろしくお願いいたします。

信大病院キャッチフレーズの決定

病棟改修工事も始まり、これからの信大病院に向けて、院内にてキャッチフレーズを募集しました。選考の結果、信大病院のキャッチフレーズが決定しましたのでお知らせします。

このキャッチフレーズを合言葉に院内職員一丸となって、よりよい病院を目指して努めてまいります。

キャッチフレーズ

笑顔をつくる、ミライをつくる 信大病院

作者 看護部 中谷 崇人さん

作者コメント

キャッチフレーズに込めた想いは以下の通りです。

病院は、患者さんやご家族にとって辛いことも多い場所です。そのような中でも、患者さんご家族が笑顔になれるよう支えていきたいと考えます。それは、単に笑顔になっていただくということではなく、一緒に未来を歩める存在、寄り添える医療であり続けたいという想いです。

また、信大病院は地域を代表し、世界に先駆けた未来を想像・創造できる医療・看護を築いていくという使命の共有をキャッチフレーズに込めました。

ミライを「未来」にしなかった理由は、職員が想うそれぞれの想いを描いてほしかったからです。未だ来ぬ明るい未来、美しく来てほしい「美来」、看まもり頼られる「看頼」など、キャッチフレーズがただのかけ声としてひとり歩きするのではなく、各職員のこころがこもったキャッチフレーズになっていくことを願っています。

広報企画室を設置しました

信大病院のことをより多くの方々に知ってもらうべく、2020年7月に広報企画室を設置しました。

新型コロナウイルス感染症の影響もあり、今年度は大きな取り組みは出来ておりませんが、令和3年度から本格的に活動を開始していきます！

まずは、

- ・信大病院の紹介本を発行
- ・院内冊子（ハミング：この冊子です！）の見直し
- ・病院ホームページの見直し

などから取り組む予定です。

信大病院では20種類以上の職種にわたって、総勢2

千人を超える職員が働いています。

年間延べ22万人の入院患者さんと、延べ35万人の外来患者さんの診療を行い、多くの方々にご利用いただいています。今でも多くの方々が「大学病院は敷居が高い」というイメージをお持ちなのかもしれません。

昔のドラマにあるような「大学病院」=白い〇〇！、といったこともお聞きします。

そんなイメージを払拭し、信大病院をさらによく知ってもらうために、広報活動に取り組んでいきたいと私たちは考えています。

広報企画室では、市民の皆様に対する情報提供を最優先に取り組みを始めました。まずは信大病院の「今」を知っていただき、親しみやすい病院を目指してまいります。広報企画室から様々な情報を発信しますので、気軽に触れてみてください。

