



地域の明日を医療で支える
地方独立行政法人 長野県立病院機構

しらくま 



長野県立こども病院

わたし達は、未来を担うこども達とその家族のために、質が高く、安全な医療を行います。

No.56
2018.4.27発行

ニュースレター



長野県立こども病院だより第56号 発行日：2018年4月27日 発行者：中村友彦
〒399-8288 長野県安曇野市豊科3100 TEL0263-73-6700 FAX0263-73-5432
<http://nagano-child.jp/> ✉ kodomo@pref-nagano-hosp.jp

日本医療機能評価機構
当院は日本医療評価
機構の認定病院です



Contents

新院長あいさつ	1
この人に聞く	2
新任医師紹介	4
シンガポール紀行(2)	9
ボランティア交流会	10
私のお気に入り	11
ビバ!マイホームタウン	12
栄養科通信	13
編集後記	13



長野県立こども病院理念

わたし達は、未来を担うこども達とその家族のために、質が高く、安全な医療を行います。

撮影：大畑淳

病院長就任のごあいさつ

長野県立こども病院病院長 中村友彦



この度長野県立こども病院の病院長になりました中村友彦です。よろしくお願ひします。長野県立こども病院は開院して1/4世紀が過ぎ、この間に25年前には救うことのできなかった多くのお子さんの命を救うことができるようになりました。次の1/4世紀を

迎えるに当たって、こども病院の重要な課題として次の三点を考えています。

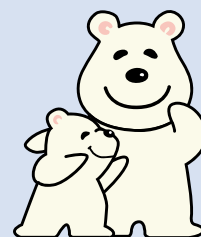
1点目は、「未来を担う子ども達のために、質が高く安全な医療を行う」ということが現在のこども病院の理念です。今までこども達の身体や心の病の治療に取り組んできましたが、その病気のこども達を持った家族が心のケア、支援を必要としています。これからのこども病院は、「未来を担う子ども達とその家族のために」より一層レベルを向上した医療の提供を目指します。

2点目は、こども病院は長野県の小児・周産期医療の「最後の砦」として特に小児・周産期の高度医療、集中治療に力を注いで来ました。その中で医療的ケアを必要なまま在宅医療を継続する子ども達、先天性または小児期に病気を発症したお子さんで思春期・成人への移行医療を必要

とする子ども達、そして克服できない病に直面して心のケアを必要とする子ども達とその家族の支援が重要になってきています。在宅医療支援、成人移行医療支援、緩和(心の)ケア支援を今後充実させていきます。

3点目に、現在のこども病院には22の診療科がありますが、まだ小児疾患の中で対応できない病気や手術があります。長野県内のみならず小児専門病院のない近隣県のお子さんやその家族からの治療や手術の要望もあります。より門戸を広げて多くの患者さんを受け入れられるよう診療科を充実していきたいと思ひます。

小児医療従事者の育成もこども病院の重要な役割の一つです。県内の医療・療育・教育機関と連携して幅広い小児医療従事者の人材育成に努めます。長野県民、県内外の支援者、ならびに多くのボランティアの方々を支えられていることに感謝しつつ、「長野県・日本・世界の未来を担う子ども達とその家族のため」のこども病院を目指します。





今回は総合小児科部長の樋口先生にお話をうかがってきました。見るからに実直そうな樋口先生が実は…という事実が判明するのか、そうは言っても病院広報誌にさすがにそれほどのことは…等々想像は膨らみますが、まずはインタビューの進行をご期待ください。

～実家のブランドは“樋口農園”～

編) 上田市のご出身とのことですが、子どもの頃の思い出を教えてください。

樋) 僕は農家で育ったから、土日も家の仕事を手伝わされて、仕事が終わったらやっと勉強してもいいという感じでした。宿題も含めてね。畜産農家で鶏牛豚などを飼っていたので休みがなかったんです。鶏牛豚の餌くれとかしながら、田んぼの季節には田んぼもやり、畑の季節には畑もやり、全部手伝っていました。

編) 大自然のなかで育ったんですね。今もご実家は農業をされているんですか？

樋) 畜産はやめちゃったけど、畑と田んぼは続けていて、今は弟が継いで“樋口農園”というブランドでやっています。僕も自宅の前を畑にして家庭菜園をやってます。畑で作ったほうがおいしいね。

～大町囲碁十段戦に勝利して～

編) 休日はどんなふうに過ごされていますか、趣味とかは？

樋) 趣味？これは語るよ(笑)、囲碁！高校生のときに始めて就職してからはやめてたけど、子どもたちに教えて一緒にやるようになって。今は休みの日に囲碁の大会があれば出ています。今度初めて大町からプロ修行に行く子がいるんです。長野県出身のプロ棋士は9人いて地方としては結構多い方だね。大町市は囲碁に力を入れていて、3月に



