

中病だより

新年度に向けて



桜の季節を惜しむ間もなく、四月に夏日がある等、初夏を感じさせる季節となりました。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、新卒看護官三十八名、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の入所者八名（うち前年度からの継続四名）を迎え、新年度をスタート致しました。

今年是全国に先駆けて東京の桜の開花が最も早く、三月十四日にはソメイヨシノの開花が告げられました。樹齢四十年以上の古い樹の方が早く咲く傾向があることを知りました。一方で若い樹々は新しい芽や葉をつけるのが早く、その勢いよく成長していく姿と、古い樹々が過ぎる季節を惜しむかのよう、新芽を控え長く花を讃えている



自衛隊中央病院
総務部総務課発行
令和5年度
第1号

姿に、自然の摂理を感じ、今年は例年より感慨深く桜を拝見しました。

さて、今年度は、防衛力の抜本的な強化に向けて、新しい防衛力整備計画に準拠した態勢整備を推進し、衛生においても隊員の生命・身体を救うための態勢の強化を目指していく最初の年度にあたります。当院も、自衛隊の最終後送病院として、戦傷病治療へ一層貢献できる診療態勢に加え、衛生科隊員の臨床能力を高めるための人材育成により貢献できる病院を目指し、緊張感を持って前進して参ります。

また、一般診療においても、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5類に移行することを踏まえ、行政の様々なニーズに対応できるより柔軟な態勢での診療を行っていくとともに、これまでご不便をおかけしてきた患者さんの受診をより快適に、また、引き続き重症化リスクの高い患者さんにも安心して診療を受けていただけるよう、感染症対策等を最適化しながら、より良い院務運営を追求していく所存です。

今後も、隊員の皆様、地域の皆様にとってより利用しやすく信頼できる病院を目指して参りますので、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。

令和五年四月吉日

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 川口 雅久

令和五年三月三十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川口と申します。専属では十三年ぶり三回目の中央病院勤務で、前回の勤務は旧病院から新（現）病院へ移行する時期でした。趣深かった十字型の旧病院から白亜の新しい病院への移駐や、自衛隊病院で初となる電子カルテの導入など、正にカオスと呼ぶに相応しい当時の状況を思い起こすにつけ、COVID-19対応等の任務を完遂した中央病院の現在の姿には感慨深いものがあるとともに、職員をはじめ関係された皆様に敬意を表します。

年度も改まり、社会全体としてポストコロナにおける社会の再構築が叫ばれる中、いわゆる戦略三文書が策定され、衛生に関して「衛生機能の変革」というこれまでにない強い文言が記されています。そうした状況下で中央病院が成すべき役割（任務）がどういうものかを分析し、具体化・具現化まで果たすことが求められていると認識しております。従前から中央病院は『最終後送病院』と位置付けられており、これが必成目標の柱であることは変わりません。一方で、後送患者を待ち受けて高度な医療を実施することだけが任務ではないことも自明です。わが

国周辺の極めて厳しい安全保障環境に鑑みれば、中長期的な視野であるべき姿を構築していくと同時に、現在における対応も同時並行的に検討・実施すべき喫緊の課題です。三年に及ぶCOVID-19対応により得たものも多かったと思いますが、有形・無形の失ったものや新たに生じた課題も少なくないと思えます。福島病院長の統率方針『常在戦場』の下、『友愛・誠実・努力・感謝』を肝銘しつつ、絶つもの始めることを見極め、中央病院のあるべき姿を追求していく所存です。ご指導・ご協力のほど宜しくお願いいたします。

松木副院長退官行事

令和五年三月二十九日、自衛隊中央病院副院長（陸）松木泰憲陸将の退官行事を挙行し、松木副院長の門出を盛大にお祝いしました。



松木副院長への顕彰状贈呈



見収める松木副院長
村上海将・伊藤将補（防医大同期、バンド仲間）に見送られる松木副院長

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

○ 全自衛隊総合

バトミントン大会

(北海道千歳市)

第54回支部対抗戦 (女子の部)

第3位

総務部

1等陸曹 留盛 希

看護部

1等陸尉 中原 明日香

診療放射線技師養成所

2等陸曹 西巻 冬妃

第57回個人戦

優勝

看護部

1等陸尉 中原 明日香

(自衛隊那覇病院吉永1尉)

・女子40歳以上ダブルス

優勝

総務部

1等陸曹 留盛 希
(対特殊武器衛生隊高嶺1曹)

令和四年度後期定期異動

新着任部長等紹介

○ 救急科部長

1等陸佐 畑中公輔

(中部方面総監部医務官)

○ 第4外科部長

1等陸佐 神藤 英二

○ (防衛医科大学校)

○ 神経科部長

2等陸佐 山元 浩治

(自衛隊福岡病院)

新着任課長等紹介

○ リハビリテーション技術課長

2等陸佐 店橋 勇

(会計監査隊東部方面分遣隊)

○ 第2看護課長

2等陸佐 小田 智美

(陸上幕僚監部衛生部)

