

しろくま



長野県立こども病院

しろくま ニュースレター



長野県立こども病院だより第100号 発行日:令和7年12月25日 発行者:稻葉雄二
〒399-8288 長野県安曇野市豊科3100 TEL0263-73-6700 FAX0263-73-5432
<https://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:大畠淳



Contents

ニュースレター100号まで発行できました	1
しろくまニュースレター創生記	2
しろくまニュースレター100号記念	
表紙写真の撮影者:大畠淳先生にお話を伺いました	3
ボランティア	3
この人に聞く	4
サポートーズボード	5
2025年度こども病院祭と PICU開設25周年記念式典を終えて	6
病院内にいわさきちひろの作品を展示	8
院外研修記	9
私のオススメBEST5	10
小児がん啓発キャンペーン	12
「ちるくますいぞくかん」で月に一度のお話の会がスタート!	13
ようこそ!「ちるくますいぞくかん」へ	14
第36回アメリカ心臓学会「ShowCASE」準優勝	15
こころにお届けする本	16
保育士だより	16
View／編集後記	17

ニュースレター100号まで発行できました

2004年



こども病院だより
創刊号(1号)

2013年



ニュースレター
第1号(26号)

2017年



(50号)

2025年



(100号)



しろくまニュースレターは、2004年に「こども病院だより」として誕生し、病院内の出来事やイベントの報告を目的に発行が始まりました。

2013年の第26号からは名前を「しろくまニュースレター」にリニューアルし、新任医師の紹介や、インタビュー企画「この人に聞く」、さらに職員の趣味や“推し”的紹介など、内容もより充実したものになってきました。

ニュースレターの表紙に使われるベースカラーは、タイトルカラーとして用いている「オレンジ・緑・水色・朱色・紫・薄緑・青」の“七色”を順番に採用しています。

制作にあたっては、「すべてがうまくいきますように」という願いも込めています。



■歴代編集長 藤岡 文夫 (2004～2013年)
 小木曾嘉文 (2013～2023年)
 倉田 敬 (2023～2024年)
 高見澤 滋 (2024年～現在)

しろくまニュースレター創生記

元編集長（2013-2023年） 小木曾 嘉文

先日、しろくまニュースレター最新号が送られてきました。さっそくページをめくってみると、楽しげな写真や見出し、ちょっとお堅い記事が次々に目に入ります。デジタルにはない紙媒体のパラパラ感と手にしたときの安心感。懐かしさとともに、しろくまニュースレターを編集していた頃の記憶がよみがえってきました。

独自路線

それなりの規模の病院であればどこも広報誌を発行しているはずです。「はずです」と書いたのはなぜかというと、しろくまニュースレターの編集を引き受けてから退任するまで、時間がなくて（本当は面倒くさくて）他の病院の広報誌を調べて参考にしたことが全くなかったからです。結果として世間知らずというか独自路線を貫くことになり、しろくまニュースレターは一般的な病院広報誌とはいさか毛色が変わった存在になっていました。

どうすれば読んでもらえるのか

病院の業務をしながら編集作業をするのは大変です。記事を集めてそれらしい体裁にし、発行にこぎつけるまでの労力は相当な量になります。そうであれば「ぜひとも読んでもらいたい」と考えるのが人情です。普通ならゴミ箱に直行しそうな病院広報誌をどうすれば読んでもらえるか、これはずっと追求し続けたテーマでした。

読者はだれ？何を知りたい？

編集責任者になって最初に考えたのは「読者はだれだろう」ということです。当然のことながら、こども病院に入院、通院しているお子さんのお母さんやご家族が筆頭になります。次は病院関係者でしょうか。そうであれば読者

がまず知りたいこととは、日々接する医師や医療従事者はこんな人です、といった「人」に関する情報になると考えられます。読者の期待に応えることを目指して、インタビュー記事「この人に聞く」をはじめとした様々な企画が誕生していました。



まずは視覚から

読みたいと思ってもらうにはそれなりの工夫が必要です。文章がわかりやすいことはもちろん、写真の美しさ、文字の大きさやフォント、漢字と仮名の割合など色々な要素が関係してきます。中でも忘れてならないのが誌面のデザインです。これについては印刷のタカサワ通商さんにお願いしていて、最初の頃こそこちらの意図とのズレから大きな修正をすることもありました。ところが今では原稿を送るだけで期待以上の誌面になって戻ってきます。魅力的な誌面デザインは目をとめて読んでもらうために無くてはならない要素です。

今後に期待すること

しろくまニュースレター 100号記念の原稿を頼まれて、自分がどんなことを意識して編集してきたか振り返ってみました。老害にならない程度に言わせてもらえば、編集会議は先例にとらわれずフラットでオープンなままでいて欲しい、病院の中にこんな組織が一つくらいあってもいいじゃないですか。



しろくまニュースレター100号記念 表紙写真の撮影者・大畠淳先生にお話を伺いました

しろくまニュースレターが100号を迎えるにあたり、長年表紙を彩ってきた写真を撮影された大畠淳先生（現・丸子中央病院）にお話を伺いました。

大畠先生がカメラと出会ったのは、小学5年生の頃。年賀状の景品で手にした一台のカメラがきっかけとなり、中学・高校、そして信州大学でも写真部で活動し、ずっと撮影を続けてこられたそうです。



医師になってからもその情熱は変わらず、こども病院の開設以来、四季折々の病院の風景を撮影し続けてくださいました。そのご縁から、しろくまニュースレターの表紙では、長きにわたり大畠先生の写真を使用させていただいている。

先生からは「ほかの方の写真を使ってもらって構わないよ」とのお申し出もありましたが、私は「これからもぜひこの写真を使わせてください！」とお願いしました。変わらない病院の大切な景色として、これからも大切にしていきたいと思っています。

また、大畠先生の奥様も信州大学写真部の後輩とのこと。写真がつないだ温かなご縁が、この表紙を支えているのだと改めて感じます。

インタビュー：小児集中治療科 大森 敦雄



ボランティア

9月20日（土）に株式会社デンソーエアクール有志の皆さん（82名！）による環境美化活動が行われました。同社には毎年、病院祭直前にこの活動をしていただいており、当院からは過去最高の10名の参加がありました。お

