

岩手医科大学看護学部宣誓式



主な内容

- 特集—— 学生が選ぶベストティーチャー
- トピックス—— クウェート大使がいわてこどもケアセンターを来訪しました
- 令和4（2022）年度決算
- 令和5（2023）年度予算
- 募金状況報告
- フリーページ—— すこやかスポット医学講座No.111
「睡眠障害の対処法
～睡眠障害かなと思ったらこの対処法を参考に実践～」
- 表紙写真：保護者出席のもと行われた看護学部宣誓式（関連記事P.11）

特集

学生が選ぶ ベストティーチャー

本学では、学生に対し授業アンケートを全ての科目に対し実施しています。令和4年度の各学部及び教養教育センターの総合評価が高かった教員に授業の秘訣を伺いましたのでご紹介します。

授業アンケート

本学では、教育の合理的・効率的実施と教育環境の経時的・合目的改善と外部評価に耐えうる教育の自主的評価の確立を目的に、全学部学生を対象とした授業アンケートを実施しています。アンケートの内容は学部ごとに異なりますが、全科目5段階評価で10程度の設問を用意しています。結果は事務局が取りまとめ、講義担当者にフィードバックし、講義担当者は今後の改善点を報告し、全教員がその情報を共有できる体制を整えています。

ベストティーチャー紹介

令和4年度授業アンケートの結果、医・歯・薬・看護学部及び教養教育センターにおけるベストティーチャー（総合評価が1番高い教員）が決定しました。各ベストティーチャーに授業の秘訣を伺いましたのでご紹介します。

医学部



黒田 英克 特任教授
(内科学講座 消化器内科分野)

Q 担当科目を教えてください。

肝腫瘍に関する系統講義

Q ベストティーチャーに選ばれたお気持ちは？

大変光栄に感じております。教育時間確保のために診療をバックアップしてくれている医員、そして何より立派な医師になるために学びたいという学生のおかげだと思います。

Q ズバリ、ベストティーチャーの秘訣は？

講義・実習指導は学生に寄り添うものでありたいという思いから、自身の理想とする医療、仕事への責任、命を救える・人の役に立てる充実感等を伝えるよう心掛けています。また、肝臓の患者さんが発癌してから治療・再発を繰り返し、生涯を閉じられるまでの臨床過程について「ストーリー化」して解説するようにしています。さらに、洗練された医療画像とまとめのスライドを多用し、ポイントを絞った解説を行うように心掛けています。

Q 学生に向けてメッセージ

医師に求められる医学的知識は増え続け、医学教育は体系的・効率的なものに再編されています。国家試験対策を念頭においた網羅的医学知識の習得は重要ですが、目指す医師像というアウトカムを明確にして学生個々のモチベーションを高め、動機に適切に働きかける必要があると思いますので、今まで以上に学生さん皆さんのためになる講義を追求していきます。

学生からの声

- 大事なところをまとめてもらえていたのがとてもわかりやすいなと感じた
- 分類が非常に分かりやすく、小括を入れてくださるため重要な点が分かりやすかった
- 手術映像も多くみせてくださったので肝臓の癌治療に興味をもった



石河 太知 教授
(微生物学講座 分子微生物学分野)

Q 担当科目を教えてください。

第2学年以降の各学年における微生物学・免疫学

Q ベストティーチャーに選ばれたお気持ちは？

授業アンケート評価が高いことは非常に嬉しく思います。しかしながら、学生に教授内容がきちんと伝わっているかは別問題だと考えております。この結果に満足することなく、学生が微生物学や免疫学についてしっかりと理解し、自己学習が出来るよう今後もサポートしたいと思います。

Q ズバリ、ベストティーチャーの秘訣は？

講義を受けている学生が興味を持ってくれるよう意識しております。興味を持ってもらうために、分かりやすい言葉を使うことと、資料は見やすく、簡潔にまとめることを意識して準備しています。また、初めに覚えるべきところとそうでない部分の線引きをしっかりと心がけています。こうして苦手意識をなくすことで、学生自ら知識を増やしてくれることを期待しております。

Q 学生に向けてメッセージ

授業アンケートでの高評価ありがとうございます。歯科医師になった後、患者さんにきちんと病気の原因・治療法について説明できるよう、これからも微生物学・免疫学と一緒に学んでいきましょう。

学生からの声

- とてもわかりやすく説明してくださるので、勉強がしやすい
- 講義資料が美しくまとまっているので勉強の意欲が出た
- 先生のおかげで微生物に興味を持てた



杉山 晶規 教授
(医療薬科学講座 衛生化学分野)

Q 担当科目を教えてください。

- ・ 2年生：食品衛生学、環境衛生学
- ・ 3年生：保健衛生学、毒性学、放射化学
- ・ 4年生：実践衛生薬学
- ・ 5年生：薬学特論（衛生・分析・動態）
- ・ 6年生：総合講義、総合演習

