

中病だより

年頭の辞



新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、新春を清々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。また、平素からの当院への格別のご厚情に、職員を代表して、厚く御礼申し上げます。

昨年当院は、新型コロナウイルス感染症の市中感染対応に加え、新型コロナウイルスワクチン接種の促進のため、自衛隊東京大規模接種センターを五月二十四日から百九十一日間連続して運営し、その間、オリンピック・パラリンピックの医療支援、国外からの邦人輸送任務への医官派遣を並行して実施し、病院職員が一丸となって任務遂行を果たしました。

中でも、自衛隊東京大規模接種センターは、菅義偉前内閣総理大臣からご指示頂き、各方面のご支援、ご尽力の下、全国の陸・海・空自衛隊の部隊及び機関から集まった隊員達と、役務業



自衛隊中央病院
総務部総務課発行
令和3年度
第2号

者や派遣看護師の皆様と共に、百三十一万回以上に及ぶワクチン接種を行い、昨年十一月三十日、任務を完遂致しました。

令和四年度には、防衛大綱や中期防衛力整備計画の見直し計画が計画されており、厳しい安全保障環境の中、自衛隊の最終後送病院として各種事態等への実効的な対応と共に、自衛隊衛生の中心核として、中央病院の将来像の検討において、一層の充実を図らなければなりません。

本年は、壬寅にあたり、厳しい冬を超えて、芽吹き始め、新しい成長の礎となるという意味を持つそうです。虎はまた、「決断力と才知」の象徴とされています。新型コロナウイルス感染症を乗り越え、これまでの経験を活かし、しかるべき時に的確な決断をし、大きく前進する年にして参りましょう。

本年も、着実に任務を遂行し、より信頼していただける病院となるよう努める所存でございます。引き続き、皆様のご指導、ご鞭撻の程、宜しくお願ひ申し上げます。また、末筆ながら、本年が皆様にとりまして、素晴らしい発展の年になりますよう心から祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

令和四年一月吉日

自衛隊中央病院長

防衛技官 福島 功二



副院長(海)
海将 徳永 徹二

新年あけましておめでとうございます。ゆっくりと年末年始休暇を過ごすことができたでしょうか？防衛省でも各自自治体のコロナ対策方針に基づいた飲食店の利用との制限はありますが、ひと頃比べると飲食店の都合、会食の実施や移動制限が緩和されたことにより帰省して久しぶりにご両親と会い、旧友と旧交を温めることができたい人も多かったのではないのでしょうか。

昨年はコロナ患者受け入れ対応、オリパラ支援、大規模接種センター運営と通常業務以外の複数の任務が重なり職員の方々は大変苦労されたと思います。今年には新しく就任された岸田総理大臣の指示で二〇一三年策定の国家安全保障戦略改定に合わせて防衛大綱、中期防衛力整備計画の見直しを行うことが決定しています。また、令和三年度補正予算では防衛省関連予算は約八〇〇億円弱と過去最高であり、次期中期における予算額も三〇兆円規模を目指す報道されています。現三〇防衛大綱、三一中

期からこの短期間で見直しを行うという事は我が国を取り巻く安全保障環境の変化が要因として最も大きいことは当然ですが、防衛省に対する更なる能力の高度化が求められているからではないかと思っています。コロナ禍以降、防衛省の衛生職域がこれほど期待された時代は過去になかったと思います。衛生職域においても病院機器を含めて各種高度化が必要な昨今当院をはじめとして自衛隊衛生にも応分の予算が分配されるものと願っております。

今年も福島院長指導のもと一幕僚として尽力していきたいと思っております。今年もよろしくお願ひ申し上げます。



副院長(陸)
陸将 松木 泰憲

新年明けましておめでとうございます。既に二年以上に及ぶコロナ禍において、当院は昨年五月以降、大規模接種センターの運営、東京オリンピック・パラリンピック支援、そしてアフガニスタンからの邦人輸送への医官派遣と、まさに福島病院長の掲げられる「常在戦場」の一年となりました。これらの任務を無事完遂できたのは、官民連携を含む病院内外のご支援・ご協力の賜物と認識しています。お世話になりました関係各位に心より感謝申し上げます。

