

おしえて、聞かせて 青森市民病院 医療最前線

青森市民病院情報誌

# ほほえみ

平成29年春・夏号 (Vol. 86)

地へ医療の

患者支援活動をすすめる

「ファッションショーの

バトンを受けて」

■病院食レシピ紹介  
シリーズ第7弾  
季節の献立

■新任医師紹介

■看護局ニューフェイス紹介

■ウインターコンサート2016

■平成29年7月2日  
サマーフェスティバル  
開催決定

シリーズ⑩

「おらほの自慢のお医者さん」

青森市民病院 副院長

豊木 嘉一



# おらほの街の自慢のお医者さん シリーズ⑩

シリーズ⑩は、青森市民病院の副院長である、豊木嘉一先生です。先生にはお忙しい中、取材の時間を作って頂きました。



「誠実」

青森市民病院 副院長

豊木 嘉一

## ●ご出身は？

北海道は札幌出身です。大学から弘前です。

## ●好きなスポーツは？

私は小中高大学と野球をやっていました。甲子園は目指しましたが・・・というところなんです。今やっているのは野球とゴルフとスキーぐらいです。

## ●医者になろうとしたきっかけは？

現在、“がんの告知”は当たり前ですが、私が高校生の頃は当たり前ではありませんでした。その頃、“がんの告知”について特集していたテレビを見て、心療内科的にもがんの治療ができたことに興味がわき、医者になろうとしましたのが始まりです。結局外科医になりましたが・・・。

外科での専門は、肝臓、膵臓、胆道系の俗に言う肝胆膵です。学生の時の最初の病棟実習が消化器内科で、担当し

た患者が肝硬変の方でした。初めての患者でしたので訳も分からず肝臓について勉強し、再生する肝臓という臓器を「面白い」と思い始めた頃、当時弘前大学第2外科の講師をされていた佐々木先生が生体肝移植（この頃全国的にも最先端を行っていた外科チーム）について取り組んでいた影響もあり、手に技術を持った方がいいと思いい内科よりも外科の道に進みました。特に大学では肝移植を主に行っていました。大学での生体肝移植患者が50数名いたのですが、全ての患者に関わることができました。

### ●大切にしている言葉は？

「誠実である」という言葉が好きです。

私自身、ある物事に対して、人に接する時でも誠実でないといけないという思いがあります。

もう一つは白洲次郎の「富める者は心して生きよ」という言葉です。私の中ではこの言葉が「誠実である」ということと通じているなど感じています。白洲次郎は私の大好きな人物の一人です。すべてにおいて「かつこいいい」人です。富める者とは、単に裕福ということではなく、知識

や心意気などの目に見えないものも含んでいると思っけています。そういった人はやはり、ちゃんと生きないといけないということだと思っけています。

### ～白洲 次郎（しらす じろう）について～

白洲次郎（1902年2月17日-1985年11月28日）は、日本のオピニオンリーダー、官僚、実業家。終戦連絡中央事務局次長、経済安定本部次長、貿易庁長官、東北電力会長などを歴任した。兵庫県芦屋市出身。連合国軍占領下の日本で吉田茂の側近として活躍し、終戦連絡中央事務局や経済安定本部の次長を経て、商務省の外局として新設された貿易庁の長官を務めた。吉田茂の側近として連合国軍最高司令官総司令部と渡り合い、「従順ならざる唯一の日本人」などの評を得るに至る。吉田政権崩壊後は、実業家として東北電力の会長を務めるなど多くの企業の役員を歴任した。



### ●尊敬する医師は？

弘前大学の外科の前教授の佐々木先生をはじめ、医局の先輩方はみんな師匠ですし憧れですが、肝胆膵の分野で手術的にも素晴らしいと思っけているのがうちの院長の遠藤正章先生です。