副病院長
広報企画室長 花岡 正幸



様々な職種の職員が集まってアイデアを出し合っています。

2020年度患者満足度調査結果のご報告

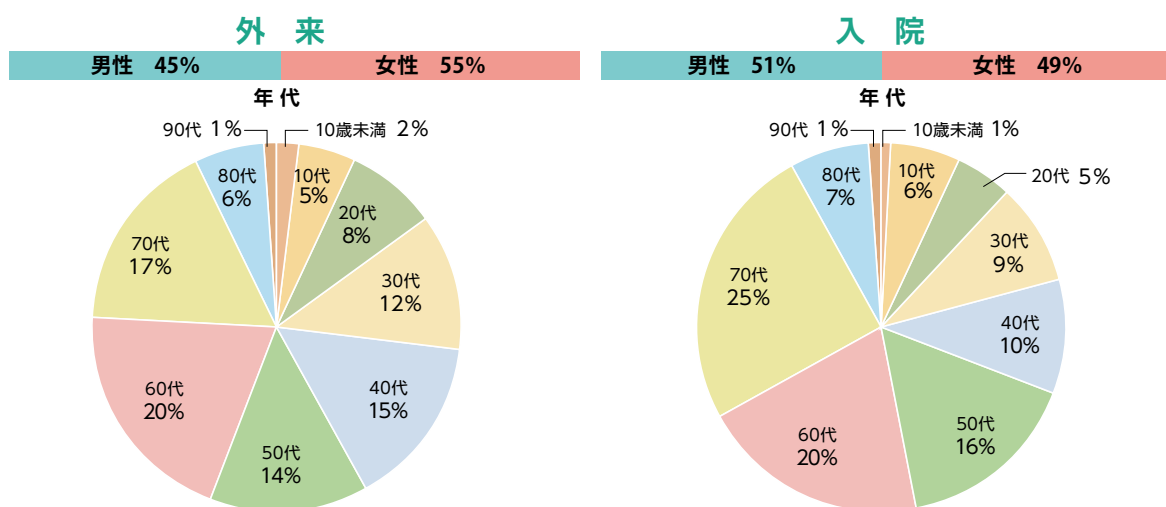
環境整備・患者サービス小委員会 委員長 伊藤 寿満子

2020年9月に外来ならびに入院中の患者さんを対象に「患者満足度調査」を実施いたしました。調査にご協力をいただきました皆さんにあらためてお礼を申し上げますとともに、ここに調査結果の概要をご報告いたします。今回の調査を通じて、皆さんからいただきましたご意見、ご要望、励ましのお言葉等を全職員で共有し、今後も信頼、安心そして満足いただけるより良い病院づくりに取り組んでまいります。

調査の概要

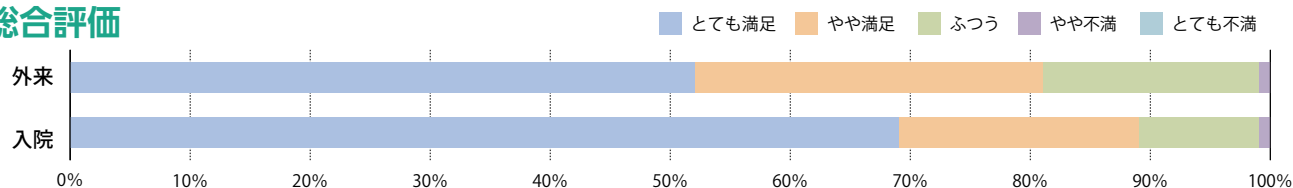
外来 令和2年9月16日（水）～17日（木）に来院された患者さん対象（回収数749枚）