かけさまで、今年度も気持ちよく本番を迎えることができました。協力していただいた皆さん、大変ありがとうございました。



蘇った中庭



デンソーエアクール有志の皆さん

第59回 「この人に聞く」

副院長・脳神経外科 宮入 洋祐 先生



今回は、当院の副院長であり、脳神経外科医としてご活躍中の宮入先生に、これまでの歩みや日々の暮らし、そして今後の展望についてお話を伺いました。

（編）先生のご出身はどちらですか？

宮入）私は長野県の諏訪郡下諏訪町、御柱祭で有名な木落坂の近くで育ちました。小さい頃からその祭りに触れていたので、「いつかはあの木に乗ってみたい」と憧れています。子どもの頃は山で木の実を採って食べたり、まさに“野生児”的な生活をしていました。

（編）高校時代の夢は？

宮入）諏訪清陵高校に通っていた頃は、パイロットになりたいと思っていました。でも、ある日読んだ『ブラック・ジャック』の中で「やることに限界がある」というセリフに心を打たれて、医師を志すようになったんです。

（編）大学は山形大学のことですが、進学の理由は？

宮入）「実家から離れたい」「スキーがしたい」—そんな理由で山形大学を選びました（笑）。学生時代はスキーが大好きで、志賀高原でスキーインストラクターのコーチもしていました。夏は軟式テニスに打ち込んで、真っ黒に日焼けしていましたよ。

ちなみに、当時付き合っていた基礎講座（細胞解析学）の秘書さんが、今の妻です。3歳年上で、学生時代からずっと支えてくれています。

（編）脳神経外科を選ばれたきっかけは？

宮入）もともと外科医になりたいと思っていましたが、学生時代に見た脳がとても美しくて感動したんです。「脳は止まつたら生きていけない」—そんな繊細で重要な臓器に惹かれて、脳神経外科を選びました。

（編）脳外科の手術

は長時間に及ぶことも多いと聞きますが…

宮入）そうですね。13時間トイレに行かないこともありますし、食事もとらずに立ちっぱなしの事もあります。でも、昔から体力には自信があるので、あまり苦になりません。以前は「どれだけ長時間の手術に耐えられるか」がテーマでした

たが、最近は「いかに効率よく行うか」に重きを置いています。

（編）手術後のリフレッシュ方法は？

宮入）よく寝ることですね（笑）。あとは、趣味の農業に没頭しています。大根、ニンジン、カブ、ニンニク…最近は玉ねぎも植えました。土壤のpHを測って、科学的に野菜を育てています。トマトの糖度を上げるために水の量を変えて実験したり、研究熱心なんですよ。たくさん採れた野菜は近所に配ったり、トマトはピューレにして楽しんでいます。

お弁当も持参していて、サラダがメイン。自分で育てた野菜を食べたいという思いから始めました。

（編）甘いものはお好きですか？

宮入）大好きです！特に生クリーム系のスイーツには目がありません（笑）。

（編）他にもリフレッシュ方法はありますか？

宮入）家では花や観葉植物を育てています。チューリップ、ネモフィラ、ポピー、コスモスなど、季節ごとに花が咲く庭を目指しています。自然に囲まれて育った環境の影響かもしれませんね。最近は、海外よりも日本の自然豊かな場所に惹かれます。実は、上高地にはまだ行ったことがないので、近いうちに訪れてみたいと思っています。

（編）お忙しい日々が続いていると思いますが…

宮入）忙しい生活に慣れてしまっていて、逆に休みの日の方が調子が悪くなるんです。夏休みが一番苦手かもしれません（笑）。普段通りの生活の方が、体も心も楽ですね。

（編）水頭症の治療については話しだすと止まらないようですが…



若い頃から洗ってました



入職したて、恩師の重田先生と

宮入) 野菜作りと水頭症に関しては、話し出すと止まらないです。この病院では水頭症の手術が多いのですが、特に子どもの場合は感染率が高いと言われています。感染すると入院も長引き、患者さんもご家族も、医療者もつらい。だからこそ、何とかしたいと思って取り組んできました。

結果、ここ十数年、感染はゼロ。やったことはとてもシンプルで、手術前に子どもの体をきれいに洗うこと。私と千葉先生で丁寧に洗っています。以前は抗生素を2種類、1週間使っても感染していたのに、今は3日間だけで感染ゼロ。もっと抗生素を減らせると考えています。原因を突き詰めていけば、改善できるんです。これは野菜作りにも通じるところがありますね。

編) 脳神経外科医としての今後の目標を教えてください。

宮入) あと10年で2つのことを成し遂げたいと思っています。



自宅の花壇



畑と季節の収穫物

1つ目は、てんかん外科の導入。いきなりは難しいので、少しづつ進めて、将来的にはこども病院に「てんかんセンター」を作りたいと考えています。抗てんかん薬を2剤以上使っている方には、外科的治療も選択肢としてあると言われています。外科治療によって薬の量を減らせたり、薬が不要になる方もいるかもしれません。

2つ目は、小児脳神経外科の技術をしっかりと後輩に伝えていくこと。特殊な分野だからこそ、次世代にしっかりと技術継承していきたいですね。

編) 健康診断ではいつも「異常なし」の健康優良児の先生。明るく、笑顔で、誰でも話しかけやすい雰囲気を大切に日々働いているとのことです。スタッフの皆さんにも、笑顔で働いてほしいと。これからも、お身体を大切に、仕事も家庭も全力で、さわやかに駆け抜けてください。でもちよっぴり休憩もしてくださいね。

インタビュー：山崎さ・南塚・山崎香

サポーターズボード(寄附者ご芳名)

令和7年8月～令和7年9月にご寄附いただきました方々へ感謝の意を込めまして、ご芳名を掲載させていただきます。
(希望されない方を除く)

