

中病だより

上半期を振り返って



猛暑となった夏も瞬く間に立ち去り、東京でも、はや晩秋の風が身に染みる頃になりましたが、皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

当院は、令和四年度も、一般診療に加え、新型コロナウイルス感染症の市中感染対応と同時に逼迫する二次救急医療対応、そして自衛隊東京大規模接種会場支援を継続しています。年度初めには、感染対策官を新編し、医療安全・感染対策室として機能強化を行い、状況の変化に応じた柔軟な対応を図りつつ、院務運営に邁進して参りました。

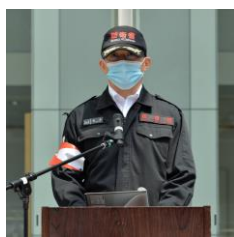
また、二年ぶりの大量傷者受け入れ訓練に、能力構築支援としてモンゴル軍中央病院長他のスタッフを招聘し、教官派遣も実施し致しました。

さて、本年二月に始まったロシアによるウクライナへの軍事侵攻は、冷戦後の国際社会秩序の根幹を揺るがし、未だ続く戦闘は、ウクライナで罪のな

い多くの民間人の命を奪っています。

このような中、防衛力の強化に合わせ、自衛隊衛生の機能強化についても省内で多くの議論がなされており、当院も、衛生学校や防衛医大、海空の主要衛生部隊等の方々と、より実効的な衛生態勢の構築に向けて議論を始めています。次期中期間には、自衛隊が国民の負託に応え続けていくためにも重要な衛生態勢整備をさらに進めていくことになろうかと思っています。

今後も自衛隊中央病院は、即応態勢を維持しつつ、新型コロナウイルス感染症対応を含む平素の診療業務を中心に、隊員の皆様と地域の皆様への責任を果たしながら、一層の充実を目指して前進して参ります。日頃の皆様のご厚情への感謝を申し上げますとともに、当院への一層のご理解及びご支援をお願い申し上げます。



大量傷者受入訓練にて訓示する福島病院長



モンゴル軍中央病院長との記念品交換

令和四年十月吉日

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（海）
海将 村上 健彦

令和四年八月一日付で自衛隊中央病院副院長兼ねて診療放射線技師養成所所長を拝命しました村上と申します。これまで長く海上自衛隊内科医官として勤務し、自衛隊中央病院には、まだ駆け出しの頃に約半年間だけ勤務したに過ぎず、この度三十余年ぶりに着任し、正に隔世の感を禁じ得ず、周囲のご助力を頂戴しながら勤務を開始したところでです。

COVID-19 感染症が中国武漢で出現して以来、世界各国での大流行を経て、現在わが国では第七波が漸く落ち着きつつあり、社会活動の再稼働の息吹が感じられるようになりました。この間、特に自衛隊中央病院はダイヤモンド・プリンセス号からの感染患者の受け入れや大規模接種センター・会場の設営及びそれらに係る人員派遣等の中核部隊として携わってきており、今後当面二価ワクチン接種事業を継続していくこととされております。

同時に当院は地域におけるコロナ感染症患者対応の一翼を担っており、近年二次救急指定医療機関ともなり、救急車の受け入れ実績も飛躍的に伸びております。そうした即応性と質の高い医療の提供において評価を頂戴しつつある自衛隊中央病院で勤務できま



病院長より紹介される徳永副院長



病院職員により盛大に見送りされる徳永副院長

令和四年七月二十九日（金）、自衛隊中央病院第七代副院長（海）徳永徹二海将の退官行事を挙行しました。病院長は紹介の中で、大学バレーボール部の後輩である徳永海将の人柄について、ひたむきで実直な姿勢であり、副院長として良く私を支えてくれたとその功績を称えられました。

副院長（海）退官行事

徳永副院長退官行事



病院長より紹介される村上副院長



初心を述べられる村上副院長

皆様ご承知のとおり我が国を取り巻く安全保障環境は極めて急速に変化、厳しくなっており、自衛隊衛生の要たる自衛隊中央病院を中心とした自衛隊医療・衛生の実効性をさらに高め発揮できるよう、福島病院長の統率方針である「常在戦場」の気概を持ち、病院長を支え、中央病院の任務が全うできますよう精進してまいり所存ですので、皆様どうぞよろしくお願い申し上げます。

令和四年度前期定期異動

新着任総務部長紹介

○総務部長

防衛事務官 山下 忠司
(前職 九州防衛局管理部長)