昨年はコロナ禍の受診控えによる病状悪化や自殺等によって「超過死亡」が大幅に増加したとの報道がありました。コロナ禍においてはどうしても感染症対応に注目が集まりますが、収束期以降はこれまで以上に総合的な医療が求められると推察します。パンデミック後を見据えて、当院が自衛隊の最終後送病院として、また地域から信頼される病院として、総合的な診療能力を発揮し、様々な事態に実効的に対処できるよう、引き続き福島病院長をお支えし、精進を続けてまいります。

世界各国でオミクロン株の感染が拡大している一方、経口治療薬の開発・承認やブースター接種の促進等、新型コロナウイルスに対抗する手段も揃ってきています。今年こそは感染が落ち着き、新型コロナウイルス対応の教訓を活かして新しい日常を創造する一年になることを祈念いたします。

本年もよろしくお願ひ申し上げます。

新年あけましておめでとうござい
ます。皆様におかれましては、穏やかな新年
をお迎えのこととお慶び申し上げます。
本年も引き続き年頭のご挨拶を申
し上げる機会をいただき、さて、ど
のような話題がよいか、と思索して
いた昨年の瀬、新型コロナウイルス
の新たな変異を遂げたオミクロ
ン株の広がりが世界中で確かなもの
となり始めた十二月二十一日に、某
生命保険会社が「二〇二一年の世相を
反映した」創作四字熟語を発表し
ました。最優秀作には「新型コロナウイルス
も克服する様子を表現した「七菌八
起」(「ななコロナやおき」と読む
そうです)が選ばれました。
そして、今年二〇二二年の十干は
壬寅(みずのえとら)になるので、干支
は「延ばす、成長する」という意味
を持つことから、壬寅は「新しく立
ち上がる」と「芽吹いたもの」が
成長すること」を表し、力強さや希
望を感じさせてくれます。
新型コロナウイルス感染症は、す
でに二年にわたり第五波まで繰り返
されてきました。これまで、収束
したと、あるいは自分は大丈夫と思
う人々の心の油断に乗じて入り込み、
禍いは収束を見せることはありませ
んでした。第六波もまさに訪れんと
している現在、壬寅の今年こそ、
「七菌八起」を成し遂げ、長く厳し
かった感染症との闘いに打ち克つ年
となるよう願うとともに、皆様の
益々のご健康とご多幸を祈念し、新
年のご挨拶とさせていただきます。



総務部長
防衛事務官 大堀 健

謹んで、新春のお慶びを申し上げます。
昨年中はコロナ禍における市中感
染対応、大規模接種センター運営、東
京オリンピック、パラリンピック支援
等、自衛隊中央病院として様々な任務
に対応した一年となりました。
特に大規模接種センター運営につ
いては、自衛隊初の官民一体かつ、三
幕共同での任務にも関わらず、大きな
事故も無く、無事に任務達成すること
が出来たのは、病院職員の皆様の高い
意識・自覚があったからだと思います。
特に各部隊・機関の最優先上級曹長、
センター上級曹長として勤務した隊員
は、自らの地位・役割を理解してセン
ター運営に携わり、大きな服務事故等
も無く任務完遂出来ました。この間、
病院に残り、センターの運営を支援し
て下さった職員の皆様にも心より感謝申
し上げます。
新型コロナウイルス感染症の脅威は
収まっておらず引き続き感染症対策を
確実に実施し、緊張感を持って与えら
れた任務を達成しなければなりません。
准曹士一同は、病院長要望事項「常
在戦場」の意味を再認識し、各人が目
標を持ち、困難な状況に於いても一瞬
たりとも気を緩めることのないよう任
務に邁進することにも、自衛隊中央病
院の准曹士の連携強化を図り、上級曹
長制度を深化させ病院運営に寄与して
まいります。
本年も引き続き病院長のご指導のも
と最優先上級曹長として准曹士に対す
る指揮官企図の徹底、隊員育成に取り
組んでまいります。本年も宜しくお願
い申し上げます。



最優先上級曹長
准陸尉 松里 和

令和三年定期異動

新着任部長等紹介

- 総括診療幹事兼ねて第一外科部長
一陸佐 村山 道典
(前職 自衛隊中央病院診療科第一外科部長)
- 総合診療科部長
一海佐 藤野 和浩
(前職 自衛隊中央病院診療科救急科)
- 第一内科部長兼ねて第三内科部長
一陸佐 青野 茂昭
(前職 自衛隊中央病院診療科第三内科部長)
- 第四内科部長
二陸佐 木村 豊和
(前職 自衛隊中央病院診療科第一内科アンギオ室長)
- 第二精神科部長
一陸佐 高橋 知久
(前職 防衛医科大学校医学教育部精神科助教)
- 整形外科部長
一陸佐 内藤 智子
(前職 陸上幕僚監部衛生部企画室長)
- 皮膚科部長
一空佐 川本 博嗣
(前職 防衛医科大学校医学教育部兼ねて病院総合診療科助教)

