

中病だより



自衛隊中央病院
総務部総務課発行
令和3年度
第1号

新年度に向けて



明るい日差しに新緑の生える爽やかな季節となりましたが、皆様方におかれましては、健やかにお過ごしのことと存じます。自衛隊中央病院では、多くの定期異動や新規採用者に加え、新卒看護官三十二名、放射線技師養成所の新入生二十一名、職業能力開発センタールの入所者二名を迎え、新年度をスタート致しました。

さて、新型コロナウイルス感染症の猛威は、いまだ衰えを知らず、各地で医療の逼迫が生じている状況であり、一日も早く平常を取り戻すための努力を続けなければなりません。

こうした中、自衛隊中央病院は、防衛大臣の命を受け、新型コロナウイルス感染症の終息に向けて、高齢者へのワクチン接種を促進するため、自衛隊東京大規模接種センターの運営を行うこととなりました。本任務の円滑な遂行のため、内局、各幕、そして陸上総隊、

各方面、補給統制本部等の多大なるご支援とご協力を頂き、日夜努力を重ねているところです。ワクチン接種の加速は、新型コロナウイルス感染症に立ち向かうための国家を挙げて行われており、防衛省自衛隊は、この一部を依頼され、自衛隊中央病院は、これに正面から取り組みます。新型コロナウイルス感染症患者を含む平素の診療や、医療従事者の教育、即応態勢の維持も並行して実施し、多岐にわたる院務運営を継続してまいりますが、ご利用頂いている方々には一部ご不便をおかけすることもあろうかと思ひます。ご理解とご協力をお願い致します。

また、新型コロナウイルス感染症への対応を通じて、内外から数多くのご支援及びご声援等を賜り、この場を借りて厚く御礼申し上げます。今後も、職員一丸となって、わが国の平和と独立を守る自衛隊の使命の下、自衛隊医療の中核として、また、地域の皆様に安心と信頼を提供できる病院として、変革を加速し、実力を進化させ、公共性の高い活動を軸とした院務運営を行ってまいりたいと考えております。皆様のご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

令和三年五月吉日

自衛隊中央病院長

防衛技官 福島 功二

新着任副院長紹介



副院長(陸)
陸将 松木 泰憲

令和三年三月二十六日付で自衛隊中央病院副院長兼ねて企画室長を拝命いたしました松木と申します。昨年来の新型コロナウイルス感染症対応において、武漢からの邦人輸送やタイやモンド・プリンス号からの感染患者受け入れをはじめ、即応性や質の高い医療の提供によって内外から高い評価をいただいている自衛隊中央病院の一員として勤務できる誇りと、使命の重さを日々感じながら職務に取り組んでいます。

当院は部内外機関等と連携して、東京大手町に「自衛隊東京大規模接種センター」を開設し、五月下旬から約三カ月間運営いたします。新型コロナウイルスに対するワクチン接種の拡大は、感染終息に向けた切り札であり、接種が進んだ諸外国では、自衛隊の緩やかなる提供により、安全なワクチン接種の提供に病院一丸となって準備を進めてまいります。

また当院は近年、東京都の二次救急指定医療機関となり、救急車受入れが年間約六千台に達するとともに都で四番目の第一種感染症指定医療機関となる等、地域医療への貢献を通じて、自衛隊衛生として保持すべき救急・外傷や感染症への対応能力を着実に深化させてきています。

我が国を取り巻く厳しい安全保障環境の中、自衛隊の最終後送病院である当院は、自衛隊衛生の中核として各種事態に即応し、実効性ある対応で結果を出すことを求められています。福島病院長の統率方針である「常在戦場」の気概を持ち、当院に与えられた任務を完遂できるよう病院長を支え、精進してまいります。

新最先任上級曹長紹介



最先任上級曹長
准陸尉 松里 和外

青葉の候、皆様におかれましてはコロナ禍にあっても、なお一層のご活躍のことと存じます。平素より多くの部内・外の方々に、格別のご支援ご協力を賜り感謝申し上げます。

令和三年三月十五日付で自衛隊中央病院第四代最先任上級曹長に上番いたしました松里准尉です。微力ではありますが、自衛隊中央病院の院務達成の為に誠心誠意努めてまいりますので、ご指導ご支援賜りますようお願い申し上げます。

さて、自衛隊中央病院は、昨年二月に開始した新型コロナウイルス感染症に係る災害派遣活動及び市中感染における継続的な感染患者の受入れにより部内・外より多大なる評価及び信頼を頂きました。これらの任務遂行は、病院職員の院務達成への高い意識によるものと確信しております。そして私自身も、本活動を通じて自衛隊中央病院の任務、地位・役割を再認識する事ができました。この経験を今後の職務遂行に活かしていきたいと思ひます。