また、世界の肝胆膵外科のリーダー的存在であった元北海道大学教授（名古屋大学出身）の故近藤哲先生という方が、私が目指す手技、技術、考え方を持っつ先生でした。

この二人は尊敬に値する方々です。

### ●青森市民病院に期待することは？

ここに来て1年が経過しましたが、良いと思っけることを実行できる環境がもつともつとあれば今以上に良くなるかなと思っけています。もつともつと新しいことに対して食欲に求めることがいい病院になれる条件のひとつかなと思っけています。

### ●研修医や医者を目指す若者に対して

外科の若い医師には、「夢は必ず叶う、努力すれば報われるなんていうのは嘘だ。夢は大抵叶わないし、努力しても



お城めぐりは楽しいです！

報われないし・・・。だけど、だからどうした？悔しかったらもっと努力するしかないだろう。明日は今日の自分を超える」という内容の文章を印刷して渡しています。(後記)



研修医の先生方と。

●「ほほえみ」読者の皆さんへ一言  
私の専門である肝胆膵の外科は消化器外科の中では一番遅れています。診療的にはまだまだ難治の領域です。なので、困ったこと、悩んでいることがあれば気軽に声を掛けて頂ければ嬉しく思います。分からないことがあれば聞いて下さい。

がんばってれば、いつか報われる。  
持ち続けられれば、夢はかなう。  
そんなのは幻想だ。  
たいてい、努力は報われない。  
たいてい、正義は勝てやしない。  
たいてい、夢はかなわない。  
そんなこと、現実の世の中ではよくあることだ。  
けれど、それがどうした？  
スタートはそこからだ。  
技術開発は失敗が99%。  
新しいことをやれば、必ずしくじる。  
腹が立つ。  
だから、寝る時間、食う時間を惜しんで、何んでもやる。  
さあ、きのうまでの自分を超えろ。  
きのうまでのHondaを超えろ。  
負けるもんか。

# 青森市民病院 レシピ紹介 第7回 季節の献立



市民病院では、入院中に少しでもお食事を楽しんでいただけるように、「季節の献立」があります。「夏の献立」は6～8月にかけて登場する献立で、みょうがの田楽・冷たい麺など、旬の食材を使ったり、季節感がある料理を取り入れています。今回はその中から夏野菜のなすやかぼちゃを彩りよく使った「夏野菜カレー」をご紹介します。病院食ではありますが、まるで喫茶店のランチのようになっていますよ！

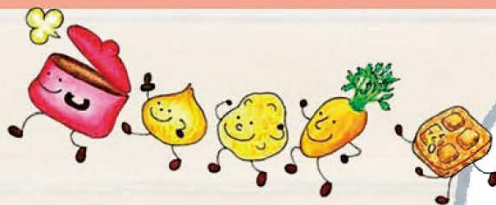
## ★夏野菜カレー(約4人分)

・ご飯	200g×4人分	
・豚もも挽肉	260g	
・たまねぎ	中1.5個(350g程度)	
A	・なす	中1本(120g程度)
	・パプリカ(赤)	1/2個(120g程度)
	・かぼちゃ	1/4個(160g程度)
	・アスパラ	2本(40g)
	・カレールー(甘口)	2人前(30g)
・カレールー(中辛)	2人前(30g)	
・牛乳	大さじ1(15g)	
・油	大さじ1(12g)	



## <作り方>

- ① 野菜の下ごしらえをする。
  - ・玉ねぎ…みじん切り
  - ・なす…1センチくらいの輪切りにする。
  - ・パプリカ…種を取りタテに4等分し、更にヨコ半分にする。
  - ・かぼちゃ…種を取りスライスする。
  - ・アスパラ…硬い下の部分を切り落とし1/2本にする。
- ② Aの野菜に火を通す。
  - ・なす、パプリカ…油をスプーンの背で表面に塗り、トースターで焼く。
  - ・かぼちゃ…耐熱皿に重ねずに敷き詰め、ラップをし電子レンジで加熱して火を通す。(500W2～2分半程度。つまようじが刺さらないようであれば時間を追加。)
  - ・アスパラ…ゆでる。
- ③ フライパンに豚もも挽肉、みじん切りにした玉ねぎを炒め(油は使わず)、火が通ったら水(分量外)を入れる。一煮立ちしたら、一旦火を止めてカレールーを溶かし入れる。再び火にかけて牛乳を入れ、とろみがついたらカレーのできあがり。
- ④ お皿にご飯を盛り、カレールーをかけてから、Aの夏野菜を彩りよく盛り付ける。