新着任課長等紹介

- 副医療安全評価官
二陸佐 秩父 千春
(前職 自衛隊富士病院看護課長)
- 診療技術部臨床検査課長
三陸佐 刑部 高志
(前職 自衛隊福岡病院企画室)
- 診療技術部リハビリテーション技術課長
二陸佐 近藤 等
(前職 会計監査隊東部方面分遣隊副隊長)
- 臨床医学教育研究部研究課長
二陸佐 西川 誠
(前職 自衛隊中央病院診療科第一外科)
- 臨床医学教育研究部教育訓練課長
二陸佐 角谷 真人
(前職 自衛隊中央病院診療科第一内科)

- 看護部第一課長
二陸佐 九頭龍坂 秀子
(前職 自衛隊阪神病院看護部)
- 看護部第二課長
二陸佐 笠井 かづみ
(前職 陸上幕僚監部衛生部医務保健班医療管理係)

第一級賞状及び第二級賞状受賞

令和三年十一月三十日(火)、自衛
隊東京大規模接種センター(センタ
ー長 一等陸佐 水口 靖規)は、自衛
隊東京大規模接種センター任務完了式
において、官民一体となり首都圏にお
けるワクチン接種を強力に推進し、新
型コロナウイルス感染症の感染拡大防
止に寄与した功績により、岸信夫防衛
大臣から、第一級賞状並びに副賞の盾
を受賞しました。

また、同年十二月十七日(金)、自
衛隊中央病院(病院長 防衛技官 福
島 功二)は、自衛隊東京大規模接種
センターを担任し、新型コロナウイルス
スワクチンの接種促進に貢献すること
もに、大規模接種会場の設置並びに職
域接種の実施を予定する自治体、企業
及び学校等の研修を受入れ、知見・教
訓の発信、共有に寄与した功績により、
陸上幕僚長から「第二級賞状」を受賞
しました。



↑ 防衛大臣より受賞した第1級賞状と副賞の盾



↑ 陸上幕僚長より受賞した第2級賞状



自衛隊東京大規模接種センター一運営

—「安全かつ誠実に」ワクチン接種に邁進した190日間を振り返る—

センター190日の歩み

- 2021.4.27 総理指示発出
- 2021.4.27 防人衛第7923号大規模接種センター（仮称）の開設に係る防衛大臣の指示について（通知）発出
- 2021.4.30 自般命第33号新型コロナウイルス感染症に係るワクチンの接種に関する自衛隊一般命令発出
- 2021.5.1～5 役務業者との合同机上訓練及び現地訓練実施
- 2021.5.6～16 準備室ミーティング実施
- 2021.5.17 自衛隊東京大規模接種センター編成完結式
- 2021.5.23 モデルナワクチン入荷
- 2021.5.24 菅前内閣総理大臣視察受
- 2021.5.31 65歳以上10000人接種開始
- 2021.6.14 危機管理要員に対する接種開始
- 2021.6.17 64歳以下接種開始
- 2021.9.1 自衛隊東京大規模接種センターにおける接種回数100万回達成
- 2021.9.26 予約者減少に伴う2個フロア運用の開始
- 2021.10.24 1個フロアでの運用開始
- 2021.11.20 予約による接種希望者への接種最終日
- 2021.11.21 4階フロアから接種会場を1階フロアへ移転
- 2021.11.30 自衛隊東京大規模接種センター任務完了式

自衛隊東京大規模接種センター（センター長 水口 靖規一等陸佐）は、令和三年五月二十四（月）日から同年十一月三十日（火）までの一九一日間、新型コロナウイルススワクチンの接種を実施し、その任務を完了しました。

