



国立健康危機管理研究機構
国立国府台医療センター

National Kohnodai Medical Center

国府台

発行人 〒272-8516 千葉県市川市国府台1-7-1
国立健康危機管理研究機構
国立国府台医療センター 院長 山田 和彦
TEL:047(372)3501 FAX:047(372)1858

2026. 1月

第56号



[国立国府台医療センター]

国府台医療センターの理念

国立国府台医療センターは、最善の総合医療を提供し、疾病の克服と健康の増進を通じて社会に貢献します。

基本方針

- 地域の皆さまと信頼関係を築きながら、安心できる質の高い医療を提供します。
- 患者さんの気持ちに寄り添い、安全で連携のとれたチーム医療を実践します。
- こころの健康を支え、子どもから大人まで安心して相談できる体制を整備します。
- 災害や感染症にも対応できる、地域医療の拠点としての役割を確実に果たします。
- 診療と研究をつなげ、先進的で専門的な医療を提供します。
- 思いやりと知識を兼ね備えた次代の医療を担う人材の育成を推進します。

目次

◇新院長のご挨拶	2
◇地域医療連携施設のご紹介	3
◇令和7年度 国府台病院祭開催報告	4～5
◇第23回日本機能性食品医用学会を 開催しました	6
◇消化器・肝臓内科が市民公開講座を 開催しました！	6
◇おうちでできる肝炎体操紹介	7
◇栄養一口メモ	8
◇編集だより	8

新院長のご挨拶

国立国府台医療センターは、明治初期の教導団兵学病室に礎石の端を発し、前身の国立国際医療研究センターを経て、令和7年4月の国立健康危機管理研究機構（JIHS）の創設に伴い、名称を国立国府台医療センターに変更して新たなスタートを切りました。写真は明治時代から本日に至るまでの病院です。

国立国府台医療センターでは、さまざまな疾患に対してチームワークを重視しながら診療に取り組んでおります。地域で治療を行い、地域にお戻しすることを目指して、日々の診療にあたっています。また、地域の病院やクリニックとの連携も大切にしており、精神科・児童精神科・心療内科など、子どもから大人までの「こころの健康」にも力を入れている病院です。

2025年10月より国立国府台医療センターの院長職を拝命いたしました。今後とも、地域の皆様に信頼される医療機関として、職員一同、誠心誠意努めてまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

国府台医療センター 院長 山田 和彦



病院の変遷



明治時代



昭和16年



昭和56年



令和7年

地域医療連携施設のご紹介

やまが在宅クリニック院長の山賀亮之介と申します。地域の方々が、住み慣れた家で大切な人や物に囲まれて過ごせる様に、という想いで2022年11月に開業致しました。

私の専門は老年医学という、高齢者を包括的に診療する科になります。老年病科の教室を有する大学は全国医学部の4分の1程度と少数派の科でございますが、「病だけでなく人そのものを診る」事を志す科に属し、高齢者を身体的・心理的・社会的と包括的にサポートすべく、主に大学病院で研鑽を積んで参りました。その後、隣の船橋市で在宅医療を学ぶ機会を得て、今度は自身が生活する場である市川の方々の力になれたらと願っての開業でした。

開業してからあっと言う間の3年間でしたが、幸いスタッフ、各事業所の方々、そして医療機関の方々に恵まれ、少しずつ自身の想いを体現する診療所が形になってまいりました。特に国立国府台医療センターの皆様には、患者さんのご紹介・受け入れなど、いつも丁寧にそして親身にご対応下さり、日々感謝の気持ちで一杯で

やまが在宅クリニック 院長 山賀 亮之介

す。地域医療に従事する私達にとって有難く、何より患者様やご家族にとっても大変心強く、心より感謝申し上げます。

また、妻が、水曜日に貴院の耳鼻科外来を担当させていただき、併せて御礼申し上げます。

私達の願うところは、「市川の地に住まう人々が、心身とも安寧に生活し、そして穏やかに迎える事が出来る」、そんな居心地の良い地域になって欲しいということであり、そこに微力ではございますが少しでもお手伝いできたら大変嬉しく存じます。

