



はまなす季刊

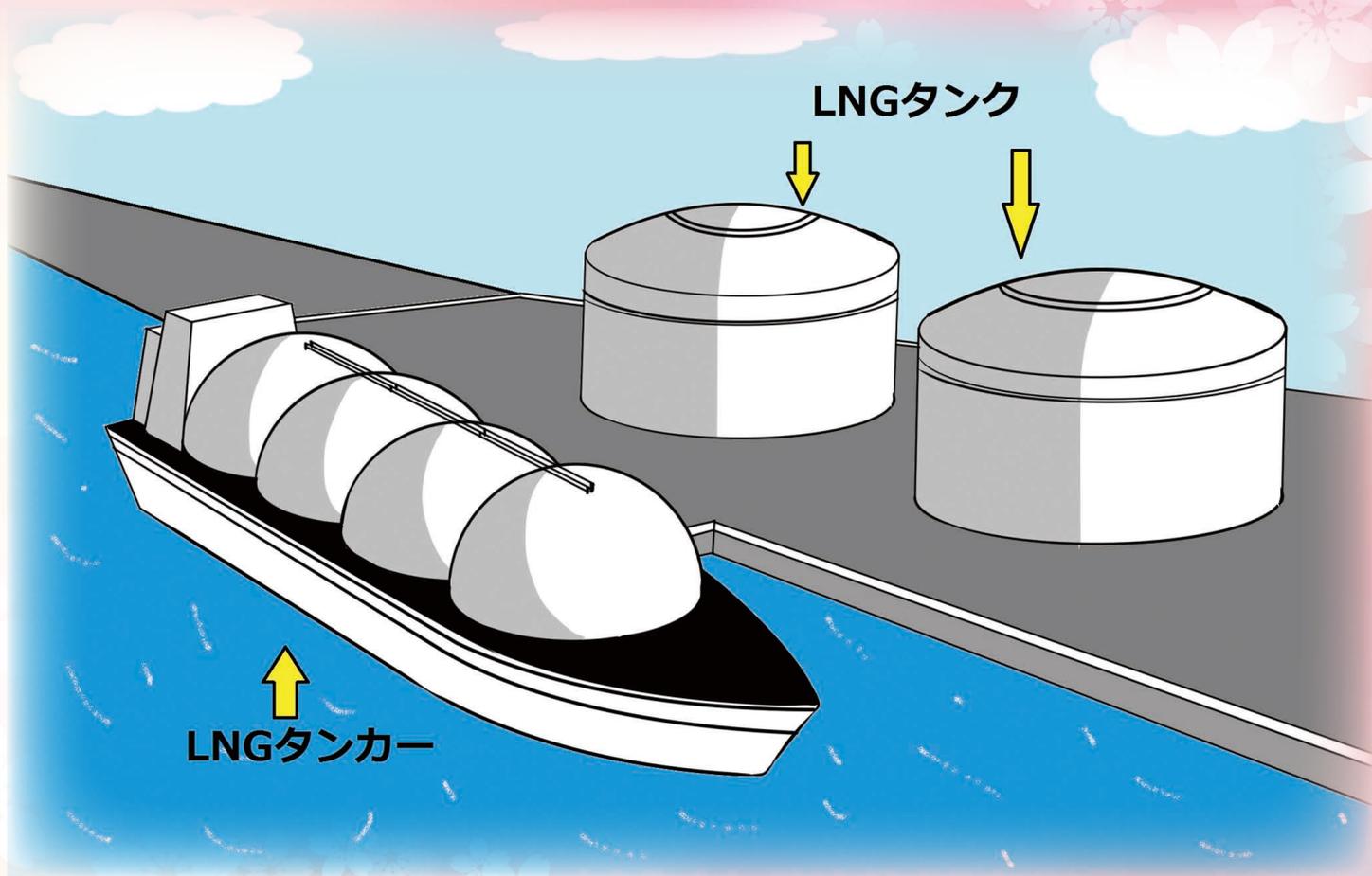
医療法人はまなすHP ▶▶▶ <http://www.hamanasugeka.com>

