

MISAWA

病院だより

三沢市立
三沢病院

MISAWA CITY HOSPITAL

診療科目		
Information		
内科 Internal medicine	小児科 Pediatrics	外科 Surgery
皮膚科 Dermatology	産婦人科 Obstetrics & Gynecology	整形外科 Orthopedics
耳鼻咽喉科 Otolaryngology	眼科 Ophthalmology	脳神経外科 Neurosurgery
泌尿器科 Urology	放射線治療科 Radiation oncology	放射線診断科 Radiological diagnosis
リハビリテーション科 Rehabilitation	麻酔科 Anesthesiology	形成外科 Plastic surgery
歯科口腔外科 Oral & Maxillofacial surgery	腫瘍内科 Medical oncology	内視鏡 Endoscopy
		消化器 Gastroenterology

受付時間
Open & Close

外来受付 平 日(月~金) AM 8:15~AM11:00
診療時間 AM 8:45~AM12:00
休診日 土・日・国民の祝日
12月29日~1月3日
面会時間 PM 1:00~PM 8:00



【特集】 未来を担う かけがえのない命を守るために 小児科のご紹介

- 新入職者のご紹介
- 病院からのお知らせ

4月から就任した伊藤事業管理者は、長年、青森県内外からの重篤な患者さんの治療をしながら、小児の難病の治療法の研究にも取り組まれています。三沢市では今年「みさわ子どもしあわせ憲章」が制定され、当市の目指す子どもたちの元気な声と笑顔あふれるまちづくりへの発展にもつながっていくものと考えています。

未来を担うかけがえのない 命を守るために

小児科のご紹介



～人間性をおしつぶすものに対して、あくまでも抵抗していく素直な根性をもった人間のことを「サムライ」と私は呼ぶ。子どもはまさに小さなサムライたちである（吉岡たすく；児童文化研究家）～。

子どもは繊細でまっすぐです。「だからこそ」周囲の大人の言動が彼らに及ぼす影響は計り知れないものがあると思います。わたくし自身も、人にほめられたことはもちろん記憶にあるのですが、意味も無く怖い顔をされたり、他人がしでかしたことを誤解されて、ほっぺに張り手をもらったり、人前で恥をかかようなことをいわれて傷ついたことの方が不思議と強く頭に残っていて、今でもあの当時の光景が鮮明によみがえることがあります。こちらの思いがけず発した言葉や何気ない態度が、ある児には衝撃だったり、ある児には将来まで心に深い傷をのこしたり。実はこの現象は脳の「扁桃核」といわれる、「快・不快」を感じる場所で無意識に行なわれています。それならば、「楽しいこと」「うれしいこと」をたくさん刷り込んであげて、嫌な見聞・体験が、扁桃核に入り込む隙がないようにしてやればいいのです。そして、苦手だと思ふマイナスの感情をこちらが受け止め、達成できたことをしっかりと褒めてあげることで「嫌で辛かったこと」が最終的に「ちゃんと出来た、嬉しい」というプラスの感情として脳の「扁桃核」にインプットされれば、それはまさに幸せ脳になります。

こんなことを考えながら、診察室では彼らに接するときは、常に「敬意を払って」対応することを心がけています。採血や点滴など、どうしても痛みをとまなうような場合にはあらかじめ本人に必要性をお話しして、できるだけ気持ちをもりあげるように彼らの間合いで行なうようにします。もちろん、親御さんの協力あってのことですが。ときに、聴診器のベルが肌に触れるのがたまらなく不快になるお子さん（知覚過敏）や、のどを観察する際に使用する光源が苦手なお子

さん（光過敏）がいらっしゃいます。そんな彼らの特性を理解して彼らのペースでゆったりした気持ちで時間を共にします。診察室での主役は彼ら彼女らですから。

親御さんに対しても、何をおいてもお子さんを当科につれてきて頂いたことに感謝しながら、ねぎらいの気持ちで接します。お子さんは、そんなところもみているものです。手前みそではありますが、我が小児科スタッフはそれがごく自然にできているものと自負しておりますがいかがでしょうか。

