

ニュースレター

新年号



長野県立こども病院だより第61号 発行日：2019年1月4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-info@pref-nagano-hosp.jp



長野県立こども病院理念

わたし達は、未来を担う子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

Contents

新年のご挨拶	1
この人に聞く	2
ちょっと教えて	4
保育士だより	6
秋のミニコンサート	7
公開講座「口唇裂・口蓋裂のはなし」	7
フィンランド紀行(4)	8
ビバ！マイホームタウン	10
小さな星の会のご案内	12
栄養科通信	13
編集後記	13

新年のご挨拶

病院長 中村友彦



新年あけましておめでとうございます。今年で27年目を迎える「長野県の周産期・小児医療の最後の砦」の長野県立こども病院は、「未来を担う子ども達とその家族のために」を理念に掲げて、今年もいくつかの事業を予定しています。

昨年母子メンタルヘルス外来を開設し、病気の子ども達とその家族の心のケア・支援を開始しました。対象は既に当院で診療をおこなっている方のみですが、今年は心理士・リエゾン精神看護専門看護師等のスタッフを増やし、さらに充実した支援をおこないたいと考えています。

医療的ケアを必要なまま在宅医療を継続する子ども達とその家族の支援のために在宅の子ども達と病院スタッフを結ぶ「しろくまネットワーク」も充実しました。今年も、信州大学医学部新生児学・療育学講座と連携してネットワークの充実と人材育成をおこなっていきます。訪問診療、看護、リハビリもこども病院に必要だと考えています。

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で、本人・ご家族の病気に対する理解や自立に対する意欲が希薄な方、診療科が多科にわたり各科の調整が必要な方、お子さんが病気以外に様々な問題を抱えて心のケアを必要とする方のために、成人移行期医療支援外来を開設しました。成人移行期医療支援では院内外の多方面との連携が必要です。今年は県の行政とも連携して成人移行期医療支援をさらに充実していきます。

患者さんから要望の多い診療、例えば食物アレルギーの検査・治療をおこなう小児アレルギー、首都圏を中心に流行している風疹に対応する小児感染症などは、さらにスタッフと診療体制を充実していきます。

「地域医療支援病院」として地域の医院と連携すると共に、大町市から池田町、安曇野市、松本市にいたる「北アルプス山麓病院連携」の一翼を担って、当院の高度医療機器を地域住民の皆様にさらにご利用頂けるようにします。

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に支えられていることに感謝しつつ、今年も「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ていきます。

2019年1月吉日

第22回 「この人に聞く」 神経小児科 稲葉雄二 先生



今回、インタビューのお相手が稲葉先生に決まってから、身近で働いている方々（主に女性）に情報の聞き取りをしてみると、「先生はジェントルマン」「私も先生のインタビューと一緒にいきたい」という声がとても多く聞かれました。しかし、そこは広報部の

特権。ジェントルマンな稲葉先生を目の前にし、ドキドキしながらインタビューをさせていただきました。

～雪深い上越の出身です～

編) 先生のご出身はどちらですか？

稲) 新潟県上越市の田舎の方です。雪の多いところですが、今でこそ少なくなりましたが、小さいときは2階から出入りしたこともあります。

～子どもの頃はクロスカントリースキー～

編) ということは、スキーが得意ですか？

稲) 冬の体育は学校周囲のクロスカントリーでした。スキーツアーといって冬の遠足みたいな行事があり、スキーを履いて集落を回るクロスカントリーをしました。

～のび太君みたいな子でした～

編) どのようなお子さんでしたか？きちっとしたお子さんというイメージですが…

稲) 三人（兄・姉）兄弟の末っ子で、おばあちゃん子でした。おとなしくて、ボーっとして、うっかりしている子どもだったので、のび太君みたいって言われていました。自分としては今でもあまり変わっていないと思っています。

～高校時代はラグビー部員～

編) 学生時代はどんなことに熱中していましたか？

稲) 高校はラグビー部です。ラグビー選手はがっしり型が多いですが、（ボールを投げ入れる）ラインアウトのとき



学生時代はライダーでした(冬的美ヶ原)