医療法人はまなす **篠路はまなすクリニック**

〒002-8024 札幌市北区篠路4条9丁目12番45号
TEL (011)776-3030・FAX (011)776-3001

医療法人はまなす **はまなす医院**

〒061-3284 石狩市花畔4条1丁目141番地1
TEL (0133)64-6622・FAX (0133)64-6555



石狩湾新港のLNG基地 (イメージ図)

次代への一手

理事長 工藤 岳秋

国民栄誉賞を受賞した羽生善治永世七冠や、公式戦29連勝を記録した中学生棋士の藤井聡太四段[※]などの活躍で、将棋がブームになっています。人工知能(AI)が名人を打ち負かすほど強くなりましたが、やはり人間同士の対局から生まれるドラマに魅了されます。

「三手の読み」という言葉がありません。将棋は交互に一手ずつ指すゲームで、次の一手に対して相手はこう反応する、そこで自分はこうする、と三手先まで考えます。盤を挟んでいる相手の思考回路で二手目を読まなければなりません。自分の論理で「勝手読み」すると予期せぬ展開となり、形勢が不利になることもしばしばあります。

実生活においては、他者の価値観を正確に推理することで自身を有利にするだけでなく、双方が、ひいては社会全体が利益を得ることが理想です。私たちも、はまなすに求められるものをさらに分析したうえで、平成の次に来る時代への妙手を探求しようと思っています。

(※2月1日に五段、同17日に六段に昇段)

ナマケモノの悲哀

副理事長 はまなす医院院長 工藤 立史

昨年の秋、ネットで科学情報誌ナショナルジオグラフィックから配信された動画を偶然目にした。以下はその光景である。

ペルーのアマゾン流域で、高さ30メートルほどの木に二人の男が斧をふるっている。その木のでっぺん近くに1匹の動物がしがみついている。ほどなく木はゆっくり倒れ、動物は捕獲された。それは「ナマケモノ」で闇市場で13ドルの値で売られていったという。

私は、16年ほど前、ペルーアマゾンを訪れ、この手にじかにナマケモノを抱かせてもらったことがあり、ことさらこの映像に見入ってしまった。

当時、電子ゲームのような玩具がなかったアマゾンではナマケモノが子供の良い遊び相手だった。ナマケモノはおとなしく従順で、捕獲や輸送も簡単で、観光客に抱かれて写真を撮られるようになった。一方、野生ではおよそ20時間の睡眠をとる彼らにとってそれは大変迷惑である。一日に何十人もの手をされるなどストレスによって死んでしまうものもいるという。その時私はそんなに深刻なこととはつゆ知らず、ナマケモノと誇らしげに写真におさまり、意気揚々と帰国したわけであった(写真)。



ナマケモノは大変スロウな動きの動物だが、けっして怠けているわけではない。それなりに必死に生きている。木の芽や若葉を一日にわずか8gほどしか食べないため、極力動きを少なくしなげりぎりのエネルギーで生活しなければならぬ。ナマケモノにはフタユビナマケモノとミユビナマケモノの2種類が存在する。この2種類はフタユビ(二指)とミユビ(三指)という指の数のみならず、頸椎の数も異なっている。前者は普通の哺乳類と同じ7つなのに対して後者は9つの頸椎がある。この頸椎2個分長い首を270度も回転し体を動かさずに周りの木の葉を食べることができる。究極の省エネ動物といえるだろう。又、ミユビナマケモノの方が性格も温和で観光客の相手にも適しており、私が出会ったのもまさにこのミユビナマケモノだった。

飼育下で30年の寿命と言われる。私と一緒に写真に収まったナマケモノはまだ生きている可能性があるが、はたして労働過重の生活環境の中でどうしているだろう。いまさらながらに心配になっている。