まだまだ私自身も当診療所も未熟であり、至らない点も多くあるかと存じます。今後の成長の為にも、ご遠慮なくどうぞご一喝・ご指導を頂けましたら幸いです。今後とも、どうぞよろしくお願い申し上げます。

住所：〒272-0034 市川市市川1-15-21-1階
TEL：047-324-1122 FAX：047-324-1133
メール：info@yamaga-zaitaku.clinic



令和7年度 国府台病院祭開催報告

去る10月18日（土）当院におきまして令和7年度 国府台病院祭を開催いたしました。

天候にも恵まれ、地域住民の皆様をはじめ、大変多くの方にご来場いただき、大盛況のうちに終了いたしました。心より感謝申し上げます。

病院をより身近に感じていただくことを目指し、昨年より趣向を凝らした様々な催しを実施いたしました。

● 外科ラボ（手術体験）

医師の指導のもと、医療器具を使った手術縫合体験、内視鏡シミュレーション、AED など、普段は触れることのできない「手術」の一部を体験していただきました。真剣な眼差しで取り組む参加者の皆様の姿が印象的でした。



● 健康相談

医師、薬剤師、管理栄養士による体の悩み、日頃の生活習慣に関するアドバイスをを行い、「自分の健康を考える良い機会になった」と好評を博しました。



● 白衣で写真撮影

白衣を着用して、医師・看護師になりきっての記念撮影が行われました。特に小さなお子様に大人気で、将来の夢を語る笑顔が溢れていました。



● 市民公開講座

当院の副院長・内分泌代謝内科診療科長 柳内医師を演者に迎え、「フレイルを予防して健康寿命の延伸を」テーマに講演いたしました。専門的な内容を分かりやすく解説し、質疑応答の時間では参加者からの熱心な質問が相次ぎました。



● アンサンブル国府台

病院祭の最後を飾る職員による演奏会。心地よい音色共に会場が温かい音楽で包まれました。



他にも、身長・体重等の測定や放射線科探検ツアー、輪投げ、特殊消防車両展示など盛りだくさんの催し物



この度の病院祭の成功は、ご来場いただいた皆様をはじめ、ご協力くださったすべての関係者の皆様のおかげです。来年もさらに充実した企画を用意して皆様をお迎えしたいと存じますので、ぜひご期待ください。

第23回日本機能性食品医用学会を開催しました

このたび、第23回日本機能性食品医用学会を、本院の講義室および肝炎・免疫センター会議室を会場として開催いたしました。本学会は、機能性食品に関する基礎的および応用的研究を、医学の視点から幅広く議論する全国規模の学術集会です。食品成分の機能解析や作用機序、安全性評価、ヒトを対象とした検証研究などを中心に、医学・薬学・栄養学をはじめとする多様な分野の専門家が参加しました。今回は新潟から九州まで全国各地より多くの参加者を迎え、機能性食品の科学的根拠や評価方法、研究デザインの課題、今後の研究の広がりについて、活発な発表と意見交換が行われました。終始和やかな雰囲気の中で、分野を越えた交流が深められたことは、本学会の大きな成果であったと感じております。

本学会では、本院レジデントの阿部勇樹先生が研究発表を行いました。本研究は2型糖尿病患者を対象とし、初診時に記入された食行動質問表の各項目と、その後5年間にわたる血糖管理の推移との関連を解析したものです。その結果、血糖コントロールの改善に寄与し、かつ行動変容を促しやすい食行動が明らかとなりました。代謝学的な側面に加え、心理学的な観点からも考察を行うことで、より実践的で継続しやすい食生活指導につながる可能性が示されています。これらの研究成果は、日常

消化器・肝臓内科が市民公開講座を開催しました！

9月20日（土）市川グランドホテルにて、消化器・肝臓内科/肝炎情報センター/日本消化器病学会関東支部共催で市民公開講座を開催（世話人 考藤達哉 肝炎情報センター長）し、140名を超える市民の皆さまにご参加いただきました。