囲碁大会団体戦



囲碁大会団体戦

は市が主催する大町十段戦が開かれて、3位までに入るとプロの対局前日のレセプションに招待されるんです。4年ぐらい前に大町十段戦に勝って、そのレセプションに行かせてもらえました。

～井山七冠と対面～

編) めちゃくちゃ実力者ですね。

樋) その時、井山さん(裕太、現七冠)と結城さん(聡、九段)と一緒に写真撮ったんです。大町十段戦には毎回エントリーしていて、今年も行きます。院内に囲碁仲間はいかな～、対局できれば楽しいけどね。将棋をやる子どもは多いけど、囲碁の方はなかなかなくてね。松本の市民タイムス杯は、参加者200人のうち8割が65歳以上で若い人が少なくて。なんとか底辺を広げたいので、囲碁の普及に協力できる場所はしようと考えています。

～大学の単位を囲碁で取れます～

樋) 囲碁は源氏物語とか枕草子とかにも出てくるくらい歴史が古いんです。こどもに初めて買った漫画も囲碁の漫画だったし。信州大学在籍中に囲碁部が全国で4位になってね、今も囲碁ができる先生と団体戦に参加していますよ。“琴棋書画”って言葉があるけど、琴(音楽)、書、画の3つは学校で教えるのに、なぜ棋(囲碁)は教えないのかって憤っていたら、今はいくつもの大学で囲碁の授業があって単位が取れるようになってるんです。ちょっとずつだけど囲碁の世界は広がってます。

～私はこうして小児科医になりました～

編) 小児科医になりたいと思ったエピソードとかきっかけとかありますか？

樋) ない！(笑)というか、外科は自分には向かないと思ったし、メジャーな診療科といえば内科か小児科なんだよね。卒業する時点で専門にしたい臓器とか病気とかがな

かったので、小児科に入ればなんでもできる、将来何をやりたくなくてもできるだろうなど。医局の雰囲気もよかったですよね。それに知っている先生たちもたくさんいるので。当時の准教授が高校の先輩の小宮山先生で、大学に入学した時から上田出身者の「上田会」があってそこに呼ばれたりいろいろあって、もともと子ども好きだったし小児科に決めました。

～えっ？こども病院ですか？～

編) こども病院へ勤務するきっかけを聞かせてください。

樋) ある日、小児科の教授から電話がかかってきてこども病院の話があったんです。

編) そのときは須坂病院の小児科部長でしたよね。こども病院に行きたいと思いませんか？

樋) 全然思っていなかった。小児科の医局には勤務先の希望を松本近辺と出していたんです、須坂で単身赴任だったから。小池教授(当時)から「こども病院へ行くのはどう」と言われて、「えっ？こども病院ですか？」なんて言ってしまったくらいで…。そのときは僕がこども病院で働くとしたら当時の総合診療科しかないと思っていたから、行くなら多分そこだろうと。そうしたら、血液腫瘍科から分かれて新しく総合診療をする診療科を作るから担当して欲しいかという話だったんです。それなら、今までの総合診療科とは違う体制になるから、名前も変えたほうがいいねということで総合小児科という名前にして、僕と南先生と笠井先生と3人で始めたんです。

編) 意外とその歴史を知らない人もいますよね。

樋) そうかもしれないね、8年目だしね。だから「総診」じゃないんです。

～楽しかったアメリカ留学～

編) アメリカのサウスカロライナ医科大学へ留学されていますね。

樋) もう20年近く前だね、長男が生後3か月のとき。チャールストンという1670年にイギリスが植民地を作った街で、古いアメリカが残る観光地です。小池教授に紹介していただいてそこに決めました。

臨床ではなく研究をするために行って、大きなプロジェクトだったから帰ってきてから向こうの人が論文にしてくれたんです。

車で6時間かけてディズニーワールドへ行ったり、トロントやサンディエゴへ行ったりしました、留学はほんとに楽しいよ。



留学先のサウスカロライナ医科大学のロゴが入ったビル



実際に研究していたHollingsがんセンター



フロリダのウォルトディズニーワールド 生誕100周年でした



ナイアガラの滝 右下に一家



研究室の仲間達と 左端が終始一緒に働いた大学院生



研究室のボス夫妻

～どこの科に行けばいいの？困ったら総合小児科へ～

編) 最後にひとことお願いします。

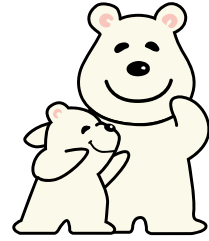
樋) 総合小児科って、どこの科にかかったらいいのかわからない患者さんを診ることが珍しくありません。そういった症状の患者さんを地元に戻して、自宅の近くで診てもらえればいいんだけど、なかなか返せない病気もたくさんあるので。でも、困った時は総合小児科に来てもらえれば喜んでお手伝いします。

