

創刊号 「Green」へようこそ



創刊特集	… 2
地域医療の最前線	… 4
特集 topics	… 6
ちょっといい話 / レシピ	… 8
Bein' Green -連載コラム-	… 9
街のあかり -地域×探索-	… 10
News&Communications	… 11

## 編集後記



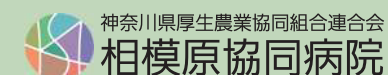
このたび、広報誌「Green」ができあがりました。ご執筆いただいた先生方、編集作業や印刷・製本をご担当いただいた多くの方々に深い感謝の念を申し上げます。

今年の箱根駅伝では青山学院大学が圧倒的な力で優勝をしましたが、やはりチーム一丸となって襷をつなぐ姿は、いつ見ても素晴らしいと感じました。

「Green」も駅伝のように相模原協同病院と地域の方々をつなぐことができるように努力してまいります。

これからも「つなぐ」をモットーに精進してまいります。次号は春頃の発行予定です。お楽しみに。

(企画情報課)



〒252-5188  
神奈川県相模原市緑区橋本台 4-3-1  
TEL : 042-761-6020 (代)  
FAX : 042-713-3525  
HP : www.sagamiharahp.com

HP



YouTube



Twitter



LINE



# 『Green』へ ようこそ

新年の企画の一つとして相模原市民と相模原協同病院との情報交換の場として「Green」を創刊することとなりました。この広報誌により市民の皆様と協同病院の垣根がさらに低くなり意見交換が盛んになることを期待しています。

新年にあたりまして、なによりもまず御礼申し上げますことは、昨年1年間にわたり変わらず相模原協同病院をご支持・ご支援頂きましたことです。昨年話題になりました「クラウドファンディング」での大勢の方からのご支援は、職員を奮い立たせるものでした。それにも増して、色々な方々からの励ましのお言葉を頂きましたことに改めて感謝申し上げます。

相模原協同病院は、昨年1月に相原高校の隣、職業訓練大学校跡地に移転いたしました。昨年は一昨年に続き新型コロナウイルスの対応で忙殺されましたが、重症症例を北里大学とともに治療し、市内では他の自治体のような医療崩壊を防ぐことができました。ただ、当院は新型コロナウイルス

対策として開始したわけではありません。本来の目的として、相模原北部の高度急性期医療の充実に旗印としており、各種救急医療を行えるよう設計されています。

新病院開院と同時に始まった脳卒中センターは、24時間365日の救急対応を行っております。また、以前より365日対応していた循環器センターも新病院ではさらに不整脈部門を強化しアブレーション治療を積極的に行ってまいります。

救急部門以外では眼科治療が常勤3名体制に強化され、日帰り白内障手術や硝子体手術を始めます。循環器領域では下肢静脈瘤に対してはラジオ波を用いた日帰り手術を開始しました。外科では肥満症に対する外科治療を開始しています。形成外科と産婦人科でのレーザー治療も準備中です。このように各領域で積極的に新しい試みを行っております。外来診療では4月にいよいよ皮膚科が2名（秋には3名）の常勤医体制を整えます。

これからもさらに高度な救急対応を目指して病院の体制を整備していきたいと考えていますので、今後とも引き続きのご支援を賜りますようお願いいたします。



病院長 井關治和



# 地域医療の最前線

## 第3IVR室 稼働

### IVRとはなんですか？

IVRとは「Interventional Radiology」の略で、エックス線透視像やCT像、超音波像を観察しながら体内に細い管（カテーテルや針）を入れて病気を治す新しい治療法で、「画像下治療」とも呼ばれています。IVRは手術を必要としないため、体への負担が少なく、病気の場所だけを正確に治療することができます。高齢者や状態の悪い進行癌を含めた癌の治療に広く応用され、緊急状態（大出血など）からの救命や、血管などの閉塞、動脈瘤に対する治療にも有効です。