ジャンプしてボールをとるポジションだったので、試合には出ていました。そもそも弱いチームでしたけど。大学はバスケットボール部でした。

～おばあちゃんが人を助ける姿を見て～

編) 医師を目指したきっかけはどんなことですか？

稲) 上越の田舎の方なので、いわゆる医療過疎でした。大きな病院も近くななくて、子どもながらに医療が身近にあるといいなと思っていました。もう一つは、おばあちゃんのところ、近所の人が「やれケガした」「やれ目にゴミが入った」「やれ人生相談を」と、何かあると人が集まってくるのを見ていたのもあるかな。眼科の先生に怒られてしまいかもしれないけど、大工さんが目に木くずが入ってしまい、何をやっても取れなくておばあちゃんのところに来たとき、おばあちゃんが大工さんの目をペロっとなめたら木くずが取れて…。そんなおばあちゃんの姿を見て、人の役に立つっていいなと思っていました。

～小児神経は自分のスタンスに合っている～

編) 現在の神経小児科を目指した理由は何ですか？

稲) 小児科医を目指した時期は…大学卒業のときです。全身を診ることや、家族とともに診療していくことが魅力



後輩から戴いたロックグラスは宝物の一つです。



ドングリから育てたクヌギも屋根に届くほどに



寒がりなので薪は欠かせません。



マンサクの開花に故郷の春を思い出します。



できれば休日は山歩きたいのですが…



暇さえあれば庭を眺めています。



前任地のスタッフから戴いたソメイヨシノ、大切に育てています。

で、小児科医になりました。

小児神経を選んだのは…神経の分野は、分かりにくい形に見えるものではないし、パッと判断できるものでもないし、もっと勉強しなくてはと思っていたら取りつかれたという感じですかね。今思うと自分のスタンスに合っていたのかなと思います。

～その子にとって本当に大切なものは何だろう？～

編) 患者さんやご家族に対して大切にしていることは何ですか？

稲) 大切にしていること…難しいですね。ありきたりかもしれないけど、患者さんそれぞれに個性があるので、それが生きてくるようにしたいと思っています。特に神経の分野では、その子にとって本当に大切なものは何だろう？というところを大事にしなければいけないと常に思っています。まだまだ模索中です。

～小児科医としては憧れの病院です～

編) 当院に赴任するまでの経緯など教えてください。

稲) 北信病院や川崎市の病院に2年間、カナダの大学に2年間、その後中信松本病院・信大病院(約10年)と回り、当院に来ています。

編) 当院の印象はいかがですか？

稲) ここは医師になって翌年にできた小児科医としては憧れの病院で、その分責任の重みも感じています。当院のスタッフには様々な職種の方がいるので、医療やケアがすごく充実していると思います。