Q ベストティーチャーに選ばれたお気持ちは？

率直に嬉しいです。学生さんに、自分の講義が受け入れられ、また、こちらの意図するところが伝わり理解してもらっている証拠だと思っています。時間をかけて準備している努力が報われている気がします。

Q ズバリ、ベストティーチャーの秘訣は？

秘訣かどうか分かりませんが、「分かりやすい」というコメントをよくいただくので、学習すべき内容を学生目線でとらえてみるのが役立っていると思います。自分が学生だったら、こう説明して欲しいのではないかと考え、講義の準備をしています。また、講義中は、難しい言葉を優しい言葉に言い換える、身近なものに

たとえば話すなどを心がけ、少しでも興味を持ってもらえる様に、学生の理解のスピードに合わせて話しています。

Q 学生に向けてメッセージ

高評価を頂きありがとうございます。理解ができれば、知識は定着しやすいですね。皆さんの実力引き出すのが私の役目と思っていますので、定着した知識を存分に活用して、更に実力をのばして下さい。期待しています。

学生からの声

- 授業を行い、課題にすぐ取り組むという流れは知識の定着に役立つのでとても良かった
- 配布されるレジュメに工夫がされていてポイントをおさえやすかった
- 国試に直結するような実験でイメージしやすくなった



野里 同 准教授
(地域包括ケア講座)

Q 担当科目を教えてください。

老年看護学に関する科目、看護研究など

Q ベストティーチャーに選ばれたお気持ちは？

これまで授業で工夫していた内容が学生に評価してもらえたのかなと感じています。今後も学生が少しでも授業に興味・関心をもち、看護実践能力を身に付けることができるように努力していきたいと思っています。

Q ズバリ、ベストティーチャーの秘訣は？

知識詰め込みではなく、理解・応用・創造レベルを扱う授業になるように工夫しています。また、学年に応じて学ぶ責任を委譲していき、教員がペースメーカーから援助要請に応じる伴走車になっていくように心掛けています。そして、附属病院で勤務していた際に諸先輩方から教えていただいた知識・技術・態度（看護師としての心構え）を伝えていくことも大切にしています。

Q 学生に向けてメッセージ

まだまだ私は教員経験が浅く、諸先生方からのご助言や研修会からの学びをもとに試行錯誤しながら教えているのが本音です。これからも学生の皆さん（卒業生含む）と共に考え、共に学び、共に育つことができるよう一緒に頑張っていきましょう！

学生からの声

- 講義資料が見やすく、大事な部分が分かりやすかった
- Slido*を用いた講義がとても良い。やる気が出る！
※Q&Aやライブ投票など、双方向コミュニケーション機能を提供するwebサービス



中島 理 教授
(化学科)

Q 担当科目を教えてください。

- ・ベーシック化学（1年生 医・歯・薬・看護学部）
- ・基礎化学（1年生 薬学部）
- ・専門課程への化学（1年生 医学部）分担担当
- ・化学実習（1年生 医・歯・薬学部）共同担当

Q ベストティーチャーに選ばれたお気持ちは？

「教養教育センター・学生による授業の評価」の結果が高評価であったことは幸甚ではあるものの、ベストティーチャーの講義が、受講学生にとって必ずしも有益かつ必要十分な講義であるとは限らない、と私は考えているため、今後も更なる案出を重ね、良質な講義が提供できるように努めることを意識しています。

Q ズバリ、ベストティーチャーの秘訣は？

講義実施上、私は以下の3つについて主に心掛けています。

1) 講義中は常に受講学生の様子に注意を払い、解説方法、資料表示方法または話法などを適切に変転させる。2) 履修済の講義内容を受講学生全員が確実に理解している、という前提で講義を進行するのではなく、関連教科の内容も含めた復習を組み込んだ講義構成とする（解説中に「～は理解している筈なので～」という言い方は使用しない）。3) 高レベルかつ難解な事項について解説する際には、直喩法を駆使し身近な事象に擬して簡潔に解説する。

Q 学生に向けてメッセージ

授業アンケートで高評価を頂き、ありがとうございました。私は学生の皆さんが学問に真摯に向き合い、国家試験に合格することのみならず「実力」を身に付け卒業することを切望しています。能動的学修の須要を常に念頭に置き、修学に励むことを期待します。

学生からの声

- スライドの文字の色を変えたり、具体例を挙げて説明をしてくださったりなど、学生が理解をしやすい工夫を沢山されていた
- 大事なところをしっかりと教えてくれたのでポイントがおさえやすかった

永年勤続者表彰式が行われました

5月9日（火）、大堀記念講堂において、永年勤続表彰式が行われました。本年度の表彰者は勤続30年の方が51名（写真上段）、勤続20年の方が45名（写真下段）でした。式典では、小川理事長から勤続30年代表の脳神経外科学講座 別府高明教授と勤続20年代表の東6階B病棟 高橋郁恵看護師長に表彰状と記念品が授与され、式辞が述べられました。これを受けて、看護部長室田村ヤス子副看護部長（勤続30年）が謝辞を述べ、式典終了後に壇上にて記念撮影を行いました。