自衛隊消防表彰

自衛隊中央病院は、令和五年三月二十日、東京消防庁開庁七十五周年に合わせた、消防総監からの自衛隊消防業務が特に優秀だった事業所に対する表彰を受けた。

表彰伝達のため中央病院を訪れた世田谷消防署長、世田谷消防署予防課長の二名は、病院長との懇談を行い、自衛隊消防業務の重要性や中央病院が担う地域

医療における重要性について活発な意見交換を行った。その後、消防署主導の表彰式を執り行い、病院長、総務部長が陪列する中、防災係 櫛島曹長が中央病院を代表して表彰状を受けとった。

櫛島曹長は「この度は自衛隊中央病院の自衛隊消防業務への取り組みが認められ大変光栄に思います。日ごろから、病院長が職員に要望している『基本を守り、そして続けること』を実践した結果だと思っています。引き続き、基本を守りながら、コツコツと地道に業務に邁進して医療体制を側面からバックアップしてまいりたいと思います。」と感想を述べた。

自衛隊中央病院は、引き続き病院長を核として、職員一人一人が基本を守り、続けることで自衛隊衛生基盤の強化及び地域医療に貢献していく所存である。



病院を代表して消防総監表彰を受ける防災係(上)
病院長、世田谷消防署長との記念撮影(下)

保健管理センター「便り」

「腸内細菌を育て、健康に」

近年、腸内細菌の研究が進み、腸内細菌はおなかだけではなく、全身の健康に影響することがわかってきました。

【腸内細菌とは】

腸内細菌とは口から入ってきた食べ物を餌にして腸にすみついている細菌のことです。私たちの腸には約1000種類、100兆個もの腸内細菌が生息されているとされ、外部からのウイルス・細菌の侵入や増殖を防いだり、腸の運動を助けることによつておなかの調子を整えたりします。その他にも、肥満や認知症予防、大腸がんとの関連性そして、心の健康へも注目されています。



腸内細菌の働きは複雑で、「この細菌がいればこの病気が防げる」というような単純なものではありません。そこで大切なのが多様性です。様々な食品が様々な腸内細菌を育てます。そして、色々な腸内細菌がいないと、バランスが崩れて身体に良くない働きをする細菌が多くなつてしまいます。腸内細菌のバランスや多様性を保つために、食生活を見直しましょう。

【腸内細菌を育てる食材】

腸内環境を整える力ギは食事です。食事を工夫すれば、2週間程度で腸内環境が改善されます。食事のポイントには、「まごわやさつよ」です。

- ま ↓ 豆、豆腐、大豆、納豆等
- ご ↓ すりごま
- わ ↓ わかめ、のり、ひじき等
- や ↓ 野菜
- さ ↓ 魚
- い ↓ しいたけ(きのこ類)
- よ ↓ 酵母



様々な食材を摂ることが難しいと感じる方も多いかもしれません。おすすめは具たくさんのみそ汁です。野菜、わかめ、豆腐、きのこを入れたみそ汁をとることで、「まごわやさしいよ」の食材の多くをとることができます。

まずは、2週間、無理なく続けられる方法を探して、楽しく食事をしましょう。

また、食事に併せて、十分な睡眠や適度な運動も大切です。

記事担当 保健管理センター 保健相談班

参考文献：きょうの健康2月号 2023年

第58期上級陸曹特技課程 「診療放射線技師」卒業式

令和五年三月七日（火）、診療放射線技師養成所（所長 村上 健彦 海将）は、第五十八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。

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、第五十八期生（担任教官 津野一等陸尉）学生十八名の卒業式は、厳かな雰囲気の中で行われました。

卒業式では、村上海将より卒業証書を一人ひとりに授与されました。また、学生長の西野 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、今後の放射線陸・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を抱き、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（木）には、国家試験の合格発表があり、十八名全員合格しました。（全員合格は三年連続）



卒業式記念写真



国家試験終了後の所内採点の結果「全員合格」が判明し安堵の表情を浮かべる58期生

第60期上級陸曹特技課程 「診療放射線技師」入所式

令和五年四月四日（火）、診療放射線技師養成所（所長 村上 健彦 海将）は、第六十一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、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、村上所長は式辞において、所長統率方針である「柔軟性と適応力の発揮」を要望され、しなやかにたおやかに、臨機応変の力を発揮すべく自衛隊の診療放射線陸（海・空）曹に成る為には、知識・技能を貪欲に学ぶことと、それに伴う大きな責務を肝に銘じて三年間頑張りようを激励しました。

学生長（放養所において女性初）の稲葉 麻維 三等空曹以下二十一名は三年後の国家試験全員合格を誓いました。



→三幕の学生による「国歌三重奏」

左から 吉村3陸曹、四通田3海曹、林空士長



入学式記念写真

職業能力開発センターに 第68期研修生が入所

自衛隊中央病院職業能力開発センター（センター長・大堀健防衛事務官）で四月六日、第68期生八名（陸自七名、空自一名）の入所式が行われた。

国歌演奏、入所生の任命後、学生長が代表してセンターへの入所を申告した。

続いて、執行者の福島功二病院長が登壇。式辞の中で、この研修は任務であり、自衛官としての自覚と統率方針である「常在戦場」の心構えを持ち続けて欲しいとしたほか、「友愛」「誠実」「努力」「感謝」の四項目を要望するとともに、過去にとらわれることなく、明日への気力を新たに研修に精進するよう述べた。