編) 今日はお忙しいところありがとうございました。

インタビューー：石坂俊也 牧内里衣 平林富子

新任医師紹介

今年度の新任医師を紹介します。全国各地から思いを込めて長野県立こども病院にやってきた個性豊かなメンバーです。写真は名札に使っているものを載せていますので、画質はともかく実物とかけ離れていないことは保証します。



精神科
樋掛 忠彦

1. 出身地とふるさと自慢

富山県砺波市 チューリップはゴールデンウィークが見頃ですが、今年は早いでしょう。

2. 当院に来て最初に感じたこと

人が多い！前任地はこころの医療センター駒ヶ根でしたので、三分の一ほどの人数でした。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

あまりないです。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

たくさんあります。

5. 趣味（公開できる趣味）

スイミング いつまでも初心者ですが、水に触れるとリラックスできます。

6. 好きな言葉

二つ良いことさて無いものよ

7. 当院で成し遂げたいこと

「精神科」を広く知ってもらおうこと



麻酔科
市野 隆

1. 出身地とふるさと自慢

神奈川県横浜市 ふるさと感はないです。

2. 当院に来て最初に感じたこと

7年ぶりだあ～

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

日々、小さなことでも満足するようにしています。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

いろいろありすぎて、思い出すことは“うち”関係です。詳細はひかえます。

5. 趣味（公開できる趣味）

特に現在はないです。

6. 好きな言葉

特にないです。

7. 当院で成し遂げたいこと

次世代に継承する麻酔科にしたいです。



総合小児科
大森 教雄

1. 出身地とふるさと自慢

愛知県日進市

2. 当院に来て最初に感じたこと

バスもないのか…

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

9歳(男)、7歳(男)、4歳(女)の3人の子供達と赤岳(八ヶ岳)に登頂できたこと。4歳でも登頂できるとは思いませんでした。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

アメリカでウェストバージニア州の田舎道を運転中に、シカに体当たりされて廃車になったこと(シカ保険に入っておけばよかった)

5. 趣味（公開できる趣味）

楽器演奏(サクソ、ギター) 登山 キャンプ スキー
5人の子供と遊ぶこと

6. 好きな言葉

子に過ぎたる宝なし

7. 当院で成し遂げたいこと

小児腎臓内科医として頼られる存在になるため一生懸命頑張ります！



血液腫瘍科
小森 一寿

1. 出身地とふるさと自慢

長野市

2. 当院に来て最初に感じたこと

戻ってきました。またよろしくお願

します。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

担当した患者さんが元気に退院できたとき

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

生ガキを食べて食中毒にかかったこと

5. 趣味（公開できる趣味）

テニス

6. 好きな言葉

一期一会

7. 当院で成し遂げたいこと

子ども達に笑顔になってもらえるように頑張ります。



小児集中治療科
岡本 剛

1. 出身地とふるさと自慢

兵庫県

2. 当院に来て最初に感じたこと

赤い屋根のとんがり帽子のかわいい建

物ですが、内部は複雑で迷ってしまった…

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

2人の子どもを授かったこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

テロリストに3回やられたこと(詳しくは直接お尋ねください)

5. 趣味（公開できる趣味）

旅行（海外）

6. 好きな言葉

共に笑い、共に泣く

7. 当院で成し遂げたいこと

一所懸命がんばります。



小児集中治療科
箕浦 啓宣

1. 出身地とふるさと自慢

飯田市 リンゴ並木 リニアが通る

2. 当院に来て最初に感じたこと

北アルプスに映える赤 駐車場が無料

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

ホンジュラスで拳銃強盗から逃げたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

一人旅のために大学の卒業式を欠席し、親を悲しませたこと

5. 趣味（公開できる趣味）

旅行 ランニング

6. 好きな言葉

一期一会 深夜特急



新生児科
小田 新

1. 出身地とふるさと自慢

東京都立川市出身ですが、安曇野も第二のふるさとです。

2. 当院に来て最初に感じたこと

無臭（病院っぽい匂いがしない）

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

子どもが無事に生まれたとき

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

外国で家族全員のパスポートをなくしたこと

5. 趣味（公開できる趣味）

旅行 アウトドア バドミントン



新生児科
大井田 憲泰

1. 出身地とふるさと自慢

東京 人の数がとにかく多い。色々な人に会える。

2. 当院に来て最初に感じたこと

テーマパークのパビリオンみたいだ。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

家族が増えたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

大学時代、クルマの運転中にアイスバーンでスリップして5回転しながら坂を下った。あのアクセルをもっとゆっくりすれば…

5. 趣味（公開できる趣味）

スポーツ観戦（なんでも） 水泳

6. 好きな言葉

為せば成る為さねば成らぬ何事も成らぬは人の為さぬなりけり

7. 当院で成し遂げたいこと

一つひとつを大事にして、人として医師として大きくなりたい。



新生児科
辻 誠

1. 出身地とふるさと自慢

三重県桑名市 三重県には意外と名物が多いです。鈴鹿サーキット、松阪牛、伊勢神宮、等々

2. 当院に来て最初に感じたこと

かわいい建物でおしゃれだな

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

子どもが生まれた瞬間

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

第2子(娘)が生まれたとき(詳しいことは聞いてください)