入院 令和2年9月14日（月）～18日（金）に入院している患者さん対象（回収数347枚）

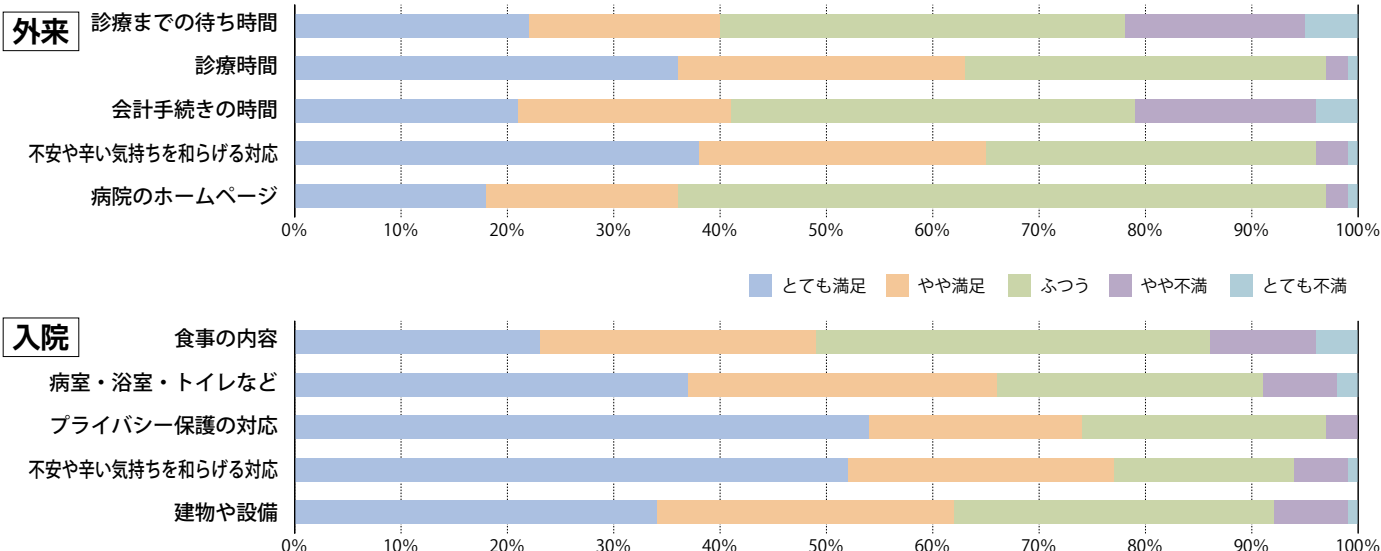


調査結果

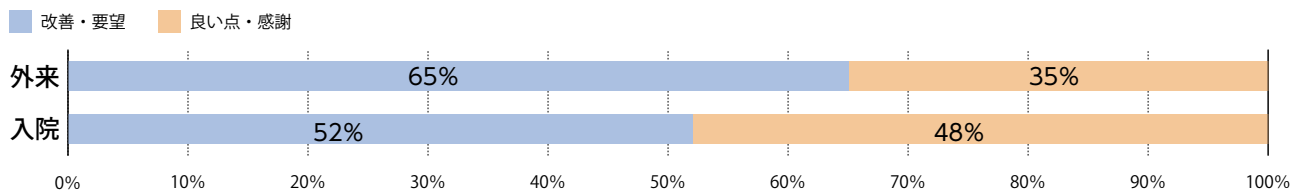
1. 総合評価



2. 個別の評価



3. 自由記述について

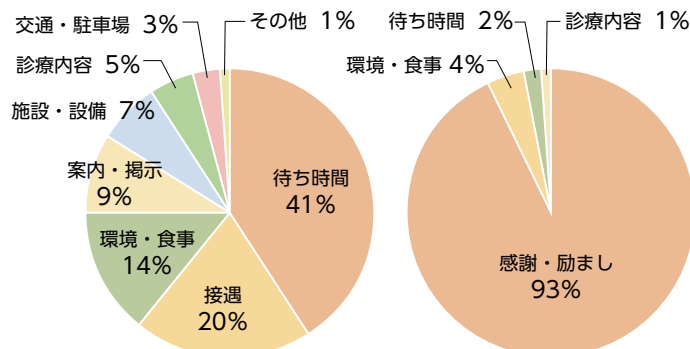


○外来の調査では、249 件のご意見をいただきました。

○入院の調査では、345 件のご意見をいただきました。

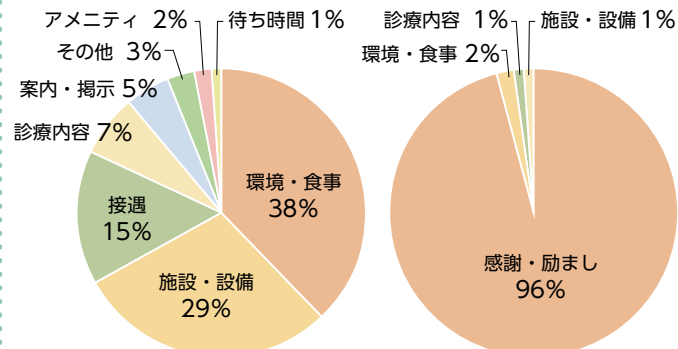
[改善・要望]

[良い点・感謝]



[改善・要望]

[良い点・感謝]



改善への要望 (一部抜粋)

- | | |
|----|--------------------------|
| 外来 | ● 会計までの待ち時間を短くしてほしい |
| | ● 受付から会計までわかりづらい (案内・表示) |
| | ● ATMが遠いので入口近くに置いてほしい |
| 入院 | ● 診察、検査結果の説明不足を感じる |
| | ● 食欲が出るように食事を工夫してほしい |
| | ● トイレの数が少ない。洗面台がせまい |

お褒めの言葉 (一部抜粋)