### 第3IVR室増設の背景

当院は2021年より新病院に移転し、今までより更に高度な救急医療を含めた地域への貢献が必要であると考えています。そんな中、旧病院の頃から充実させてきた循環器救急に加え、今年度より脳卒中センターが設立され、脳疾患救急にも対応可能となりました。しかし、これらを含めた救急医療に対応するには、2つのIVR室ではもはや限界でした。

### 地域医療に与えるメリット

そこで救急医療を中心に地域に貢献するために、関係者の皆様のご尽力を頂き、第3IVR室の増設となりました。これで通常の予定検査・治療を行いつつ、同時に並行して緊急患者に対するIVR室での検査・治療が可能になります。救急患者のお断りを減らし、治療までの時間も短縮できるのです。また、今年度よ

り循環器内科で本格的に開始した不整脈に対するアブレーション治療の患者様を多くお待たせしておりますが、増設により多くの患者様を治療できるようになります。

### 地域の皆様へ

以上のように第3IVR室の増設は、地域の皆様へのより良い医療の提供という点で、大きく貢献できると思います。このような貢献を通じて、地域の皆様に安心して暮らして頂くことが私たち相模原協同病院スタッフ一同の願いです。

### 干場 泰成 医師

循環器センター（循環器内科）  
診療部 統括部長





# 私が病院救急救命士になった理由

## 特集 Topics

救急救命士 小見山 清夏

### 「病院救急救命士」という仕事

今までは傷病者を「現場から医療機関へ搬送するまで」が救急救命士の主な役割でした。しかし、病院で働く救急救命士の役割は傷病者が「搬送されてきてから」始まります。ここが大きな「病院前」と「病院内」で働く救急救命士の大きな違い。

病院内で働く救急救命士に求められることは何か。私たちが忘れてはいけないことは、その答えを日々自身に問いかけます。

「あたりまえ」を失って気付く  
「あたりまえ」の奇跡。

小学校3年生からバレーボールを始め、自身の一挙手一投足がゲームメイクの要となるセッターの魅力に感化され、あつという間に虜となりました。自らの性格とマッチしていたこの競技で上を目指したいと思うようになり、バレーボールの強豪校へ進学。奇しくもそこで私の人生は180度方向を変えました。

厳しい練習も、切磋琢磨する仲間と乗り越え、汗と涙の青春が詰まった高校生活がそこにあるはずでした。突然病を発症し、バレーボールは愚か「生きること」が主軸となった生活を強いられることになったのです。高校を中退し、この時初めて「呼吸が出来ることはすごいこと

かつ、私たちは今ここで生きている。これ以上の願いがあるでしょうか。この世の中でポジティブに生きることとはとても難しい。そんな中で日々の奇跡に気が付き、医療従事者である我々が希望を持って生きること。それにどれだけの力があるのでしょうか。

まだまだ認知度の低い「病院救急救命士」ですが、救命士の活動領域は「現場や救急車内だけ」ではなくなりました。そして、もはやそれは「病院内だけ」でもありません。現場と病院双方で活躍するプロフェッショナルとして、病院救急救命士は今後も精進していきます。相模原協同病院 救急救命士の活躍に皆様ご期待下さい！



「だ」と気付きました。当たり前過ぎて知らなかった。3度の手術を乗り越え手に入れた「あたりまえ」は以前までとまるで違ったものであるように感じています。宝くじが当たるよりも大きな奇跡がいつも自分の手の中にあつたということをおぼろげに忘れてしまふ。この時は、今まで無縁であつた「医療」というものと顔見知りになったと記憶していません。

### 「正義の味方」を目指して

正義の味方になりたかつたんです。幼少期から女の子向けアニメより戦隊ものが好きで、その後も変わらぬその夢は

次第に具現化され、幼稚園の卒業アルバムに書いた将来の夢は「警察官」でありました。警察官を志していた父の影響もあり、気が付くと私もそのレールの上になりました。父と同じ国士館大学へ進学。ここで私の人生を大きく変える出会いが多々訪れます。