勤続 30 年

青木 慎也	川村 志津子	佐々木 幸子	高橋 静子	田村 千華	畑 文子	村山 裕孝	山本 忠之
阿部 祥子	京屋 さおり	佐藤 志緒	高橋 朋子	田村 美帆	濱野 佳子	山本 薫	山本 知子
阿部 直樹	久慈 博司	佐藤 由美	高橋 弘江	田村 ヤス子	早川 信	山田 純子	山屋 文枝
荒木 関花	古水 香子	柴田 祐二	高橋 瑞穂	塚原 麻里	早川 勸	山田 範幸	計 51 名
大久保 敬子	齋藤 寿子	澁谷 幸子	高橋 洋子	中花 恵理子	別府 高明	山田 友紀	(所属・敬称略、五十音順)
川崎 かおる	齋藤 優子	高木 良江	武田 恵理子	中村 静子	松岡 るみ子	山館 優子	
	坂井 栄子	高橋 恵美	館野 修子	野田 真喜子	村上 咲織	山本 純子	



勤続 20 年

奥 由美子	小上 康之	佐々木 文恵	高橋 沙江子	田中 奈美	廣瀬 匡司	柳澤 佳寿枝
小田 貴子	小林 正和	佐藤 敬子	高橋 量子	千葉 岳	松岡 陽子	山田 ありさ
小野 純平	齊藤 真奈美	佐藤 千春	高橋 徳明	信 雅臣	松田 俊彦	山田 麻紀子
小原 真綾	佐々木 かおり	澤山 郁子	高橋 まどか	晴山 次郎	丸山 由紀絵	和久井 珠里
鎌田 典史	佐々木 知香	主濱 省吾	高橋 理歌	人見 聡美	三浦 智佳	計 45 名
木村 祐輔	佐々木 ひろ子	高橋 郁恵	高宮 正隆	平澤 聡美	女鹿 宣昭	(所属・敬称略、五十音順)

学校法人岩手医科大学

〈令和4(2022)年度〉

決算

令和4年度は、新型コロナウイルスの感染拡大に伴う診療・手術等の制限や、世界情勢の急激な変化によるエネルギー価格の高騰や物価上昇等が、本学の財務状況に大きな影響を及ぼしました。このような厳しい状況下において、本学は、教育・研究・医療の質向上を目指し、各事業を推進しました。

また、補助金や研究費等の外部資金を積極的に獲得したほか、矢巾附属病院と内丸メディカルセンターそれぞれの

病院機能を最大限に活かし、経営基盤の更なる強化に努めました。

当期事業活動収支決算は、事業活動収入 547 億 8,749 万円から事業活動支出 586 億 2,119 万円を差し引いた△ 38 億 3,370 万円が基本金組入前当年度収支差額となり、矢巾附属病院関連等の基本金組入額△ 2 億 20 万円を計上したことにより、当年度収支差額は△ 40 億 3,390 万円となりました。

1 事業活動収支

(1) 事業活動収入

事業活動収入の合計額 547 億 8,749 万円は、前年度比 16 億 4,664 万円 (2.9%) 減少、予算比では 8,099 万円 (0.2%) 下回りました。

①学生生徒等納付金 72 億 1,553 万円は、前年度比 3 億 1,460 万円 (4.2%) 減少しました。主な減少要因は、学生数の減少によるものです。

②医療収入 400 億 7,042 万円は、前年度比 3 億 9,759 万円 (1.0%) 増加しました。

附属病院（医科）と内丸メディカルセンター（医科）を合計した医科部門の医療収入は、前年度比 4 億 7,552 万円 (1.2%) の増加、附属病院（歯科）と内丸メディカルセンター（歯科）を合計した歯科部門の医療収入は、前年度比 7,793 万円 (6.8%) の減少となりました。

③補助金合計額は、43 億 1,584 万円で前年度比 7 億 1,485 万円 (14.2%) 減少しました。

教育活動収入の経常費等補助金 40 億 6,740 万円は前年度比 1 億 2,417 万円 (3.0%) 減少しました。また、国庫補助金として私立大学等経常費補助金 15 億 9,648 万円、医療研究開発推進事業費補助金（いわて東北メディカル・メガバンク機構）3 億 6,067 万円等、地方公共団体補助金として新型コロナウイルス感染症入院施設等確保事業 3 億 8,676 万円、岩手県ドクターヘリ運航事業補助金 2 億 7,314 万円等がありました。

特別収入の施設設備補助金 2 億 4,845 万円は、前年度比 5 億 9,068 万円 (70.4%) 減少し、地方公共団体補助金として新型コロナウイルス感染症重点医療機関等設備整備事業費補助金 9,013 万円、新型コロナウイルス感染症患者等入院医療機関設備整備事業費補助金 5,757 万円等がありました。