## <1人分の栄養価>

エネルギー:603kcal  
たんぱく質:23.5g  
食塩相当量:1.8g

## 1日の食塩相当量目標値

男性:8g未満  
女性:7g未満

## ★アレンジ★

市販のカレールーは、塩分・脂質が多く含まれているものが多いです。野菜を具たくさんにし、汁を少なくすることで、ルーの使用量を減らすことができます。

今回のカレーは挽肉を使用しているため、水とルーを減らして、ドライカレーのようにしても美味しいですよ。

また、キノコ類(しいたけ、エリンギなど)をみじん切りにして加えればボリュームも出て食べ応えも増えます。

# 新採用ドクター紹介

今春から、9人の新しい先生が青森市民病院にきてくれました。自己紹介をお願いしました。

- ①所属、職名
- ②氏名
- ③出身地
- ④趣味・特技は？
- ⑤好きな言葉は？
- ⑥今後の抱負



- ①外科 部長
- ②神 寛之
- ③青森市
- ④スキー、キャンプ、寝ること
- ⑤ほどほどに
- ⑥5年ぶりに青森市民病院に戻りました。またよろしくお願ひします。



- ①外科 部長
- ②中井 款
- ③南津軽郡田舎館村出身、青森市育ち
- ④趣味：野球観戦、ドライブ  
特技：特にありません。
- ⑤これと言ってありませんが、「丁寧」に仕事をすることを心がけています。
- ⑥地域の外科診療のために頑張りたいと思いますので、宜しくお願ひ致します。



- ①循環器・呼吸器内科 部長
- ②丹野 倫宏
- ③青森県三沢市
- ④卓球、自転車
- ⑤朝のこない夜はない
- ⑥青森市の医療に貢献できるようにがんばります。



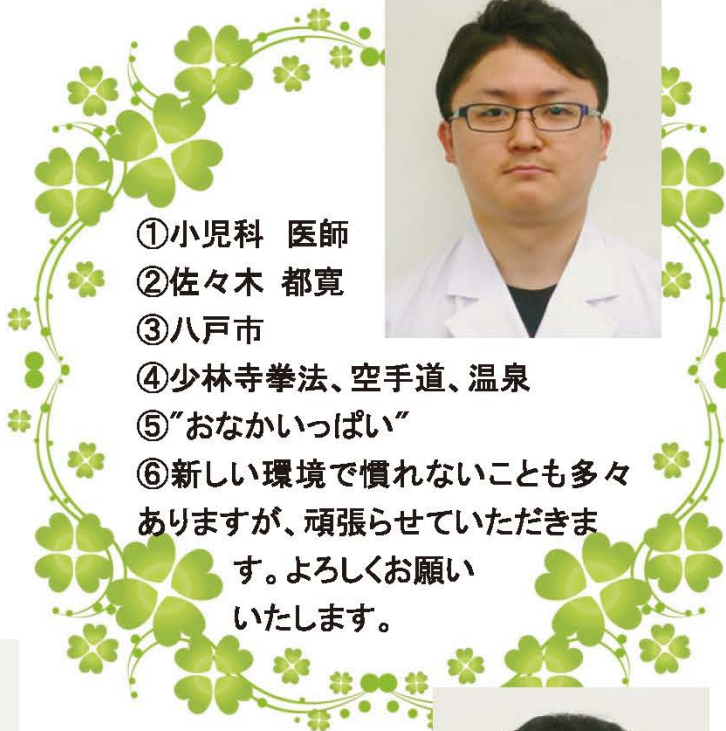
- ①外科 医師
- ②原 裕太郎
- ③北海道
- ④野球・温泉
- ⑤人間万事塞翁が馬
- ⑥笑顔で穏やかにがんばります。よろしくおねがひします。