事故現場や事件現場などの最前線をテリトリーとする警察官に救急救命のスキルは必須であろうと考え、体育学部スポーツ医科学科（救急救命士養成学科）を目指しました。

高校を中退していた私は独学で高卒認定試験（大検）を受検し、社会人を経験した後、国士館大学の門を叩くことになりました。ここでの経験は今の自分の核であり、組成としても大半を占めます。しかし、「正義の味方」への道のりは想像以上に厳しかったですね「正直お前には期待していない。しかし、部隊の一員である以上我々はお前を当てにする。当てにされている間に期待される隊員になれ。」

救命士を目指し訓練に明け暮れた大学時代。女性救命士が増えてきているとは言え、まだまだ男性社会が如実に表れている世界。どんなに辛い訓練でも出来て当たり前。出来なければ「女子だから仕方がない。」と呆れ顔で捨て台詞。悔しさと共に唇を噛みしめ、理不尽と一緒に欠けた奥歯を飲み込む。絶対に期待させてやろうと思った。お前がいてくれて良

かつたお前だから助かつたのだとこの教官の口から言わせてやろうと心に決めた瞬間でした。

そんなある日授業で教授が言った言葉が私の進むべき道を教えてくれました。

「この世の中には様々な正義があるが、人を救おうとすることだけは絶対の正義である。」

寝耳に水。晴天の霹靂とはまさにこのこと。私の目指す正義はここにある。「救急救命士」として頂点を目指す。そう誓うと共に私の救命士人生が幕を開けます。正義は必ず勝つ。そんな笑われてしまいそうでありきたりな台詞を掲げて、先頭を駆け抜けたあの時代の私を褒めてあげたいです。

### 「やらない理由より、やれる理由を考える。」

私の基本的思考回路です。努力をする人は希望を語り、怠ける人は不満を語る。病院救命士として働いている今もその思いは変わりません。「きつと上手くいかない」「ではなく」「私にならざる」とやらない理由ではなく、やれる理由を探し続けています。

ネガティブな世の中だからこそ、命の傍らにいる我々が希望を持つ意味は大きい。今、新型コロナウイルスの影響で世の中はネガティブで溢れています。し



皆様の管理栄養士のイメージはどんなものでしょうか？「〇〇を食べると健康になりますっ！」とテレビで話している人、学校給食の献立を考えている人といったイメージでしょうか。それらも管理栄養士の姿ではありますが、我々の仕事の一部でしかありません。

上の写真は筆者が滋賀県で開催された学会に参加した際、趣味の早朝ジョギング中に撮影した琵琶湖です。さすがに日本一大きな湖です。雄大な姿を見たと感じたのですが、この写真に写っているのは、実はこの地図の琵琶湖大橋の手前まで（赤い印のエリア）の、これっぽっちの琵琶湖の姿なのです。（印刷では見えないうと思うのですが、拡大すると写真の奥に琵琶湖大橋が写っています）

ある食品に含まれる一つの成分だけに着目して「〇〇に効く」と表現することは間違いではありません。ですが、前段の「琵琶湖大橋」までを見ていることに他ならないのです。食品全体の持つエネルギー量や栄養素、その食品の入手や調理方法までを捉え、「琵琶湖全体」を見る事で、流布する情報に惑わされないようにしたいものです。

私は病院管理栄養士とし

て、糖尿病や脂質異常症、消化器術後などの栄養相談に携わっています。例えば糖尿病の栄養相談では、「血糖値が高いから糖質制限したい」と言う患者さん多いらっしゃいます。

しかしその患者さんにおいて、高血糖や糖質制限といった要素は「琵琶湖大橋」までに過ぎません。患者さんの生活背景や職業、

食事の好み、調理能力、経済状況、食事療法の実効性や継続性など、患者さんの「琵琶湖全体」を捉えて指導する事で、個々の患者さんに合わせた栄養相談になるよう心がけています。