講演では、B型・C型肝炎の正しい理解や、脂肪肝の予防と改善に役立つ食生活、肝がんの早期発見とラジオ波焼灼療法、ピロリ菌除菌後の胃カメラ検査の重要性、膵がんのリスク因子と必要な検査について、専門医がわかりやすく解説しました。

参加者は、講演前・休憩中に体組成検査や肝



消化器・肝臓内科 / 肝炎情報センター

硬度測定を体験後、管理栄養士・理学療法士から栄養・運動相談を、また講演後には、演者が参加者と個別に相談を行い、自身の健康状態を数値で確認し、生活習慣改善の意識を高める機会となりました。

本講座で紹介した栄養・運動指導、肝炎ウイルス/超音波検査、胃・胆膵内視鏡検査などを通じ、「おなかのがん」の予防・早期発見を、経験豊富なスタッフが丁寧にサポートします。健康にご不安・気になる症状があるかたは、いつでも当センターにご相談くださいますと幸いです。



副院長 柳内 秀勝

おうちでできる肝炎体操紹介

リハビリテーション科



リハビリテーション科 おうちでできる肝炎体操紹介



1. 肝炎体操とは

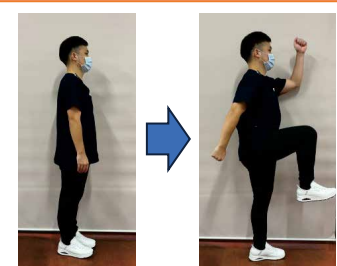
脂肪肝の改善・予防、サルコペニア（筋肉の衰え）の予防につながる運動プログラムです。
また運動を行うことは、日常生活に必要な筋力維持・向上につながるため、とても大切です。