(2) 事業活動支出

事業活動支出の合計額 586 億 2,119 万円は、前年度比 7 億 5,264 万円 (1.3%) 増加、予算比では 14 億 8,878 万円 (2.6%) 上回りました。

①人件費 229 億 3,598 万円は、前年度比 3,038 万円 (0.1%) 減少しました。

給与、賞与及び所定福利費の合計 215 億 7,214 万円は、前年

度比 1 億 3,393 万円 (0.6%) 増加し、退職金と退職給与引当金繰入額の合計 13 億 723 万円は、前年度比 1 億 6,431 万円 (11.2%) 減少しました。

②医療経費 185 億 459 万円は、前年度比 8 億 5 万円 (4.5%) 増加しました。

医薬品費は、前年度比 8 億 3,289 万円 (9.3%) の増加、医療材料費は 3,708 万円 (0.4%) の減少、給食材料費は 424 万円 (2.0%) 増加しました。

医療収入に対する医療経費割合は 46.2%となり、前年度より 1.6%増加しました。

③消耗品費 7 億 9,968 万円は、前年度比 660 万円 (0.8%) 減少しました。

④光熱水費は、重油料 3 億 8,157 万円、ガス料 3 億 6,741 万円、電気料 9 億 6,875 万円、水道料 1 億 2,735 万円の合計 18 億 4,508 万円となり、前年度比 3 億 7,425 万円 (25.4%) 増加しました。

⑤修繕費は、施設修繕費 1 億 8,141 万円、機器備品修繕費 2 億 6,049 万円、合計 4 億 4,190 万円となり前年度比 1,791 万円 (4.2%) 増加しました。

⑥業務委託費 57 億 3,881 万円は、前年度比 1,657 万円 (0.3%) 減少しました。

病院別では、附属病院（医科）33 億 9,879 万円、附属病院（歯科）929 万円、内丸メディカルセンター（医科）9 億 743 万円、内丸メディカルセンター（歯科）1 億 3,961 万円、その他 12 億 8,369 万円です。

⑦減価償却額 56 億 551 万円は、前年度より 2 億 1,513 万円減少しました。

⑧その他の諸経費等は 25 億 7,781 万円となりました。主な内訳は、福利費 2 億 6,946 万円（学生福利費 3,581 万円、職員福利費 2 億 3,365 万円）、公租公課 1 億 9,035 万円（消費税 1 億 2,450 万円、法人税・事業税 2,173 万円、固定資産税・都市計画税 3,948 万円等）です。

⑨借入金利息により 7,125 万円を計上しました。

⑩資産処分差額 1 億 59 万円は、耐用年数が経過した資産未償却額の除却等です。

2 資本収支

(1) 資産の部

- ①施設関係支出 4,870 万円は、内丸キャンパス創立 60 周年記念館防災設備更新工事による 2,585 万円等です。
- ②設備関係支出 9 億 6,134 万円は、教育研究用機器備品 9 億 2,243 万円等です。
- ③第 2 号基本金引当特定資産は、矢巾地区整備事業資金として 2 億円を積み立てました。
- ④貯蔵品残高は、年度末に棚卸を行い調査した在庫分であり、医薬品・医療材料 9 億 5,246 万円、歯科貴金属 750 万円、合計 9 億 5,996 万円です。

(2) 負債、純資産の部

- ①退職給与引当金残高は 137 億 2,099 万円です。
- ②前受金残高 14 億 8,901 万円は、令和 5 年度入学生の学生生徒等納付金等です。
- ③預り金残高 8 億 1,369 万円は、源泉所得税 5,258 万円、県市町村民税 1 億 582 万円、私学共済掛金 1 億 5,571 万円等です。
- ④基本金は 2 億 20 万円を組入れし、1,349 億 7,384 万円となりました。
- ⑤当年度収支差額△ 40 億 3,390 万円と、前年度繰越収支差額△ 511 億 1,488 万円を合計し、基本金取崩額 349 万円を差し引いた翌年度繰越収支差額は、△ 551 億 4,529 万円となりました。
- ⑥純資産の部合計（基本金＋繰越収支差額）は、前年度より 38 億 3,370 万円減少し、798 億 2,854 万円となりました。
- ⑦令和 4 年度末現在で作成する財産目録純資産額（資産総額－負債総額）は、798 億 2,854 万円です。

令和4年度 事業活動収支計算書

(単位：千円)