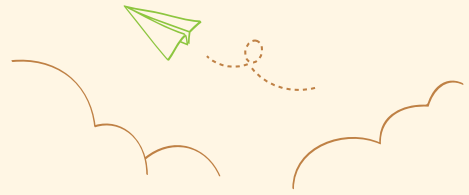
食事とは日々の生活で営まれていく行為です。生活の中で患者さん自らが実践する健康法であると思えます。「栄養士の言うよう

に食事をすれば、そりゃ健康になるよ」と言われる事もしばしばですが、ゴール（理想的な食事療法）に近づくための伴走者として、管理栄養士の存在を認識していただければと思います。（栄養指導には医師の指示が必要ですが、主治医へご相談ください。）

管理栄養士 上條広高

連載コラム

Bein 'Green Vol.1 ごあいさつ



初回ですのでまず自己紹介をしましょう。私は当院の常勤医で、2013年の4月に協同病院に来てからもうじき9年になります。担当は「緩和ケア科」です。緩和ケアについての説明はここでは省きますね。で、それまでの二十数年間はあちこちで外科医として仕事していました。お腹を切ったりするほうの外科です。

長い地方暮らしに飽きて、というよりは勤め先の病院が相次いで潰れてしまったために転職活動をしていたところ、大学の先輩だった当時の院長にたまたま捕まって現職に就きました。その昔、研修医上がりの頃、当院で2年ほどお世話になったご縁も重なりました。

今だから正直に言いますが、外科から緩和ケア専従という、急すぎる方向転換だったので、当初は戸惑うことばかりでした。なぜならやっている仕事全然違うから。なにしろ手術がないので（笑）。私の場合、手術をしなくなっただけから半年ほどで、日常的な著の上げ下ろしまでが一気に不器用になったのには自分でも驚きました。きつと手術って、動きの細かさの桁が違ふんでしょね。いや、単なる老化かもしれないから早くに足を洗って正解だったのかも。

それはともかく、仕事を変えたことよって、私にとってはそれまでとは別世界の気づきがたくさん得られました。そのうちのいくつかを挙げてみましょうか。

まず、医療をうまく回していく力の中で、看護師の役割が特に大きいこと。そして協同病院にはきわめて有能な人たちが多くいること。つ

ぎに、医療は大病院だけで完結することはできず、地域の医療・福祉の方々との協働作業で初めて成り立つこと。地域で医療・介護を担う様々な仕事者が、優れた人たちによって運営されている。そして、診療をすすめるにあたり、それまでの、そしてそこからの意思決定と一緒に、丁寧に行うことが大切であり、技術や設備と並んで、実は相互のコミュニケーションこそが最重要問題であるという確信。それまでおぼろげに感じていたものが確信に変わったと言えます。

「いい歳をして何をわかつたことを」と思われたでしょうか？たしかに私がとくべつ鈍感だった線は否定しませんが、一般に、医者は自分の専門の中で、より新しくより優れた技術を発揮することに執念を燃やし、持てる時間の大部分をそこに投入します。

個々の人間は万能ではないし、人生の時間も限られていますから、誰だって自分の見ている風景が一面的であることは自覚しにくいものです。誤解を恐れずにいえば、それは患者さんの側にも言えることです。こうして、すべてを見通していない者同士が、図らずも出会ってしまふのが病院というところでもあります。

ひとが様々な期待や不安や利害をもって集まるそこには必ずしもやまやは起こります。この欄では主に、病院という出会いの場で起こる、お互いのやまやについて、つぶやいていこうと思えます。

Bein 'Green  
「緑色であること」セサミストリートのかえるのカーミットが唄う名曲です。  
自分らしさを誇るっていいよね、という意味合いがあります。

文：橋爪 正明  
緩和ケア科診療部長



フロッコリーメケールの新野菜!?