～学生時代はバイクで一人旅～

編) 先生の趣味は？バイクが趣味という噂もありますが。

稲) 学生の頃はバイクで一人旅して野宿したりしました。今は、自転車かな。クロスバイクに乗っていて、たまに自転車で出勤します。

編) お家からどのくらいかかるんですか？

稲) 20kmくらいあるので、一時間近くかかります。

～今の趣味は…庭いじり～

編) 今、ハマっている趣味は何ですか？

稲) 庭いじりかな。剪定とか好きでやっています。ストレ

ス解消にもなります。買った薪をまた細く割ったりもしています。あとは、美術館を巡るのも好きです。松本市美術館、ちひろ美術館などはいいいいですよね。

～ソファーにもたれてウイスキーのグラスを揺らすイメージですが…～

編) 先生の好きな食べ物は何ですか？

稲) ライチ・パクチー・セロリが苦手です。あとは何でもおいしく食べます。

編) お酒はお好きですか？

稲) 好きです。よく飲むのはウイスキーかな？ロックで飲みます。

編) 薪ストーブの前でガウンを着ながらソファーに座り、ウイスキーを片手にたたずんでいる様子を思い浮かべてしまいますが、そんな感じですか？

稲) それは全くありません(笑)。ただの飲んべえの親父です。

～好きな芸能人は…～

編) ところで、好きな芸能人はいますか？

稲) そんなに詳しくないけど、宮崎あおいさんとか好きですね。最近は高畑充希さんとかは娘世代としていいですね。

～理想の生活は「晴耕雨読」～

編) 好きな言葉・大事にしたい言葉は何ですか？

稲) 今の自分の生活ではないけど、「晴耕雨読」という言葉が好きです。天気(=運命)のままに行動しましょうという、自然に逆らわない生き方が理想かな。

～苦しいことやつらいことも多いけれど、とてもやりがいがある仕事です～

編) 最後に後輩やスタッフの皆さんに伝えたいことはありますか？

稲) とにかく、子どもに関わる仕事は苦しいこと、辛いことが多いけれど、とってもやりがいがあります。苦しさ、つらさ、そしてやりがい、そんなことを皆で分かち合う職場は本当に素晴らしいので、是非そういう職場と一緒に作っていきたいと思います。

インタビュアー：江田真理 横内文子 平林富子

中央監視エピソード2 —こども病院地下スペースの秘密—

今回はしらくまニュースレター編集委員＋看護部有志（たぶん10人）の探検隊でこども病院地下スペースを探検したので、その様子を報告します。10月17日午後3時、まずは中央監視室にお邪魔し、こども病院の地下図を見ました。南棟から北棟に到るまで、こども病院の建物の地下には広大なスペースが存在する事がわかりました。地下図で大まかな配置を把握していないと迷子になってしまうかもしれない？どんな地下なのでしょう？ヘルメットを着用していよいよ出発です。



地下1階、2階が見えます。

～いざ地下世界へ～



これから地下探検に出発します

中央監視の渋谷さん、荻原さんの先導で、まずは北棟（北西の位置）から地下に入りました。地下は薄暗く、懐中電灯は必要なものの、自分のいる位置は余程の方向音痴でない限りわかります。

地下スペースは1階、2階があり、地上から10メートル下の地下2階には巨大なポンプが設置されていました。地下スペースは柱が多く、そこに6メートル間隔で、1から19まで番号が振ってありました（自分がどこにいるかわかるように）。地下の一边が100m以上とは想像もしていませんでした。

～いきなり巨大水槽に遭遇～

北棟には冷水槽と冷温水槽、温水槽の3つのプールがあり冷水槽と冷温水槽は24m（たて）×12m（よこ）×6m（ふかさ）、温水槽は12×12m×6mの大きさで、西

から東に縦に並んでいます。地下にそんなに大きなプールが存在するなんて・・・鉄製の蓋を開け中を見ることもできましたが、真っ暗で泳げる雰囲気ではありませんでした。冷・温水槽はそれぞれ1000トンもの冷水・温水を貯めています。そこから配管が出て院内を冷水・温水がめぐり、冷暖房の役割をします。南棟には同じ規模のプールが別にあることにも驚きました。

ちょうど地下探検をした10月17日は冷房から暖房に切り替わった日でした。省エネ対策で夜間の安い電力で水を温めたり冷やしたりしているのです。夜10時から朝までかけて冬ならばお湯を温め院内に供給しています。



冷水槽の蓋を開けたところ

～北外来を東に進む～

地下プールの北側の狭い通路を中腰で進み、北外来の待合室の下を通って東に進みました。足腰が弱い人、体格のいい人、体の硬い人は大変で、油断すると伸びをした瞬間



ケーブルが張り巡らされています

に配管などに頭をぶつけてしまいます。

地下には配管が張り巡らされているので、中央監視の大事な仕事として地下に張り巡らされた医療ガスや吸引、下水の配管の漏れのチェックが欠かせません。配管の途中には外せる部分があり、詰まりを解消したりするそうです。

～ドライエリアって何？～

ドライエリアという場所が北棟に3か所、南棟に1か所あり、機器の搬入口や通気孔として機能しています。北棟の温水槽の中にゴミが増えた時に1回だけドライエリアを通じて500トンの水の入替えをしたそうです。読者の皆さんはこの季節に温水槽の水を入れ替えたかわかりますか？

～リハビリの下に到着～

地下を進んで行くとリハビリテーション部の下までたどり着きました。そこには電線が集まっていて、院内のいろいろな電気システムの制御をしているという事でした。だんだん皆慣れてきて、配管を見てこの上に流しがあるはずだとわかるようになりました。リハビリの廊下にポツと出られ



