

ナニージャ

発行元 徳島県立中央病院広報委員会

県中的情報源



ER棟(南館) 内視鏡センターのご紹介

内視鏡センター長
高橋 幸志

当院内視鏡センターは、昨年のER棟(南館)のオープンに伴い、本館から2階に移設され、機能が大幅に拡充されました。より快適で安心な医療サービスを患者さんに提供できる環境が整いました。

内視鏡センターは、本館2階から渡り廊下を渡ってすぐ目の前にあります。

この渡り廊下には患者さんから寄付いただいたゴッホの陶板画が飾られており、思わず足を止めて見入ってしまいます。美しい絵画を楽しみながら、リラックスした気持ちで向かうことができます。

新しい内視鏡センターには、内視鏡室(CF・GF)が4つ、透視室(ERCPやBF)が2つ設置されており、同時に複数の検査が可能です。これにより、検査・治療の待ち時間の短縮が期待されます。

さらに、前処置室とリカバリー室も広く明るい空間に生まれ変わり、車イスでの移動もスムーズに行えるように設計されています。トイレの数も6個から10個に増え、患者さんが快適に過ごせるよう配慮されています。

当内視鏡センターでは、消化器内科や呼吸器内科の専門医が揃い、経験豊富な看護スタッフがサポートしています。最新の内視鏡技術を駆使して、正確な診断と迅速な治療を提供し、患者さんに安心して検査を受けていただけるよう努めています。

最後に、当内視鏡センターの充実した設備と医療の提供体制は、四国でもトップクラスであります。一人ひとりの患者さんに寄り添い、質の高い医療をお届けできるよう努めてまいります。



◀検査室

▼透視室



▲前処置室



▲リカバリー室



▲トイレ



ゲーム、おすすめの1本 早 洩 修

この記事では私がおすすめするゲームを一本取り上げ、その魅力を深く掘り下げてお伝えします。魅力を伝えるための最小限のネタバレがある点をご容赦ください。

デトロイト: ビカム ヒューマン



映画好きの人。
映画の主人公
になって自分で物語
を選択したい人。



※画像はイメージです

おすすめのゲーム3本目は「デトロイト」で、今まで紹介したものと一風変わったゲームです。舞台は西暦2038年のアメリカで、この近未来ではアンドロイド(ロボット)産業が活況し、人間とそっくりなアンドロイドが生活の隅々まで活躍する世界となっています。例を挙げると、家庭用の家政婦型アンドロイドは、すべての家事をこなすのは当然のことながら、子どもの教育や夜間の防犯機能なども搭載しており、一般の家電製品として店頭販売されています。また工事現場のような危険な仕事はアンドロイドにとって代わっており、昼夜問わず24時間働かせることが可能です。他にもアンドロイドによる警察官や性風俗までもが登場し、人の命令に忠実に従うアンドロイドは、まさに物質的豊かさを体現した夢の世界と言えるものです。しかし一方で、一部の人はアンドロイドに職を奪われたことでアンドロイドを敵対視したり、便利になったがゆえに薬物やアルコールに溺れたり、隷属するアンドロイドに対してDV(ドメスティックバイオレンス)を働いたり、人々の心が本当に幸せになったとは言いがたく、ゲームとは思えないリアリティや人間の闇を感じさせます。

物語はアメリカのデトロイト市を舞台にスタートします。ゲームの主人公は3人のアンドロイドで、プレイヤーは彼らの目線でアンドロイドを操作し、様々なイベントや事件を通じて、無数の選択肢を選びながら自分自身で物語を組み立てていきます。例えば、主人公のアンドロイドが子どものために宿を確保するシーンでは、プレイヤーは選択を迫られます。廃車になった狭い車の中に泊まるか、危険な雰囲気のある空き家に泊まるか、強盗やスリを犯して得たお金で安全なホテルに泊まるか。そして選んだ選択肢がその後の展開に影響を与え、選択を積み重ねた結果、全米を巻き込む大事件に関わっていくことになります。このゲームの最も面白い点は、本物さながらの美しいビジュアルの登場人物を操作し、プレイヤー自身が物語を選択することで結末が変わる