この過去に例のないオペレーションは、新型コロナウイルス感染症に係るワクチン接種を促進し、感染拡大抑止に寄与することを目的として実施されたものです。

本任務は、自衛隊初の官民合同のオペレーションであり、陸海空の衛生

科を主体とする多くの隊員が集結し、職種や特技を超えて、一丸となって成し遂げたものです。

この間、システムトラブルをはじめとした困難も度々発生しましたが、自衛隊員と民間スタッフの力を併せて一つ一つ解決、改善させていきました。その改善の結果、「さすが自衛隊」、「完璧なオペレーション」との高い評価をいただき、多くの接種者に安心して接種を頂くことができました。

東京会場と大阪会場を合わせた接種回数は、一



「担任官に対し、編成完結報告を行うセンター長



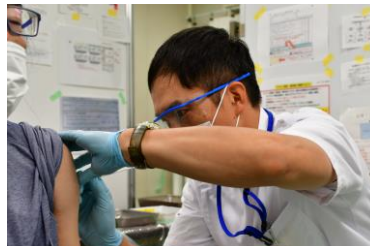
「接種希望者に対し、予診を実施する医官



「細心の注意を払い、シリンジにワクチンを吸い上げる



↑経過観察中の接種者に目を配る看護官



↑安全かつ正確なワクチン接種

九六万回を超え、目的であった国民のワクチン接種率の向上並びに第五波の鎮静化にも貢献できたものと考えます。

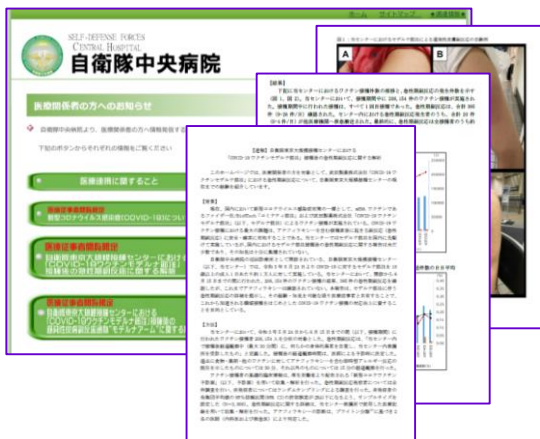
自衛隊中央病院は、センター運営で得られた知識や経験をもとに、今後も地域の皆様、国民の皆様様に信頼され、安心される病院として任務に邁進いたします。

モデルナワクチンの副反応に関する病院ホームページ紹介

自衛隊中央病院では、ホームページにおいて、モデルナワクチンの副反応に関する各種の情報を発信しています。自衛隊東京大規模接種センターで集積した副反応の情報を分析し、医療関係者への情報共有を目的として公開しております。

令和三年六月三十日（水）には、「【速報】自衛隊東京大規模接種センターにおける「COVID19 ワクチンモデルナ筋注」接種後の急性期副反応に関する解析」を掲載するとともに、同年七月二十八日（水）には、「【速報】自衛隊東京大規模接種センターにおける「COVID19 ワクチンモデルナ筋注」接種後の遅発性皮膚副反応通称「モデルナアーム」に関する解析」を掲載し、その経験・知見の共有に努めています。

↓ 自衛隊中央病院ホームページのトップページのインフォメーションのリンクからも、ご覧いただけます。



在アフガニスタン・イスラム共和国邦人等輸送任務派遣

自衛隊中央病院は、令和三年八月二三日(月)から同年九月五日(日)までの間、在アフガニスタン・イスラム共和国法人等の輸送のため、診療科小保二郎一陸佐及び瀬野宗一郎二陸佐を、誘導輸送隊及び現地調整所要員として派遣し、派遣間の衛生支援を実施するとともに、派遣先国からの患者後送に備えて



→病院長に対し、出国の報告を行う小保一陸佐(左)と瀬野二陸佐(右)

患者後送チームを待機させて対応しました。派遣された両名の医官は無事に任務完了し、帰国報告を行いました。

優秀隊員紹介

入校間の活躍により表彰された、中央病院隊員を紹介します。

○学術等優秀者の紹介

- 第六二期看護師技術課程
 - 「衛生学校長賞」
 - 看護部第二看護課 野中 夏子
- 一陸尉
 - 第一〇一期幹部初級課程(看護師)前期
 - 「衛生学校長賞」
 - 看護部第二看護課 中村 仁美