頭をぶつけないよう慎重に

る場所もありました。中腰が疲れて伸びをして頭をガンとぶつける隊員もちらほら。

～“迷子の隊員はいねがあ（ナマハゲ風）”～

コンクリートの床には一辺50cmの四角い穴が床に空いていましたが、万が一配水管がやぶれた場合の地下浸透のための穴でした。北棟の北東の位置から一旦西側に向かい南棟へと向かいました。もう壁を見てあと何ブロック戻れば元の場所に戻れるかわかるようになっていました。迷子になった隊員がいないかどうかの確認をし、一部の隊員はここで地上に戻り探検を終えました。

～北棟をあとにして南棟へ向かう～

南棟の地下を目指した精鋭部隊は、最後の難関である分厚い壁を越えるために一人がやっと通れる穴（円窓）に足から入り乗り越えました。南棟に抜けたところで探検は終わりましたが、まだ先には南棟地下の凄いところ（渋谷さん談）が待ち受けているとのことでした。日本有数の地下スペースは奥が深い。



最後の難関円窓を抜ける

我々が今回潜入したのはほんの3分の1程度のスペースであり、ボイラー室脇の地上に出たところで“広大な南棟地下スペース”に想いを馳せ探検は終了しました。今回は地下でしたが、敷地内には我々の知らない場所が存在し、中央監視の方々の日々の点検のもと、こども病院は守られているのです。変電所や屋根裏など知らなければそのまま過ぎて行く場所がたくさんあります。

まだまだちょっと教えて中央監視シリーズは続きます。乞うご期待。

(血液腫瘍科 倉田 敬)

保育士だより 「お菓子くれないといたずらしちゃうぞ」

世間でオレンジと紫カラーが飛び交う10月、こども病院でもハロウィンイベントがあちこちで行われました。

正面エントランスに入ってすぐのパーティションには、ボランティアの「キラキラ」さんがバルーンで可愛いハロウィンの飾りを作ってくださいました。外来にきた家族からもとっても好評でした。

各病棟では、病棟の保育士が趣向を凝らしてイベントを行いました。



エントランスの飾り



2病棟の仮装行列

(1病棟) ハロウィンの帽子に子ども達が装飾をして、それをかぶって記念撮影。その写真を飾る写真立てを作りました。

(2病棟) かぼちゃのランタンバックを作って、仮装をした子ども達が病院内を散歩に行きました。「お菓子くれないといたずらしちゃうぞ」と普段行かない病院事務や看護師長さんにも突撃。保育士手作りのお菓子(紙製)をバッグに入れてもらいました。



5病棟のちるくま訪問

(5病棟) 病院のアイドルちるくま君がハロウィンの仮装をして遊びに来ました。各病室を回り子ども達と写真を撮りました。病室から出られない子もいるのでちるくま君の訪問には大喜び。写真はカードにしてプレゼントしました。

(4病棟) プレイルームの壁にハロウィンの装飾をし、マントなど仮装グッズをつけてお家の方に記念写真を撮ってもらいました。スタッフも仮装で仕事をして、ハロウィン気分を盛り上げました



4病棟のスタッフお仕事中



新生児病棟の様子

(新生児病棟) お菓子はまだまだ先の話なので「ミルクくれないといたずらしちゃうぞ」の子ども写真付きのハロウィンカードをもらいました。2病棟と同じように保育士の作ったお菓子をかぼちゃのカード型に入れて、ご家族に記念写真を撮ってもらうなど楽しんでもらいました。



栄養科のおやつ

この日のおやつは、本物のお菓子の詰め合わせでした。

(宮澤敦子)

秋のミニコンサート ～松本深志高校～

2018年も残すところ2カ月ほどになりました（この記事は11月初旬に書いています）。街の中が秋色に変わりつつある今日この頃、病院内では深志高等学校の合唱部と室内楽班の皆さんによる演奏会が開催され、とても心温まる時間を過ごすことができました。合唱部の皆さんによる「アンパンマンのマーチ」や「みんながみんな英雄」、室内

楽班による「となりのトトロ」や「小さな世界」など、合計7曲の演奏を聴かせていただきました。最後は、お決まりのアンコールに応じてくださり、高校生の皆さんの笑顔と歌と演奏に心が癒されたことは間違いありません。本当にありがとうございました。