5. 趣味 (公開できる趣味)

ゴルフ

6. 好きな言葉

なんくるないさ

7. 当院で成し遂げたいこと

少しでも多くのことを学び、三重に持ち帰りたい。



新生児科
藤森 充帆

1. 出身地とふるさと自慢

埼玉県熊谷市 自慢：暑いです！

2. 当院に来て最初に感じたこと

子どもがたくさんいて幸せ

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

たくさんあって書ききれません。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

たくさんあって書ききれません。

5. 趣味 (公開できる趣味)

旅行 こども達と話したり、遊んだりすること

6. 好きな言葉

なんとかなる

7. 当院で成し遂げたいこと

どんな新生児でも自信を持って診られるようになりたいです。



産科
森田 一輝

1. 出身地とふるさと自慢

茨城県 取手市 ほどよい田舎です。

2. 当院に来て最初に感じたこと

赤い!!

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

大学受験の合格です。合格発表の掲示板の前で母が涙を流してくれたので。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

財布を忘れたのに、コインパーキングに駐車してしまったこと…

5. 趣味 (公開できる趣味)

ピアノ

6. 好きな言葉

“夢”

7. 当院で成し遂げたいこと

胎児エコーの腕の向上、親のサポート、など



循環器小児科
大日方 春香

1. 出身地とふるさと自慢

5歳から松本育ちです。はずせないのは松本城で、四季折々風景が変わりきれいです。天気の良い日に見える北アルプスの山々も素敵です。

2. 当院に来て最初に感じたこと

これまでも長野県で勤務してきて、こちらの病院にお願いする側としてお世話になってきたので、ついに自分がここで勤務するのか…という思いです。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

大学の部活は初心者で軟式テニス部に入部して、かなり厳しい部活だったのですが、それを6年間やり遂げられたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

部活の遠征先の駅にポストンバッグを置いてきたこと

5. 趣味 (公開できる趣味)

バイオリン演奏 読書

6. 好きな言葉

初心を忘れずに



循環器小児科
田中 登

1. 出身地とふるさと自慢

鳥取県 ごはんが安くておいしい

2. 当院に来て最初に感じたこと

山が高い。ロケーションがいい。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

息子が生まれたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

沢山ありすぎます。

5. 趣味 (公開できる趣味)

サッカー スキー

6. 好きな言葉

一期一会

7. 当院で成し遂げたいこと

一人前の循環器医になること



心臓血管外科

殿村 玲

1. 出身地とふるさと自慢

奈良県橿原市 大都市に近い田舎で、とても住みやすい。

2. 当院に来て最初に感じたこと

建物がかわいい

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

夢を仕事にできたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

酔っぱらって倒れ、前歯を折ってしまったこと

5. 趣味（公開できる趣味）

車

6. 好きな言葉

時は金なり

7. 当院で成し遂げたいこと

判断し実行する力を身につける。



神経小児科

竹内 史穂子

1. 出身地とふるさと自慢

伊那市 美しい高遠の桜、かんでんぱば、フルーツいっぱいのみはらしファームがあります。

2. 当院に来て最初に感じたこと

こども病院ならではの緊張感、専門性やモチベーションの高さ

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

後期研修医の時に担当していた患者さんが、長期の入院治

療を終えて近況の報告に異動後の病院まで会いに来てくれたこと。うれしかったです。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

たくさんあって書ききれません。

5. 趣味（公開できる趣味）

音楽 学生の時はピアノとオーボエを習っていました。

6. 好きな言葉

努力

7. 当院で成し遂げたいこと

育児と仕事の両立 小児神経の専門的な知識、診療を身に着けたいです。



神経小児科

本林 光雄

1. 出身地とふるさと自慢

長野県安曇野市

2. 当院に来て最初に感じたこと

温かい病院

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

結婚することができて、こどもが生まれたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

居酒屋のアルバイトで、お客さんの頭にうどん（冷）をこぼしてしまったこと

5. 趣味（公開できる趣味）

バドミントン

6. 好きな言葉

知恵と勇気

7. 当院で成し遂げたいこと

仕事と家庭の両立



小児外科

藤原 憲太郎

1. 出身地とふるさと自慢

神奈川県横須賀市 海に面していて、アメリカ軍基地もあることで、異国の雰囲気が漂っています。

2. 当院に来て最初に感じたこと

職員の方々がやさしく、安心できる病院だと思いました。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

大学の部活で弓道を始め、練習の後に初めて弓を扱えたこと。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