ところで、まるでハリウッド映画を自分自身でプレイしている感覚を味わうことができます。

もう一つ、私が個人的に面白いと感じたのは、人間に忠実で感情を持たないアンドロイドですが、それを操作するのが心を持った「私たち=人間」というチグハグな関係にあるところです。時には人から理不尽な要求をされ、ある時には非情な判断を下さなければならないこともあり、人として心の葛藤を抱えることになるでしょう。映画やアニメに登場するアンドロイドやAIは、人類の敵として描かれることが多い(例えば映画「ターミネーター」)ですが、このゲームではアンドロイドの眼を通じて人間のエゴや感情に触れることで、人の愚かさ、傲慢さ、不完全さを垣間見ることができ、理不尽な行動をとる人が敵のように見え、逆にアンドロイドは純朴な人のようで親近感をいただくこともあり、人の在り方を改めて考えさせられます。

ゲームのプレイ環境は、プレイステーションとパソコンのみで、任天堂のハード(Switchなど)ではプレイできません。ゲームの内容に興味がある方は、youtubeなどで第1話の「人質」を試しに見てみることをお勧めします(デトロイト、人質で動画検索)。

タイトル: Detroit: Become Human

ジャンル: アクションアドベンチャーゲーム

プレイ人数: 1人(オンライン要素はほぼなし)

ゲーム難易度: 初級~中級

総プレイ時間: 10~20時間

対応機種: PlayStation 4、Epic Game Store、Steam、

価格: 4,290円(税込み)

PlayStation plus エクストラ加入者は無料でダウンロード可

対象年齢: 17歳以上(CERO D)

発売日: 2018年5月25日

制作会社: クアンティック・ドリーム

豆知識: このゲームでは、実際の俳優がモーションキャプチャーという技術を使って演じることで、俳優の細やかな動きから顔の表情まで精密に描写でき、そのおかげでアンドロイドが本物の人と見間違えるほど繊細に描かれている。しかも主人公のアンドロイドを演じた3人の俳優(ブライアン・デッカー、ジェシー・ウィリアムズ、ヴァロリー・カー)は、作中のアンドロイドと瓜二つであり、実在する俳優をそのままゲーム内に登場させている。

ゲーム内でプレイヤーが選んだ選択肢は、ビッグデータとして製作者サイドに残る仕様になっているのだが、興味深いデータがある。主人公のアンドロイドが逃亡する最中、他人が落とした遠距離パスのチケットを拾うシーンがあり、プレイヤーは逃亡するためにチケットを盗むか、落とし主に返すかを選ぶことになる。欧米のプレイヤーは半数近くがチケットを盗んだのに対し、日本のプレイヤーの85%がチケットを返す選択をしたのである。製作者は、日本人は思いやりが高く平和的な解決法を好む傾向があると報告している。

*開示すべき利益相反(COI)なし

ゲームの紹介文の掲載についてメーカーより許諾済



心理学の道具箱

公認心理士

海面 敬

こんにちは。公認心理師の海面です。秋の気配が感じられる時期となりました。皆さん体調はお変わりありませんか？環境に変化があると、体調や気分も違いますよね。

そこで、今回は、日々の生活の中にあるストレスを知ってみること、そして、心をメンテナンスするための知識をお届けしていきたいと思います。皆さんのメンタルヘルスの維持にお役に立てれば幸いです。

まずは、ストレスについて1つの角度から、アメリカのHolmes (ホームズ) 達が1968年に発表した社会的再適応評価尺度をご紹介します。

結婚に対するストレスを50点として、それを基準に0～100点の範囲でストレスに対して再適応に必要なエネルギー量を表しています。いわば、ストレスの点数ですね。結婚自体がストレスと思った人、そういう点数ではないですよ！

1年間に合計300点を超えた人のうち、79%が翌年に何らかの身体疾患を訴えたそうです。ただ、ずいぶん昔の研究ですし、アメリカなので少しピンとこないかもしれません。

その後、日本では夏目誠さん達が、働いている人のストレスを図式化したものを発表しています。これだと皆さんピンときませんか？(主婦や学生の表もあります)