区 分	収 入 の 部		支 出 の 部	
	科 目	金 額	科 目	金 額
教育活動収支	学 生 生 徒 等 納 付 金	7,215,528	人 件 費	22,935,976
	手 数 料	169,716	医 療 経 費	18,504,587
	医 療 収 入	40,070,423	消 耗 品 費	799,678
	寄 付 金	795,787	光 熱 水 費	1,845,085
	経 常 費 等 補 助 金	4,067,395	修 繕 費	441,900
	付 随 事 業 収 入	1,184,428	業 務 委 託 費	5,738,806
	雑 収 入	865,425	減 価 償 却 額	5,605,508
			そ の 他 の 諸 経 費 等	2,577,814
	教育活動収入計	54,368,702	教育活動支出計	58,449,354
教育活動外収支	受 取 利 息 配 当 金	6,985	借 入 金 等 利 息	71,245
	教育活動外収入計	6,985	教育活動外支出計	71,245
特別収支	資 産 売 却 差 額	63	資 産 処 分 差 額	100,586
	そ の 他 の 特 別 収 入	411,739	そ の 他 の 特 別 支 出	0
	特 別 収 入 計	411,802	特 別 支 出 計	100,586
	事業活動収入合計	54,787,489	事業活動支出合計	58,621,185
	基 本 金 組 入 額 合 計		△ 200,200	
	当 年 度 収 支 差 額		△ 4,033,896	

令和4年度 資金収支計算書

(単位：千円)

収 入 の 部		支 出 の 部	
科 目	金 額	科 目	金 額
学 生 生 徒 等 納 付 金 収 入	7,215,528	人 件 費 支 出	22,846,295
手 数 料 収 入	169,716	諸 経 費 支 出	29,976,879
寄 付 金 収 入	890,165	借 入 金 等 利 息 支 出	71,245
補 助 金 収 入	4,315,843	借 入 金 等 返 済 支 出	1,540,000
資 産 売 却 収 入	63	施 設 関 係 支 出	48,697
付随事業・収益事業収入	1,184,428	設 備 関 係 支 出	961,337
医 療 収 入	40,070,423	資 産 運 用 支 出	500,200
受取利息・配当金収入	6,985	そ の 他 の 支 出	4,299,288
雑 収 入	867,423	資 金 支 出 調 整 勘 定	△ 3,508,694
前 受 金 収 入	1,489,010	翌年度繰越支払資金	8,531,099
そ の 他 の 収 入	10,267,707		
資金収入調整勘定	△ 10,942,572		
前年度繰越支払資金	9,731,627		
収 入 の 部 合 計	65,266,346	支 出 の 部 合 計	65,266,346

貸借対照表 (令和5年3月31日)

(単位：千円)

資 産 の 部		負 債 の 部	
科 目	金 額	科 目	金 額
固 定 資 産	97,423,643	固 定 負 債	29,605,148
有 形 固 定 資 産	88,100,221	流 動 負 債	7,172,557
特 定 資 産	9,104,198	負 債 の 部 合 計	36,777,705
そ の 他 の 固 定 資 産	219,224	純 資 産 の 部	
流 動 資 産	19,182,606	基 本 金	134,973,838
		繰 越 収 支 差 額	△ 55,145,294
		純 資 産 の 部 合 計	79,828,544
資 産 の 部 合 計	116,606,249	負 債 及 び 純 資 産 の 部 合 計	116,606,249

学校法人岩手医科大学

〈令和5(2023)年度〉

予 算

1 予算策定にあたって

2023年度は、内丸地区整備計画をはじめとする各事業に取り組むが、学生収容定員未充足に伴う学納金収入の減少や、新型コロナウイルスの感染拡大に伴う診療・手術制限等による医療収入の減少などが本学の財政状況に大きく影響を与えている。一方で、世界的な感染拡大からの経済回復とロシア・ウクライナ情勢の緊迫化に起因するエネルギー需要の増加と価格の高騰、さらには物価上昇など社会情勢の著しい変化に対応していかなければならない。

このような厳しい経営状況下においても、本学を永続的かつ安定的に運営するためには、医・歯・薬・看護学部を有する医療系総合大学の強みを活かした学生の確保が不可欠である。また、本学の事業活動収入の約7割を医療収入が占めていることから、矢巾附属病院と内丸メディカルセンターそれぞれの病院機能を最大限に活用して患者の

確保に努め、医療収入の増収を図るとともに、より一層コストを削減し、強固で安定した経営基盤の構築に努める。これにより、事業資金の確保と附属病院移転支払資金の借入金返済を着実に遂行していく。

2023年度予算においては、社会情勢や経済状況を注視しつつ、本学の財政状況を踏まえながら必要に応じて事業計画を見直すなど、適宜、各事業を進めることとする。収入面では、医療収入の増収に努めるほか、補助金や外部資金を積極的に獲得する。支出面では、社会的要請に応じた教育・研究・診療が円滑に遂行できるよう配慮のうえ、収入に見合った支出となるよう可能な限り圧縮した予算とした。

2 主な予算項目

2023年度事業活動収支予算(項目1～6)、資金収支予算(項目7～10)の主な項目について説明します。

収入予算は、学生生徒等納付金72億2,820万円(事業活動収入に占める割合13.2%)、医療収入408億8,176万円(同74.4%)、補助金32億9,028万円(同6.0%)を計上しました。これら3項目で事業活動収入の93.6%を占めています。その他の収入は35億2,736万円(同6.4%)を計上し、事業活動収入予算総額は549億2,760万円を計上しました。