美しい桜に迎えられ、四月に歴史ある自衛隊中央病院に着任いたしました。総務部長といたしまして、院務が円滑に行われるように、各部署等と意思疎通を図り、サポートすることを念頭に微力ながら尽力いたします所存です。

皆様、どうぞよろしくお願い申し上げます。

新着任部長等紹介

○メンタルリハビリテーション科部長

一陸佐 牧 範聡

(前職 防衛医科大学校総務部衛生課長)

○麻酔科部長

一海佐 小 倉 敬 浩

(前職 自衛隊横須賀病院診療部長)

○職業能力開発センター長

防衛事務官 大 堀 健

(前職 自衛隊中央病院総務部長)

○臨床医学教育・研究部

一陸佐 山 本 哲 生

(前職 対特殊武器衛生隊長)

新着任課長等紹介

○医事課長

防衛事務官 北 村 優 子

(前職 海上自衛隊第2術科学校総務部厚生課長)

○会計課長

防衛事務官 有 村 光 浩

(前職 陸上幕僚監部管理会計課経理担当補佐官)

サマーコンサート開催♪

自衛隊中央病院は、八月二十三日、院内において、海上自衛隊東京音楽隊の音楽科長石田1尉以下二十一名の支援を受け、入院患者さんの早期回復に資する目的で、コロナ感染対策のもと、自衛隊中央病院サマーコンサートを行いました。

演奏内容は、最近の流行曲からアニメソング、昭和歌謡曲までの年齢層でも楽しめる選曲で合計十六曲、約一時間に渡る演奏内容でした。

演奏間入院患者さんは、曲に合わせて足踏みや手拍子するなど、演奏に引き込まれ楽しんでる様子を現えました。またコンサート終了直後には「アンコール」などの歓声や拍手が沸き、大盛況で自衛隊中央病院サマーコンサートを閉幕しました。



「オー・ソレ・ミオ」を熱唱する橋本2海曹



演奏中の音楽隊（「軍艦マーチ」）

『原点回帰』
令和4年大量傷者受入訓練

自衛隊中央病院は令和四年七月九日（土）、新型コロナウイルス感染症の流行に伴い昨年度は実施できなかった大量傷者受入訓練を二年ぶりに行いました。

本年度は「各種事態対処能力の向上」及び「関係部外医療機関との連携強化」を目的とし、首都直下地震発災二十四時間後を想定した訓練を実施しました。

訓練は、大量傷者来院時の対処能力向上のため災害医療の基本コンセプトであるCSCATT（「指揮・統制」「安全」「情報伝達」「評価」「トリアージ・治療・搬送」）の実行性向上、DCS（グメージコントロール手術）適応傷者に対する救急室と手術室の連携要領を確認・実行するための演練を実施した。また、日本DMATを受入れて航空搬送病棟を運営し、SCU（航空搬送拠点臨時医療施設）に準じた運用の実効性向上を図るとともに、搬送先の間SCU（基地）において航空搬送中に急変した患者を



救急室と手術室の連携要領の確認と検証を実施



東京消防庁との綿密な調整を実施

今年三月開院した自衛隊入間病院へ搬送し救命率の向上を図りました。当日は週初めの天気と打って変わって快晴の下、東京消防庁、日本DMATの部外関係機関及び陸上総隊、東部方面隊、自衛隊衛生学校、自衛隊入間病院の部内関係機関の参加により実効性向上に繋がる訓練ができました。

首都直下地震の発生確率は三十年以内に約七十％と予想されており、引き続き本訓練の目的である「各種事態対処能力の向上」に努めてまいります。



病院ヘリポートを活用したCH-47チヌークによる患者輸送

第57期上級陸曹特技課程 「診療放射線技師」卒業式

令和四年三月八日（火）、診療放射線技師養成所（所長徳永 徹二海将）は、第五十七期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」卒業式を挙行しました。

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、第五十七期生（担任教官大江二等空尉）学生十九名の卒業式は、厳かな雰囲気の中で行われました。

卒業式では、学生長の矢内 裕也二等空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・空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（水）には、国家試験の合格が発表され、二年連続、全員合格しました。



病院長賞は、佐々木2等陸曹が受賞



所長賞は秋成2等海曹と渡邊2等陸曹が受賞



第57期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」卒業式

第60期上級陸曹特技課程 「診療放射線技師」入所式

令和四年四月五日（火）、診療放射線技師養成所（所長 徳永 徹二海将）は、第六十期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」入所式を挙行しました。