- ①循環器・呼吸器内科 医師
- ②川村 陽介
- ③十和田
- ④テニス
- ⑤正直
- ⑥地域の皆様に貢献できるよう  
努力します。



- ①小児科 医師
- ②佐々木 都寛
- ③八戸市
- ④少林寺拳法、空手道、温泉
- ⑤“おなかいっぱい”
- ⑥新しい環境で慣れないことも多々  
ありますが、頑張らせていただきま  
す。よろしくお願いいたします。



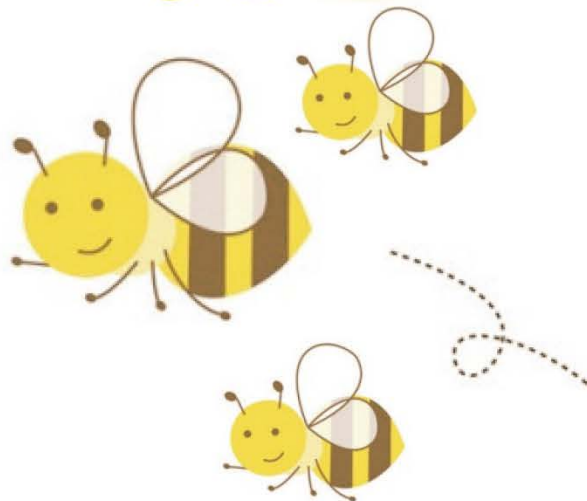
- ①小児科 医師
- ②柗谷 遥香
- ③青森県青森市
- ④バレーボールが好きです。
- ⑤なんとかなる！
- ⑥研修医として2年間お世話になった病  
院で、小児科医としてスタートできること  
を嬉しく思います。少しでも  
皆様の役に立てるよう一生  
懸命がんばりますので  
よろしくお願いいたします。



- ①糖尿病・内分泌内科 医師
- ②山一 真彦
- ③青森県八戸市
- ④登山
- ⑤一期一会
- ⑥青森市の医療に少しでも貢献で  
きるように頑張っていきますので  
よろしくお願いいたします。



- ①消化器内科 医師
- ②鈴木 友香理
- ③青森県青森市
- ④クラシックバレエ
- ⑤ありがとう
- ⑥まだまだ未熟ですが、日々成長  
できるよう頑張りたいと思います。



# 看護局ニューフェイス紹介

今年も4月に新人さんが配属されました。早く職場になじめるようがんばっていますので、見かけたら一言、励ましのお声をかけてください！

- ①氏名
- ②勤務場所
- ③血液型
- ④休日の過ごし方
- ⑤特技
- ⑥好きな食べ物
- ⑦抱負



- ① 蝦名 明日香
- ② 2東病棟
- ③ A型+
- ④ 祖母とドライブに行きます。
- ⑤ 編みぐるみ
- ⑥ お餅の入ったアイス
- ⑦ 笑顔を絶やさない看護師になります！



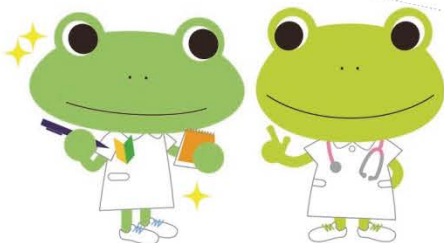
- ① 町田 幸
- ② 3西病棟
- ③ B型
- ④ 友達と遊ぶ
- ⑤ なし
- ⑥ 煮干しラーメン
- ⑦ 1日でも早く仕事をできるように。