「日本栄養改善学会」で発表しました

管理栄養士 中山 絵里奈

12月16日に北海道大学学術交流会館で行われた学会に出席しました。「食と健康の架け橋・栄養学」100年の軌跡と未来、北の大地からの追求をテーマに、市民公開座、特別講演等の講演を聞き、一般講演では病院やクリニックでの管理栄養士の役割や栄養指導の有用性について、糖尿病患者におけるメンタルヘルスとセルフケア行動の関連などを学びました。一般講演にて「当院透析患者の栄養管理の現状」わが国の慢性透析療法の現状(2015年12月31日現在)との比較からみる課題」と題し発表させて頂きました。当院で透析療法を行い、本研究への参加同意を得た62名に、アンケートによる身体状況及び臨床データ収集を行いました。家族形態や栄養指導歴をグラフで表し、栄養指導歴別に臨床データや生活状況を比較、糖尿病の有無の比較、男女別に糖尿病の有無によるHbA1c値やCRP値を「わが国の慢性透析療法の現状」と比較しました。栄養指導歴は定期的を受けている割合は18%、導入時は56%、悪化時のみに受けているのは21%、受けたことが

ないのは5%でした。糖尿病患者も同様でした。栄養指導を受けたことがない患者は80歳代の高齢者で、食事量の摂取量の目安となるBUN/DWも低く、食生活アンケートの結果も低い結果でした。「わが国の慢性透析療法の現状」と比較すると、糖尿病の割合は当院の方が少なく、栄養状態の指標の一つであるA1bは当院の方が高い結果でした。当院では、栄養指導を受診している割合が高いことが判明し、継続的な栄養指導が栄養状態を保つことに影響していると示唆されました。今回の研究を生かし、給食だけでなく、栄養管理にも一層力を入れて、皆様に還元できるよう努力していきます。



後列右から2番目



医療法人はまなす 忘年会

平成29年12月16日にANAクラウンプラザホテル札幌の26階、大きなガラス張りの窓から綺麗な夜景の見えるフロアで忘年会を行いました。約100名のスタッフが集まり、大いに盛り上がりました。(馬場勇人)



新入職員紹介



篠路はまなすクリニック
厨房
室 幸枝



篠路はまなすクリニック
厨房
富樫 美知子



篠路はまなすクリニック
総務
袋田 美樹



はまなす医院
清掃
井沼 昌幸



はまなす医院
清掃
井沼 昌幸



はまなす医院
庶務
小川 隆



はまなす医院
看護師
山口 美和子



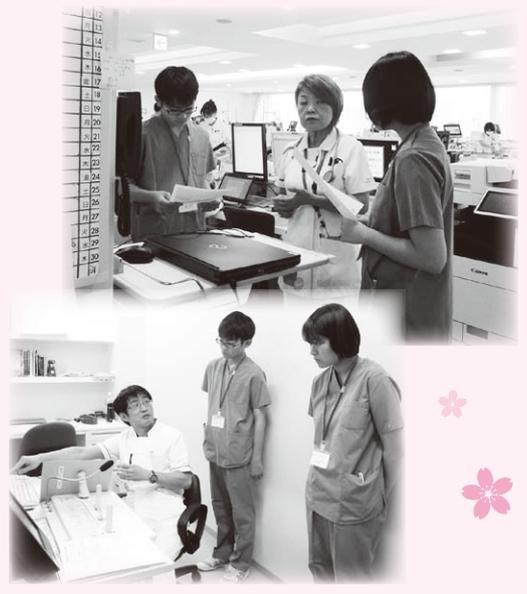
はまなす医院
看護師
和田 亜矢

職業体験

平成29年11月16日(木)に札幌市立屯田北中学校の2年生2名が職業体験に来てくれました! 2人とも、医療職に興味があり、普段は出来ない体験をしてみます興味を持ってくれました。

2人にとってこの職業体験が将来の役に立ってくれば良いなと思いました!

(鳴海千里)



透析業務支援システムの導入

透析記録が紙媒体から
タブレット端末へ移行します

当院では昨年末より透析業務支援システム(STEP II)を導入しています。STEP IIはPC上で透析条件を管理するシステムで、その日に行った透析情報の記録などができ、他にもフットケア管理なども可能です。ベッドサイドで使用する端末iPadを採用し、容易に記録を行えるようになっています。そのため、その場で検査データ・透析条件・血圧動向などの確認を短時間で行うことができ、説明もスムーズに行えます。STEP IIはまだ始めたばかりで紙媒体から移行するのに情報の抜けがないよう、慎重に行っている段階です。STEP IIへの情報の移行が完了すれば、業務の時間が短縮し効率が良くなって、病態把握などにより多くの時間を割くことができるようになります。