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、切磋琢磨し、来るべきその日に栄光を掴み取ることを期されました。

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、三幕の軍種を越え、陸・海・空の志し高い隊員が、同じ釜の飯を食べ自衛隊の放射線技師になるという一貫した目的の下、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。

学生長の河野 太郎二等空曹以下二十一名は三年後の国家試験全員合格を志します。



学生長 河野2等空曹（前列左翼）



第60期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」入所式

職業能力開発センター 第66期生4名が修了

公務又は通勤災害による負傷や疾病で障害を負った隊員の円滑な部隊勤務や社会復帰に向けた更生指導業務を実施する自衛隊中央病院（三宿）職業能力開発センター（センター長・防衛事務官脇阪裕城）で三月三日、第六十六期生四名（陸自）の修了式が行われました。

修了式は、新型コロナウイルスの感染防止のため部外の来賓は招かず、中央病院職員のみで開催しました。国歌演奏、センター長からの修了証書授与後、学生長がセンターでの研修修了を申告しました。

続いて、執行官の福島功二病院長が登壇。新型コロナウイルス感染拡大の影響により、現地訓練等が中止になる等厳しい状況であったことや開設以来最少の二名から研修が開始したことに触れ、「職業能力習得への意欲を失うことなく、全員が前向きに研修に励み、立派な成果を修めることができた」と労いました。

また、今回は人事教育局齋藤敏幸給与課長による祝辞の映像が会場内に映し出され、研修生に対し、研修修了のお祝い等の言葉を述べられました。

最後に学生長が研修生を代表して、病院長をはじめ病院職員等に感謝の気持ち等を述べました。



第66期研修生（手前後ろ向き）の修了を祝い、式辞を述べる福島病院長（壇上）

職業能力開発センターに 第67期研修生が入所

自衛隊中央病院（三宿）職業能力開発センター（センター長・防衛事務官大堀健）で四月七日、第六十七期生十三名（陸自十一名、海自一名、空自一名）の入所式が行われました。

国歌演奏、入所生の任命後、学生長が代表してセンターでの研修を申告しました。

続いて、執行官の福島功二病院長が登壇。研修においても自衛官としての自覚と戦いに臨んでいない時でも、態勢を整え勝利を導くことができるという統率方針である「常在戦場」に触れたほか、「友愛」・「誠実」・「努力」・「感謝」の四項目を要望し、研修に精進するよう式辞を述べました。

この後、防衛省人事教育局齋藤敏幸給与課長によるビデオメッセージを放映。「研修生の皆さんが同期の絆を深め、健康に十分留意しつつ、全ての力リキラムを終了し、更なる飛躍を遂げて職務に復帰することを祈念する。」と激励の言葉を述べました。

研修生は、一年又は六か月をかけて、知識・技能、各種資格等を習得し、部隊復帰後それぞれの職務において貢献できるよう研修することとなります。

職業能力開発センターでは、「公務災害等により障害を負った隊員がおられたら、ぜひ入所を検討してもらいたい。部隊復帰に向けてしっかりとサポートしたい。」としています。



訓示を受ける#67期研修生

優秀隊員等紹介

入校間の活躍及び学術研究発表により学校長等並びに部外機関より表彰された、中央病院隊員を紹介いたします。

○ 第101期幹部初級課程 (看護)

学校長賞

看護部

3等陸尉

池羽 勇人

教育部長賞

看護部

3等陸尉

星指 佑紀

体力優秀賞

看護部

3等陸尉

齊藤 凛之助

○ 第5期看護幹部候補生課程 (幹部候補生学校)

陸上幕僚長賞

看護部

陸曹長

廣瀬 加奈

学術優秀第2位

看護部

陸曹長

副島 莉香

同第3位

看護部

陸曹長

久保田 ひな

高良山走第2位

看護部

陸曹長

中野 新菜

同第3位

看護部

陸曹長

山口 碧日

○ 第63期事務官等初任採用者集合教育(小平学校)

人事教育部長賞

総務部

行(一)

1 西野 貴子

○ 第14期陸曹中級課程 中隊長賞

放射線技師養成所

2等陸曹

西巻 冬紀

○ 第82期上級陸曹特技課程 (輸送業務)

教育部長賞

総務部

2等陸曹

岸田 純一

○ 第102期幹部初級課程 (看護)