あたたかいご支援、ありがとうございました。

- 株式会社ユタカ 様
- 株式会社トキワ防災電設 様
- 大成測量設計株式会社 様
- エア・ウォーター・マッハ株式会社 様

- 羽鳥 旨治 様
- 豊川 和顯 様
- 伊藤 聰 様
- (順不同)



2025年度こども病院祭と PICU開設25周年記念式典を終えて

2025年 こども病院祭 実行委員長 北村 真友

今年は当院PICUが企画されてから25年の節目にあたり、10月4日（土）にこども病院祭とPICU開設25周年記念式典を同日開催しました。こども病院もPICUも、開設当初から現在に至るまで患者さんの命をつなぐために地域と連携してきた歩みを振り返り、「つなぐ 命をつなぐ。地域をつなぐ。未来をつなぐ。」を共通テーマとしました。

病院祭は10時～14時の短時間集中開催でしたが、悪天候が心配される中でも開場と同時に多くの方が来場され、入場者数は約800名となりました。久しぶりにお会いする懐かしい患者さんやご家族、元職員の方々とも言葉を交わすことができ、当院がつないできた医療の重みをあらためて実感する一日となりました。

一方で、朝7時時点の予報で天候悪化が見込まれたため、「はたらく車」やドクターヘリ展示、豊科南中学校吹奏楽部の出演など一部プログラムは残念ながら中止となりました。その分、実施可能な企画に職員とボランティアが柔軟に人員を再配置し、最後まで安全に楽しんでいただけるよう力を尽くしました。8月頃から準備を進めてくださった病院祭実行委員会、とくにコアメンバーの皆さんとの段取りと各部署の協力あってこその一日でした。この場をお借りして、準備・運営に携わったすべての方に心より感謝申し上げます。

エントランス前の野外ステージでは、当院職員による「ちるくま音楽隊」、豊科北小学校合唱部、ちるくま合唱団、Joy Swing Jazz Orchestra の皆さんが出演しました。子どもたちが手拍子をしながら歌を口ずさみ、保護者の方がスマートフォン片手にステージを見守る姿があちこちで見られ、「音楽が人と人をつなぐ」時間となりました。豊科北小学校合唱部とちるくま合唱団による合同合唱では、「命～電池が切れるまで」と「Believe」を手話つきで披露し、会場全体が温かい感動に包まれました。フィナーレは「ちるくま音楽隊」とJoy Swing Jazz Orchestraによるドラマ『コード・ブルー』主題歌「HANABI」。ビッグバンドの迫力とともに、病院祭らしい華やかなエンディングとなりました。

毎年大人気の職業体験コーナー「キッザニア」では、医

師・看護師体験や検査機器の操作、ギプス巻き、腹腔鏡手術のボックストレーナーを用いた腹腔鏡手術体験など、多くの部署が工夫を凝らしたブースを出展しました。白衣姿で真剣な表情になった子どもたちが、説明を聞きながら目を輝かせて体験している様子が印象的でした。「わくわくこどもあそび広場」やバルーンアート、ヨーヨー釣りにも絶えず行列ができ、限られた時間の中でも一人ひとりが自分のペースで楽しめる空間になっていたように思います。院内では写真展・院内学級習字展、七五三・お祝い写真体験、院内ツアー、蟻ヶ崎高校書道部のパフォーマンスなど、病院ならではの企画も行われました。なかでもNICU家族会「ひめりんごの会」と新生児科によるリトルベビー写真展では、実際の保育器や小さなおむつ、カンガルーケア用の椅子なども展示され、卒業児ご家族が成長を振り返る姿から「命のつながり」を感じるコーナーとなりました。

15時からは、PICU開設25周年記念式典を開催しました。県立病院機構理事長、長野県議会副議長、歴代のPICU責任者、県内外の小児医療機関の先生方、消防・ドクターヘリ関係者、ご家族の皆さんにご参加いただき、PICUの四半世紀の歩みとこれからの役割を共有しました。当院PICUは平成13年の開設以来、「高度な集中治療と人材育成、搬送医療を軸とした県内医療施設との連携強化」をコンセプトに掲げ、病床数の増床やハイケアユニット整備、ドクターカー・ドクターヘリによる搬送体制、「初期治療の質は高く、集中治療への敷居は低く」というスローガンのもと、オール長野で重症小児に向き合う体制づくりを進めてきたことが語られました。

その後、当院で経験した県内初の小児の脳死下臓器提



式典

供について、ご家族が想いを語ってくださいました。活発で人懐っこい弟さんが、ある日学校で急変しドクターへりで搬送され、集中治療にもかかわらず救命困難との事実を突きつけられたご家族の深い悲しみ、そのなかで「脳は動いていなくても、生きている臓器があるなら、それを必要とする誰かの中で動いてほしい。彼なら、きっと臓器提供を望んだはずだ」と臓器提供に賛成された経緯が語られました。さらに、「いち早く対応してくれた学校の先生や救急隊、臓器提供まで支えてくださった医師・看護師・移植コーディネーター、弟に手を合わせてくれた全ての人に感謝しています。誰かの命をつなぐということを周りの人々に伝えてください」という言葉が添えられました。学校・地域・病院・コーディネーター、そして臓器を受け取る方々へと、命と想いが連携し、つながっていく医療のかたちを、改めて私たちに示してくださったメッセージでした。



キッザニア

今回こども病院祭とPICU開設25周年記念式典は、天候によるプログラム変更などもありましたが、「つなぐ」というテーマのとおり、患者さん・ご家族、地域の皆さま、ボランティア、そして職員同士のつながりをあらためて実感する一日となりました。今後も、「質が高く、安全な小児医療」という使命を大切にしながら、地域とともに歩むこども病院であり続けたいという思いを新たにしました。

最後に改めて、限られた時間と人員の中で準備・運営に尽力してくださった病院祭実行委員会と各部署の職員、PICU25周年記念式典の準備に関わった多くのメンバー、支えてくださった院内外ボランティアの皆さま、そして当日足を運んでくださったすべての皆さまに、心から感謝申し上げます。



