青森県立中央病院通信
ふれあい
Aomori Prefectural Central Hospital
題字は廣田院長
令和8年
11月発行
第6号

熊本地震で船舶活用医療の体制づくりに参加しました

青森県立中央病院 災害対策室長　小笠原 賢



令和8年熊本地震への支援として、当院は8月と9月の2回、熊本県へ医療チームを派遣しました。活動の場は、八代港に停泊した大型フェリー「はくおうⅡ」。船舶活用医療に関する法律に基づく新たな枠組みを、実災害で運用する日本初の取り組みで、私は医療統括を担当しました。

要請を受けたのは、私が理事を務めるNPOの現地支援を終え、熊本から青森に帰るために空港へ向かう途中でした。内閣府から電話があり、「今どこにいます？、防衛省が熊本へ船を向かわせているので、船内で医療統括を担ってほしい」とのことでした。

しかし青森に帰る日から当直予定で、その週は大きなロボット手術を数件予定していたことと、九州には大型台風が接近し、船が停泊できるか不透明ということで、その日はいったん青森に戻って仕事をさせてもらい、その後県病でチームを編成し再び熊本へ向かいました。



よく船でどんな治療をしたの？とか聞かれますが、それは災害の本質ではありません。今回の活動で最初に必要だったのは、「船で何を、誰がどのように行うか」を決めることでした。船舶には、災害の規模や地域の被災の酷さにより、患者を避難させる、医療拠点となる、入浴や宿泊等生活を支えるなど、使い方が考えられ、正解はありません。大切なのは、その地域で、その時に必要とされる役割を見極めることです。現地では、多くの医療機関が診療を再開していました。その段階で船内の無料診療を広げれば、患者さんが船に集まり、地域医療の回復を妨げるおそれがあります。そこで、必要な初期評価や急変時の対応を行い、地域の医療機関へ確実につなぐことを基本としました。

立ち上げ時は情報が乏しく、何をすべきか、誰に連絡すべきか、どうやって情報を共有するかを整理するところからの出発でした。医療関係者、地域住民、ひとりひとりが船舶での医療へのイメージが全く異なるため、混乱することが懸念されました。活動の「目的・目標・方針」を明文化し、関係省庁、県、医療救護班、自衛隊、船会社などと活動内容の認識を共有しました。役割分担、勤務体制、患者さんの動線、薬剤・資機材、記録様式や書類、掲示物、申し送りの仕組みまで、一つずつ整えました。運営の仕組みをつくるという意味では、病院をゼロから立ち上げるような仕事でした。





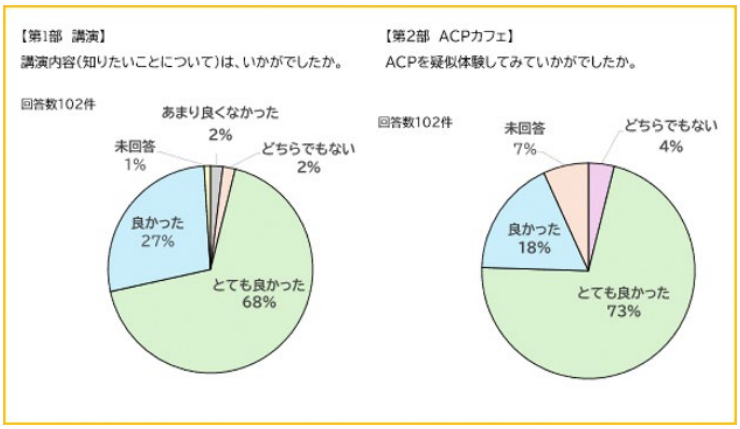
「何人診たか」だけでは、この活動の意義は測れません。被災地に必要な支援を定め、多くの組織が同じ方針で安全に活動できる体制を築くことが、今回の医療統括の核心でした。この経験を、青森県の災害への備えや人材育成に生かしていきたいと考えています。

ACP第1回けんみん公開講座を開催しました



令和8年6月6日、ワラッセにおいて『ACPけんみん公開講座』を開催しました。高校生ボランティア38名を含む109名が参加されました。第1部講演「大切にしたいこと～医療者と話し合うコツ～」では、廣田和美院長の体験を基に、ACPとは、なぜACPが必要なのか、人生の最終段階における医療者・ケアの話し合いの事例紹介等の講話がありました。

第2部「ACPカフェ」では、特別養護老人ホーム三思園、勝田三思園の高橋進一さん、阿部一樹さんより介護施設でのACPの取り組み紹介と『**どせばいいカード**』を使用したグループワークが行われ、高校生、高齢者皆がACPの疑似体験をすることができました。



ACP（アドバンス・ケア・プランニング）

信頼関係のある医療・ケアチーム等（介護施設、在宅医療チームを含みます。）の支援を受けながら、本人の健康状態や今後の生き方、さらには今後受けたい医療・ケアについて考え、将来の心づもりについて家族等と話し合うことです。

高校生ボランティアは、会場づくり、資料やお菓子、お飲み物を準備したり、来場者の受付、案内を行うなど大活躍でした。一般参加の方たちからは、普段高校生とは話し合うことがないテーマで、じっくり話し合うことができたと好評を得ていました。