支出予算では、人件費233億2,493万円(事業活動支出に占める割合40.0%)、医療経費(医薬品費、医療材料費、給食材料費)183億9,678万円(同31.5%)、教育研究用等の経費など166億589万円(同28.5%)を計上し、事業活動支出予算総額は583億2,760万円を計上しました。

以上に加えて、予備費2億円の支出と基本金△30億円の組入を計上したことにより、2023年度は△66億円の支出超過(赤字)を計上した予算策定となりました。

本学の財政は、事業活動収入の約74.4%を医療収入に委ねており、支出においては、人件費と医療経費で約71.5%を占めています。財政基盤の確立には引き続き医療収入の増収と医療経費の適正・効率化を念頭に入れ、教職員一人ひとりが経費全般の節減に努めていかなければなりません。

1. 学生生徒等納付金

学生生徒等納付金は、授業料、入学金、実験実習費、教育充実費、施設整備費からなっており、医学部46億9,109万円、歯学部13億4,303万円、薬学部5億6,213万円、看護学部5億5,020万円、医療専門学校8,175万円、合計72億2,820万円を計上しました。

2. 医療収入

附属病院(医科)、内丸メディカルセンター(医科)、附属病院(歯科)、内丸メディカルセンター(歯科)を合計した医療収入予算は、入院収入274億3,343万円、外来収入132億1,714万円、その他の医療収入2億3,119万円、合計408億8,176万円を計上しました。

3. 補助金

教育活動収入として、私立大学等経常費補助金16億2,273万円、その他の国庫補助金5億6,509万円、また、地方公共団体補助金は10億966万円を計上し、合計31億9,748万円を計上しました。

この他、特別収入として、施設設備補助金9,280万円を計上しました。

4. 人件費

給与・諸手当・所定福利費などの人件費は221億1,552万円、また、退職金関係では11億5,281万円を計上して、その他を合わせ人件費は合計233億2,493万円を計上しました。

5. 医療経費

附属病院全体の医療経費として、医薬品費 98 億 801 万円(医療経費率 24.0%)、医療材料費 83 億 7,814 万円(同 20.5%)、給食材料費 2 億 1,063 万円(同 0.5%)を計上し、医療経費は合計 183 億 9,678 万円(同 45.0%)を計上しました。

6. 研究費

医学部・歯学部・薬学部・看護学部・教養教育センターの講座研究費及び個人研究費にあたる特別研究費は、前年度と同額を計上しました。

7. 借入金等返済支出

市中金融機関からの借入金返済資金として 15 億 4,000 万円を計上しました。

8. 借入金等利息支出

市中金融機関からの借入金利息資金として 6,542 万円を計上しました。

9. 施設関係支出

マルチメディア教育研究棟 4 階サーバ室電源増強工事 1 億 6,450 万円など、合計 2 億 1,000 万円を計上しました。

10. 設備関係支出

内丸メディカルセンター滅菌関係機器 1 億 916 万円など、合計 11 億 900 万円を計上しました。

令和 5 (2023) 年度 事業活動収支予算書

(単位：千円)

区分	収入の部		支出の部	
	科 目	金 額	科 目	金 額
教育活動収支	学生生徒等納付金	7,228,200	人件費	23,324,930
	手数料	171,600	医療経費	18,396,780
	医療収入	40,881,760	消耗品費	686,000
	寄付金	596,510	光熱水費	1,809,150
	経常費等補助金	3,197,480	旅費	102,250
	付随事業収入	1,434,590	修繕費	349,700
	雑収入	888,750	業務委託費	5,742,000
			減価償却額	5,654,790
			その他の諸経費等	2,117,930
	教育活動収入計	54,398,890	教育活動支出計	58,183,530
教育活動外収支	受取利息配当金	8,770	借入金利息	65,420
	教育活動外収入計	8,770	教育活動外支出計	65,420
特別収支	その他の特別収入	519,940	資産処分差額	78,650
	特別収入計	519,940	特別支出計	78,650
	事業活動収入合計	54,927,600	事業活動支出合計	58,327,600

予備費	200,000
基本金組入前当年度収支差額	△ 3,600,000
基本金組入額合計	△ 3,000,000
当年度収支差額	△ 6,600,000

令和 5 (2023) 年度 資金収支予算書

(単位：千円)

収入の部		支出の部	
科 目	金 額	科 目	金 額
学生生徒等納付金収入	7,228,200	人件費支出	23,023,590
手数料収入	171,600	諸経費支出	29,194,860
医療収入	40,881,760	借入金等利息支出	65,420
寄付金収入	875,310	借入金等返済支出	1,540,000
補助金収入	3,290,280	施設関係支出	210,000
付随事業・収益事業収入	1,434,590	設備関係支出	1,109,000
受取利息・配当金収入	8,770	資産運用支出	503,000
雑収入	888,750	その他の支出	3,804,570
前受金収入	1,333,690	予備費	500,000
その他の収入	8,927,060	資金支出調整勘定	△ 3,077,610
資金収入調整勘定	△ 9,546,570	翌年度繰越支払資金	7,120,610
前年度繰越支払資金	8,500,000		
収入の部合計	63,993,440	支出の部合計	63,993,440

