

中病だより



自衛隊中央病院
総務部総務課発行
令和7年
第2号

創立70周年を迎えて



11月1日、自衛隊中央病院は創立70周年を迎えました。

自衛隊中央病院は、昭和30年（1955）11月1日、ここ三宿の地において、陸海空の3幕共同機関として編成を完結し、旧病院から新病院への移転を経て、70年間院務を遂行してきました。これもひとえに、歴代職員、地域の方々、関係機関の方々のご支援、ご協力の賜物であること、職員を代表して改めて感謝申し上げます。

直近の10年間を振り返りますと、平成28年には東京都2次救急医療機関指定を受け、現在は年間6,000台の救急車を受け入れるようになり、平成29年

には第1種感染症指定医療機関の指定を受け、地域並びに自衛隊における感染症患者対応に役割を果たしてきました。先般の新型コロナウイルス感染症対応としては、令和2年1月武漢からの邦人帰国に対して当院看護官が支援したチャーター機内検査支援を皮切りに、ダイヤモンドプリンセス号からの患者受け入れ、国内流行期における地域の患者の受け入れ、新型コロナウイルスワクチンの接種率向上のために設置された大規模接種センター、接種会場の運営など行いました。

令和5年からはウクライナ負傷兵のリハビリ、今年がガザ避難民の治療など、国際平和に貢献する診療も実施するとともに、国内外における衛生支援、多国間訓練やモンゴル共和国に対する災害対処、カザフスタン共和国に対するハイブリットシミュレーター技術支援を通じた能力構築支援活動を実施してきました。

地域との連携においては、診療や医療安全、感染対策に加えて、大規模震災への備えとして、世田谷区が設置する緊急医療救護所の支援に加え、当院が「災害拠点病院」と同等の機能を発

揮し、東京都やDMATと連携して病棟の一部と屋上のヘリポートを地域・広域医療搬送拠点（SCU）として運営するという訓練も定期的に行っているところです。

今後は、来年4月に、准看護学院を設置し教育を開始するとともに、防衛省・自衛隊の血液自律的確保として、低力価血小板温存〇型全血の確保のための血液センター設置準備の予定です。また、再来年3月を目標に、重症患者をより多く受け入れ自衛隊医療従事者の教育の充実を図るために、「救命救急センター」化を目指し、戦傷医療能力の向上を図っていく予定です。

これからも平時および事態発生時に地域の医療に貢献するとともに、国民の安全・安心を守る自衛隊の「最終後送病院」および「人材育成拠点」として、日々の診療の充実と各種訓練を積み上げることにより、隊員及び家族、地域の方々、国民さらには職員にとっても「信頼され魅力のある自衛隊中央病院」となるよう、職員一丸となって創り上げていく所存です。

今後とも当院に対する一層のご支援ご鞭撻の程、よろしくお願い申し上げます。

令和七年十一月吉日
自衛隊中央病院長
防衛技官 鈴木 智史

東部防衛衛生学会を終えて



副院長（陸）
陸将 平山 健一

今年の10月7日（火）に第63回東部防衛衛生学会学術集会を当院が担任して三宿駐屯地体育館で開催しましたので学会の様子と御礼をお伝えしたいと思います。

本学会のテーマは「明日に備える 戦傷医療の現状」としました。幸いなことにわが国はこれまで戦争に巻き込まれることなく自衛隊も実際の戦闘を経験することはありませんでしたが、実際に他国で行われている戦傷医療の現状がどういうものか学会員への知見を広めることを目指してテーマを設定しました。

特別講演には元ウクライナ防衛駐在官としてウクライナでの戦争を直接目撃している陸上総隊中央情報隊情報処理隊長 出口1佐から『戦傷医療の現状ロシアによるウクライナ侵攻の概要』を、そして自衛隊入隊前に外傷外科医として国外での手術経験が豊富な衛生学校教官 内野1佐から『外傷治療戦略を理解する』のご講演をいただきました。

また、部隊等発表として10題の演題を発表していただき、各部隊、機関が実施している訓練、研究等の知見を共有することができました。準備期間が短かったにもかかわらず素晴らしい講演、発表をいただいた皆様、討論を盛り上げていただいた座長の皆様

そして運営に尽力いただいた中病職員に厚く御礼申し上げます。

なお本学会は、今後学会員が部隊改編や訓練等で忙しくなることを予想し時間や隊力の負担を軽減する簡素化を試みました。試みの内容としてはパンフレットの印刷経費削減と納入期間の短縮のためのネット注文、ページ数の削減と発注期間を厳守するため抄録掲載の中止、前夜祭、懇親会など負担となる集会などを中止しました。削るだけでなく中央病院の事業を紹介するポスターの掲示、優秀者選考せず発表者全員への表彰（学会発表に価すると評価された点で既に優秀演題です）なども実施しましたが、このような試みでご不快に感じた方がおられましたらこの場を借りましてお詫び申し上げます。順番的に2年後の中央衛生学会の担任は中病の予定ですので、その際にご協力ご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