院内ツアー



ステージ（ちるくま音楽隊）



ステージ（豊科北小学校合唱部とちるくま合唱団）

病院内にいわさきちひろの作品を展示しています

安曇野ちひろ美術館

いわさきちひろの絵本を読んだことはありますか？

院内のしろくま図書館入口脇には、ちひろの絵本『ことりのくるひ』（至光社／1972年）の表紙作品⁽¹⁾と、絵本のなかに出てくる男の子の作品の2点が展示されています。

「おかあさんは いそがしいし くまは しゃべってくれないし⁽²⁾」「ことりがほしいなあ」そんな少女が小鳥とお友だちになり、ふれ合う絵本です。小鳥が少女の頭にとまつた瞬間の絵⁽¹⁾は、少女の顔をクローズアップして、驚きと喜びを一瞬の表情のなかにとらえています。たっぷりと水を含んだ太い筆で描いた少女は、みずみずしい少女の感性と微妙に揺れ動く心を見事に表現しています。ちひろは、この作品をなんと20分ほどで一気に描き上げたそうです。この絵本の習作や描き直しがほとんど残っていないことからも、イメージ通りに筆が進んだのでしょうか。

『ことりのくるひ』は、至光社の武市八十雄氏が、自宅の窓辺に飛んでくる野鳥の話をちひろに語ったことから構想が練られました。至光社の絵本シリーズ全6冊の4冊目です。

主人公のち一ちゃんは、ちひろの幼少期の愛称でもあります。ちひろは、東京のアトリエでも長野県の黒姫の山荘でも、窓の外に小鳥が姿をあらわすと、必ず筆をとめ、小鳥が飛び去るまで一挙一動を見守っていました。また、部

屋のなかに舞い込んできた野鳥をちひろの息子が鳥かごに入れ、しばらくして逃がしたというエピソードも残っています。絵本のなかで、鳥をとらえようとしている少年は当時の幼い息子を、そして、少女にはちひろ自身の幼いころの姿を重ね合わせていたのかもしれません。

『ことりのくるひ』は、1973年にボローニャ国際児童図書展グラフィック賞を受賞しています。

さて、この絵本のなかで重要な役割を担っている、ぬいぐるみのくま。『ことりのくるひ』では、後ろ姿しか描かれていませんが、至光社のほかの絵本にはお顔も登場しています。美術館には、このくまのぬいぐるみがいます。触るとむにゅむにゅしているから、むにゅぐるみ。大人にも子どもにも人気があります。また、少女が座っている椅子をモデルにつくられたのが「ちひろ椅子」。子どもサイズでありながら、大人が座っても大丈夫。むしろ、座り心地が良いのです。座面の裏側には、ちひろのサインもあります。

しろくま図書館には、至光社のちひろ絵本シリーズがありますのでぜひ読んでみてください。そして、ちひろ美術館にいる、くまのむにゅぐるみや、ちひろ椅子も見に来てくださいね。



*1: 小鳥と少女『ことりのくるひ』（至光社）表紙 1971年



*2: 椅子に座る少女とくま『ことりのくるひ』（至光社）より 1971年



くまのむにゅぐるみ

安曇野ちひろ美術館

冬期休館：11/10(月)～2/28(土)

- 3/1(日)より開館します
- Instagram 隨時更新中
ちひろの作品や美術館の動画を投稿しています
- 高校生以下・18歳以下は無料でご入館いただけます

Instagram
二次元コード



院外研修記 岡山大学病院での学び～臓器提供とACPを通して～

小児集中治療科 森川 友樹

2024年度、私は岡山大学病院高度救命救急センターで院外研修を行いました。岡山大学病院は年間約5000台の救急車を受け入れ、約700人のICU入室患者のうち約80人が小児という、西日本でも屈指の救急・集中治療施設です。

今回の研修のテーマは「小児医療と成人医療の違い」、特に臓器提供とACP(アドバンス・ケア・プランニング)を通して考えることでした。臓器提供の件数が全国的に少ない中で、岡山大学病院は一貫した評価体制と多職種カンファレンスを通して、本人や家族の意思を丁寧に確認する文化が根付いています。脳波やaEEGによる早期予後評価、倫理コンサルタントチーム(ECT)を含む多職種による議論など、医療と倫理のバランスを真剣に考える姿勢が印象的でした。

ACPとは「本人が望む医療や生き方を、あらかじめ話し合い共有すること」。臓器提供はその一つの選択肢にすぎませんが、人生の最終段階でどのように意思を尊重できるかという点で、非常に重要なテーマです。成人患者では本人の意思確認が比較的容易である一方、小児では家族の代理意思が中心になります。だからこそ、本人の“推定意思”



消防防災ヘリコプター「きび」

を丁寧に考え、家族と医療者が一緒に最善を探ることの重みを実感しました。

臓器提供やACPを学ぶ中で、「救命」と「その後の生き方を支える医療」は対立するものではなく、どちらも“人の尊厳を支える医療”であると感じました。岡山の地で見た多職種の連携と、家族に寄り添う姿勢は、長野でも生かしていきたい大きな学びです。

休日には、倉敷美観地区や後楽園を訪ね、穏やかな瀬戸内の風に心を癒されました。岡山での経験は、臨床だけでなく、自分の医療観を見つめ直す貴重な時間となりました。



瀬戸内



小豆島オリーブ園

私のオススメ BEST5

第1病棟 竹澤 実礼

北4階病棟 小泉佐季さんからのバトンで担当させていただきます、第1病棟の竹澤実礼です。前回は、時間帯や季節によって色んな顔を見てくれる空の写真にとても癒されました。忙しい毎日の中でも、ふと空を見て小さな発見や幸せを見つけていければいいなと思います。

今回は、ニュースレターが記念すべき100号のことなので、「100」にちなんで、私のおすすめの百人一首について紹介します。小学校高学年の頃、毎日一首勉強したり、かるた大会をしたり…といった活動がありました。私は歴史が好きなので、歴史上の人物がどんな和歌を詠んだのか、どんな思いが込められているのか知ることができる楽しい時間でした。当時の日本の四季折々の美しさや作者の繊細な感情表現を少しでも垣間見て、百人一首の面白さを感じてもらえれば嬉しいです。