（ボランティアコーディネーター 吉岡幸代）



公開講座「口唇裂・口蓋裂のはなし」

口唇裂・口蓋裂をテーマにして、長野県立こども病院公開講座を11月11日（日）に開催しました（主催：長野県口唇口蓋裂センター）。

今回は、「こころの医療センター駒ヶ根」に出張して公開講座を行いました（前年度はこども病院で開催）。県内外から患者さんのご家族を中心に、医療・療育関係者、教育関係者等、27名のご参加がありました。参加者からは、「治療、リハビリの流れが分かりました」、「言語聴覚士さんの話の中で、自宅でする練習法を知れてよかった」との声が聞かれるなど、昨年同様好評な公開講座となりました。

来年度も、口唇・口蓋裂患児を持つご家族の方々および治療を支える医療・療育そして教育関連者との触れ合いを求め、県内の別の場所で開催する予定です。

司会：野口昌彦先生（長野県口唇口蓋裂センター長、こども病院形成外科部長）

講師：影山徹先生（松本歯科大学病院育成期口腔診療部門（矯正歯科）准教授）

永井史緒先生

（信州大学医学部形成再建外科学教室助教）

佐藤梨里子先生（こども病院耳鼻咽喉科部長）

寺島さつき先生

（信州大学医学部附属病院リハビリテーション部）

上島佑佳里先生

（こども病院リハビリテーション技術科）

矢口貴一郎（こども病院形成外科）

（形成外科 矢口貴一郎）



キートス スオミ! フィンランド紀行 ー第4回ー ～フィンランドの冬～

新生児科 小田新



【写真1】白い街



【写真2】白い街

モイ! (こんにちは)、Hyvää uuta vuotta (ヒュヴァーウッタ ヴォッタ、あけましておめでとうございます)。2年間のフィンランド生活での実体験をお話させていただいています。今回は寒い時期にさらに寒い話、でもなんだか暖かなフィンランドの冬、サウナそしてラップランド(北極圏)についてです。

～想像以上に暗い冬、そして美しい冬景色～

フィンランドの冬は想像以上に暗いです。10月からかなり暗くなり、11月12月は本当に暗いです。朝の10時くらいにやっと薄明るくなり、14時くらいに日が沈んで暗くなります。そうこうしているとうっす



【写真3】凍結した湖



【写真4】凍結した川



【写真5】防寒装備のこども

らと雪が降って、雪の白さとクリスマスの華やいだ雰囲気、街が少し明るく感じるようになります。ただ寒さは私の住んでいた南西部のTurkuでもマイナス10度前後の日々が続きます。信州の方ならわかると思いますが、寒い分、ダイヤモンドダストとか、冬景色が美しい日がありますよね。Turkuでも街の木々が凍って樹氷(写真1、2)となったり、湖や川が凍結(写真3、4)したり、とても美しい景色を見ることもできました。

～マイナス15度より暖かかったら外で遊びましょう～

そんな冬ですが、こどもたちは厚手のインナーにスキーウェアみたいな服と、二重の手袋、二重の分厚い靴下としっかりした靴を装備して外で遊んでいました(写真5)。マイナス15度より暖かければ、外で遊ぶことが推奨されています。ただ、この防寒装備を付けるのがとても面倒で、時間がかかり、朝の不機嫌な娘たちとの出発はいつも戦いでした。

～サウナ&ドボン～

それに対して室内はとても暖かく快適にできています。北海道の家のように全室に暖房があり、玄関を入れば暖かい我が家です。トイレもシャワー室も暖房がついています。実は私の住んでいたアパート(Turku大学の世帯用の寮で普通のアパート)ですが、サウナがついていました。フィンランドではサウナは贅沢品ではないのです。「サウナ」は最も知られているフィンランド語かもしれませんが。もともとバスタブはないのですが、サウナはほぼ毎日使って温まっていました。子どもたちもサウナが好きになりました。入り方は簡単です。電気式のサウナストーブをちょっと前にONして温めておいて、桶に水を汲みます。ストーブの上に熱せられた石(サウナストーン)にひしゃくで水をかけて温度湿度を調整します。また、白樺の葉っぱを枝ごと束ねて(Vihtaといって森で採ってきます)(写真6)、それに水を浸してサウナストーンにかけると、緑茶の香りのようなとてもいい香りがします。郊外のコテージにキャンプに行くこともあったのですが、そういったところでも必ずサウナはついています。そして温まると、湖にドボン(写