(臨床工学技士 馬場勇人)



石狩はまなす医院 新年会を行いました

平成30年1月20日、居酒屋“日本一”ではまなす医院の新年会を行いました。

病棟が再開してから始めての新年会ということもあり、総勢36名の職員が参加しました。普段はなかなか交流がない部署もあり親睦を深める大変良い機会となりました。

(坂本維子)

篠路はまなすクリニック 歓送迎会

1月28日に、新しく入職した総務の袋田さんとドライバーの森さんの歓迎と、総務宮本さんの送別の会を行いました。みなさんでたくさんのお酒を飲んで楽しい時間を過ごすことができました。

(丸岡理沙)





車庫の新設について

車庫に感謝

我々ドライバーは冬になると朝一番に車の雪下ろしから始めます。特に背の高いハイエースが大変でした。心の中で車庫があったら…

ところがなんとこの度立派な車庫を建てて頂きドライバー一同喜んでおります。

これでスムーズに仕事へ出かけられます。“感謝”
(石狩庶務 小林政男)



はまなす医院



篠路はまなすクリニック

車庫の設立本当に ありがとうございます

冬場の北海道はいつも天気予報と、にらめっこ。
駐車スペースの除雪、送迎車の雪下ろし、いつもタイムオーバー。

コストのかさむ暖気運転、気になる事がたくさんあります。そんな心労、タイムロスなど軽減する事が出来ました。ガレージ様々です。

(篠路庶務 米陀孝博)

吉田総師長が表彰されました



20年勤続の表彰式に出席して

吉田 薫

昨年末、北海道医師会・札幌市医師会の永年勤続（10年及び20年）の表彰式に出席しました。

両医師会とも創立70年記念と重なり、300名近い受賞者及び医療スタッフが札幌市や全道から参加され、式典は盛大に行われました。

スピーチが延々と続きましたが、その間私も「はまなす」に入職してからの20年を振り返り、長いようであっという間の年月だったと感慨にふけていました。

特別講演で旭山動物園の園長である坂東さんのお話がとても心に残りました。

脱走フラミンゴやオラウータンの繁殖の話など楽しく笑いを交えながらの講演にすっかり聞き入ってしまいました。内容は次のようなものでした。

『動物たちの治療の際、毎回麻酔銃で眠らせて治療する中で、麻酔のショックで死んでしまったり、病気が治らないまま死ぬ事も少なくはなかった。

一生をこんな場所で終える動物たちに申し訳ないと思っていた一方で、動物たちは皆とても穏やかな目で亡くなっていった。

人は自分に周りの環境を合わせようとするが、動物たちは与えられた環境に合わせて生きていく。だからせめて生きている間は本来の環境に近くしてあげたい、という思いで一生懸命努力している。…』

この話を聞いてから、旭山動物園に行くと今までとは違う風に見えますね。私もまだまだ努力を続けたいと思います。

はまなす 地域探訪

第1回

LNG発電所をたずねて

LNG発電のしくみ



建設中の発電所内部での編集部員

今回、編集部では石狩湾新港の北海道電力を訪問してきました。ここでは北海道で初となるLNG（液化天然ガス）による発電所が建設中です。LNGが原子力や水力、石油や石炭などに新たに加わることで燃料の種類が多様化し、供給の安定性が増します。

『LNGはメタンを主成分とした天然ガスを約-160度まで冷却して液化した無色透明の液体です。気体から液体になると体積は600分の1にまで減り、この性質によって大量の天然ガスの輸送や貯蔵が可能になります。』

また液化する過程で、ガス中に含まれる不純物を除去するため、燃焼時に硫黄酸化物や、ばい塵は発生しません。その上、石炭や石油に比べて発電時における窒素酸化物や二酸化炭素の発生量も少なく、環境特性に優れた燃料といえます。

LNGの輸送のイメージとしては発電所近くに巨大なタンク（表紙のイラスト参照）があり、そこに専用のタンカーで世界各地からLNGが運びこまれます。石狩湾新港LNG発

電所は、発電効率がよく、環境特性・運用性に優れた「コンバインドサイクル発電方式」を採用しています。

従来の火力発電は石油・石炭などの燃料を燃やして水を熱し、そのときに発生する高温高圧の蒸気で「蒸気タービン」（羽根車）を回し、そこにつながる発電機によって電気を作ります。