自衛隊病院における 保険医療



副院長 (海) 小川 均
海将

原稿依頼を受けた9月はまだ暑く、日本の熱帯化を憂いていましたが、メチに追われている10月半ばになつて一気に気温が下がり、ようやく秋の過ごしやすい時期となりました。さて、自衛隊中央病院は、臨床研修施設や各種教育訓練等の充実を図

る人材育成拠点としての役割の他に、周辺地域住民に対する平素の一般診療としての保険医療機関の役割もあります。自衛隊病院ではご存じの通り、民間医療機関のような診療報酬による収益構造でなく、年度の予算に基づき一般会計で運営され、診療等による収入は国庫に入る仕組みです。そのため保険診療の経験が限定的な職員も多く、私もこれまで自衛隊病院勤務はありましたが、現在の管理部門勤務となつてから保険診療の概要を一から勉強しており、複雑な仕組みと内容に奮闘中です。民間医療機関ではこの複雑な仕組みの元、1円でも多く稼ぐために涙ぐましい努力をしています。自衛隊病院では稼いでも稼がなくても大きな影響が無い(?)ためか、保険医療に関する業務に対しては後ろ向き意見もあるところですが、

医療行為の質の担保には医療従事者の国家資格や、第三者機関による認証や評価等があります。診療報酬の申請業務も単なる収益確保手段の事務処理ではなく、医療の質と信頼性を公的に評価・担保するという側面を有しています。基本・特掲診療料を適正に申請・算定することは、医療行為が制度上認められた基準に沿って実施されたことを示し、また再審査請求の実施は診療内容の妥当性を示し、医療の透明性と診療責任を示すことにも繋がります。そのため、自衛隊病院として病院収益に直接繋がらなくとも保険診療業務は大切な業務であると考えます。ただ、保険医療に係る部隊は少なく、かつ異動が多いこともあり専門的知識を有する人材が極めて少ないのが実状です。令和9年度末に建替

着任の辞



防衛事務部長 鈴木 伸

えを予定している自衛隊横須賀病院でも、今後さらに多くの患者を診療するため保険診療の件数の増加も見込まれ、専門的な人材の必要性は各幕の共通の課題でもあります。まずは自衛隊中央病院の診療の質の向上を念頭に、啓蒙を図り、裾野を広げる現業に励むこの頃です。

この度、9月1日付で総務部長を拝命いたしました鈴木伸です。これまで内部部局の官房各局に勤務し、自衛隊病院での勤務は初めてですが、かつて内局衛生官付先任部員として勤務し、防衛医大看護学科開設、第一線救護衛生員、西アフリカでの Ebola 出血熱感染拡大時の一類感染症対応能力など検討しておりました。中央病院に勤務し、これら様々なことが、それぞれ進捗していることを感じました。衛生機能の変革を進める防衛省・自衛隊において、自衛隊中央病院は中核を担う存在であると思えます。中核として機能を発揮するためには、スタッフの自信と誇りをもって働ける組織であり、利用者が安心して医療を受けられる魅力のある病院であることが重要です。各部所が

声かけの力



最上級曹長 陸尉 池 忍
准士

連携し、将来を見据えた様々な課題に取り組み、自衛隊衛生の中核、魅力ある自衛隊中央病院として発展していくため、職員の協力を得ながら自身の職責を果たしてまいります。

自衛隊中央病院には、多くの准曹が様々な職域で勤務し活躍しています。臨床検査、放射線、歯科、リハビリ、看護等の医療現場、そしてそれらを支える管理部門があり、そのどれもが病院にとって重要な役割を担っています。中央病院の准曹の強みは「責任感」と「コミュニケーション能力の高さ」だと思います。隊員一人ひとりが、与えられた任務に真摯に向き合い、日々の業務を確実に実施するとともに各部所間の連携により円滑に業務を推進していることは病院の大きな力となっています。どんな職場においても上司と部下及び同僚とのコミュニケーションはと



絆は育まれません。コミュニケーションの形成は相手に関心を持つ、話をよく聞く、気持ちを受け止める等の寄り添いが必要不可欠です。また、日常の挨拶や声かけ、感謝の言葉も非常に重要となります。特に、声かけは私が最も重視している事項で、各部署上級曹長にも日々実践していただいています。「最近調子はどう?」「いつでも相談に乗るよ」「よく頑張った」などの声かけは、安心感を与えるとともに成長を支える事につながります。職員一人ひとりが、周囲に関心を持ち、日々の声かけを行えば、より風通しの良い職場環境が構築されます。