【写真6】vihta(森で採った白樺の枝を束にしたもの)



【写真7】サウナと湖

真7) します。これが気持ちよくてクセになります。ぜひフィンランドでサウナ&ドボンを体験してほしいです。

～何ととっても冬はオーロラ鑑賞～

冬の遊びは雪遊びやスケート、クロスカンリースキーですが、やはりオーロラ鑑賞は外せません。オーロラ自体は冬だけのものではないのですが、天候の安定する、3月くらいがいいようです。年に一回くらいは南部でも見える



【写真8】オーロラ



【写真9】まつ毛凍る



【写真10】犬ぞり



【写真11】トナカイそり

こともあるのですが(うっすらそれらしいのを見たこともあります)、基本的には北極圏で見られます。実は3回ほどラップランド(北極圏)に行ったのですが、最初の2回は天候に恵まれず、オーロラに出会えませんでした。ラストチャンス最後の冬に見事なオーロラ(写真8)に出会うことができ、本当にうれしかったです。子どもも大人も大興奮でした。オーロラ予報アプリがあって、それを見ながら出そうな時間に外に出て観測しました(寒すぎてずっと外では待てません)。

～おすすめはハスキーサファリ(犬ぞり)～

北極圏ではマイナス30℃を経験しました。鼻毛やまつ毛が凍ります(写真9)。シャボン玉も凍りました。ハスキーサファリという犬ぞりも大変おすすめです(写真10)。そりを引いてもらって大雪原を走るだけですが、とても気持ちがいいです。もちろんフィンランドですからトナカイそり(写真11)もあります。実は、マイナス30℃だとさすがに外遊びを禁じられるのですが、私たちが犬ぞりをした日はマイナス20℃と「暖かく」、ラッキーなことに犬ぞりができました。そして、マイナス20度とかでもサウナ&湖ドボンもできます。湖は凍結していますが、氷に穴を掘ってサウナの後ドボンします。強烈な体験ですが、とても楽しかったです。ドボンした後は不思議と体がぽかぽかと温かく感じます。

～寒いけれど暖かな国、フィンランド～

フィンランドを去る時、送別会でボスがこう言ってくれました。「日本の慣れた環境からフィンランドに来ることは、暖かいサウナから冷たい湖に飛び込むようなものだったでしょう。でも、しばらくしたらポカポカと心地よく感じるようになったでしょう。きっとあなたたち家族もフィンランドに来て、そのように感じてくれていると思う。」と。ボスのおっしゃる意味が身に染みてよくわかりました。というわけで、さむい話でしたが、結論としてフィンランドは寒いけれど暖かな国、ということです。

ビバ!マイホームタウン 小児外科 藤原憲太郎



浦賀ドックです。120年前に造られました。

皆様こんにちは。小児外科の藤原憲太郎です。今回の「ビバ!マイホームタウン」では、私の出身地である、横須賀をご紹介します。

～東京湾の入り口～

横須賀市は神奈川県南東部の三浦半島に位置する都市です。「横浜市の南」だったり、「鎌倉市の隣」と言った方がピンとくる人もいらっしゃるでしょうか。東京湾の入り口であり、様々な船が通る横須賀は、ペリーが来航したり基地が置かれたりと、軍港として栄えました。



横須賀は緑色の部分です

～軍の町～

現在も横須賀には海上自衛隊・アメリカ海軍の基地が置かれており、艦船が海を往来する姿はもちろん、港に停泊

している様子を見ることもできます。艦船の様子は岸から確認できるほか、軍港巡りツアーに参加すれば海上からより間近で見ることが出来ます。好きな人にはたまらないでしょう。時期が時期なら原子力空母も配備されているので、時代の最先端を感じるようになります。

海軍基地の近くには、「世界三大記念艦」の一つである「三笠」が保存されています。艦内は資料館として改築されており、様々な資料や体験設備などで退屈することはありません。