我々のプロフェッショナルとしての根幹は、あくまで「診療」であり、さまざまな症状から病気であるかどうかを判断し、解決に導いていくことにあります。しかしながら、そのことだけに止まらず、小児科医として、お子さんの将来にむけて、ひとりひとりの価値を高め、輝きを支えていくことだと考えています。生まれたばかりの赤ちゃんから、悩み多き思春期女子/男子まで、心身ともに未熟な小さなサムライが、御國を支える成熟した真の「サムライ」に成長していくことを願って。診察室を訪れてくれるお子さんから、いつも沢山のことを学ばせてもらっています。その代わりに、といっは何ですが、我々は、彼らが「心の底」から、いや、「脳みそ」からワクワクしてもらえよう、僭越ながら日々エールを送りつづける伴走者でありたいと思っています。

医療局長 江渡 修司



診察室には子ども達からの絵や手紙がたくさん飾られています。

< 市立三沢病院小児科の受診時間帯 >

予約・予約変更はお電話でも可能です。上記の他、小児救急にも対応しています。

受付時間

9:00～11:00
●●●●●●●●●●
診察内容によって
13:00～16:00

月

一般外来
●●●●●●●●●●
予防接種
慢性外来

火

一般外来
●●●●●●●●●●
乳児健診

水

一般外来
●●●●●●●●●●
心臓外来
神経外来

木

一般外来
●●●●●●●●●●
慢性外来
腎臓・免疫外来

金

一般外来
●●●●●●●●●●
腎臓・免疫外来



Dr. Suzuki お母さん方の気持ちに寄り添い、子どもさんにできる支援を

病院を受診することは、御本人・御家族にとっては一大事で大変な事と思いますので、診察により安心感を得て、気持ちが軽くなってから帰宅して貰いたいと願いながら診察しています。アレルギーを専門としているので、特にその始まりと考えられている赤ちゃんの湿疹には目を光らせています。ガサガサに痛んだ皮膚が、赤ちゃんの本来のきれいなもちもちのマシュマロ肌改善されていくのを見るのは大いなる喜びです。また、赤ちゃんのおへそのヘルニアに対しても、積極的に治療しています。

小児科医長 鈴木 友希

時に親のように、時に友人のように

Dr. Yuzawa

「医師と患者」としてだけでなく、時に「親」のように、時に「友人」のように、子ども達の気持ち、そしてご家族の想いに寄り添いながら診療していきたいです。子ども達はこれからの未来の担い手です。健やかに育っていけるように、そして、笑顔あふれる毎日を過ごせるように、小児科医として微力ながらサポートしていければなと思っております。

小児科医長 湯沢 健太郎



Dr. Oku たくさんの事を学んで成長していきたい

診察しながら皆様からたくさんの事を学んで成長していきたいと思っております。よろしくお祈りいたします。

小児科医長 奥 詩織

それぞれの家庭によって

Dr. Fujita

お子さんの生活環境や健康状態は違います。そのため、我々小児科は、保護者の皆さんとの協力関係が不可欠です。「いつもと違う気がする」「なんとなく調子が悪そう」といった保護者の皆さんの感覚が、お子さんの異変を早めに察知するカギになるかもしれません。限られた診療時間ですが、何か解決策が見つかるかもしれませんので、心配事があれば、気軽にご相談いただければと思います。

小児科医 (現：弘前大学医学部附属病院) 藤田 真司



よくある症状の対処法

困ったときの対応について、知っておくと「心配だから受診しました」と感染リスクの高まる状況を回避できたり、逆に状態が悪化する前に受診することができたり、正しい病院のかかり方がわかると親も子ども体と心の負担がずっと減らせるかもしれません。

熱が出たとき

41℃までは熱だけで脳神経が障害されることはありません。水分を十分にとる、水枕や氷のうで冷やす、水分が取れない、寝付けない場合等熱で困ったことがおきたら解熱剤を使用したほうがよいでしょう。3か月未満の乳幼児や病院で治療を受けているが5日以上高熱が持続する場合は迷わず病院を受診してください。