どせばいいカードとは
もしばなカードの津軽弁版

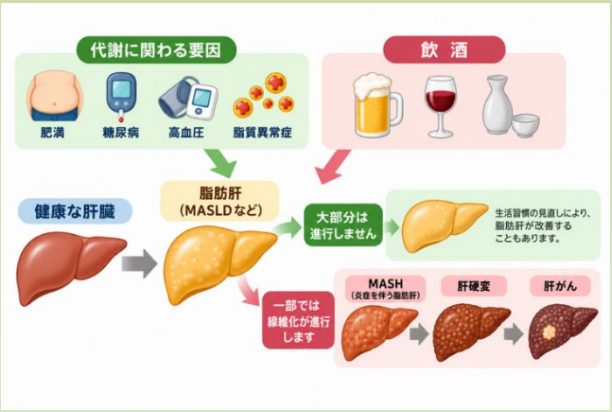
人生の最期にどうありたいか、大切にしたい価値観や「死」について楽しく気軽に語り、カードを通じて考え、分かち合うカードゲームです。

「脂肪肝」といわれたら　～肝臓からのサインを健康づくりのきっかけに～

健康診断や人間ドックで「脂肪肝があります」と言われたことはありませんか。脂肪肝は決して珍しいものではなく、健診を受ける方のおよそ4人に1人にみられるとされています。しかし、症状がないことも多いため、「少し太っているから仕方がない」「肝機能の数値は正常だから大丈夫」と、そのままにしている方も少なくありません。

脂肪肝の原因は「肥満」だけではありません

脂肪肝とは、肝臓に脂肪が過剰にたまった状態です。肥満や糖尿病、高血圧、脂質異常症などの代謝異常を背景とする脂肪性肝疾患は、現在**「MASLD（マッスルド：代謝機能障害関連脂肪性肝疾患）」**と呼ばれており、健診などでみつかる脂肪肝の多くが**MASLD**に該当します。
一方、脂肪肝の原因として忘れてはいけないのが「お酒」です。アルコールの摂取によっても肝臓に脂肪がたまります。また、肥満などの代謝異常と飲酒の両方が肝臓に影響している方もいます。



脂肪肝でも「肝機能正常」のことがあります

脂肪肝があるからといって、すべての方に肝機能障害がみられるわけではありません。超音波検査で脂肪肝を指摘されても、**AST**や**ALT**が正常範囲内の方もいます。

一方で、「血液検査が正常だから肝臓には問題がない」とも言い切れません。脂肪肝のある方すべてが将来重い肝臓病になるわけではありませんが、一部の方では「線維化」と呼ばれる傷あとが蓄積して肝臓が硬くなり、さらに進行すると肝硬変や肝がんを発症することがあります。

大切なのは肝臓の「線維化」

そのため、脂肪肝を診るうえでは、単に脂肪が「あるか、ないか」だけでなく、肝臓の線維化が進んでいないかを評価することが重要です。
その簡便な方法の一つが**「FIB-4 index（フィブ・フォー・インデックス）」**です。年齢と通常の血液検査（**AST**、**ALT**、血小板数）から計算でき、肝線維化が進んでいる可能性を知る手がかりになります。
さらに当院では、**FibroScan（フィブロスキャン）**、超音波エラストグラフィ、**MRI**を用いた**MRエラストグラフィ（MRE）**によって肝臓の「硬さ」を測定し、より詳しく肝線維化を評価することができます。線維化が進んでいる可能性がある場合には、専門医による詳しい評価や適切な経過観察・治療につなげていきます。

脂肪肝を「健康を見直すきっかけ」に

脂肪肝、特に**MASLD**は、肝臓だけの問題ではありません。糖尿病、高血圧、脂質異常症などと深く関係し、心筋梗塞や脳梗塞などの心血管疾患とも関連しています。**MASLD**の方の約3割が糖尿病を合併しており、血糖値が正常より高い状態なども含めると、糖代謝の異常はさらに多くの方に認められます。
MASLDの治療の基本は、食生活の改善と運動です。特に体重が多い方では、適切な食事と運動によって体重を減らすことで、肝臓にたまった脂肪を減らし、肝臓の炎症や線維化の改善も期待できます。
そこで、健診で「脂肪肝」と言われたことを、ご自身の健康を見直すきっかけにしてみてはいかがでしょうか。適正な体重を目指し、食生活や運動習慣、飲酒量を見直すことは、脂肪肝の改善だけでなく、糖尿病、高血圧、脂質異常症などの予防や改善、さらには心筋梗塞や脳梗塞などの心血管疾患を予防するうえでも大切です。

「脂肪肝」を単なる健診結果の一項目で終わらせず、肝臓から届いたサインとして、ご自身のからだ全体の健康を考えるきっかけにしていただければと思います。

医療情報部からのお知らせ

電子カルテシステム更新等に伴う休診及び診療制限について

より安全で質の高い医療を提供するため、当院の電子カルテシステムを更新し、つくしが丘病院との共同利用を開始します。

電子カルテシステムは、診療記録や検査結果、お薬の情報などを管理し、安全な医療を支える重要なシステムです。今回の更新では、システムの安全性や機能性の向上を図り、今後も安定した医療サービスを提供できる環境を整備します。

システム更新（切替作業）に伴い、休診および診療の一部制限を実施いたします。患者さんやご家族の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

12 月 18 日（金）の外来診療は休診です

休診・診療制限のお知らせ

外来休診日	12月18日(金)
救命センター診療制限	12月17日(木)17時～21日(月)8時

※救命センターは、切替作業のため、患者さんの受け入れを制限します
（救急搬送患者のみの受け入れとなります）

通常診療再開	12月21日(月)8時～ 新システムで開始



診療予約について

新システムへの移行後も安全で円滑な診療を行うため、一部の診療科で予約枠を調整しています。

予約が取りにくい場合や、予約日時の変更をお願いする場合があります。

患者さんへのお願い

切替期間中は通常どおりの診療体制を維持できないため、一部の診療や患者さんの受け入れを制限します。

ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

これからも安全で安定した医療を提供するための大切な取り組みです。

患者さんやご家族の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。