来賓祝辞では、防衛省人事教育局齋藤敏幸給与課長が登壇し「皆さんが同期の絆を深め、健康に十分留意しつつ、全てのカリキュラムを修了し、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た。

入所生は、一年又は六か月の間、それぞれの履修科において、各人の目標に向け、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る。

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サポートしたい。」としている。（同センター入所については、各駐屯地・基地の賠償補償担当に相談を。）



訓示を受ける#68期研修生



新着任総務部長紹介



長官 事務部長 防衛事務 笠原 光

令和五年四月一日付で東北防衛局長を拝命しました笠原と申します。

私はこれまで、防衛大学校で採用され内部部局、防衛研究所、防衛監察本部をはじめ七個の施設等機関等の勤務を経験してまいりましたが、医療行政・病院勤務は初めてになります。日々新鮮な気持ちで職務を行っておりますが、中央病院の基本理念・方針である健全・精強な部隊・隊員の育成に寄与する病院、隊員およびその家族等から信頼される病院や地域医療の発展に寄与する病院等の達成に向け、これまでの経験を活かし寄与出来ることとは何かを思索しております。

また、昨年度に閣議決定されたいわゆる三文書の中でも、「国家防衛戦略」では、防衛力の中核である自衛隊員の能力を發揮するための基盤の強化として、各種事態への対処や国内外における多様な任務に対応し得るよう衛生機能の抜本的な改革を推進することと明記されております。微力ではありますが、院務の着実に完遂に向けて皆様の協力を得つつ、専心職務に励みたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

新着任第1歯科部長紹介



第1将補 歯科部長 陸羽 寿史

三月三十日付で第1歯科部長を拝命しました相羽寿史です。前職は、東部方面衛生隊長及び自衛隊東京大規模接種会場副会場長として勤務してきました。

自衛隊東京大規模接種会場は三月二十六日に任務完了式を終え、一年二ヶ月の間、無事故運営できたことは、自衛隊中央病院の皆様ののおかげと感謝致します。今後は、第1歯科部長として安全・安心な歯科治療に努めて参ります。

口腔（こうくう）内には、数百種類の常在菌が存在します。細菌単独ではそれほど悪さをしませんが、多数の細菌が集合し『バイオフィルム（歯垢≡歯菌）』という戦闘団を作ったときに、う蝕（虫歯）、歯周病、さらには歯性感染症という重篤な感染症を引き起こします。『虫歯は削って詰めれば終了』、『歯周病は消毒すれば終わり』というわけにはいきません。個人の適切な『ブラッシング』によって、『諸悪の根源』である『バイオフィルム（歯垢≡歯菌）』を除去することが重要です。そのためには、治療だけでなく『適切なブラッシング方法の教育』、『歯科スタッフによる専門的な管理』を受けることも大切です。皆様のお口の健康の専守防衛としての『口腔自衛隊』となりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

令和四年度 衛生科幹部等集合訓練（防衛医学セミナー・防衛衛生集合訓練）

自衛隊中央病院は令和五年二月二日（木）～同年二月三日（金）にかけて衛生科幹部等集合訓練を開催した。近年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のためWeb開催であったが、三年ぶりに参集での開催に至った。

本年度は、「防衛衛生の実効性向上にむけて」をテーマに二日間にわたり防衛省内部部局、陸・海・空自衛隊及び部外医療機関関係者も含め、約七百名が本訓練に参加した。

二月二日（木）の防衛医学セミナーでは、防衛省市ヶ谷において当初、井野俊郎防衛副大臣から開催にあたってのご挨拶を頂いた。特別講演は、国境なき医師団の吉野美幸先生から、世界各国での貴重な紛争地医療の経験に基づいたご講演、III MEF 医務官のLin大佐から、洋上の制約下での米国海兵隊の治療・後送の現状と課題についてのご講演を頂いた。教育講演は、弘前大学大学院医学研究科の袴田健一教授から、手術ロボットを駆使した遠隔操作による手術支援の可能性についてご講演を頂いた。また、統合衛生の実効性向上をテーマにシンポジウムを開催し、陸・海・空自衛隊の衛生科部隊等が相互に連携し、遺憾なく能力を發揮するために、その現状と課題について発表・討議を行った。



井野俊郎防衛副大臣の開催挨拶



防衛医学セミナー



防衛医学セミナーに参加する前陸幕長

床医学、歯学、衛生資材、看護、部隊衛生及びメンタルヘルスの幅広い分野から合計百五十九演題の発表・討議が行われた。自衛隊中央病院は、自衛隊衛生の中核及び最終後送病院として、全国の衛生科隊員へ、現在の情勢下において、自衛隊衛生の将来を考えてもらうきっかけを与える使命を果たすとともに、今後も教育訓練の質的向上、連携の強化を率先して実施していく。