最先任上級曹長上番にあたり、最先任の職務である「准曹士全般に係る指揮官等への報告及び意見具申」及び「准曹士に対する指揮官企図の徹底」を念頭に、職務に邁進していく所存です。特に、病院長への適時・適切な報告等が出来るよう各部課室の上級曹長と連携を密にするとともに、状況及び問題点を把握し、その解決に努めてまいります。併せて、コロナ禍における心情把握のため、顔の見えていきたいと思ひます。

最後にこのような状況の中ではありますが、皆様のご健康と、益々の繁栄を心よりお祈り申し上げます。

令和二年度後期定期異動

新着任部長等紹介

○臨床医学教育・研究部長

一陸佐 岩本 慎一郎

(前職) 陸上幕僚監部衛生部医務・保健班長

○衛生資材部長

一陸佐 有永 禎 寿

(前職) 関東補給処用賀支処衛生部

○職業能力開発センター長

防衛事務官 脇 阪 裕 城

(前職) 防衛医科大学校総務部総務課管理室長

○呼吸器科部長

一陸佐 三村 敬 司

(前職) 自衛隊中央病院呼吸器科医長

○第三外科部長

一陸佐 小 俣 二 郎

(前職) 自衛隊中央病院臨床医学教育・研究部長

新着任課長等紹介

○総務課長

二陸佐 関 根 敏 行

(前職) 自衛隊中央病院衛生資材部薬剤課長

○健康管理課長兼ねて腎臓内科医長

兼ねて七西病棟医長

二陸佐 松 延 華 子

(前職) 自衛隊中央病院診療科腎臓内科医長兼ねて七西病棟医長

○衛生資材部衛生資材課長

二海佐 中 村 充 宏

(前職) 海上自衛隊八戸航空衛生隊長

○衛生資材部薬剤課長

二陸佐 小 川 和 明

(前職) 自衛隊福岡病院総務部長

副院長(陸)転出入行事等

鈴木副院長転出紹介行事

令和三年三月二十五日(木)、自衛隊中央病院副院長(陸)鈴木智史陸将の転出紹介行事を挙行了しました。

紹介行事において鈴木副院長は、二年八か月の勤務を振り返り、「多くの訓練や災害派遣活動等を行い、病院の信頼度向上に寄与できたことは幸甚な事であった。」と、感謝の言葉を述べられました。

見送りでは、エントランスに多くの職員が集まり鈴木副院長との別れを惜しんでいました。



「福島病院長から功績を紹介される鈴木副院長」

松木副院長着任行事

令和三年三月二十六日(金)付で、松木泰憲陸将は、自衛隊中央病院第二十六代副院長兼ねて企画室長に着任しました。

「着任の挨拶を述べる松木副院長」



最先任上級曹長交代式

令和三年三月十二日(金)、自衛隊中央病院は、最先任上級曹長交代式を実施しました。

両副院長、総務部長及び陪列部長立会のもと、上下番最先任上級曹長は、福島病院長に対し上下番の申告を行いました。

その後、福島病院長が第四代最先任犬飼 耕准陸尉の最先任上級曹長徽章の返納を受け、第五代最先任 松里 和外准陸尉へ授与しました。

下番最先任犬飼准尉は、自らの東日本大震災災害派遣時に感じた、任務や後輩育成への思いが、最先任上級曹長としての自分の根幹にあったという経験談を、別れの挨拶とし、病院長以下多くの准曹の見送りを受けて病院を後にしました。

「交代挨拶を述べる松里最先任上級曹長」

新型コロナウイルス感染症
ワクチン接種

令和三年三月八日(月)、自衛隊中央病院(病院長 防衛技官 福島功二)は、新型コロナウイルス感染症ワクチンの優先接種を開始しました。

接種初日となる八日(月)は、九日(火)から始まる本格接種の手順確認等を兼ねて、福島病院長、副院長(海)、呼吸器科医長、臨床薬剤課長、病棟看護師長の五名が先行的に接種を受けました。

接種の様子は報道陣にも公開され、インタビュアーを受けた福島病院長は、「本格的な接種開始に向けて、しっかりとワクチンを管理し、接種を進めていきたい。」と述べました。

「ワクチン接種を受ける福島病院長」



「接種前の問診を受ける看護官」



新型コロナウイルス感染症拡大防止のための帰国邦人救援に係る災害派遣活動参加看護官 第1級賞詞受賞

令和三年三月十一日（木）、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のための帰国邦人救援に係る災害派遣活動に従事した四名の看護官は、検疫支援の功績により、第一級賞詞を受賞しました。

