

# ~ 緑ヶ丘中学校の皆さんからシトラスリポンアートをいただきました ~



(関連記事 4P)

### 目次

- P2 臓器提供意思表示について
- P3 意思表示の方法
- P4 医療機関へのエールをいただきました
- P5 冬のおすすめレシピ
- P6 新医師臨床研修制度 ~地域医療研修~
- P6 外来診療担当医表

## 臓器提供意思表示について

臨床工学技士 主任、院内臓器移植コーディネーター 長谷部 義行

毎年 10 月は、厚生労働省が定めた『臓器移植普及推進月間』として、全国各地で臓器移植に対する認知と理解が進むように普及啓発活動が行われています。今年の 10 月 も全国各地で臓器移植普及啓発活動が行われました。

臓器移植法が施行されたのは 1997 年 10 月 16 日。毎年この日は『グリーンリボンデー』と称し、家族や大切な人と「いのち」のことを話し合い、お互いの臓器提供に関する意思を確認する記念日となっています。"グリーンリボン"は世界的な移植医療のシンボルマークです。

この機会に臓器移植・臓器提供意思表示について考えてみてはいかがでしょうか。

現在、国内で臓器移植を必要としている患者(日本臓器移植ネットワークに登録している方)は約 1 万 5 千人います。しかし、臓器移植を受けられるのは年間でわずか  $2\sim3\%$ (数百人)程度です。世界の国々と比較しても、100 万人に対する臓器提供者の割合は、アメリカやヨーロッパ諸外国では  $10\sim40$  人程、それに対して日本は 1 人にも満たない 0.8 人程のようです。そのためか日本は移植に関して、"移植後進国"といわれているそうです。

移植医療は、臓器等を提供していただける方がいてこそ成り立つ医療です。臓器等の提供は、脳死後・心停止後の死後に提供することができ、自分が最期を迎えた時に 移植を必要としている方の命を救うことができるかもしれません。

#### 【臓器提供意思表示カード】

(表)

臓器提供意思表示カード

「原生労働省・(公社)日本臓器移植ネットワーク

「ドナー情報用全国共通連絡先 0120-22-0149

臓器移植に関するお問い合わせ先:(公社)日本臓器移植ネットワーク
フリーダイヤル 0120-78-1069 https://www.jotnw.or.jp

《 1. 2. 3. いずれかの番号を○で囲んでください。》

- 1. 私は、<u>脳死後及び心臓が停止した死後のいずれでも</u>、移植の為に 臓器を提供します。
- 2. 私は、心臓が停止した死後に限り、移植の為に臓器を提供します。
- 3. 私は、臓器を提供しません。
- 《 1 又は 2 を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。》 【 心臓・肺・肝臓・腎臓・膵臓・小腸・眼球 】

〔特記欄:

署	名	年	月	8	:	年	月	8
本	人署	名	(自	筆)	:			
<b>*</b>	佐里	BA	(白	盆`				



# 意思表示の方法

# YES でも NO でもいい。 あなたの意思を表示しましょう。

意思表示の方法は大きく分けて3つの方法があります。

- ① 臓器提供意思表示カードへの記入
- ② 健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードへの記入
- ③ インターネットによる登録 (日本臓器移植ネットワークのホームページにて)



この方法をご存知の方も多いかと思いますが、実際に意思表示されている方は少ないのではないでしょうか。

臓器を提供する・提供しない、どちらも本人の意思も尊重されます。また、その意思は何度でも変更することができ、生前の意思を伝えることができるとても重要なものです。言い換えれば、遺言書と同等の役割を果たすものかもしれません。

この機会にお持ちの健康保険証や運転免許証等の裏を見て、記入してみてはいかがでしょうか。移植・臓器提供等についての詳しい情報は、日本臓器移植ネットワークのホームページをご覧ください。





【グリーンリボン】

【グリーンリボンのキャラクター:ハーティ】

## 医療機関へのエールをいただきました

### \*飯田市立緑ヶ丘中学校様より\*

10月30日、緑ヶ丘中学校生徒会の皆さんからシトラスリボンアートを寄贈していただきました。

シトラスリボンとは、新型コロナウイルス感染症に関する差別や偏見の防止を目 的とする「シトラスリボンプロジェクト」のシンボルです。

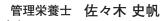
今回寄贈していただいたアートは文化祭での全校制作であり、コロナによる差別 や偏見をなくそうと水引でシトラスリボン作りに挑戦し、生徒会スローガンと文化 祭テーマである「虹」の文字を作ったというお話でした。