- | | |
|----|-----------------------|
| 外来 | ● コロナの対応に感謝しています |
| | ● 医療費あと払いシステムは良い |
| | ● スタッフの対応が優しく親切でありがたい |
| 入院 | ● 献身的な看護に感謝しています |
| | ● 清掃が行き届いている |
| | ● 明るい笑顔や声かけに救われた |

4. 結果全体について

全体的な満足度として外来では約80%、入院では90%の方に満足と回答をいただきました。評価の低い項目は外来では、診療や会計の待ち時間に関する事、入院では食事に関する事、トイレ等施設整備に関する事が多かったです。自由記載からも環境設備関係のご不満が多く、この点は今年度から着工する病院再開発計画の進展とともに改善に努めてまいります。また、外来診療や会計の待ち時間の短縮については、予約枠の見直しなど、今後検討をすすめてまいります。待ち時間が気にならない「待っていただける良い環境作り」も大切であり、心がけていきたいと思ひます。

今年度は、コロナ禍のため、患者さんには大変ご不便をおかけしたにも拘らず、例年以上に励ましや感謝のお言葉をいただき、職員一同大変勇気づけられ、励まされました。ありがとうございました。

ご意見と改善ポイント

1) 「待合スペースの混雑が3密だと思います」

→採血・採尿の待合スペースに会計番号表示機を設置しました。
混雑状況にあわせてご利用ください。

2) 「食事が時間どおりに来ない」

→お届けする順番で到着時間が変わることから、各病棟に詳細な配膳時間を掲示しました。



こちらの病棟の配膳時間は、7時45分頃・11時45分頃・17時45分頃です。

Q 信大入口の看板が大きな木の枝でとても見づらく困りました。
初めて来た人のためにも、もう少し見やすいように木の枝を切ってほしいです。

A この度は、案内看板が見づらくご不便をおかけして誠に申し訳ございませんでした。

さっそく、看板に重なっている枝葉の剪定を行いました。今後も患者さんに気持ち良く受診していただけるよう努力してまいります。

貴重なご意見をお寄せいただき、ありがとうございました。



Q 通院治療室に設置されている自動販売機の『水』について、寒くなってきたので、氷抜きか、お湯があるとありがたいです。ご検討のほど、よろしくお願いします。

A 当該自動販売機の『水』については、お薬の服用等に使うに使うべく目的で設置しており、無料で提供しています。

提供している『水』は、お湯と氷を混ぜてつくっていますので、今回のご意見を受け、氷の投入量を減らして、すぐに『水』になるように調整いたしました。

なお、お湯については大変申し訳ありませんが、安全上の理由から対応しておりません。今後は、季節（温度）に応じて、氷の投入量を調整して対応してまいります。貴重なご意見をお寄せいただき、ありがとうございました。



電話番号表 (市外局番 0263) 代表番号：35-4600

【医事課】

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

【医療支援課】

外来予約センター	37-3500
患者サービス係 (診断書・労災)	37-2762

【医療福祉支援センター】

総合医療相談室	37-3370
医療や治療についての相談	37-3370
がん相談	37-3045
移植に関する相談	37-2930
医療福祉相談	37-3370
こころの相談	37-3370
セカンドオピニオン外来受付	37-3111
栄養相談	37-2764
薬の相談	37-3013
医事相談	37-2762
地域医療連携支援室	37-3370

くすりの相談室	37-3013
先端細胞治療センター (分子細胞診療室)	37-3220
難病相談支援センター	34-6587
難聴児支援センター	34-6588
肝疾患診療相談センター	37-2922
生殖医療センター	37-3106

☆相談窓口☆

受付時間：月～金（祝除く）
9時～16時

編集後記

昨年から続いています新型コロナウイルス感染症について本院の医療従事者向けにワクチン接種が開始されました。

ワクチンの配布時期等がはっきりしていないため皆さんがワクチン接種できる時期はまだ分かりませんが新型コロナウイルス感染症対策として効果を期待しています。

ワクチン接種が終わり「通常の生活」が戻ってくることを願っております。

広報企画室員 縣 史樹

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