私は、これからも准曹の先頭に立ち各部署先任と連携し、職員が安心して勤務できる職場作りに貢献したいと思っています。

職業能力開発センター

第70期前期修了

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職業能力開発センターでは、9月19日、第70期前期(一般事務6か月コース)入所生1名の修了証書授与・申告が行われた。

式では、最先任上級曹長等の立会のもと、齋藤センター長からの修了証書授与に続き、三戸2曹がセンターでの研修修了を申告した。センター長は「定年まで残り少ないが、部隊への貢献と再就職にも身に付けた技能を活かして欲しい」と激励した。引き続き転出者紹介行事が行われ、センター職員と同期入所生が見守る中拍手で見送ら

れ、センターを後にした。

修了者
三戸2等海曹
(呉警備隊)



女性ヘルスケア外来 オンライン診療

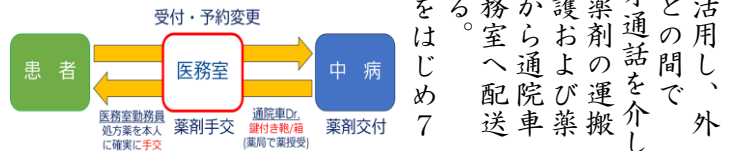
近年の女性隊員の増加に伴い、月経困難症や更年期障害等の女性特有の健康課題、すなわち女性ヘルスケア領域の診療ニーズが全国的に高まっているが、人材や医療資源の不足から部内医療機関での対応は限界がある。これには深刻な地域格差が生じており、これを解消するための一つの手段として令和6年5月より産婦人科女性ヘルスケア外来で東方面内の遠方部隊に対するオンライン診療を開始した。

一般のオンライン診療は個人と医療機関の端末間でビデオ通話を行い、自宅へ薬剤が配送されるサービスであるが、専用システムの選定には時間・予算の制限がある。既存かつ情報セキュリティの担保されたシステム

ムとして業務システムを活用し、外来診察室と駐屯地医務室との間でCisco Jabberによるビデオ通話を介して診療することとした。薬剤の運搬については、個人情報保護および薬剤の保管環境を鑑み薬局から通院車または郵便サービスで医務室へ配送し患者は医務室で受領する。

10月1日現在まで朝霞をはじめ7つの駐屯地で延べ70件の診療を行い対面診療を要する副作用や合併症等の重大トラブルは発生していない。女性ヘルスケア外来におけるオンライン診療は業務への影響を最小化しつつ、女性の健康課題に取り組むことができ、女性知音の即応性向上に寄与すると考える。

オンライン診療新設にあたりご協力いただいた東方医務官室、各駐屯地医務室、医事課、薬剤課をはじめとする院内関係部署に感謝申し上げます。



大量傷者受入訓練



前段訓練は、休日の早朝に東京都最大震度7の地震発災から状況を開始、隊員は緊急登庁するため自宅から徒歩で病院を目指した。また、病院当直幹部は管内者を呼集して所要の指示を行うとともに、逐次戦力加入する職員と連携し、職員・患者の安全確認、施設点検及び指揮所の開設指示等を同時並行で実施した。演病院長(副院長(海))は登庁後、三宿駐屯地を含む院内外の状況を把握するとともに、速やかに首都直下地震対処計画を発動し、多数傷病者受入態勢を確立した。

後段訓練は、多数傷病者対応のための組織による患者の受入について演練した。今年度は世田谷区において緊急医療救護所(池尻2丁目体育館)の設置が計画された以降初めての訓練であり、世田谷区医師会を始め陸上自衛隊衛生学校を含む部内関係機関が連携し緊急医療救護所において被災傷者の初期対応にあたり、当院との連絡・調整について演練した。

今年度も多数の部内外関係機関の方々に研修していただくとともに、日々のご意見をいただき、改めて災害時における当院への期待の大きさを身にしみて実感したところであり、今後「信頼される魅力ある自衛隊中央病院」の創造に努める所存である。



診療放射線技師養成所 第60期卒業式

診療放射線技師養成所（所長 小川海将）は令和7年3月4日（火）、自衛隊中央病院長、海幕首席衛生官、空幕首席衛生官はじめ、多くのご来賓のご臨席を賜り、第60期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」卒業式を行った。