いかがでしたか？

点数化すると、ストレスに気がつきやすくなるかもしれません。ご自身の体を休めるためのヒントと

思ってみてはどうでしょうか？心理学の道具箱シリーズでは、こころをメンテナンスするための知識や方法等をご紹介しますとおもいます。

順位	出来事	ストレス値	順位	出来事	ストレス値
1	配偶者の死	100	23	子どもが家を離れる	29
2	離婚	73	24	親戚とのトラブル	29
3	夫婦の別居	65	25	輝かしい成功・業績	28
4	留置所・刑務所入り	63	26	配偶者の転職や離職	26
5	親密な家族の死	63	27	就業・卒業・退学	26
6	自分のケガや病気・障害	53	28	生活上の変化	25
7	結婚	50	29	習慣の変化	24
8	解雇	47	30	上司とのトラブル	23
9	夫婦の和解	45	31	労働時間・条件の変化	20
10	退職	45	32	転居	20
11	家族の病気	44	33	転校	20
12	妊娠	40	34	趣味やレジャーの変化	19
13	性の悩み	39	35	宗教活動の変化	19
14	新しい家族が増える	39	36	社会活動の変化	18
15	転職	39	37	1万ドル以下の借金	17
16	経済状態の変化	38	38	睡眠習慣の変化	16
17	親友の死	37	39	家族だんらんの回数の変化	15
18	職場の配置転換	36	40	食習慣の変化	15
19	夫婦ゲンカ	35	41	長期休暇	13
20	1万ドル以上の借金	31	42	クリスマス	12
21	担保・貸付金の損失	30	43	軽度な違反行為	11
22	職場での責任の変化	29			

Holmes 1968 社会的再適応評価尺度

順位	ストレッサー	全平均	性別		年齢別				
			男性	女性	～19歳	20歳～	30歳～	40歳～	50歳～
1	配偶者の死	83	83	82	82	85	84	80	78
2	会社の倒産	74	74	74	72	72	75	77	78
3	親族の死	73	71	78	74	72	77	72	73
4	離婚	72	72	72	75	74	71	70	67
5	夫婦の別居	67	67	69	67	67	70	67	68
6	会社を変わる	64	64	62	61	61	66	67	70
7	自分の病気や怪我	62	61	67	63	60	64	63	65
8	多忙による心身の疲労	62	61	67	62	61	64	62	59
9	300万円以上の借金	61	60	65	70	63	59	56	59
10	仕事上のミス	61	60	65	70	63	59	56	59
11	転職	61	61	61	57	57	65	66	64
12	単身赴任	60	60	60	61	59	61	62	61
13	左遷	60	60	59	61	56	62	62	64
14	家族の健康や行動の大きな変化	59	58	63	57	57	63	61	59
15	会社の建て直し	59	59	58	54	55	61	66	64
16	友人の死	59	58	63	70	65	55	50	50
17	会社が吸収合併される	59	59	58	55	55	61	65	65
18	収入の減少	58	58	57	57	55	61	59	60
19	人事異動	58	58	57	57	55	61	59	60
20	労働条件の大きな変化	55	54	56	53	52	56	58	54
21	配置転換	54	54	55	48	49	57	60	58
22	同僚との人間関係	53	52	57	55	51	57	52	53
23	法律的トラブル	52	52	51	53	49	56	54	54
24	300万円以下の借金	51	51	55	63	53	50	47	49
25	上司とのトラブル	51	51	50	52	48	55	53	50
26	挨拶に伴う配置転換	51	51	52	49	47	54	55	54
27	息子や娘が家を離れる	50	50	50	51	49	52	52	52
28	結婚	50	50	50	50	50	50	50	50

夏目誠 2008 精神神経学雑誌 110巻3号 出来事のストレス評価





研修医が主役

初期研修医 宮本 賢三

ナニージャをご覧の皆様はじめまして。初期研修医1年目の宮本賢三と申します。4月より当院で研修を開始させていただいております。5か月がたちやっとな業務に慣れつつある頃です。まだまだ至らない点だらけで皆様にご迷惑をおかけしていますが、少しでも早く皆様の力になれますよう精進して参ります。

皆様に少しでも私を知っていただくために自己紹介をさせていただきます。私は徳島の吉野川市で生まれ育ちました。中学からは実家から徳島市内まで通学し、大学卒業までの12年間は片道1時間の通学を毎日しておりました。そのため朝は得意で、今もなおその頃とライフスタイルを変えずに頑張っています。現在は業務の準備や勉強などで朝の時間を使っていますが、慣れてきて余裕が出てくるとお弁当作りをしてみたいと思います。恥ずかしながら長い実家暮らしで食事の準備も手伝い程度しかしておりませんでしたので、健康のためにも料理を頑張りたいと考えています。まず