初めまして「アレッタ」です

【アレッタはイタリア語で小さな翼を意味します】  
フロッコリーメケールを組み合わせてできた、新しい野菜。冬から春にかけて旬を迎え、濃厚な甘み特徴です。栄養豊富だけど苦みやクセがあるケールに比べて、食べやすい。つぼみは菜花のような風味があり、茎は甘みが強く、葉はさっぱりした苦みを楽しむ事ができます。

recipe



にんにくと千しエビの風味でさらにおいしく！  
アレッタと千しエビのアーリオオーリオ

- 【つくり方】
- ①アレッタは軽く水洗いして、一口大に切り分ける。
  - ②にんにくは薄切りに、タカノツメはヘタとタネを取り除く。
  - ③フライパンにオリーブ油、にんにく、タカノツメを入れ、弱火で焦がさないよう加熱。
  - ④にんにくの香りがたったら、千しエビを加える。
  - ⑤アレッタを加えて、しんなりするまでソテーしたら、塩を一振りして完成！
- ★ワンポイントアドバイス  
千しエビに塩分があるので、少量のお塩で、味見をしながら調整しましょう！

- 【材料】（2人前）
- アレッタ 200g
  - にんにく 1カケ
  - 千しエビ 5g
  - タカノツメ 1個
  - オリーブ油 大さじ 1.5 杯
  - 塩 少々

## 病院公式 YouTube チャンネルを開始しました

当院の公式YouTubeチャンネルを開設しました。医療情報や市民健康公開講座などわかりやすく配信しています。QRコードより当院YouTubeチャンネルをご覧になれます。また当院公式ホームページからもアクセスいただけますので、ぜひお気に入り登録をお願いします。



病院公式YouTube QRコード

## 病院敷地内の農産物直売所“ベジたべーな”が好評です

病院敷地内の屋外イベントスペースに JA 相模原市の農産物直売所があります。地元の採れたて旬野菜が購入できます。病院内には栄養室監修で作成した旬の野菜を利用したレシピも配布しています。ぜひご利用下さい。



## 神奈川県立相原高等学校から手作りの門松が寄贈されました

華やかな門松の寄贈がありました。この立派な門松は、神奈川県立相原高等学校の環境緑地科のみなさんのご厚意によって制作されました。寄贈された門松は病院正面玄関に飾られ、病院のお正月を彩ります。相原高等学校のみなさん、ありがとうございました。



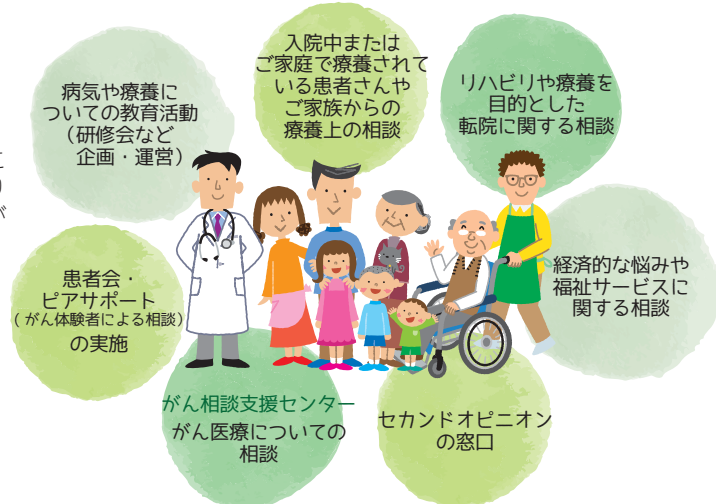
## 患者総合支援・がん相談支援センターのご紹介

患者総合支援センター・がん相談支援センターでは相模原協同病院をご利用になる方や地域の皆さまが、安心して治療を受け、治療後もより快適な生活を送ることができるように専門のスタッフ(ソーシャルワーカーや看護師)が支援しています。