『これやこの 行くも帰るも 別れては 知るも知らぬも 逢坂の関』 蟬丸

現代語訳：これがあの、都から旅立つ人も、都へ帰る人も、知っている人も知らない人も、ここで別れてはまた会うという逢坂の関なのだなあ。

「行くも帰るも」「知るも知らぬも」「別れては…逢坂の」と対になる表現が3つ入っている和歌です。関所の様子が伝わってきますね。会えば必ず別れがあり、別れてはまた会う、そんな場所である逢坂の関は、出会いと別れの象徴である人生そのものだと感じられます。

私たちにも、3月、4月のシーズンや恋愛、命などと日常のあらゆる場面で出会いと別れがありますが、それを繰り返す中で一つひとつを大事にしていきたいなと思わせるような趣のある歌です。



『君がため 春の野に出てて 若菜つむ わが衣手に 雪は降りつつ』 光孝天皇



現代語訳：いとしいあなたのために春の野に出かけて若草をつむ私の着物の袖に、雪はしきりと降り続いています。

この歌に出てくる若菜とは、春の七草のことです。若菜を摘んで食べることは、これらの野菜で病気や邪気を除くためとされています。また、平安時代に詠まれたこの歌に出てくる「君がため」は、男性から女性へと、相手に対する敬称として使われていたそうです。好きな女性の健康を願い、自身の袖に雪を降り積もらせながら七草を摘む光孝天皇は、とても健気だな、と思います。愛を感じますね！



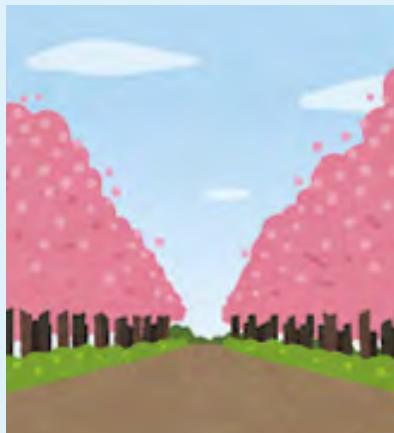
『ちはやぶる 神代も聞かず 竜田川 からくれないに 水くくるとは』 在原業平朝臣

現代語訳：神代の昔にも、こんなに神秘的なことがあったとは聞いたことがありません。竜田川の水面に紅葉が舞い散って、水を真っ赤に絞り染めするとは。

この和歌は、漫画や映画を通して聞き覚えのある人が多いと思います。これは、屏風に描かれた絵を題材にして詠んだ歌だそうです。実際に竜田川を見に行つたことはないですが、この歌から、紅葉が空に舞い散っている様子や水面いっぱいに紅葉が広がって流れていく様子を想像だけでも感じられます。それほどまでに神々しい風景なのだ、と令和の時代を生きる私でも感じさせる在原業平朝臣の歌の表現は素晴らしいなと思います。



『ひさかたの 光のどけき 春の日に しづ心なく 花の散るらむ』 紀友則



現代語訳：日の光の麗らかにさすのどかな春の日なのに、どうして桜の花は落ち着いた心もなく、あわただしく散っていくのでしょうか。

この歌に出てくる「しづ心なく」は、「せわしなく・落ち着いた心もなく」という意味です。このことから、桜の花の散り急ぐ様子を人間に見立てた表現の工夫がされているようです。桜の花びらが儂く舞い散る光景を見上げながら、桜を惜しみ、桜のように散り急ぐ(生き急ぐ)のは人間も同じなのだろうか、と思いをはせていたのではないでしょうか。

目まぐるしい毎日の中ですが、生き急ぎすぎるよりも、遠回りしてみたり時には立ち止まつたりして、小さな幸せや発見に気づける心の豊かさが必要なのだな、と考えさせられます。



『田子の浦に うち出でてみれば 白妙の 富士の高嶺に 雪は降りつつ』 山部赤人

現代語訳：田子の浦の浜辺に進み出て、はるか向こうを見やると、真っ白い富士山の高い嶺に雪がしきりに降っていることだなあ。

この歌は、富士山の雄大な姿や富士山に降り積もる雪の美しさを描写しています。現代でも、富士山の頂上に雪がかかっている景色は多くの人を魅了していますね。この歌に出てくる「雪は降りつつ」の「…つつ」は、現在進行形の表現とされているので、富士山に雪が降り続ける様子を生き生きと描きだしていて臨場感があります。

今年の富士山の初冠雪は10月23日でしたね。富士山の近くを通つたら、ぜひ富士山の雄大な姿や降り積もる雪の美しさを感じみてください！



小児がん啓発キャンペーン 「ゴールドセプテンバー2025 松本城ライトアップ」

第1病棟 村山 優子

ゴールドセプテンバー (Global Gold September Campaign: 世界小児がん啓発キャンペーン) は、毎年9月に

小児がんのシンボルカラー「ゴールド」で各地のランドマークをライトアップしたり、金色のものを身につけたりすることで、小児がんの子どもたちを応援する世界的なキャンペーン活動です。世界規模の小児がん学会である「国際小児がん学会」が全世界で推進し、

各国政府や国際機関などを含む小児がんの支援者たちも小児がんの子どもたちへの支援を表明しています。

はじめは2015年アメリカで子ども達の未来を「光で照らす」という願いを込めて広がり、日本でも2021年から日本小児がん研究グループ (JCCG) の主導で開催され、各地のタワーやお城、観覧車、県庁舎、病院、手作りのランタンなど、今ではさまざまな金色が9月の夜空を彩るようになりました。2024年には開催場所が100か所を超え、5年目となる今年2025年も初めて47都道府県が揃い、163か所の全国各地の名所やシンボルがライトアップされました。

長野県は2023年にが

ん啓発イベントに合わせて松本城と善光寺がライトアップされました。昨年度は参加出来なかったようで、今年は長野県も是非とJCCG事務局からの依頼を受け、当院で実行委員会事務局を立ち上げました。長野県では、当院と信州大学医学部附属病院が小児がん連携病院として小児がん診療にあたっており、信州大学の協力も