咳が出たとき

咳は、のどや気管に付いた異物や病原体、痰を押し出し、排除する作用がありますのでただ止めてしまうのは、かぜの治りを遅らせます。部屋を加湿する、上半身を高くして、せき込んでも負担がかからないような姿勢を取らせ、水分を十分に与えましょう。ただし、犬が吠えるような咳で息を吸うときゼーゼーする時、こんこんとせき込んだ後に息を吸うときにヒューとなる場合は注意が必要です。早めに病院を受診してください。

嘔吐、下痢のとき

嘔吐と下痢により水分と電解質が失われます。軽症から中等症であれば、自宅で口から水分摂取を試みましょう。重症（腹痛が強いとき、粘血便が出ているとき、嘔吐を繰り返すとき、高熱が出ているとき、お腹が張っているとき、顔色が悪いとき）は病院を受診してください。激しく吐いた後は最低でも数分～10分間にも口に入れず様子をみましょう。下痢のときは、便と同じ固さの食べ物を摂取しましょう。

<こども医療電話相談事業>



夜間・休日のこどもの症状にどう対処したら良いか、病院を受診した方がよいかなどの判断に迷った時、小児科医・看護師に電話で相談できます。

電話番号： #8000 または 青森県専用ダイヤル 017-722-1152

利用時間： 平日 19:00～翌朝8:00 土曜日 13:00～翌朝8:00 休日 8:00～翌朝8:00

NEW FACE

新入職者紹介2021



事業管理者
伊藤 悦朗

令和3年4月1日から三沢市立三沢病院事業管理者に就任いたしました 伊藤悦朗です。よろしくお申し上げます。

かねてより医師の地域偏在が指摘される中、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、地方の自治体病院を取り巻く環境はさらに厳しさが増えています。その中において、当院においては、全国でもいち早く発熱外来用プレハブを設置するなど、地域住民の命と健康を守るため、病院職員が一丸となって鋭意努力しております。

また、上十三地域の中核病院としての責任と役割を果たすため、最先端のPET-CTや、手術支援ロボット「ダヴィンチ」を運用してきました。さらに、将来の地域医療を見据えた医療連携を進めるため、地域医療連携推進法人「上十三まるごとネット」を設立したところです。

三沢市立三沢病院は、当市のスローガンである「未来へつなぐ 心安らく 国際文化都市」の理念のもと、診療は勿論ですが、学術学問を追究することで数多くの学術論文の発表を行い、さらには院内医誌を刊行して、最高の医療、先端の医療を住民に提供することを心がけております。また、当圏域内で唯一周産期医療を取り扱っている公立病院として、その任を果たす努力をしています。

一方で地方の公的医療機関に押し寄せる勤務医の不足と欠如は、何にもまして深刻で当院も例外ではありませんが、これらの医療水準と医師を確保していくため、さまざまな努力をしています。例えば、先進的な院内保育所を設置することで労働環境を整えているほか、海外研修を含め様々な研修への派遣を積極的に展開し、向学心に燃える医師及び医療スタッフのキャリアアップに努めております。今後においても、市民の皆様から信頼されるよう職員一同自己研鑽に努め、スローガンである「良質な医療を提供する病院」「信頼される病院」「やさしい病院」を目指してまいります。今後とも、三沢市立三沢病院をよろしくお申し上げます。



職名(所属)
氏 名

- 趣味・特技
- 抱負



医師(産婦人科)
田村 良介

- バイク
- 本年度より、三沢市立三沢病院に着任しました。産婦人科の田村です。地域の産婦人科医療に貢献しながら自分自身も医師として成長できればと思っています。よろしくお申し上げます。



医師(放射線科)
石崎 海子

- ピアノ・バレーボール
- 慣れない環境での勤務は不安ですが、優しい方ばかりで救われる思いです。頑張ってお参りますので宜しくお願いいたします。



医師(小児科)
奥 詩織

- 料理
- 小児科一年目として、まだまだ未熟ですが一日でも早くお役に立てよう日々励んで参ります。



臨床研修医
長岡 裕太郎

- 服、ワイン、音楽・マリimba演奏
- はじめまして。三沢市立病院に愛し愛されて生きていける様、自分らしさを出しつつも三沢に馴染んでいければと思います。



診療放射線技師
川井 美幸

- 映画鑑賞、ヨガ、マンガを読むこと
- 仕事を覚えるまで、ご迷惑をおかけすると思いますががんばりますので宜しくお願いいたします。



助産師兼看護師
(3階西病棟)
神 美涼

- 子供達の部活の試合観戦
ひとりでゆっくり録画したテレビ番組を見るのが好きです。
- 少しでも病院、患者様の役に立てよう微力ではありますが、精一杯楽しく働いていけたら良いです。