学校長賞

看護部

3等陸尉

鈴木 佳子

教育部長賞

看護部

3等陸尉

大塚 智香子

○ 第49期幹部初級課程 (医官及び歯科医官)

教育部長賞

診療科

2等陸尉

栗原 歩

○ 日本慢性看護学会学術集会 優秀演題賞

看護部

1等陸尉

穴井 えりも

○ 日本薬学レギュラントリーサイエンス部会 優秀発表賞

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土井 悠路

○ 第66回日本歯学会大会口頭発表 優秀賞

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土肥 悠路

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土肥 悠路

○ 第66回日本歯学会大会口頭発表 優秀賞

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土肥 悠路

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土肥 悠路

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土肥 悠路

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土肥 悠路

自衛隊中央病院付薬剤官

1等陸尉

土肥 悠路

中病だより

自衛隊中央病院曹友会(会

長 診療科 准陸尉 長坂

岳秀)は、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、

幅広く活躍できるよう取り組

んでいきます。

人との繋がり、人間の幸福

度と健康を高めてくれるのは

良い人間関係であるそうです。

では、良い人間関係を構築す

るためにはどうすれば良いの

でしょうか？ それは人のた

めに何をするかです。自分の

ことではなく人のために何か

をしてこそ良い人間関係が構

築できるのです。人との繋が

りを大事にしてこそより良き

人生があるのです。曹友会の

活動もまた、人の繋がりがな

くしてはなり立ちません。私た

ちの人生においても今がある

のは過去の積み重ねです。よ

いことも悪いこともすべての

責任は自分に返ってくるので

す。そしてこれからやること

体内時計を整えて 質の良い睡眠!

新型コロナウイルス感染症の

感染拡大による外出自粛から、

生活リズムの変化したり、運動

の機会が制限されていませんか。

質の良い睡眠を取るためには、

生活習慣の乱れや運動不足を改

善して、体内時計を整えること

が大切です。これから、体内時

計を整えるための**12項目のポイント**をお伝えします。

起床 体内時計を スイッチオン

①朝起きる時間を決めましょう。

②眼が覚めたらカーテンを開けて日光を取り入れましょう。

③朝6時から8時ごろまでの間に、日光をたっぷり浴びることで、体内時計が整いやすくなります。

④朝食を毎日食べましょう。

⑤昼間は30分以内にしましょう。

⑥軽い運動習慣を身につけましょう。

⑦睡眠は30分以内にしましょう。

⑧運動習慣は熟睡を促進!!

⑨夕方には30分以内にしましょう。

⑩運動習慣は熟睡を促進!!

⑪夕方には30分以内にしましょう。

⑫運動習慣は熟睡を促進!!

⑬夕方には30分以内にしましょう。

⑭運動習慣は熟睡を促進!!

⑮夕方には30分以内にしましょう。

⑯運動習慣は熟睡を促進!!

⑰夕方には30分以内にしましょう。

⑱運動習慣は熟睡を促進!!

⑲夕方には30分以内にしましょう。

⑳運動習慣は熟睡を促進!!

㉑夕方には30分以内にしましょう。

㉒運動習慣は熟睡を促進!!

㉓夕方には30分以内にしましょう。

保健管理センター便り

「保健相談班」

⑧お茶やコーヒーのカフェインは就寝4時間前、タバコは就寝1時間前までにしましょう。

⑨眠る目的で、お酒を飲まないようにしましょう。

⑩深い睡眠を減らし、夜中に目覚める原因になります。

⑪部屋の照明は明るすぎず、寝室は静かで暗くしましょう。

⑫就寝前にパソコンやテレビ・携帯電話、テレビゲームは避けましょう。

⑬液晶画面から出る光に含まれるブルーライトは、睡眠に導くホルモンの分泌量を押し下げてしまいます。さらに、交感神経を興奮させる作用があり、体内時計のリズムを後ろにずらすことにもつながります。

⑭体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3

体内時計に従って眠る準備がしつかり整い、眠気を感じるようになってから寝床に入るのが基本です。眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くするため、就寝時刻にこだわらずに寝るようにしましょう。

⑮実際に寝ることがいくつありましたが、質のよい睡眠を確保するため、体内時計を整えるための12項目を念頭に置いて、ひとつからでも始めてみませんか？質のよい睡眠で、からだもこころも健康に!

参考…今日の健康2021.3/2017.3