武漢からの帰国邦人チャーター機には、第二便、三便に看護部第一看護課松田紀子一陸尉、同じく窪佳苗二陸尉が搭乗し、第四便、五便には第二看護課清水美保一陸尉、同じく山口笑子一陸尉が搭乗して、機内における検疫活動に従事しました。

四名は、中山副大臣、島田事務次官、山崎統幕長、湯浅陸幕長、井筒空幕長の立会のもと、岸防衛大臣から第一級賞詞と防衛功労賞を直接授与されました。

「岸防衛大臣等との記念撮影

また、診療技術部長水口靖規一陸佐は、統合幕僚監部首席後方補給官付後方補給官として、災害派遣に係る感染防護要領の策定に貢献した功績により、同じく第一級賞詞と防衛功労賞を授与されました。



第56期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」卒業式

令和三年三月九日（火）、診療放射線技師養成所（所長 徳永 徹二海将）は、第五十六期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」卒業式を挙行了しました。

令和二年度は新型コロナウイルス感染症対策のため、中央病院職員のみ列席となりましたが、第五十六期生十四名の卒業式は、厳かな雰囲気の中で行われました。

卒業式では、学生長の入倉 大三等陸曹が卒業生を代表して答辞を述べ、在校中の思い出や感謝の言葉とともに、今後の放射線技師（海）曹としての決意を表明しました。

卒業式終了後は、病院長をはじめ多くの病院職員による見送りが行われ、晴れやかな表情の卒業生たちは新たな気持ちで胸に、それぞれの任地へと巣立って行きました。

なお、三月二十三日（火）に、国家試験の全員合格が発表されるとともに、診療放射線技師養成所の歴史上初めて、養成所専任助教に、女性隊員である西巻 冬妃三等陸曹が着任しました。



↑ 答辞を読む入倉3曹（中央）、女性隊員初の専任助教に就く西巻3曹（右）



↑ 第56期上級陸曹課程「診療放射線技師」卒業式

第59期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」入所式

令和三年四月六日（火）、診療放射線技師養成所（所長 徳永 徹二海将）は、第五十九期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」入所式を挙行了しました。

福島病院長は訓示において「友愛」と「努力」の二つの要望事項のもと、陸、海、空、三幕の垣根を越え、一丸となって各種教育目標を達成し「あらゆる状況下においてもX線撮影業務を実施し、任務を遂行できる上級陸、海、空曹」として、自らを律して貪欲に学ぶことを要望しました。

また、徳永所長は式辞において、人と人の間の絆「和」を要望し、互いに切磋琢磨し、ある時は協力をして、六十年を有する伝統校において国家試験全員合格という大きな国民の負託を担い、それに伴う大きな責務を肝に銘じて三年間頑張るよう激励しました。

学生長の寺尾 賢人三等陸曹以下二十一名は三年後の国家試験全員合格を目指します。



↑ 学生長寺尾3曹（中央）



↑ 第59期上級陸曹課程「診療放射線技師」入所式

職業能力開発センター 第65期生修了式

職業能力開発センター（センター長：防衛事務官 野口 歩（当時））は、令和三年三月四日（木）第六五期生修了式を挙行了しました。

修了式は、新型コロナウイルス感染症対策として中央病院職員のみが列席して実施されました。

修了にあたり福島功二病院長は、コロナ禍においても、前向きに技能獲得に向けて研修に取り組んだ学生の熱意に対し敬意を表し、激励の言葉としました。

学生代表として、十亀 忠義二海尉による修了学生代表答辞が読み上げられ、修了式を無事に迎えられたことへの感謝と、それぞれの職務において、習得した技術や知識をもって貢献することを誓う事を、答辞としていきました。五名の研修生は、センターを後にし、それぞれの新任地等へと旅立っていきました。



↑ 病院長に対し、答辞を述べる入所生代表 十亀2海尉

職業能力開発センター 第66期生入所式

職業能力開発センター（センター長・脇阪裕城）は令和三年四月八日（木）、第六十六期生二名（陸自）の入所式を挙行し、前年度からの継続者一名と、新規入所者一名がセンターに入所しました。

今年度の入所式は新型コロナウイルスの感染防止のため、部外者の来賓は招かず、中央病院職員のみで開催されました。式は、国歌演奏、入所者の任命に続き、学生長がセンターへの研修申告を行いました。

執行者式辞で、福島功二病院長は、「今期は入所者が少なく、多くの同期の中で切磋琢磨し、高めあう環境には恵まれていないものの、センター入所を快く送り出してくれた原隊の部隊長と同僚のため、それぞれの目標達成に向けて精進するよう」激励しました。