2. 肝炎体操をやってみよう！

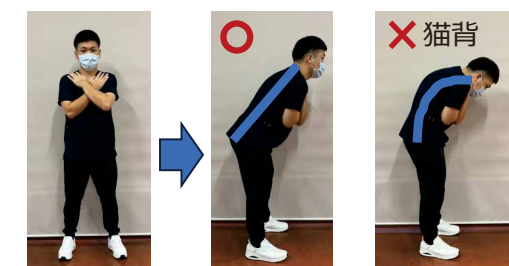
○良い姿勢 ×悪い姿勢

①ウォーミングアップ 足踏み



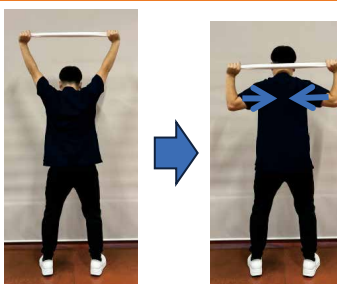
大きく腕を振る

②お辞儀



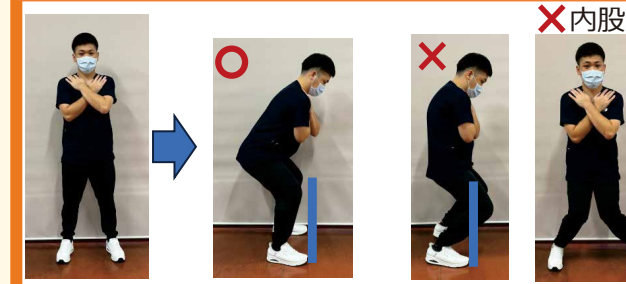
下を向かず、目線は前！
初めは無理をしないで軽いお辞儀程度に

③タオルを使って



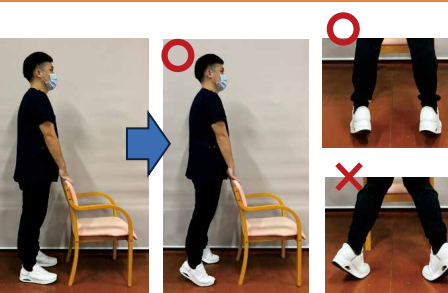
肩甲骨を内側に引き寄せる

④スクワット



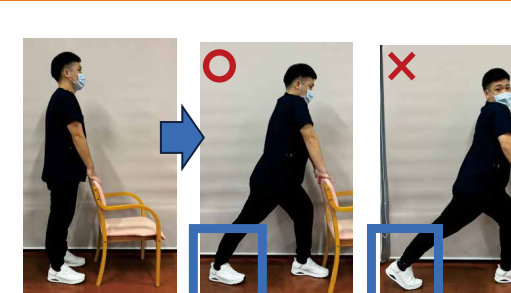
難しければ椅子から立ち上がるのでも可
膝はつま先よりも前に出さない

⑤つま先立ち



かかとをまっすぐ上げる

⑥ふくらはぎのストレッチ



反動は付けず、かかととは浮かせない

※回数は目標10～20回ですが、無理をしないで自分に合った回数で行いましょう



今回のテーマ ～おでんについて～



寒い季節に食べたくなるおでん！今回はおでんについてお話ししていきたいと思います。

皆さんは2月22日がおでんの日というのはご存じでしょうか。熱々のおでんを食べるときに、息を吹き掛けて冷ます音「ふ～ふ～ふ（日本記念日協会認定）」が由来のようです。スープの出汁や具材は各地域で異なり、具材に名産を使うなど、個性豊かな「おでん」が日本全国にはあるようです。

北海道エリア

ふきやわらびなどの山菜、つぶ貝やほたてなどの貝類が入るのが特徴。

東北エリア

煮込みおでん、田楽も広範囲で食される地域。具には山菜類、貝類が入るのが特徴。青森市周辺では、煮込みおでんに生姜みそだれを付けていただく。

関東エリア

代表的な具は、練りもののはんぺん、すじ、つみれ、小麦粉に塩と水を加えこね棒状にしたちくわぶ。つゆの色も濃いことが特徴。

中部エリア

黒はんぺんと真っ黒な汁、具に青のりや魚粉を振りかけるとい特徴の静岡、みそ煮込み・みそ田楽・が共存する愛知、ねぎだれが特徴の飯田、赤巻・車麩などの具が特徴の富山や金沢など、多種多様なおでんがある。

関西エリア

汁が薄い色の「関西風」と、かつお節としょ

うゆで煮込む昔ながらの「関東煮」が共存する大阪。京都の具材は豆腐類、京野菜、ぎんなんなど。おでんを生姜しょうゆをつけて食べる「姫路おでん」もある。

中国・四国エリア

2種のつけだれが特徴の高松おでん、葉物や貝類などの特徴の松江のおでん、秋祭りの定番メニューでもあった呉風おでんなどがある。

九州・沖縄エリア

九州は鶏からとったコクのある出汁に、九州特有の甘いしょうゆで味付けされたおでんが特徴。博多では「餃子巻」が有名。都城はもやしとキャベツが入ったヘルシーなおでん、鹿児島は豚肉と麦みそで作るつゆが特徴。沖縄はかつおベースのつゆに、豚足やウインナー、青菜が入っているのが特徴。

おでんを食べる時に注意したいのが食塩のとりすぎです。おでんの汁やはんぺん、つみれ等の練り製品には食塩が多く含まれています。食塩のとりすぎは高血圧となり、心臓や脳の病気を引き起こすリスクがあります。汁は飲まない、練り製品は食べすぎない等、食塩をとりすぎない工夫をしてみてください。

出典：農林水産省「寒い冬にもってこい！
おでんを学んで楽しもう！」
いらすとや

編集だより

今回の表紙：国府台医療センター

編集部

小寒を過ぎ、いよいよ寒さが本格的になってまいりました。
一月は別名「睦月（むつき）」とも呼ばれます

その由来は、正月に親戚一同が集まり、仲睦まじく宴を囲む「睦み月（むつみつき）」が転じたものだそうです。こうした古き良き言葉の響きに触れると、誰かと寄り添い、支え合って生きることの大切さを改めて教えられている気がいたします。

暖かな部屋で家族団らんを楽しむ時間は、単なる休息以上に私たちの心身を解きほぐしてくれる「最高の特効薬」かもしれません。