- ① 八木橋 菜美子
- ② 4東病棟
- ③ B型
- ④ 寝てます。
- ⑤ 華道（創生流、雅名菜泉）、趣味はお相撲です。（見ることです）
- ⑥ 麺類
- ⑦ 迷惑かけずに頑張る。



- ① 滝吉 巧
- ② 手術室
- ③ O型+
- ④ 料理、映画鑑賞
- ⑤ 声芸
- ⑥ 甘いもの、辛いもの
- ⑦ 今日の自分よりも明日の自分を優秀にするために、一生懸命頑張ります





- ① 熊谷 美和 ②HCU
- ③ O型
- ④ 子供たちと遊ぶ（ほとんど鬼ごっこ）
- ⑤ 英検2級（しゃべれないけど）
- ⑥ パスタ
- ⑦ 1日1日を大切に精一杯頑張ります。



- ① 金澤 英
- ② 5東病棟
- ③ A型
- ④ 卓球、読書(漫画、推理小説)、トレーニング
- ⑤ 書道
- ⑥ 甘い物(スイーツ)\*但し、現在制限中
- ⑦ 患者さんの事をよく考え、自分の長所を活かした看護を届けていきたいと思います。



- ① 竹内 こすえ
- ② 3東病棟
- ③ B型
- ④ ドライブ、ライブに行くこと
- ⑤ 特になし
- ⑥ エビチリ
- ⑦ 早く業務を覚えられるようにします。



- ① 辰巳 遙
- ② 6西病棟
- ③ AB型
- ④ 家でゴロゴロ。最近クルマを買ったからたくさんドライブする予定！
- ⑤ なし
- ⑥ 春雨料理、焼きプリン
- ⑦ 一日も早く、先輩看護師に信頼され、一人でも動けるようになる。



- ① 木村 真希子
- ② 7東病棟
- ③ B型
- ④ 子供と遊ぶ
- ⑤ なし
- ⑥ お菓子
- ⑦ がんばる！



- ① 坂本 大典
- ② 7西病棟
- ③ AB型
- ④ 釣り
- ⑤ サッカー
- ⑥ ラーメン
- ⑦ いち早く、スタッフの一員として業務を行う



- ① 荒 千明
- ② ICU
- ③ A型
- ④ 映画鑑賞
- ⑤ バドミントン
- ⑥ 焼き肉、お寿司
- ⑦ まだまだ分からないことだらけですが、頑張ります。



# ウインターコンサート 2016

平成 28 年 12 月 11 日に青森市民病院ウインター  
コンサート 2016 が行われました。

コンサート開演直前には小野寺青森市長が公務の合間をぬって駆けつけ、「バンド演奏を楽しんでいただき、病気が早く治りますよう心からお祈りしております」と患者さんへ励ましの言葉をかけてくださいました。コンサートではさくらだ整形外科クリニック、田村内科医院、岩谷整形外科クリニック、佐々木胃腸科内科の各院長先生方のご協力のもと青森市地域医療連携バンドが演奏し、ゲストボーカルとして県立中央病院竹森先生、おきだてハートクリニック工藤先生、南内科循環器科医院の南先生、ESTクリニック角田先生、女性ボーカル美奈子さんに熱唱していただきました。また消化器内科和田先生、外科桜庭先生、循環器内科祐川先生と看護師さんによる「恋ダンス」は、軽快なリズムとダンスで皆さんを明るく元気な気持ちにさせてくれたのではないのでしょうか。



# Fashion Show



青森市民病院ウインターコンサート2016

あおりサバイバーズミニコレクション

H28.12.11(日)

## 地方病院での患者支援活動を考える-ファッションショーのバトンを受けて-

近年、乳がん学会、癌治療学会などでは「患者さんのためのセミナー」が開催され、医師、看護師、薬剤師、メディカルスタッフなどと共に、患者さんも沢山参加しているのですが、青森県の患者さんに出会うことはなく、寂しく感じておりました。