ペリー来航の地の浦賀は東京湾の湾口部ということもあり、海に関する商業が中心の町でした。江戸時代後期から



原子力空母「ジョージ・ワシントン」です。2015年まで横須賀に配備されていました。



記念艦「三笠」です。船首は皇居の方角を向いています。

は造船業が盛んで、2003年に閉鎖されるまでは数多くの船が造られてきました。現在もドックが残っていて、世界に4か所しか現存していないレンガ積みドライドックのうちの一つです。観光地として開かれているわけではありませんが、見学会などのイベントでは見ることが出来ます。

軍の施設は陸にあるだけではありません。海に浮かぶ島も防衛施設として活用されていました。横須賀からフェリーで行くことのできる東京湾の「猿島」は、かつて東京湾を守る拠点でした。現在は要塞の跡が残る無人島ですが、その要塞を観光目的、また海水浴目的に訪れる人が増えてきています。永らく人の手が入らなかった木々の中に見える要塞跡地は、ジブリの映画に出てきそうな雰囲気だと人気のようです。

～リトルアメリカ?～

アメリカ海軍が駐留する横須賀には、異国の雰囲気が感じられるスポットがあります。その最たる場所が「どぶ板通り」です。私鉄の最寄り駅から海軍基地の入り口まで続くエリアで、飲食店や土産物屋が立ち並んでいます。様々な飲み屋にはアメリカ海軍関係者が集います。店によって



猿島は東京湾に浮かぶ「元」要塞です。タイムスリップした気分になります。

も最大級といわれ、そこには、アメリカ本土から数多くのミュージシャンが演奏をしに来たようです。ジャズで有名な「ルイ・アームストロング」もその中の一人です。本場の曲に直に触れられる場所として、日本のミュージシャンも横須賀に集いました。そのために、横須賀は日本のジャズ発祥の地の一つとされています。残念ながら現在はかつての勢いはありませんが、「どぶ板通り」やその周辺には、ジャズが盛んであったことを示すようなアイテムが点在しています。

「どぶ板通り」にはスカジャンショップも点在しています。光沢のある地に、大型で派手な刺繍が入っているスカジャンは、ご存知の通り横須賀発祥です。戦後に横須賀に駐留していたアメリカ人が、記念としてオリエンタルな柄や、自身の部隊や基地のエンブレムを刺繍したのがきっかけとされています。

～軍隊のご飯～

横須賀には、軍のレシピを参考にして作られたメニューがあります。一つは「横須賀海軍カレー」、もう一つは「ヨコスカネイビーバーガー」です。



漬物が名物の角打ち。店内は更に驚きの光景です。



楽器を持ったおっさんの銅像がそこかしこに見られます。



かの有名なスカジャン。昭和感が凄いです。



海軍カレーセット。牛乳、サラダが付いています。



お肉がジューシー。色々な店がひしめいています。

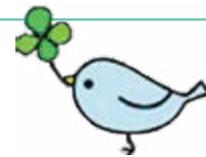
「よこすか海軍カレー」の歴史は、日露戦争の時代に遡ります。海軍の横須賀鎮守府が、手軽に肉と野菜をバランスよく摂れる食事として、カレーライスを採用したといわれています。カレースパイスを砂糖と醤油に変えれば肉じゃがになることも、補給の面で都合が良いとされ、普及の助けになったようです。レシピは海軍割烹術参考書に記されて広く普及されました。現在、海上自衛隊では毎週金曜日がカレーの日と定められているそうです。長期の海上業務において、曜日感覚を無くさないようにするためです。さて、「よこすか海軍カレー」とは何かといいますと、海軍割烹術参考書のレシピを採用している店舗に名乗ることを許されているカレーです。因みに、カレー・サラダ・牛乳のセットで提供するのが原則のようです。レトルトでも手に入れることができるので、興味がある方は召し上がってみてください。

「ヨコスカネイビーバーガー」は、何となく察しがつきますでしょうか。アメリカ海軍の伝統的なレシピを基にしたハンバーガーです。これは、横須賀における日本とアメリカとの友好の証として、町おこしの一環で始まった試みのようです。基地周辺でこのネイビーバーガーを食べれば、雰囲気は十分アメリカかと思われま。