部活の指導中に後輩を泣かせてしまったこと。

5. 趣味（公開できる趣味）

ロードバイク

6. 好きな言葉

「ありがとう」

7. 当院で成し遂げたいこと

誰かに言われる前に自分で考える習慣を身につけたいです。



整形外科
樽田 大輝

1. 出身地とふるさと自慢

長野県上田市 天候、自然に恵まれ、真田の郷としてその歴史にも注目を浴びました。

2. 当院に来て最初に感じたこと

「子どもが多いとにぎやかだなあ」と思いました。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

無事に？医師になれたこと、北陸新幹線の開業の瞬間に立ち会えたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

日々、やってしまった！の繰り返しですが、そこから学ぶことも多いです。

5. 趣味（公開できる趣味）

ゴルフ 鉄道関係 写真 ドライブ

6. 好きな言葉

積小為大 なんとかなる

7. 当院で成し遂げたいこと

整形外科医として最初の一步をこども病院で歩まさせてもらえるので、一般整形に加えて小児整形の知識も積み重ね、今後に活かしていきたいです。



脳神経外科
長峰 広平

1. 出身地とふるさと自慢

大阪府 お好み焼きをおかずにしてご飯を食べることができる。

2. 当院に来て最初に感じたこと

屋根がカラフル 数キロメートル先に“きま八”がある!!

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

7泊8日北アルプス登山無事成功

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

滑落2回 転落1回

5. 趣味（公開できる趣味）

ジョギング

6. 好きな言葉

休日

7. 当院で成し遂げたいこと

小児患者の対応、病態理解



泌尿器科
岸蔭 貴裕

1. 出身地とふるさと自慢

兵庫県姫路市 姫路城…よりも隣接する動物園がおすすめ

2. 当院に来て最初に感じたこと

建物が病院ぽくない

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

車検に4ヵ月かかったときに、代車を3台乗り換えられたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

メールの送り間違い

5. 趣味（公開できる趣味）

観葉植物

6. 好きな言葉

初志貫徹

7. 当院で成し遂げたいこと

泌尿器科の中でも小児の疾患はディープなものが多いのですが、何があっても驚かないくらいの経験値を身につけています。



遺伝科
武田 良淳

1. 出身地とふるさと自慢

福島県伊達市 長野県ほどではないですが、果物が美味しいです。

2. 当院に来て最初に感じたこと

広い！スタッフが皆あいさつしてくれる。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

長野こども病院に来れたこと

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

今年から花粉症になりました。大丈夫だったのに…

5. 趣味（公開できる趣味）

サイクリング

6. 当院で成し遂げたいこと

患者さんとその家族を中心に、スタッフみんなで支える遺伝医療を目指します。



麻酔科
有賀 真理菜

1. 出身地とふるさと自慢

富山県 魚がおいしいことが自慢です。今は(4月初旬)ホタルイカがおすすめです。

2. 当院に来て最初に感じたこと

キャラクターがたくさんいてかわいい。

3. 今までの人生で“やったー！”と思えること

今年結婚しました。

4. 今までの人生で“やってしまった！”と思えること

高校の卒業式に遅刻しました。

5. 趣味（公開できる趣味）

映画鑑賞

6. 好きな言葉

長期休暇

7. 当院で成し遂げたいこと

まずは子どもに慣れることから頑張っていきたいです。短期研修ですが、どうぞよろしくお願いいたします。

シンガポールは、もともとは華僑が多く住むマレーシアの漁村でした。1965年にマレーシアから独立した新しい国ですが、いまや貿易、交通および金融の中心地の一つとなっています。

～病院研修チームも国際色豊か～

人口の4割が外国人であり、6割のシンガポール人も中華系が74%、マレー系が13%、インド系が9%、その他が4%と多民族国家です。病院研修で在籍していたチームのメンバーも5人のスタッフのうち、シンガポール人は1人

だけで、他は台湾、マレーシア、中国、ドイツ出身と国際色豊かなチームでした。公用語は英語、中国語、マレー語、タミール語の4か国語ですが、学校教育や病院内でのコミュニケーションは基本的に英語で行われます。そのため、多くの方が、母語と英語を使いこなしていました。