得て「ゴールドセプテンバー松本実行委員会」として準備を始めました。しかし、大規模なライトアップの経験もなく、プランニングから資金集めまで、いろいろな方に支えていただきながら実現に至りました。今回、資金面でご支援いただいたのは、松本東ロータリークラブ様でした。私の家族の繋がりで、快くキャンペーンに賛同してください全てご支援いただき、本当に有難いご縁でした。



ライトアップ



オンライン中継



松本城ライトアップ



松本城



松本城遠景

ゴールドに照らされた松本城は、優しくもあり、逞しくもあり、まさにがんと闘う子ども達の生き様を表してくれているようでした。お知らせを見て駆けつけてくださった患者さんやご家族、観光や通りがかった方も、美しいお城に足をとめ、キャンペーンの趣旨を知って励ましのお声を

いただきました。今後継続的な活動を行っていくには、マンパワーや資金面といった課題が残りますが、頑張っている子ども達のことを知っていただき、病気を乗り越えて学校や社会に安心して戻れるよう、今後も活動を続けていきたいと思っています。

「ちるくますいぞくかん」で月に一度のお話の会がスタート!

9月から、「ちるくますいぞくかん」で月に1回「お話の会」が始まりました。水槽屋じゅげむの藤原さんが、毎回子どもたちに水族館にまつわる楽しいお話を聞かせてくれています。

11月には、「お魚に餌をあげてみよう!」という企画が行われ、その場にいた8人の子どもたちが実際に餌やりを体験できました。目の前を泳ぐ魚たちに餌をあげる貴重な体験に、子どもたちは大興奮!

次回はどんなお話を聞けるのか、今から楽しみですね。



おさかなさん ごはんだよ~

ようこそ！「ちるくますいぞくかんへ」 Vol.5

祝・100号記念！「ちるくますいぞくかん」のひみつ大公開？

こんにちは、水槽屋じゅげむの小澤です。
このたび、「しろくまニュースレター」が記念すべき第100号を迎えるとのこと、おめでとうございます！
いつも楽しみに読ませていただいているこのニュースレターに、こうしてコラムを載せていただき、とても光栄に感じています。
今回は、特別企画として、こども病院にある「ちるくますいぞくかん」のひみつを、こっそりご紹介しちゃいます！

見えないところで、大活躍！

病院の水槽をじっと見ていると、ふしぎに思うことはありませんか？

- なんで泡が出てないのに魚は元気なの？
- ヒーターが見えないけど、寒くないの？
- どうしてお水がずっとキレイなの？

そのひみつは、水槽の下に隠された「ろ過そう」にあります。このタイプの水槽は「オーバーフロー水槽」といつて、水が上から下へと流れ、下にある別の水槽（ろ過そう）でゴミやよごれを取りのぞくしくみになっているのです。

水は、静かにめぐっている

水槽の片隅には、目立たないようにアクリルのパイプ（3重管）が立っています。そこから水が下のろ過そうに流れ、

スポンジやサンゴ砂のろ材、さらに泡でタンパク質の汚れをとる機械（プロテインスキマー）などを通って、キレイになった水がまた水槽にもどってくる—そんな繰り返しのサイクルが、毎日ずっと動いています。まるで、ちいさな浄水所が水槽の下に隠れているみたいですね。だから、水槽の中は、いつもキレイで住みやすい環境になっているんです。

「見せない」ことへのこだわり

水槽の中にヒーターや配線が見えないのも、オーバーフロー水槽ならではの特長です。必要な機材はすべて下のろ過そうにまとめられているので、見た目がスッキリして、安心・安全、そして何よりキレイに見える！そのおかげで、お魚たちの元気な様子が、こどもたちの目にもまっすぐ伝わってくるのだと思います。

おわりに

普段は見ることのできない水槽のウラ側。「ちるくますいぞくかん」のキレイさや楽しさには、このような小さな努力や仕組みが隠されていたのです。100号を記念して、今回はそんなひみつをちょっとだけ公開させてもらいました。

またこれからも、「ちるくますいぞくかん」での新しい発見と一緒に楽しんでもらえたらうれしいです。



プロテインスキマー



ろ過槽

第36回アメリカ心エコー図学会「ShowCASE」準優勝

小児循環器科 沼田 隆佑

心エコー図に携わる循環器内科、小児循環器科、放射線科、獣医、検査技師や研究者が参加する、世界的に最も権威のある学会の一つである、「アメリカ心エコー図学会」。

第36回学術集会がアメリカ、テネシー州のナッシュビルで昨年の9月5～7日にかけて開催された。アメリカ心エコー図学会創立50周年という記念すべき年の開催ということもあり、世界中から計3000人を超える多くの発表者や展示者が参加し集会を盛り上げた。日本国内からも計20人弱の循環器内科、小児循環器科、検査技師が参加した。

今回、私は「ShowCASE」というセッションのファイナリスト5人のうちの1人として選出され学術集会に招待された。このセッションは、アメリカ心エコー図学会が監修する雑誌の一つである「CASE」に掲載された2024年の論文から年間のベスト5が選出され、学術集会で口頭発表を行うというものである。

私の発表した論文は「Mushroom-Shaped Right Ventricular Outflow Tract Aneurysm May Provide an Early Clue in Pediatric Arrhythmogenic Right Ventricular Cardiomyopathy」という題名で、1年間に2000回以上ダウンロードされ、内容も含めてご評価いただき、今回の選出に至ったとのことであった。このセッションはただの口頭発表だけでなく、質疑応答の内容も加味し、観覧者が投票を行い、5人の特別審査員による最終投票の結果を併せて順位を決定する、いわゆる「競争」であった。優勝者には賞金に加えトロフィーが、準優勝、3位の人にも賞金が別途用意されるということもあり、準備には熱が入った。