そんなある日、とある患者さんが、昨年の乳癌学会の翌日に行われた Breast Cancer Festival に参加しました。その患者さんから「参加してとても良かった。患者さんのためのファッションショーを地元の人たちにも見てもらいたい。気後れ気味の患者さんも元気になるだろうし、家族も医療者も笑顔になれると思う。是非、病院の中でやりたい！」と昨年の10月に、たまたま院外の別なイベントで伝えられました。そのときの訴える目と話しぶりが今までになく輝いていたので、二つ返事で「当院でやりましょう！」と答えたのが事の発端です。

公立病院では、前例のないことはあまり受け入れられないことが多いように思われがちです。しかし「患者さんのためのイベントなら是非やりたい！」と後押ししてくれる職員たちがいたことによって、今回の実現に至りました。日程はウインターコンサートの第一部として行うことが11月初めに決定しました。準備期間も少なく、予算にも限りがありましたが、実際にファッションショーに参加されたことのあるお二人の方がお手伝いに来ていただけたので、衣装を借りること、モデルをしたいという患者さんを募集することができました。

当院でのファッションショーは200人超の観客と中央・地元マスメディアの見守る中、行われました。「今ちょっと大変だけど、いつかは私も・・・」「元気が出ました」という感想が、イベントを観覧したがん以外の患者さんからも寄せられました。

衣装協力していただいた地元の服飾専門学校の先生が「学生が卒業制作で作ったこの服にまた光が当たる機会をいただき感謝します」と、患者さんのサポートは地域とスクラムを組んで行うことにこそ意味があると教えられました。当院では今後も様々な形で支援活動をしていく予定です。

外科 部長 川嶋 啓明

## サマーフェスティバル 2017 開催のお知らせ

平成29年7月2日(日)午後1時～3時半

青森市民病院中央待合ホール特設会場にて、サマーフェスティバル 2017 を開催します。市民公開講座とコンサートの2部構成で、今年は産婦人科部長の佐藤先生と、眼科部長の中村先生が講演をします。

午後2時からは、ザ・医局バンドの歌とダンスのパフォーマンスで、患者様や市民の皆様元気になっていただきたいと思います。ゲストには、透明感のある歌声が素敵な Sinon さんと、昨年も出演していただいた県内唯一のアルパ奏者の小野華那子さんなどをお迎えします。どなたでもお気軽にご覧いただけますので、是非会場にお越しください。当日は駐車場も無料となりますので、駐車券をお持ちください。

## 新たな **音** 動

地域交流型のコミュニケーション活動として  
浦町中学校(つばさ学報)園芸部による正面玄関  
ロータリー花壇整備がはじまりました。  
みなさん知っていましたか？

### 編集後記

昨今、新聞で市民病院は赤字です、なんていう記事が出ています。病院は税金で運営されているので、納税者の方々のお金を無駄に使ってはいけません。我々は皆様よりお預かりしたお金を有効に使わないといけません。しかし、公立病院ですので、民間にはできないこともやらないといけません。たとえば救急外来。救急外来を開いているだけで、光熱費や人件費、そして、材料代がかかります。これは、明らかに不採算部門です。しかし、どこかの病院が担当しないとイケないのです。やはり、青森市の場合、予算やマンパワーの関係で、救急は県病と当院に頼らざるを得ないのが現状です。今後、新都市病院も頑張ってくれると思いますが、今のところは未知数です。皆様には、ご理解のほど、よろしくご厚意申し上げます。

広報委員会 和田豊人



当院は(財)日本医療機能  
評価機構認定病院です。

### 理念

私たちは、安全で良質な医療の提供と、みなさまに信頼される病院を目指します。

### 基本方針

1. 中核病院として、地域医療の確保と医療サービスを提供します。
2. 常に患者の立場に立って、患者の話をよく聴き、安全で親切な医療を提供します。
3. 地域医療の発展のため、優れた医療人を育成します。
4. 良質な医療は健全な経営の上に成り立つことを自覚し、病院運営に参加します。