一方、コンバインドサイクル発電では、LNGの燃焼によって熱の発生と同時にガスの体積が急激に膨張します。この膨張の力を利用して「ガスタービン」を回します。さらに「ガスタービン」から出た高温の排ガスの熱を利用して高温高圧の蒸気を作り、「蒸気タービン」を回すことにより、従来の方式と比べ発電効率が高まり、エネルギーの有効活用を図ることができそうです。』

現在建設中の石狩湾新港発電所1号機は2018年下期の試運転を経て、2019年2月に営業運転開始を目指しており、すべて完成となる3号機の営業運転開始は2030年12月の予定とのことでした。

これまでは地域ごとで決められた

電力会社としか契約できなかった電気ですが、2016年に始まった「電力自由化」によって他社との競争も始まっています。新たに大型電源の発電所ができ電力の安定した供給が実現することで、家計を圧迫している電気料金が少しでも安くなることを期待したいと思います。

（野口公貴）



発電所外観

映画「追想」 Ⅱ アナスタシアの悲劇

かなり古い話になるが、映画「追想」(1946アメリカ)はロシア革命に散った皇女アナスタシアに題材する物語である。

ロシア帝国の最後の皇帝となったニコライ2世には一人の皇子と4人の皇女がいた。皇位を継ぐべき末子のアレクセイは血友病で虚弱だった。病弱な一人息子への不憫さから母親のアレクサンドラ皇后は呪術師まがいの祈祷僧ラスプーチンを頼ってこれを熱心に信奉する。折から第一次世界大戦が勃発し、ニコライ2世は兵を率いて戦線に赴く。この間に怪僧ラスプーチンが政治に容喙して世の中は乱れ、1917年、ついに革命が勃発して皇帝とその一家(皇后と皇太子および4人の皇女)は皆銃殺されてしまう。それからおよそ10年を経て、じつは4番目の皇女アナスタシアだけは生き延びている、として名乗り出たのである。

ニコライ2世は4人の皇女のためにイングランド銀行に1000万ポンドを貯金してあった。これに目を付けた元

ロシア帝国の将軍ボーニン(ユル・ブリナー)は街で拾った記憶喪失の女性アンナ・ニコル(イングリッド・バーグマン)をアナスタシア皇女に仕立て上げてこの遺産を奪おうとする。ロシア皇室時代の日常の習慣をレッスンして覚えこませ、本物らしくふるまわせるのであるが、この過程がじつに物語性に富んでいる。薄汚い身なりから徐々に皇女としての輝きを増していくイングリッド・バーグマンは息をのむほどに美しい(彼女はこの映画で2度目のアカデミー主演女優賞を受賞している)。ついにデンマークで革命を逃れて余生を過ごす皇太后との「涙の対面」にまでこぎつけるのだが、はたして財産は手に入るのか…?

去年はロシア革命から100年の記念すべき年だった。さぞかし大きく祝われるだろうと思いきや、マスコミの扱いは地味なものだった。ロシア本国でも国家的な催しはなかったようで、革命をめぐる市民の反応は、賛成派と反対派に二分されているという。革命の起こった11月7日はかつてはロシアの祝日だったのが12年ほど前にとり消されている。フランス革命が、その記念

日の7月14日を「パリ祭」として毎年盛大に祝われていることを思えば大きな隔たりがある。1900年代に世界でおこった革命を列挙してみると、1911年中国・辛亥革命、1917年ロシア革命、1922年トルコ革命、1959年キューバ革命、1978年イラン革命などがあげられるが、いずれも独裁的な政治体制が敷かれ国民主権とはなっていない。現代のロシアでも、強権的なプーチン大統領からすれば、革命を肯定することは独裁的な自らの立場を危うくするように映っているのかもしれない。