国歌斉唱に引き続き、所長から卒業証書が一人一人に手渡された。

教育間、特に優秀な成績を収めた、松尾3陸曹に病院長賞、中村3陸曹、田野島3陸曹の2名に所長賞、松尾3陸曹、中村3陸曹、鶴飼3陸曹、草野3海曹の4名に体力賞がそれぞれ授与された。

病院長は訓示の中で、医療技術・装備品等の進歩が著しい情勢に鑑み、診療放射線技師という資格を有する衛生科隊員として「たゆまぬ研鑽に励むこと」また、人として、自衛官として、医療従事者として「誠実であること」の2点を卒業生に要望された。



60期生19名は、病院長はじめ多くのご来賓の方々、職員、在所学生に見送られ、新天地での診療放射線技師としての勤務に、意欲的に取り組むことを誓い、三宿の地を後にした。

診療放射線技師養成所 第63期入所式

診療放射線技師養成所（所長 小川海将）は、令和7年4月8日（火）第63期上級陸曹特技課程「診療放射線技師」入所式を行った。

入所式には、茨城県立医療大学名誉教授、自衛隊中央病院長、陸幕衛生部長、海幕首席衛生官、空幕首席衛生官はじめ、多くの方々のご臨席を賜った。

国歌斉唱に続き、所長から新入生の任命書の読み上げが行われ、新入生は皆、はつらつとした大きな声で応諾した。

病院長は訓示の中で、診療放射線技師養成所学生が目指すべき姿勢として、自己のベストを尽くし、目的意識と自発的な意欲をもって努力を継続し、そして、与えられた時間を「自己錬磨」のために有意義に使うこと。自分に何が求められているかをよく考え、その期待に応えられるよう、知識と技術に加え「使命感」をもって診療放射線技師たる自衛官を目指し、成長することを望んだ。

63期生22名は、所長及びご臨席いただいたご来賓の皆様に対し、3年後の国家試験全員合格という必成目標達成を誓い、固い決意を胸に、診療放射線技師養成所学生としてのスタートを切った。



シッターサービス開設

今年7月から、中央病院においてシッターサービスの試行を開始した。これは、勤務のため隊員が子供の世話をすることが困難な時間帯（特に夜間を想定）において、子供を駐屯地内で一時的に預かる施策であり、隊員に対する両立支援策のひとつとして来年度以降の事業化を見据えているものである。病院という特性上、24時間のシフト勤務に従事する隊員が多く、試行開始以降、多くの方が利用している。

子供用トイレ

本施設は24時間利用可能だが、予約時のみシッターが派遣される形式であるため、利用者は予め希望時間帯を予約する必要がある。託児室には子供達にも人気のおもちゃを取り揃えており、シャワーや子供用のトイレも完備。また、保護者が子供の送迎ができない場合は、保育園、小学校等と託児室との間の送迎サービスも併用可能である。子供が楽しく安全に過ごせる環境を確保していただき、安心して預けていただくことができるので、基本保育時間外の預け先は是非活用を。



手洗いシンク



シャワー



マンナ食堂オープン

令和7年4月23日、約2年ぶりに委託食堂がオープンした。令和5年3月に前業者が撤退後、コンビニエンスストア、日替わりの展示即売会及び不定期のキッチンカーによる食事の提供はあったものの、隊員からの要望も多く念願のオープンとなった。メニューは、日替わり定食（2種）、各種ラーメン、カレー、牛丼とバリエーションも豊富で、令和7年10月よりモーニングセット及びテイクアウト弁当も取り入れ、充実した内容で提供していきますので、皆様のご利用をお待ちしています。



人事往来

新着任部長紹介

○リハビリテーション科部長
1等陸佐 永田高志
(自衛隊札幌病院)
令和7年3月24日付

○小児科部長
1等陸佐 座波清誉
(臨床医学教育・研究部)

○第4内科部長
2等陸佐 荒川純子
(診療科)

○衛生資材部長
1等陸佐 山本哲生
(自衛隊那覇病院)
令和7年8月1日付

○総務部長
防衛事務官 鈴木伸
(情報本部)
令和7年9月1日付

新着任課長紹介

○リハビリテーション技術課長
2等陸佐 岡村綾

○放射線技術課長
3等陸佐 正富健太郎
(診療放射線技師養成所)
令和7年3月2日付

○研究課長
2等陸佐 關中悠仁
(診療科)

○第2看護課長
2等陸佐 小林沙弓
(陸上幕僚監部)

○第2看護課長
3等陸佐 井上真行
(陸上自衛隊衛生学校)
令和7年3月17日付

○副医療安全評価官
2等陸佐 金光洋子
(看護部)

○教育訓練課長
2等陸佐 西井慎
(診療科)