左から3番目が筆者。セッション終了後の記念撮影（発表者+審査員）。

発表は学術集会初日の朝一発目のセッションであった。午前11時開始であったが、大きな会場には立ち見が出るほどの観客で賑わっていた。以前、英語での口頭発表の機会をいただいていたこともあり、前回ほどの緊張感もなく、普通では味わえない「世界と戦う」貴重な機会を楽しむことができた。つかみから順調な出だしで、終始予定したプレゼンを行うことができた。質疑応答の最初の質問で意図が読めずに聞き返した一幕があったが、それ以外に関しては予想通りの質問であり、適当な解答ができた感触であった。5人の中で唯一日本から参加しており、その他の発表者は皆アメリカ人というアウェイではあったが、論文の内容には自信があったので、胸を張ってプレゼンを終えることができた。

30分程度の審査・集計の後、結果は「第2位：準優勝」であった。

観客の投票は第2位であり、おそらく審査員5人の投票でそれを逆転する評価には至れなかったようである。しかし、唯一の日本人としては誇れる結果であると信じている。何より、貴重な経験ができたこと、また、準優勝の賞金を頂けた事が何よりの自分への報酬であった（約22万円、渡航費がギリギリ賄える程度…）。

長野こども病院から2年間の留学援助をいただき、それがきっかけで今回の学術集会のファイナリストになるまでの機会を得ることができた。病院の関係者含め、留学中にお世話になった方々にも、今回の結果を持って感謝の気持ちが伝えられれば幸いである。



ここにお届けする本

ここのお届けする本 藤井 義之

今回の「ここにお届けする本」として、谷川俊太郎さんの詩集『すてきなひとりぼっち』をご紹介したいと思います。日々を生きる私たちがふと立ち止まり、自分自身と静かに向き合うための、やわらかく、あたたかい詩が詰まった一冊です。

生きていると、誰しも孤独や不安に出会います。避けることのできない思いや出来事に心が揺れ動くこともあると思います。しかし筆者は、孤独を否定するのではなく、「ひとり」であることの奥に潜む自由や静けさ、そしてその時間が私たちの心を育ててくれることを、ささやくように語りかけます。

ひとりでいる時間を探れず、むしろ大切に抱きしめるとき、私たちは他人とより誠実につながることができ、自分をより深く知ることができるのかもしれません。

この詩集に登場するひとと言ひには、慌ただしい日々の中でも、自分の呼吸や感情にそっと耳を澄ませようとする人へのやさしいエールが込められています。孤独は決して寂しさだけではなく、次の一步を踏み出すための静かな余白でもあるのだと気づかされます。

私たちの心に小さな灯りをともすことを願って、ご紹介させていただきました。



「すてきなひとりぼっち」

●作：谷川 俊太郎

保育士だより 大阪万博とつながる！キッズアートプロジェクト

8月8日、大阪万博会場と全国の病院・施設をオンラインで結んで行われた「キッズアートプロジェクト！」が開催されました。

我が病院は1病棟プレイルームと北4階病棟プレイルームで行われました。

プレイルームに入ると机上に用意されている木材やタイルに興味津々！最初は何を作ろうか迷っていたこども達も、いざ手に取ってみるとボンドや紙粘土やペン等を使ってあれよあれよという間に素敵な作品を作りあげていきました。

俳優の鈴木杏さんが見本として作って来てくださった怪獣に目を奪われているこども達がたくさんいました。

大きな画面に映し出される他会場の皆さんの作品を見て拍手を送り合う姿や、自分の作品をたくさんの皆さんに説明して見せているこども達の姿はとても微笑ましく、また逞しくもありました。

万博会場の様子も知ることができ、こども達の楽しそうな笑顔もたくさん見る事ができました。 貴重な体験、ありがとうございました。

(丸山 恵)



View

～イラスト & 解説 by 浦野 結衣菜～

こんにちは、病棟保育士の浦野結衣菜です。
寒い冬の足音がだんだん近づいてきましたね。
今回は年内最後のコーナーということで、来年の干支「午」(馬)とクリスマスをテーマに描きました。
馬が足につけて歩く蹄鉄をクリスマスリース風にアレンジしてみました。
蹄鉄は幸運を呼ぶと言われており、U字の形が幸せを受け止めてくれるそうです。
みなさんにも素敵な幸せが訪れますように…



タイトル：「ともに」 鉛筆 色鉛筆

編集後記

しろくまニュースレター第100号を、無事に皆さまへお届けできました。2004年の創刊から20年余り、形を変えながらも途切れることなく発行を続けられたのは、読者の皆さんに支えていただいたおかげです。改めて心より感謝申し上げます。

今号では、創生期を担った小木曾先生の回想、長年表紙を彩ってくださった大畠先生のインタビュー、病院祭やボランティア活動、そして「この人に聞く」第59回の宮入副院長の特集など、しろくまニュースレターの“これまで”と“いま”が凝縮された内容となりました。特に、当院の日常を彩る人や景色が、どれも変わらず温かく、読みながら自然と背すじが伸びるような思いがしました。

創刊号から受け継がれてきた「人の姿を伝える」姿勢、そして読者の皆さんに親しみを感じてもらえる紙面づくり。この100号は、歴代編集委員の思いが積み重なった、一つの節目のように感じています。しかし、“100号”は同時に新しいスタートでもあります。

これからも、病院で働く人々の声や、地域に寄り添う日々の取り組みを、やわらかく、時にユーモアも交えてお届けしていきたいと思います。次の100号に向けて、しろくまニュースレターは歩みを続けます。今後ともどうぞ温かく見守っていただければ幸いです。