病院内に掲示された

4か国語でのポスターとパンフレット



①母乳育児について



②輸血について

～さまざまな宗教が隣り合う都市、シンガポール～

多民族国家であることから、宗教も多岐にわたり、民族や宗教関連の祝日も多いです。もっとも国中がお祭りムードになるのは8月9日の建国記念日です。各家々がシンガポール国旗を掲げ、赤いTシャツを着て街に繰り出します。他には、旧正月または春節としても知られるチャイニーズニューイヤー、イスラム教徒のラマダンが明けるイスラム歴12月10日にあたるハリラヤハジ、ヒンズー教徒のヒンズー歴アスヴィナ月の新月の日にあたるディーパバリ、そしてキリスト教徒のクリスマス。記念日前から街はライト



独立記念日の街の様子



ディーパバリのためにライトアップされた Little Indiaのメインストリート

アップされ、パゼールが開催されてにぎわいます。また、日々の生活にも宗教が密接しています。日曜日はお寺や教会へ行く方が多く、朝は目の前のお寺から聞こえるお経の音で目が覚めるとというのが恒例でした。住んでいたエリアがLittle India (インド人街)であったため、ヒンドゥー教の寺院も多く、日曜日は参拝する方で街は大賑わいでした。きれいな民族衣装を着て参拝される姿はいつ見ても美しく、なかなか着物を着る機会のない自分にはうらやましくも思えました。

～辛かったのは…

お酒が驚くほど高い！～

最後に食事です。1回目にも記載しましたが、もともと食への関心が強い上から、多民族国家であることから、食文化は豊かでした。最近では、日本にいても都会であればどの国の料理でも食べられますが、ここは安



“Happy Hour”を利用して同僚と仕事帰りの一杯

曇野。日頃なかなか食べられないアジアの国々の料理を食べることができました。また、屋外のレストランも多く、日本では夏しか味わえないビアガーデン状況をいつでも楽しめるのは嬉しいことでした。ただし、酒税が高いことから、お酒が驚くほど高かったのは、ビール党としては辛いことでした。また、国の制度で平日の22:30から翌日7:00までと休日の20:00から翌日7:00までは、スーパーやコンビニでお酒を買うことができません。そんなこともあってか、日本ではよく見かける、いわゆる『酔っ払い』をあまり見ることがなかったように思いました。そんなシンガポールでも比較的割安でお酒を飲む方法が、Happy Hourの利用です。19時か20時頃までは多くのお店で、ビールが割安であったり、『1 For 1』という、1杯頼むともう1杯ついてくるというシステムがありました。仕事帰りに、同僚とHappy Hourを利用して飲みに行くのが楽しみの一つでした。

ボランティア交流会を開催しました

当院で活動していただいておりますボランティアの皆様をお招きし、3月12日（月）に恒例の【ボランティア交流会】を開催しました。前半は原田前院長からのこども病院ならではの貴重なお話に耳を傾け、後半は職員とボランティアの皆さんと一緒においしいケーキを味わいながらの茶話会となりました。

こども病院では、現在100名以上の方がボランティア登録をしています。毎週金曜日の読み聞かせボランティアをはじめ、ヘアカット、ライアーボランティア、工作ボランティア、演奏ボランティア、バルーンボランティア、しらくま図書館やエントランスボランティアなど…。言い出したらキリがないくらいのボランティアの皆さんに支えていただいています。

次年度も引き続いてボランティア登録をして下さる方が多く、とても嬉しく思います。この場を借りてお礼申し上げます。ありがとうございます。

交流会は、ボランティアで実際に活躍されている方々と職員が語り合うよい機会です。改めて地域とのつながりの大切さを実感したひとときでした。

（ボランティアコーディネーター）



▲原田順和前院長の講演（ちょっと暗いですが…）



▲石井絹子副看護部長による感染対策の話



▲原田前院長を囲んで

第9回 私のお気に入り

ーハンドクラフト バッグ・人形作りー 新生児病棟保育士 常見さつき

針と布を手にすると、なんだか落ち着く…

作ることが大好きで、作ることで子育てや介護のストレスを乗り切ってきました。

想像の世界は自由だから、運転をしている時でも、介護で大変な時でも、

“次は僕を作ってね” とばかりにアイデアが浮かびます。

どんどん想像すると形にしたいくなり、作ったバッグは衣装ケース4個分！

季節や気分ですえたり、自分が疲れているなと思うときは、バッグも疲れているのかなと交換したりしています。

まだまだ増殖しますよ～



● お弁当

息子達よ 母は“本当は毎日こんなお弁当を作ってあげたいと思ってたよ”の思いをこめて



● ウッキーたち

次男の友達を作ったら、やんちゃなおサルができました。ペットボトルホルダーになっているものもあります。



● お魚

広い海を自由にどこまでも泳いで行くことのできるお魚にあこがれて



● 3匹のこぶた

オオカミさんをやっつけた後の続き。それぞれが立派なおうちを建てました。裏表別々の絵になっています。

ビバ!マイホームタウン 産科 山口瞳

産科の山口瞳です。今回は私のホームタウン、東京都国立市を紹介します。

国立市は東京ではありますが23区に入っておらず、人口7万人程度の小さな街です。私は比較的静かなところが気に入っています。

～国立駅～

赤い屋根の駅舎が国立駅のシンボルでしたが、今ではJR中央線の高架化のため解体されてしまいました…。2020年にはまた復元するという噂があります。国立のゆるキャラはこの駅舎をモチーフにしているようです。