○臨床検査課長
3等陸佐 大坂忠一
(陸上自衛隊衛生学校)
令和7年8月1日付

○准陸尉 榑島博士
令和7年3月16日付

○防衛事務官 飯塚朝代
令和7年3月31日付

○3等陸尉 石川学
令和7年6月30日付

○3等陸尉 牛嶋敏雄
令和7年10月1日付

○1等陸佐 店橋勇
令和7年3月2日付

○1等陸尉 大海延也
令和7年7月31日付

○1等海曹 三浦國和
令和7年9月30日付

○2等陸佐 中井充雄
令和7年7月31日付

○1等陸佐 山内康彦
令和7年2月6日付

退官者のご紹介

海将補 宇田貞武
令和7年9月1日付

○(看護部)
3等陸佐 久保田まゆみ
令和7年2月5日付

3等陸佐 井土川佳代
令和7年4月12日付

2等陸佐 木村ゆかり
令和7年10月10日付

3等陸佐 葛巻和枝
令和7年10月22日付

成績優秀者等

○第104期幹部初級課程 (看護官)
【衛生学校長賞】
3等陸尉 徳山果鈴
【教育部長賞】
3等陸尉 吉原麻織

○第105期幹部初級課程 (看護官)
【衛生学校長賞】
3等陸尉 阿部晴香

○第60回関東放射線技師
教育施設体育大会
【野球優勝】
【バドミントン優勝】
【バレーボール準優勝】
【テニス準優勝】
【卓球第3位】

○第29回全自衛隊陸上競技会
【男子40歳以上5,000m優勝】
1等陸曹 加藤将士

○自衛隊プレミアムボディ
2025
【優勝】
1等陸尉 樋口泰亮

保健管理センター「保健相談班」

「デジタル時代の目の健康」

パソコンやスマートフォン(スマホ)の使用増加に伴い、「ドライアイ」に悩む人が増えています。

「ドライアイについて」

目の表面を覆っている涙の量が異常に起ることで、目が乾燥してしまったり、目が開けていないのがつらくなったり、目の不快感が起こるなどのドライアイです。角膜などが傷ついたり、目のトラブルになることもあります。

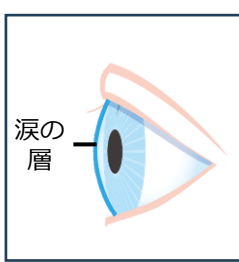


図1 涙の層

ドライアイ研究会
「あなたのなみだチェック」より

【原因は涙の量と質の変化】

通常は、3〜6秒に1回程度まばたきをして目の表面に涙を供給し、涙の層を形成しています(図1)。パソコンやスマホの画面を長時間見ていると、まばたきの回数が減ると言われます。すると、涙が十分に分泌されず、さらに涙の蒸発が促されるため、目が乾きやすくなります。

ドライアイにつながります。ほかに、加齢、緊張やストレスなどがあることと涙の分泌量が少なくなることがあります。

また、目の表面に広がる涙の層は、油の層、水の層とムチンの層の3層からなります。涙の分泌量が正常でも、3つの層のバランスが崩れると、目の表面に涙が留まりにくくなり、ドライアイにつながります。

「ふだんの生活から予防・対策」

多くの場合、点眼薬を使うことで症状の改善が期待できますが、ふだんの生活からできる予防・対策をご紹介します。

①まばたきへの意識

すぐにできる対策は、まばたきについてです。まばたきで、目が完全に閉じていない方がよいです。特にパソコン作業の際は、やさしくしつぱり目を閉じるようなまばたきを意識することがおすすめです(図2)。

②パソコン画面の位置

椅子等を調整し、パソコン画面を少し見下ろす程度の位置に調整すると、涙の蒸発を抑えることができます。

③目の休憩時間を設ける

パソコン作業の休憩時にスマホを見てもいいですか? 1時間パソコン作業したら5〜15分ほどデジタル媒体から離れて目を休めると効果的です。

④温める

目の周囲を温めると、涙の分泌に重要なまぶたにある皮脂腺の働きが改善されます。

⑤目もとを清潔にする

ぬれタオルを5分程度まぶたの上に乗るのがおすすめです。

【おわりに】

目を酷使するデジタル時代、目の健康に興味・関心を持っていただきたいと思います。

【お問い合わせ】

記事担当
保健管理センター保健相談班

【お問い合わせ】

参考文獻: きょうの健康2025年1月・2022年12月
ドライアイ研究会ホームページ
日本眼科学会ホームページ
日本眼科医会ホームページ

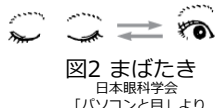


図2 まばたき
日本眼科学会
「パソコンと目」より