は“おいしい卵焼き”を目指して奮闘中です。いずれ自分の大好きな和食を作れるようになりたいです。

本題の研修生活ですが、初めてと失敗の連続です。知らなかったことや知っていても実際に見たり、自分で行うのは初めてなことなどばかりです。また、失敗すると医療従事者として大きな責任を感じ落ち込むことも多いです。しかし、それらが自身の経験となり、皆様に安心して安全な医療を提供することにつながると考えると、前を向き学びたいと立ち上がることができます。毎日が新鮮で学びある充実した研修生活になっていると感じます。この大切な研修生活を送ることができているのは各科先生方や他の医療従事者の方々はもちろんですが、なによりも患者様やご家族の皆様のご協力があってこそと実感しております。いつもご協力いただき本当にありがとうございます。早く医療従事者として皆様のお役に立てるように日々努力していく所存です。今後ともよろしく願いいたします。



研修医が主役

初期研修医 徳田 進之介

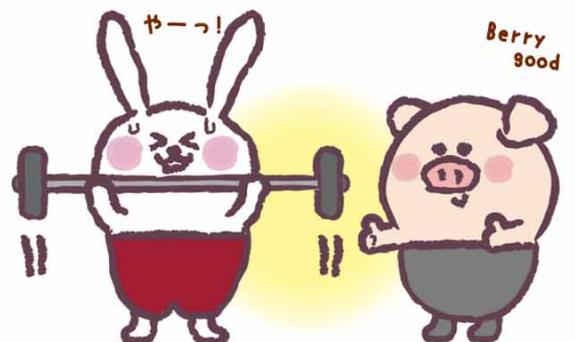
こんにちは。研修医2年目の徳田進之介と申します。研修医として徳島県立中央病院で働き始めて早くも1年が過ぎました。まだまだ未熟な点が多く日々、己の未熟さを痛感しています。また、そろそろ将来進む診療科を決めなければなりません、9月時点でも悩んでおり焦るばかりです。

1年間の研修を振り返ると、どの診療科の先生方も親切にご指導して下さり非常に有意義な研修医生活でした。また、他職種との関わりも多くあり、色々な視点から患者さんの問題に対するアプローチを検討することができました。これらは徳島県立中央病院の教育体制が充実しているからこそだと実感しています。

そんな私の私生活ですが、家でガラガラしてばかりです。小学3年から高校1年までサッカーをしていましたが、以降は定期的な運動はほとんど無く、ガリガリに痩せています。男3人兄弟の長男なのですが、腕

相撲で弟達に惨敗し、これでは駄目だと思い昨年末にネット通販で懸垂マシンを買いましたが、今では物干しになってしまっています。どなたか筋トレの継続のコツを知っている方がいらしたらどうかアドバイスをお願い致します。

文字数としては少なくなりましたが、執筆時点で原稿の締め切りを1ヶ月近く過ぎていること、空いたスペースはいい感じのイラストで誤魔化して下さるとのことで、締めくりとさせていただきます。拙文ではありますが、最後まで読んでいただきありがとうございます。残り半年の研修もよろしく願い致します。



知っておくと役立つ社会保障制度

～特定医療費(指定難病)助成制度～

特定医療費助成制度をご存じでしょうか？国が指定する難病（以下指定難病）と診断された患者さんが、医療費自己負担の軽減を受けることができる支援制度です。

指定難病とは、原因が不明で治療法が確立しておらず、長期間にわたって生活に支障をきたす病気を指します。この制度は、指定難病患者さんの経済的負担を軽くし、安心して治療を受けられるようにすることを目的としています。

この制度の助成を受けるには、指定難病の診断を受ける必要があります。指定難病は341種類あります。また、一定の重症度基準を満たす必要があります（ただし、重症度の基準を満たさない場合でも高額な治療を行っている場合は軽症かつ高額対象として助成を受けることができます。）。

主治医に確認し、指定難病助成制度の対象に該当するようであれば、患者支援センターへ手続き方法について相談してみましょう。

手続き

必要書類（申請書、臨床調査個人票、同意書など所定の様式があります）を作成し、所轄の保健所へ申請します。必要書類は患者支援センターでお渡しできます。



助成の対象

◎対象となる医療・介護の内容

1. 診察
2. 薬剤の支給
3. 医学的処置、手術及びその他の治療
4. 療養上の管理及びその治療に伴う世話その他看護
5. 病院又は診療所への入院及びその療養に伴う世話その他看護
6. 訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導等の医療系サービス
7. 介護療養施設、介護医療院の入所