二名の研修生は、一般事務科と木工科に別れ、部隊復帰後に、それぞれの職務において貢献できるよう、豊富な教官のもとで研修します。



令和3年度TQM発表会

令和三年二月九日（火）、医療サービス向上部会（部会長 一陸佐 大石真由美）は、活動開始から八回目となるTQM (Total Quality Management (総合品質管理)) 活動発表会を開催しました。

今年度は七サークル（四部六課）が参加し、現在の診療等に関する課題をピックアップして、その解決に向けた活動成果を創意工夫を凝らして発表しました。

最優秀賞は、「早期リハビリテーション介入への取り組み」を掲げて活動した、診療技術部リハビリテーション技術課並びに看護部ICU混成サークルが受賞し、一つの病棟から三個の活動を発表した看護部六西病棟が特別賞を受賞しました。



↑ 外国人患者対応の工夫を、ユーモアを交えて発表

中病 So You だより

自衛隊中央病院曹友会（会長 診療科 准陸尉 長坂岳秀）は、新年度にあたり、駐屯地曹友会のテーマ『つながり』を合言葉に、様々な枠組みを超えて、幅広く活躍できることを考えました。

新規役員一丸となって、今年度のコロナ禍にあっても、「出来ない」ではなく、「出来る」事を考えて一年間活動していきたいと思っています。令和三年四月六日（火）には、新年度初の活動として、『春の交通安全運動』に協力しました。感染対策を万全にした上で、駐屯地正門及び東門に集合した会員は、春の日差しの中、元気に「あいさつ運動」を実施しました。



↑ 「あいさつ運動」で元気に声掛け

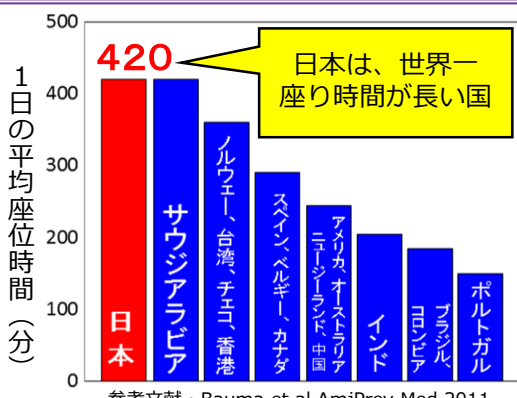


↑ 令和3年度曹友会役員一同

保健管理センター便り 「保健相談班」

ステイホーム・リモートワーク時代の「座りすぎ対策」

【世界一位の座りすぎ大国】日本は、世界一位座っている時間が長い国と言われています（左図）。1日推定7時間。じっと座っていると、代謝や血流が悪くなり、糖尿病や癌などの病気にかかりやすくなります。1日に8時間以上座っているうえに運動不足だと、死亡リスクが59%も高くなるという報告もあります。

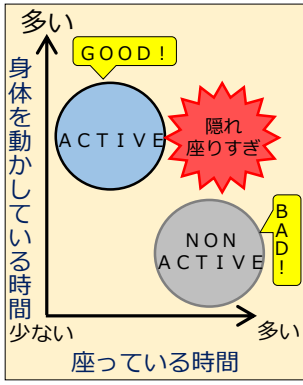


【座りすぎのリスク】2015年国際会議で「世界中で年間43万人以上が、座りすぎが原因で死亡している」との研究結果が発表されました。なぜ「座りすぎ」が病気のリスクを引き上げるのか？

それは「座り続けることでお尻から太ももが圧迫されて血流が滞り、血液がドロドロになり、血圧や血糖値が上昇したり、血栓が出来たりすること」が原因だと考えられています。

【座りすぎと運動不足は違う】

「週末にジムに行っているから座りすぎでも大丈夫」だと考えていませんか？座ってばかりで運動もあまりしない「NON ACTIVE」タイプが健康に悪いことは容易に想像できるでしょう。しかし、座りすぎの健康被害は、多少の運動では解消できないことが分かっています。つまり、運動しているけれど、座る時間も長い「隠れ座りすぎ」タイプも、実は健康リスクが高いのです。座りすぎと運動不足は、それぞれ別の問題として考える必要があります。



【最低でも1時間に1回は、立ち上がる】

少し立ち上がって歩くだけで、血流が改善し、座りすぎのリスクを下げる事ができます。席を離れることが難しい時は、踵を上げ下げして、ふくらはぎを動かしましょう。

記事担当 保健管理センター保健相談班