MRI換装

令和三年十二月、1.5T MRI装置をGEヘルスケアジャパンのSIGNA Artistic AIR™ Editionに換装しました。

高い静磁場均一性による広範囲に安定した高画質撮像と、圧縮センシング技術によるスキャン時間の大幅な短縮及び高分解能撮像が可能になりました。また、新たな静音技術により3dB以下の「音のしないMRI検査」ができることもに体からの信号を受信するコイルは軽くて柔らかいAIRTMコイルにより患者様の快適さと優れた撮像性能が期待できることから、診断の質的向上と小児を含む多様な患者様への対応能力が向上しました。



三陸尉 第一〇一期幹部初級課程(看護師)前期

- 「教育部長賞」
- 看護部第二看護課 佐藤 成実
- 三陸尉
 - 第四期看護科幹部候補生課程
 - 「幹部候補生学校長賞」
 - 看護部第一看護課 鈴木 佳子
 - 陸曹長
 - 第二二期陸曹上級課程
 - 「学科優秀賞」
 - 看護部第一看護課 馬場 晶仁

2年ぶりクリスマスコンサート開催

自衛隊中央病院では例年患者慰問を目的としたクリスマスコンサートを行っています。

コロナ禍のため、昨年は実施されなかったクリスマスコンサートが、今年は感染対策を行い、令和三年十二月二日(火)に二年ぶりに開催されました。

陸上自衛隊中央音楽隊から派遣された七名の隊員は、感染対策のために弦楽器、打楽器のみの編成で登場し、クリスマスにちなんだ楽曲の数々を演奏しました。



楽器もクリスマスデコレーションで華やかに



↑ハンドクラップによる音楽演奏

会場には二二名の患者さんが集まり、音楽隊の演奏に耳を傾けました。

コンサート終了後、退室する患者さんを見送る音楽隊員に対し、患者さんからは「ありがとう」、「素晴らしき演奏だったよ」との言葉がかけられていました。

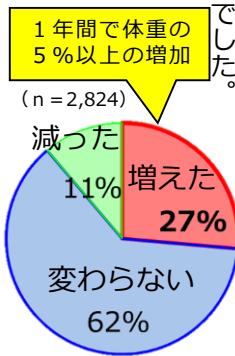
保健管理センター「保健康相談」

「コロナ時代の「新しい生活」における「体重増加予防対策」

長引くコロナ禍で太って、体調不良を起こしていませんか。環境や生活習慣の変化が体重増加に大きく影響しています。

【約1/4の人が体重増加】

2020年に東京大学で実施された「新しい働き方」に関する調査において、この1年間で約半数の労働者に運動量の低下があり、約1/4の労働者に5%以上の体重増加を認めました。「間食が増えた」「通勤回数が増えた」など理由は様々でした。



【「自粛太り」からの脱却】

あなたの「行動」をチェック!

- 「減った」こと
 - 歩くこと(通勤、買い物)
 - ジムに通う
 - 体重を測る
 - 新しい洋服を買う
- 「増えた」こと
 - オンライン動画の視聴
 - 自家用車での移動
 - お菓子・飲料のまとめ買い
 - 宅配・テイクアウトの利用

「太る習慣をやせる習慣に」

あなたの「行動」をチェックした結果はいかがでしたか? 外出自粛で歩く機会が減ったり、在宅ワークで人と合わなくなったりすると、おしやれに対する意欲も低下します。

また、他人との接触を減らすために自家用車で移動すると歩かなくなり、下半身の筋力が低下して基礎代謝が落ちます。エネルギー消費量が少なくなるので、これまでと同じように食べると太ってしまいます。「新しい生活」は悩ましいですね。

10項目の「やせる習慣」で「こそっ」とやせる!

- 1日1回、裸で全身チェック
- 毎日、体重を測る
- 夕食後のつまみ食いをやめる
- テレビ・動画等を見ながらのながら食いをやめる
- 揚げ物・脂の多い物を控える
- 1日に野菜350g摂る
- 休日や在宅勤務日も、出勤日と同じ生活リズムにする
- すき間時間を運動にあてる
- 1時間に1度は立ち上がり、身体を動かす
- 1日に1万歩、歩く

【生活リズムの再構築】

コロナ禍による環境の変化に対応した「新しい習慣」をつくること、自分に適した生活リズムを再構築する意識が大切です。

記事担当 保健管理センター保健相談班

参考文献: へんすあつが、2021年8月号 栄養と料理 2021年7月号