※留意事項

医療費助成の対象となる医療(特定医療)とは、あくまで、支給認定を受けた指定難病患者に対し、都道府県の指定を受けた指定医療機関が行う医療であり、支給認定を受けた指定難病及び当該指定難病に付随して発生する傷病に関する医療をいいます。指定難病と関係しない医療については、対象となりません。

自己負担

階層区分	階層区分の基準 (カッコ内の数字は、夫婦2人世帯の場合における年収の目安)		自己負担上限額(月額)			患者負担割合 (医療費の総額に対する自己負担の割合)
			一般	高額かつ長期 ^{※1}	人工呼吸等装着者	
生活保護	—		0円	0円	0円	0円
低所得Ⅰ	市町村民税非課税	本人年収80万円未満	2,500円	2,500円	1,000円	2割 ^{※2}
低所得Ⅱ		本人年収80万円以上	5,000円	5,000円		
一般所得Ⅰ	市町村民税課税あり 7万1千円未満 (約160万円～約370万円)		10,000円	5,000円		
一般所得Ⅱ	市町村民税課税あり 7万1千円以上 (約370万円～約810万円)		20,000円	10,000円		
上位所得	市町村民税課税あり 25万1千円以上 (約810万円～)		30,000円	20,000円		
入院時の食費			全額自己負担			

※1…「高額かつ長期」とは、高額な治療を長期にわたり継続しなければならない方（月ごとの指定難病にかかる医療の総額が5万円を超える月が年間6回以上ある方）。

※2…公的保険による患者負担割合が3割の方は、指定難病にかかる医療費に限り2割になります。なお、既に患者負担割合が1割ないし2割の方はそのまま変わりません。

指定難病の一部

パーキンソン病 多発性硬化症 全身性エリテマトーデス 潰瘍性大腸炎 後縦靭帯骨化症 クローン病
脊髄小脳変性症 重症筋無力症 特発性大腿骨頭壊死 特発性間質性肺炎 特発性血小板減少性紫斑病
再生不良性貧血 サルコイドーシス 筋萎縮性側索硬化症 筋ジストロフィー など

マイナ保険証で

スマート医療 はじめませんか？



令和6年12月2日から

現行の健康保険証は発行されなくなります

診療・薬剤 情報の共有

過去の診療履歴や薬剤情報、特定健診情報などを、マイナ保険証を通じて医療機関と簡単に共有することができます。これにより、医師がより正確な治療や処方を行えるため、安心して医療を受けることが可能です。

限度額認定 手続き不要

マイナ保険証を使えば、高額療養費の限度額認定の手続きを別途行う必要がありません。医療費が高額になっても、医療機関窓口での支払いが限度額を超えずに済むため、負担が軽減されます。

医療費控除 が簡単申請

マイナポータルを利用すれば、医療費控除の申請も簡単に行えます。領収書を集めて整理する手間が省け、確定申告の際に便利です。



あなたの声ポスト

ご意見

電話がつながりません。改善していただけますようお願いいたします。

回答

なかなか電話につながらず、ご迷惑をおかけし、誠に申し訳ありません。4月以降こうした状況が続いていることは病院としても把握しており、5月からは電話交換のスタッフを増やしたところです。引き続き改善に向けて努力して参りますので、ご理解賜りますようお願いいたします。

ご意見

小学生の面会を認めていただけるとありがたい。

回答

ご意見ありがとうございます。現在コロナ感染症は一時期に比べると減少していますが、未だ発症者がみられる状況であり、これを院内に持ち込まないために、面会におきましては厳しめの対応をお願いしているところです。

現在の面会条件は、感染対策ができる年齢として中学生以上と決めさせていただいておりますが、コロナの状況をみながら検討をすすめているところです。

入院患者様の安全安心な療養環境を保つため、当院の感染対策に引き続きご協力を賜りますようお願い申し上げます。



編集後記

今年の夏は今までで一番暑かった。来年も同じことを言うと思うが、本当に暑い。連日、危険レベル警報。

ただ、ありがたいこともあった、圧倒的暑さの影響なのか定かではないが、『蚊』をほとんどみることはなかった。虫に対する苦手意識はないが、蚊だけは本当に苦手である。寝ている時に耳元で『ぷ〜ん』と羽音を聞かされると、心の深淵から嫌悪の塊が溢れ出してくる。

それが全くなかっただけでも今年の夏は、良い夏だったといえる。でも、涼しくなってきたら湧き出てくるんだろうか…。

広報委員会 有馬