詳細な説明・確認等を希望される方は、法人事務部経理課（内線 4553・4554）まで照会願います。

小川理事長が日本私立医科大学協会の会長に再任しました

5月18日(木)、日本私立医科大学協会第124回総会において、本法人の小川理事長が同協会の会長に再任し、3期目を務めることになりました。任期は令和7年5月までの約2年間です。

この協会は私立医科大学の教育、研究および経営に関する研究調査などを通じて、私立医科大学の振興を図り、医学および医学教育の進歩発展に貢献することを目的として設立された団体であり、現在、30校が加盟しています。

医学界をめぐる山積する諸問題の解決に向けて、協会のトップとして強いリーダーシップが期待されています。



小川理事長

医療安全表彰・院内感染対策功労部署の表彰式が挙行されました

5月30日(火)、附属病院10階大会議室において、令和4年度医療安全・院内感染対策功労部署の表彰式が行われました。医療安全表彰3部署、院内感染対策功労4部署に対し、小笠原病院長から表彰状が授与されました。

■ 医療安全表彰部署

- 患者サポートセンター(代表 森野 禎浩 センター長)
- 放射線診断科・放射線治療科(代表 川島 和哉 助教)
- 一・二・三外来・EHCU(代表 小澤 昇 主任看護師)

■ 院内感染対策功労部署

- 看護部(代表 佐藤 悦子 看護部長)
- 東6階A病棟(代表 千葉 さつき 看護師長)
- 東7階B病棟(代表 佐々木 美加子 看護師長)
- 中央放射線部(代表 佐々木 忠司 技師長)



後列左から：肥田医療安全管理部長、小笠原病院長、長島感染制御部長

前列左から：森野センター長、川島助教、佐々木技師長、佐藤看護部長、佐々木看護師長、千葉看護師長、小澤主任看護師

クウェート大使がいわてこどもケアセンターを来訪しました

6月5日(月)、クウェート大使がいわてこどもケアセンターを訪れ、施設内やセンターの取組を視察しました。

同センターは、東日本大震災津波により心にストレスを抱えた児童・生徒の心のケアを実施することを目的に岩手県からの委託を受けて本学が設置したもので、日本赤十字社のご協力のもと、クウェート国からご支援を受け、両国民の「絆」の証として整備されました。

訪問したサーミ・アルザマーナーン大使は「スタッフの方々がこどものケアに情熱をもって従事し、質の高いケアをされていることに感銘を受けた。これからもケアを必要とするこどもたちにもっと多くアクセスできるよう先生方と協力していきたい」と語られました。



友好記念プレートの前で記念撮影をする八木副センター長、酒井センター長、サーミ・アルザマーナーン大使

ライオンズクラブ国際協会様から本学眼球銀行へ寄付金が贈呈されました

6月19日(月)、ライオンズクラブ国際協会332-B地区の地区ガバナーである栗村安弘様らが来学され、本学眼球銀行(岩手医大アイバンク)に1,692,488円のご寄付をいただきました。

同協会からは、毎年100万円以上の寄付をいただいており、アイバンクの啓発活動や角膜移植使用される角膜摘出の費用などに充てられ、一人でも多くの方が光を取り戻すために活用されています。

アイバンク眼球銀行総裁の祖父江学長は、「趣旨にそえるよう大事に活用させていただきたい」として、同協会への感謝状を贈呈しました。



左から：山本事務局長、石川助教(眼科学講座)、祖父江学長、栗村安弘地区ガバナー、榊原昌宏キャビネット幹事、新沼学キャビネット会計

解剖体慰霊祭が行われました

6月24日(土)、大堀記念講堂において、第86回解剖体慰霊祭がしめやかに執り行われ、祖父江学長をはじめとする本学教職員と学生、ご遺族が参列しました。

慰霊祭では84霊(正常解剖59霊、病理解剖13霊、実践的手術手技向上研修12霊)の御霊に対する黙祷に続き、祖父江学長から祭詞が捧げられました。学生を代表して医学部3年北館拓也さんからは「それぞれの患者さんの「命」を尊重し、その人生に寄り添うことのできる医療人になるべく、これからの学修に邁進し、昇華していくことを誓います」と慰霊のことばが捧げられ閉式となりました。