横須賀市は、横浜や東京にアクセスしやすいベッドタウンですが、それだけに留まらない魅力あふれる場所です。神戸、横浜や湘南などのお洒落な海も良いですが、横須賀のような風変わりな海も面白いので、是非訪れてみてください。



小さな星の会のご案内



「小さな星の会」はこどもを亡くされたご家族の会です。
毎月7日に開催しています。

場 所 長野県立こども病院 しろくま図書館

参加費 お一人 100円

開催日 2/7 (木) 13:00 ~ 15:00

3/7 (木) 13:00 ~ 15:00

4/7 (日) 13:00 ~ 15:00

- 予約の必要はありませんが、参加予定の方は療育支援部へ事前にご連絡ください。
- 託児はありません。
- 詳細は長野県立こども病院療育支援部のホームページをご覧ください。



栄養科通信 七五三のお祝い

11月15日の七五三の日は、ちょっと歳の合わないお友達も七五三のお祝いの食事でした。

七五三の行事は平安時代からあったようですが、今のよ
うな形の七五三は明治ごろに始まったそうで、無事に成長
した事への感謝と大きくなる節目に、将来と長寿を願って
お祝いをするようになったといわれています。

七五三といえば「千歳あめ」。これには千年という長い
時を生きるようにとの願いがこめられています。こども病
院の千歳あめは、ぺろぺろキャンディでした。

栄養科スタッフの「いっぱい食べて、大きくなーれ」の
思いがこもったメニューです。



編集後記

あけましておめでとうございます。平成最後の正月はいかがお過ごしでしたか？個人的な話で恐縮
ですが、昭和から平成になったとき私はアメリカの首都ワシントン近郊に住んでいたの
で、生活の中で年号が急に変わるという経験がありません。つい
でながら、噂に聞くバブル最盛期の浮かれ気分も他人事のような感
覚です。日本の年号は当然日本でしか使われていないため、ア
メリカ人には何の興味もないだろうと思っていたら、小淵さん
がTVで発表した翌朝、研究所の同僚から「ハイセイはpeace
achievement (平和が成る) なんだってね。」と詳しく解説さ
れてしまいました。いったい彼女はどこからそんな情報を仕込
んだのでしょうか？ネットもない時代に。こう考えてみると、
平成は大変な情報IT化の時代だったことがわかります。ついてい
けないことも多いですけどね… 小木曾

長野県立こども病院 外来医師担当表

平成30年12月1日現在

	外来名	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
南棟外来	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) ^{※4}	樋口 司	樋口 司(PM) 南 希成(PM) (ワクチン接種)	南 希成(AM) (PM4時~5時予防接種相談) ^{※4} 大森 教雄(PM)	樋口 司(AM)
	総合小児科 アレルギー外来	小池 由美	小池 由美(PM) (第1・3)			小池 由美(AM)
	血液腫瘍科 免疫・アレルギー外来			小林 法元(AM) (隔週)		
	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 聰 瀧間 浄宏 (内科)	岡村 達(AM) 米山 文弥(AM) (外科)	安河内 聰 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)
	北棟外来	脳神経外科	重田 裕明 宮入 洋祐	重田 裕明 宮入 洋祐		重田 裕明 宮入 洋祐
泌尿器科 皮膚・排泄ケア外来		市野みどり 岸蔭 貴裕(PM)		市野みどり 岸蔭 貴裕(AM)	市野みどり(AM) 岸蔭 貴裕(AM)	
神経小児科		稲葉 雄二 (AMは発達障がい専門外来) 本林 光雄 山内 翔子(PM)	稲葉 雄二 (AMは発達障がい専門外来) 本林 光雄(PM) 中嶋 英子	稲葉 雄二 山内 翔子	山内 翔子(PM) 中嶋 英子(PM) 福山 哲広(AM) (第2・4) 竹内史穂子(AM)	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 星野 夕紀 矢口貴一郎(AM)		野口 昌彦 星野 夕紀 矢口貴一郎	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)				
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) 佐藤梨里子(PM)
循環器小児科 胎児心臓外来			武井 黄太	安河内 聰	安河内 聰	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おりません。

※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。

※4 長野県予防接種センター相談

予約専用電話

0263-73-5300

★診察時間：午前9時～午後4時 ★休診日：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。