今はなき、赤い三角屋根の国立駅舎



ゆるキャラのさんかくねこ
“くにニヤン”

～春は町がピンク色に～

国立といえば、まず桜並木が有名だと思います。駅南口を出ると、真っ直ぐ大通りがあり、道の両サイドが桜の木です。その他の場所にも桜の木が多く、春の数日間はとてもきれいなので、お花見好きの方にはおすすめのスポットです。またこの大通りに沿って一橋大学があります。緑が多くて、何とも言えない良い雰囲気があり、お散歩するのもいいと思います。キャンパスは国の登録有形文化財に指定されているそうです。



春は大学通りの桜並木



一橋大学 静かで落ち着いた雰囲気です

～市内10か所に誰でも弾ける青空ピアノ～

誰でも自由に弾けるピアノが街中にあります。Play Me, I'm Yoursというイベントで、国内初開催となるそうです。ピアノは屋外にあっても、ビニールハウスのような中や、お店の屋根があるところに設置してあり、雨が降っても大丈夫です。伴奏に合わせて歌ったり、ラジオ体操が始まったりしていました。ピアノはおしゃれにデザインされていて、“Play Me, I'm Yours” (さあ、私を弾いて) とだけ書かれています。



お店の前や公園にピアノ！



国立の地元で採れた野菜たち

～地元の野菜～

国立にはいろんなお店やカフェがあります。私自身はあまり詳しくなくて多くを紹介できませんが…、国立市で朝採れた新鮮野菜を売っているお店があり、私の家族はよく立ち寄っています。東京に住みながら地元で採れたものを食べられるのもいいところかと思います。

都心から少し離れた場所ではありますが、隣駅の立川に行くとデパートや家電屋さんなど多くあり、買い物には便利です。新宿や東京駅にも中央線で行けるので、都心へのアクセスは良いところです。お散歩好きの方など、ぜひ来てみてください。

栄養科通信 第20回 お花見会

4月11日は、病院のお花見会でした。

病院の正面横、南病棟前には桜の木があり、お花見お散歩に出かけられます。

しかし、今年は桜の開花が早く、半分葉桜。しかも当日は風が強くて、外に出てのお花見にはなりませんでしたが、この日のお昼はお楽しみの「お花見弁当」でした。

栄養科の調理業者が4月から変わり、初めてのイベント食でもあります。

いつもの食器ではなく、お弁当箱に詰められたご飯に子ども達は大喜び。

普段付き添いのご家族は病棟での飲食はできませんが、この日だけは大人もお花見弁当を注文して、子供と一緒に食べられるのも嬉しいことです。

お母さんのお弁当が食べたくなくなった子もいましたが、それも一緒に食べられるからのエピソード。楽しく会話しながら、美味しくいただきました。

行事食にはかわいいお品書きやイベントカードが添えられて、参加できなかった家族も楽しかったお花見の様子をうかがうことができました。



▲庭に咲いた桜の花
今年はちょっと早かったけれど…
キレイですね！



▲こどものお弁当

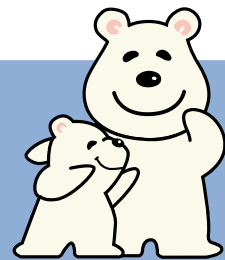


▲おとなのお弁当



▲“お品書き”

「しろくまニュースレター」のバックナンバーは
長野県立子ども病院ホームページ
(http://nagano-child.jp/overview/public_relations)
でご覧になれます



編集後記

動物は同じ動物が気になるものです。犬の散歩をしているとき、向こうから犬を連れた人が来れば、普通は人間の方に会釈します。犬にあいさつをする人はそういません。一緒にいる犬の方はどうかというと、飼主を無視してお互いに思い切りけん制し合っています。人間同士も自分と趣味が合う仲間は何となく見分けがつくらしく、世間では同好の士が自然に集まって何やら活動しています。私の友人は、某大学の医学部長だった当時、「自分の名前をネット検索すると最初に鉄道模型が出てくるんだ。」と、うれしそうに嘆いていました。教授室の中を模型の列車が走っていたという目撃談があるくらいですから、そちらの世界でも有名人だったようです。さて、新年度に入ってしばらく経ちます。今年の新人はどんな世界に住む人なのか、そろそろ別の姿も見えてくる頃ですね。