思うに、ニコライ2世はつくづく不幸な人だった。明治の初頭に訪日しているが、なんとこの際に巡査に切り付けられて負傷し、1904年の日露戦争に敗れ、1914年の第一次世界大戦で国力を費やしてついにロマノフ王朝の終焉を招いてしまう。歴史は繰り返すという。もしやプーチン氏に仮に娘がいたとして、これと同じような運命をたどることはないものと思いたいのだが…ちなみにこの映画は実話のモデルが下敷きとなっていて、アメリカに自分はロシアの皇女アナスタシアであ

ると名乗り出た人物が現れたことがあった。話に信びよう性あって世間を騒がせたが、実際には言葉にドイツ語なまりが強く、じつまもあわずに立ち消えとなってしまった。

映画の皇女アナスタシアはボーニン将軍と恋に落ちて遺産を放棄する代わりにロマンスを手に入れるという…おなじみのハリウッドストーリーで、ジ・エンド、でした。



篠路はまなすクリニック

☎ (011) 776-3030

科名	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
一般外来	午前(9:00~12:00) ※受付12:00まで	工藤岳秋	工藤岳秋	工藤謙三	工藤岳秋	工藤岳秋	出張医	休診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで			出張医				
腎臓内科	午前(9:00~12:00) ※受付12:00まで		八反田文彦			工藤立史		

透析	月・水・金	(一部) 9:00~14:00 (二部) 14:00~21:00
	火・木・土	9:00~15:00

◆休診日/日曜日

はまなす医院

☎ (0133) 64-6622

科名	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
外科・内科	午前(9:30~12:00) ※受付12:00まで	工藤謙三	工藤謙三	佐藤裕二	工藤謙三	工藤謙三	横尾(第1・3) 神山(第2・4)	休診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで						休診	
内科	午前(9:30~12:00) ※受付12:00まで	工藤立史		工藤立史	工藤立史			休診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで							

透析	月・水・金	(一部) 9:00~15:00 (二部) 13:00~17:00
	火・木・土	9:00~15:00

<患者様へお知らせ>

◆火・金曜日に手術が入った場合、午後は外科から内科へ変更になることがあります
来院前にお電話でお問い合わせください

◆休診日/日曜日 ◆外科系救急当番(祝日のみ)…9:00~17:00



ご当地メニューの紹介

群馬県には「上州御用鶏めし弁当」という弁当があります。薄くスライスした鶏肉に、半世紀にわたって受け継がれている秘伝のたれを絡めたもので、今では運動会などの行事やイベントの際の定番弁当となっています。今回はその味を再現、さらに片栗粉を使用しエネルギーアップ、具材には下味をつけず表面にたれを絡めて減塩とするなど、透析食にアレンジし提供致しました。(管理栄養士 牧野姫佳)

●鶏めし風井 (1人分)

材料

米飯	200g	醤油	4g	きざみのり	少々
鶏むね肉	60g	みりん	2g	紅生姜	少々
片栗粉	3g	砂糖	1g	グリーンピース	少々
たまねぎ	50g	料理酒	1g		

作り方

- ①ご飯を炊いておく。
- ②鶏むね肉は薄切りにし、片栗粉をまぶして茹でる。
- ③Aの調味料にくし型に切った玉ねぎを入れ、煮る。
- ④玉ねぎが柔らかくなったら火を止め、②を③に入れる。
- ⑤ご飯を丼に盛り、④を上に乗せる。
- ⑥きざみのり、紅生姜、グリーンピースをのせて完成。

献立

- 鶏めし風井
- こんにゃくのさっぱり炒め
- みかん(缶詰)

栄養価	
エネルギー	585kcal
たんぱく質	22.3g
脂質	5.0g
炭水化物	127.0g
カリウム	563mg
リン	328mg
食塩	1.3g

編集後記

今回職業体験に来てくれた中学生を見て、自分にもこんな時代があったのだなーと、思い返してしまいました。若いころには怖いもの知らずで何でも挑戦出来ていたのが、どんどん年を取っていくにつれて、何か新しいことを始めるのにためらってしまうようになっていました。初々しい2人を見て、まだまだ若い人には負けられな

いと思い、今年は「挑戦」を目標にしていきたいと思いました。

今年一年間、様々なことに挑戦しお知らせできる広報誌を作っていきます。(C. N)