生徒の皆さんひとりひとりの手作りのシトラスリボンと一緒に、医療従事者への メッセージが添えられています。励みになる温かいアートを寄贈していただきあり がとうございました。





## 冬のおすすめレシピ



厳しい寒さを感じる季節となりました。今回は『沢煮椀』という汁物を紹介します。 沢煮椀とは具沢山の汁物で、沢煮の「沢」は"たくさん"という意味と"さわやか" という意味があります。色々な野菜を千切りにして入れ、仕上げにコショウを振るの が特徴で、さっぱりとした味付けとなっています。豚の背脂を使うのが一般的ですが、 代わりにベーコンを加えてコクと旨味をプラスしました。

冬が旬とされるごぼうや大根、人参を使って温まりましょう。

# 

#### 材料(2人分)

ベーコン 1枚

• 大根 30 g

• 人参 20 g } A

椎茸 1枚

ごぼう 15 g

• 出汁 340 g

酒 小さじ 2

塩 小さじ 1/8

• 醤油 小さじ 1/2

三つ葉 8 g

・ コショウ 少々



#### 作り方

- 1. ごぼうはささがきにし水に漬けておく。
- 2. 人参、大根、椎茸は5cmほどの千切り、 ベーコンは繊維に沿って長さ7~8cmの千切りにする。
- 3. 三つ葉は 5 cmにそろえて切る。
- 4. 鍋に出汁、酒を入れ沸騰させ A を加え軟らかくなるまで火を通す。
- 5. 塩、醤油で味を調え、三つ葉を加えてコショウをし、火を止める。

エネルギー:70kcal たんぱく質:2.8 g 炭水化物:5.1g 食物繊維:1.5 g カルシウム:22mg ビタミン C:8mg カリウム:304mg 脂質:4.0 g

## 新医師臨床研修制度 ~地域医療研修~

新医師臨床研修制度は、より良い医師の育成と、研修医の勤務環境の整備などを主目的として発足した制度です。当院では制度の滑り出しから地域医療の研修を積極的に受け入れてきました。

今回は11月に研修を終えた先生の感想をご紹介します。

### ~地域医療研修を終えて~

飯田市立病院 初期研修医 掛川 恭吾 先生

飯田市立病院初期研修医の掛川恭吾と申します。初期研修医には 4 週間以上の地域医療研修が義務付けられており、輝山会記念病院で地域医療研修をさせていただきました。診療所での診察や訪問診療を通して、急性期病院である飯田市立病院での研修とは違った経験ができました。飯田市立病院では疾患の知識や手術手技など医学的なことを学ぶ研修が中心でしたが、輝山会記念病院の研修では退院調整や社会サービスなど医療の社会的な側面を学ぶことができました。本研修の経験を活かして、疾患だけでなく患者さんの生活背景を意識した診療が行えるように努めて参りたいと思います。

また訪問診療を通して、飯田地域についてより深く知れたことも地域医療研修の良い点でした。飯田に移り住んで2年目になりますが、コロナ禍ということもあり宿舎と病院を往復するばかりの毎日で、飯田の魅力を知ることなく時間が過ぎてしまいました。移動中の車内から見える紅葉やたわわに実った柿の木、りんごの木を見て、これまで自分が飯田の魅力をなにも知らなかったことにハッとさせられました。

慣れない環境でしたが、先生方やスタッフの方々にご指導いただき無事に研修を終えることができました。心から感謝申し上げます。

### 外来診療担当医表

※ 令和3年12月1日現在

診療科目	診察時間	月	火	水	木	金	土	日
		原修	露久保 辰夫	原修	前本 勝利	前本 勝利	原修	
総合外来	9:00 ~ 12:00	前本 勝利	土屋 公威	露久保 辰夫	下平 隆寛	露久保 辰夫	仁科 裕之	
(外科・内科)		下平 隆寛	下平 隆寛				下平 隆寛	
	16:00 ~ 18:00	平井 敦	仁科 裕之	下平 隆寛	平井 敦	原修		
リハビリ科	9:00 ~ 12:00			清水 康裕 近藤 和泉(月1回)	(交代制)			
摂食嚥下	14:00 ~ 17:00			(交代制)				
義肢装具	13:30 ~ 16:00				(交代制)			
古ケガス んご イバ	9:00 ~ 12:00							(隔週)
整形外科	14:00 ~ 16:00							(隔週)
女性外来 (予約制)	9:00 ~ 12:00	足立 立子						
CAPD	9:00 ~ 12:00				原修			
泌尿器	9:00 ~ 12:00						河合 憲康 水野 健太郎 中根 明宏 (交代制)	
循環器	9:00 ~ 12:00							(交代制) [第 2 · 4 週]