小木曾

長野県立こども病院 外来医師担当表

平成30年4月1日現在

外来名	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
整形外科	酒井 典子	高橋 淳 (PM) (第2・4)	松原 光宏 酒井 典子 加藤 博之 ^{※1}	松原 光宏(AM) 酒井 典子(PM)	松原 光宏
小児外科		好沢 克(AM) 畑田 智子(AM) 高見澤 滋(PM)	高見澤 滋(PM)	好沢 克	畑田 智子(PM)
眼科	北澤 憲孝 視能訓練	視能訓練	視能訓練	北澤 憲孝 視能訓練	北澤 憲孝 視能訓練(AM)
総合小児科	南 希成(AM) (PM4時~5時予防接種相談)	樋口 司	樋口 司(PM) 南 希成(PM) (ワクチン接種)	南 希成(AM)	樋口 司(AM)
南棟外来 総合小児科 アレルギー外来	小池 由美(PM)		小池 由美(AM)		
血液腫瘍科 免疫・アレルギー外来			小林 法元(AM)		
血液腫瘍科 血液・腫瘍外来	坂下 一夫 倉田 敬(PM)	坂下 一夫(AM)	坂下 一夫(AM) 倉田 敬(PM)	坂下 一夫	倉田 敬
循環器科 (内科・外科)	岡村 達(AM) 米山 文弥(AM) (外科)	安河内 聡 瀧間 浄宏 (内科)	岡村 達(AM) 米山 文弥(AM) (外科)	安河内 聡 瀧間 浄宏 武井 黄太 (内科)	武井 黄太 (内科)
循環器科 成人先天性外来 ※3		元木 博彦(AM) (第2・4)			
放射線科			小岩井慶一郎(AM)		
リハビリテーション科					酒井 典子(AM)
精神科 こころの診療科					篠山 大明 ^{※2} (再診のみ)
脳神経外科	重田 裕明 金谷 康平	重田 裕明 金谷 康平		重田 裕明 金谷 康平	
泌尿器科 皮膚・排泄ケア外来	市野みどり		市野みどり	市野みどり(AM)	市野みどり(PM)
神経小児科	稲葉 雄二 (午前は発達障害専門外来) 本林 光雄 山内 翔子(PM)	稲葉 雄二 (午前は発達障害専門外来) 本林 光雄(PM) 中嶋 英子	稲葉 雄二 山内 翔子(AM)	山内 翔子(PM) 中嶋 英子(PM) 福山 哲広(AM) (第2・4)	稲葉 雄二 本林 光雄
小児外科					高見澤 滋 (胃瘻・中心静脈栄養外来)
新生児科	中村 友彦	廣間 武彦	廣間 武彦	廣間 武彦	宗像 俊
形成外科	野口 昌彦 矢口貴一郎(AM) 星野 夕紀		野口 昌彦 矢口貴一郎 星野 夕紀	野口 昌彦(PM)	野口 昌彦(PM) 杠 俊介(PM) 矢口貴一郎(PM) 永井 史緒
総合小児科		竹内 浩一 (内分泌・代謝)	中山 佳子(AM) (第1)(消化器) 水城 弓絵(AM) (第2)(内分泌)	竹内 浩一 (内分泌・代謝)	竹内 浩一(AM) (内分泌・代謝)
麻酔科	大畑 淳(AM)				大畑 淳(AM)
遺伝科	古庄 知己(PM)		武田 良淳	武田 良淳(AM) 高野 亨子(PM) (第3)	武田 良淳
耳鼻咽喉科	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	北尻真一郎(AM) (第1・3・4) 岩佐陽一郎(AM) (第2)
循環器小児科 胎児心臓外来		武井 黄太	安河内 聡	安河内 聡	瀧間 浄宏
産科	吉田 志朗 高木紀美代	吉田 志朗 高木紀美代	吉田 志朗 高木紀美代	吉田 志朗 高木紀美代	吉田 志朗 高木紀美代
リハビリテーション科	五味 優子(AM) 三澤 由佳(PM)	三澤 由佳	関 千夏	原田由紀子 村田マサ子(AM)	五味 優子(AM) 三澤 由佳(PM)

※1 整形外科の加藤医師は3ヶ月に1回第3週のみ診察となります。

※2 精神科(こころの診療科)篠山医師は、再診のみです。外来の初診受付していません。

※3 循環器科の元木博彦医師の外来名は、成人移行期外来から成人先天性外来へ名称変更しました。

★診察時間：午前9時～午後4時

★休日：土・日曜日、祝祭日、年末年始

★受診には、原則として予約が必要です。

予約専用電話

0263-73-5300