編集委員長 高見澤 滋

長野県立こども病院 外来医師担当表

2025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
整形外科	午前 酒井 典子		松原 光宏 酒井 典子	松原 光宏	松原 光宏 酒井 典子(リハ装具)
	午後 酒井 典子	高橋 淳(第2) 大場 悠己(第3)	松原 光宏 酒井 典子	酒井 典子(リハ装具)	
小児外科	午前 好沢 克 笠井 智子 高見澤 滋 ヘルニア外来		好沢 克		
	午後	高見澤 滋	好沢 克	笠井 智子	
眼科	午前 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
	午後 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
総合小児科	午前 南 希成 村井 健美	樋口 司	樋口 司(第2・3・4) 村井 健美	樋口 司(第1) 南 希成 (PM4時~5時予防接種相談) ^{※2}	樋口 司
	午後 頭痛外来(第2・4) 南 希成 (PM4時~5時予防接種相談) ^{※2}	樋口 司	樋口 司(ワクチン接種) 村井 健美(ワクチン接種)	南 希成 (PM4時~5時予防接種相談) ^{※2}	
アレルギー科	午前 伊藤 靖典				伊藤 靖典 徳永 舞
	午後 伊藤 靖典 徳永 舞	伊藤 靖典			徳永 舞
血液腫瘍科 膠原病・免疫不全外来	午前		丸山 悠太(第2・4)(膠原病・免疫不全)		
	午後 師川 紘一(自己血)		坂下 一夫(第1)(移行医療支援)		
循環器小児科 (内科・外科)	午前 小沼 武司(外科) 小嶋 愛(外科)	武井 黄太(内科) 大日方春香(内科)	小沼 武司(外科) 小嶋 愛(外科)	赤澤 陽平(内科) 沼田 隆佑(内科) 瀧谷 悠馬(内科)(第1・2・4)	赤澤 陽平(内科)
	午後 瀧間 浄宏(内科)	赤澤 陽平(内科) 沼田 隆佑(内科) 米原 恒介(内科)	瀧間 浄宏(内科)	武井 黄太(内科)(第1・2・4) 瀧谷 悠馬(内科)(第1・2・4) 大日方春香(内科)(第2・3) 米原 恒介(内科)(第1・3・4)	武井 黄太(内科) 米原 恒介(内科) 瀧谷 悠馬(内科)
循環器小児科	午前	大熊ゆか里(第2・4)(成人先天心外来)			
放射線科	午後				瀧間 浄宏(第2・3)(移行医療支援)
リハビリテーション科	午前		小岩井慶一郎		
神経小児科	午後				リハビリ装具 ^{※3}
皮膚科	午前		稻葉 雄二(第4)		
午後					御子柴飛鳥(第2・4)
脳神経外科	午前 宮入 洋祐 千葉 晃裕	宮入 洋祐 千葉 晃裕		重田 裕明	
	午後 宮入 洋祐 千葉 晃裕	宮入 洋祐		重田 裕明 宮入 洋祐	
泌尿器科 皮膚・排泄ケア外来	午前 市野みどり 井川 靖彦		市野みどり 鈴木 智敬	市野みどり 鈴木 智敬	
	午後 市野みどり 鈴木 智敬		市野みどり		
神経小児科	午前 本林 光雄	大澤 由寛	西岡 誠 青柳 誠 坂口 哲 本林 哲	大澤 由寛(第1・3) 福山 康平(第2・4) 西岡 誠 坂口 哲 本林 哲	大多尾早紀 本林 光雄
	午後 本林 光雄 青柳 墾	本林 光雄 大澤 由寛 西岡 墾	大澤 由寛 大多尾早紀	青柳 墾 坂口 友理	大多尾早紀 本林 光雄
小児外科	午前				高見澤 滋(腎瘻・中心静脈栄養外来)
新生児科	午後				高見澤 滋(腎瘻・中心静脈栄養外来)
	午前 小田 新	柳沢 俊光(第1・3) 杉本 美紀(第2・4)	小川 亮 小川 亮	廣間 武彦 廣間 武彦	龜井 良哉 龜井 良哉
形成外科	午前 野口 昌彦 土屋 彩 秋元 祉人	一之瀬優子	野口 昌彦	一之瀬優子	永井 史緒 矢口貴一郎
	午後 野口 昌彦 土屋 彩		野口 昌彦	野口 昌彦	野口 昌彦 土屋 彩 矢口貴一郎 永井 史緒
内分泌代謝科	午前	長崎 啓祐	中村千鶴子(第2)	竹内 浩一(第3) 長崎 啓祐(第1・2・4)	中村千鶴子
	午後	長崎 啓祐 中村千鶴子	中村千鶴子(第3) 竹内 浩一(第1・2・4)	竹内 浩一(第3) 長崎 啓祐(第1・2・4) 中村千鶴子(第2・4)	
総合小児科	午前	藤井 克則 大森 敦雄(第1)(腎臓)	中山 佳子(第3)(消化器)		
	午後				
麻酔科	午前	スタッフ			
遺伝科	午後				
	午前	武田 良淳	武田 良淳	武田 良淳	武田 良淳
耳鼻咽喉科	午後 古庄 知己(第3) 武田 良淳(第1・2・4)	武田 良淳	武田 良淳 高野 亨子(第4)	武田 良淳 高野 亨子(第1・2)	武田 良淳
循環器小児科 胎児心臓外来	午前 佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子
	午後 佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子
産科／成育女性外来	午前	スタッフ 助産師外来	スタッフ	スタッフ 助産師外来	スタッフ
	午後	スタッフ 助産師外来	スタッフ	スタッフ いちご外来	スタッフ 助産師外来
母性内科	午前				
	午後 長崎 啓祐 中村千鶴子				
血液腫瘍科	午前 坂下 一夫	坂下 一夫	坂下 一夫	坂下 一夫	
リハビリテーション科	午後 坂下 一夫		坂下 一夫	坂下 一夫	
	午前 五味 優子	三澤 由佳	三澤 由佳	中嶋 英子 村田マサ子	五味 優子
発達心療科 ^{※1}	午後 三澤 由佳	三澤 由佳	三澤 由佳		三澤 由佳
	午前	山田 慎二(初診)	山田 慎二(初診)	山田 慎二	山田 慎二
	午後			山田 慎二	

※1 発達心療科については、紹介元医療機関から療育支援部にお問い合わせください。

※2 長野県予防接種センター相談 ※3 リハビリ装具は整形外科酒井医師の診察となります。

★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

文字が小さく見にくい方は
こちらから閲覧できます



予約専用電話 ★受診には、原則として
予約が必要です。
0263-73-5300