助産師兼看護師
(3階西病棟)
清信 美菜実

- 旅行
- 早く仕事に慣れ、患者様・ご家族に寄り添った看護を提供できるように頑張ります。



看護師
(2階東病棟)
橋本 愛

- DVD鑑賞
- 命を預かる者としての責任を自覚し、知識・技術の向上、安心して入院して頂くために患者様やご家族に寄り添った看護を提供していきたいと思っています。



看護師
(3階西病棟)
佐藤 青衣

- サッカー、フットサル
- 看護学校を卒業したばかりで看護技術も知識もとぼしい状況です。不安は多くありますがそれでもなりたかった看護師になれたので日々努力していきたいです。



医事係長
(医事課)
木村 有乃

- 旅行(自粛中)
- 一日も早く戦力になれるようがんばります。



看護師
(3階西病棟)
附田 朝美

- 映画鑑賞
- がんばりますのでよろしくお願い致します。



看護師
(2階東病棟)
山本 江良

- 飼い猫観賞
- 一生懸命頑張ります。よろしくお願い致します。



看護師
(4階東病棟)
山本 未来

- 読書、ゲーム
- 看護師として向上心を持ち、知識・技術を高めていきたいと思っています。



看護師
(4階西病棟)
蛸名 眞央

- ラーメン巡り、大食い
- 積極的に何事にも向き合い取り組んでいきたいと思っています。



主事
(医事課)
袴田 昌平

- つり、オカルト
- 医事課システム係での仕事に早く慣れ、業務に邁進してまいりますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



看護師
(3階東病棟)
下斗米 美穂

- ドライブ
- 早く病院のシステムに慣れ、市民の皆さんに貢献できるよう頑張ります。



看護師
(2階東病棟)
馬場 夏美

- ふらり旅
- がんばります。



看護師
(2階東病棟)
石川 陽菜

- YouTube、映画、ドラマ鑑賞
- 地域の方の役に立ち、信頼される看護師になれるよう日々努力していきたいと思っています。よろしくお願い致します。



管理課長
(管理課)
山本 新一

- 家庭菜園
- コロナウイルス対応などで大変な時ですが知恵をだしあい、困難を乗り越えたいと思います。



主事
(管理課)
沼田 有里子

- バスケ
- 病院業務は初めてですが、たくさん知識をつけ、早く覚えられようようがんばります。よろしくおねがいします。



発熱外来のご案内

当院では、患者さんが安心して受診できるように発熱外来を設けており、発熱、風邪症状がある方は、通常の診察室とは別の場所で診療を行っております。発熱外来は、予約制となるため、お電話にて日程の調整をいたします。ご連絡の前到来院時に使用される車両の車種・色・ナンバーの確認をお願いします。（お車でのお来院が難しい方は、ご連絡の際にご相談ください。）あらかじめ12時までにお電話をいただいた方の対応といたしますが、症状によってはその限りではございません。

- 🚗 お車のままプレハブ周辺でお待ちください。時間になりましたらスタッフがお車まで受付に伺います。
- 👤 必ずマスクの着用をお願いします。
- 📄 保険証と公費受給者証をお持ちの方は、持参ください。
- 🚻 トイレは済ませてから来院してください。
- 💰 発熱外来の受診費用は後日精算となります。体調が回復する約2週間後を目途に来院してお支払いいただくかお電話にて金額と振込先をご確認いただき入金して下さい。



※正面玄関を横切り、有料駐車場へお入りください。右奥へ進み、右折して進むと右手にプレハブが見えますので、その周辺でお待ちください。



三沢市立三沢病院

☎033-0022

青森県三沢市大字三沢字堀口164番地65号

電話 番号：0176-53-2161（代表）

F A X 番号：0176-53-2173

<http://www.hospital.misawa.aomori.jp>