### ご相談受付時間

月～金曜日 9:30～16:00  
土曜日 9:30～12:00  
(第三土曜日・祝日除く)

- ◆原則としてご予約が必要となります。
- ◆相談内容についての秘密を厳守することはもちろん、相談をしたことにより患者の皆様やご家族の方々に不利益が生じることは一切ありません。



お問い合わせ先 電話 042-761-6020 (代) 患者総合支援・がん相談支援センター

## 街のあかり

—地域 × 探索—

## 空き倉庫をお洒落に改装したカフェで美味しく味わう自家焙煎コーヒーと手づくりクロワッサン



Vol.1  
ZEBRA Coffee & Croissant  
ゼブラコーヒー&クロワッサン津久井本店



津久井湖近くの413号沿いにある「ZEBRA Coffee & Croissant(ゼブラコーヒー&クロワッサン)」。津久井本店をご紹介します。お店の建物は、元は魅力的な雰囲気のある空き工場でした。その面影を残しながらスタイリッシュなデザインのカフェとして誕生したのが2012年。以来、秋田杉の無垢材、コーヒー、クロワッサンの香りの中でくつろげる空間として多くの人に親しまれています。入口にはスロープが作られ、ベビーカーや車椅子の人も利用できます。店内はとても広く、どの席もゆったり使える落ち着いた雰囲気です。木で作られた床やテーブルでも温かみを感じます。お店にはいと焼きたてのクロワッサンの甘い香りがして、思わず深呼吸したくなります。

おすすめメニューは、やはりコーヒーとクロワッサンですが、種類が豊富で選ぶのに迷ってしまうほど充実しています。ドリンク類は、カフェラテ、カプチーノ、カフェモカ、ダブルエスプレッソなど様々なコーヒーが勢揃い。可愛いハートのラテアートに、カフェタイムがいっそう楽しく盛り上がりまします。紅茶、ココア、フルーτζュース、本日のスープなどコーヒー以外の飲み物も充実しています。メニューの本体価格について、店内利用は税額10%ですが、お店が2%を負担しイートインでも8%の税込み価格で提供されています。代表の嶋田耕介さんによると、コーヒー豆はオイリーな旨み特徴のブラジル産、甘くて濃厚なコロンビア産、コクのあるグアテマラ産、フルーティ

【お店情報】  
<所在地>相模原市緑区中野1890-1  
<電話>042-780-8600  
<営業時間>平日9時～17時 土日9時～18時  
<定休日>無し  
(変更となる場合もあるので来店前にお店に確認してください)  
<テイクアウト>あり  
<アクセス>  
公共交通機: JR 京王橋本駅北口乗り場1より橋01  
三ヶ木行き 約40分 祥泉寺下車すぐ  
車: 圏央道 相模原インターより4km  
(※相模湖方面へ)  
八王子バイパス相原(橋本)出口より10km  
中央自動車道 相模湖東インターより8km  
<駐車場>21台  
<公式サイト><https://zebra-coffee.com/>

Tシャツやトレーナー、サイクルジャージなど、ゼブラオリジナルグッズを店内で販売しています。Web Shopからも購入可能。  
<https://zebra-coffee.com/shop/>



breaktime

で香ばしいパプアニューギニア産の4種類を輸入しているとのこと。その中から、ブラジル産のコーヒーをいただいでみました。コーヒー豆本来の味を楽しむのフレンチプレスで淹れているので、とても香りがよく、後味がすっきりしていて、ほのかな甘味も感じられました。クロワッサンは約20センチの大きさ。食べる最初にはバターの良い香りが口中に広がり、後から程よい甘味を感じられ、軽く完食してしまいます。時間がたっても出来たてのようなサクサク感がなくならないのでテイクアウトにもオススメです。日常を離れるような素敵な空間で、寛ぎのひとときを過ごさずにはいかがでしょうか?