式終了後、参列者全員による献花が行われ、ご献体された多くの方々へ深い感謝の意を表すると共にご冥福をお祈りしました。



大堀記念講堂で行われた解剖体慰霊祭

米国フリモント町の訪問団が ドクターヘリ基地を見学しました

6月25日(日)、矢巾町と友好都市締結しているアメリカのミシガン州フリモント町の訪問団がドクターヘリ基地の見学をしました。

矢巾町はアメリカのフリモント町から訪問団を迎え、本町の魅力と日本の文化を理解してもらう為、町内の各施設見学、体験ツアーを企画し、その一つとして本学附属病院のドクターヘリ基地の見学会が行われました。フリモント町訪問団6名(中学生3名、高校生1名、引率者2名)、ホストファミリー4名、矢巾町の職員等、計14名が訪れ、岩手県高度救命救急センターの小守林講師が基地の案内や役割を説明しました。



ドクターヘリの前で記念撮影するフリモント町訪問団ら

ライオンズクラブ国際協会様から小児がんの子ども たちへの支援に対する寄付金が贈呈されました

6月26日(月)、ライオンズクラブ国際協会332-B地区のコーディネーターである鈴木真弓様らが来学され、本学附属病院に203,147円のご寄付をいただきました。

ライオンズクラブ国際協会332-B地区では、数年前から「ヘッドネーション」の活動を通じて小児がんの子どもへの支援を行っています。今年度はそれに加えて「アップルスタンド*」の募金活動が行われ、その募金を本学附属病院へ寄付いただきました。

小児科学講座の赤坂教授は「病気とたたかう子どもたちに関心を持っていただき大変ありがたい。入院中の子どもたちが快適に過ごせるよう活用させていただく」と述べ、小笠原病院長から同協会へ感謝状を贈呈しました。

※アップルスタンド：県産のりんごジュースを会員に配って募金を集める取り組み



左から：赤坂教授、小笠原病院長、鈴木真弓コーディネーター、梅木忍副コーディネーター、栗村安弘地区ガバナー、新沼学キャビネット会計

看護学部宣誓式が挙行されました

6月28日(水)、大堀記念講堂において看護学部宣誓式が挙行されました。看護学部第3学年91名が今年10月から約半年間にわたる臨地実習(領域別実習)を行うにあたり、看護職者を目指す者としての誓いを立てることを目的に行われます。

式では、三浦看護学部長、佐藤看護部長から学生一人ひとりにロウソクの灯が授与され、壇上に整列しました。降壇した後、学生全員による看護の道を志す宣誓が行われました。

出席した保護者は新たな決意を胸に歩み始めた91名の門出を大きな拍手で祝福しました。



三浦看護学部長によるロウソクの灯の授与

生体情報解析部門の清水 厚志 教授が 日本抗加齢医学会総会において最優秀演題賞を受賞しました



この度、2023年6月に開催されました第23回日本抗加齢医学会総会にて「日本人に最適化した新規エピゲノムクロックの開発」と題した研究発表を行い、最優秀演題賞を受賞しました。

岩手医科大学では2013年から東北大学と東北メディカル・メガバンク（TMM）計画を実施しています。我々はTMM計画で収集した血液試料を用いて20代から70代の男女のDNAメチル化（エピゲノム）を測定し、その情報を元に血液から年齢を推定する新規手法（エピゲノム年齢推定法）を開発しました。すでに1滴の血液から計測する手法も確立しています。さらには、このエピゲノム年齢推定法を元に超百寿者の体内年齢が若いことを見出し、論文も発表しております（Komaki S., et al. The Lancet Healthy Longevity 2023, 4, e83）。本研究成果は筆頭著者である当部門講師の小巻翔平先生とともに、実用化に向けて準備をしております。今後も岩手医科大学の研究の発展に尽力いたしますので応援よろしくお願いいたします。

（文責：生体情報解析部門 教授 清水 厚志）

麻酔学講座の中野 雄介 講師が アメリカ心臓麻酔学会において Early Career Investigator Award を受賞しました

この度、2023年5月にアメリカのポートランドで開催されたアメリカ心臓麻酔学会第45回学術集会に於いて、[The impact of anesthetic agents on regional cerebral blood flow during carotid artery clamping in patients with debranching thoracic endovascular aortic repair]という演題発表がEarly Career Investigator Awardを受賞いたしました。

今日、全身麻酔を維持するために使用される種々の薬剤は脳血流に影響を及ぼし、薬剤によって脳血流は増加する場合もあれば減少する場合があります。胸部大動脈ステントグラフト内挿術で頸動脈バイパスを伴うものでは、手術操作自体が頸動脈遮断を要するため、脳血流を低下させるリスクを伴います。そのリスクを正しく評価するためには、手術中の脳血流を測定する必要があります。

これまで、脳血流の標準的な測定には、PETやSPECTといった比較的大掛かりな装置が必要でしたが、私たちはベッドサイドで安価で簡便かつ安全に施行できる、革新的な脳血流測定法を開発してきました。今回私たちは、全身麻酔の維持に静脈麻酔薬を使用した群と比べ、吸入麻酔薬の群では頸動脈クランプ中の脳血流低下が有意に小さいことを証明しました。今後この研究が、頸動脈の遮断操作を伴う種々の手術において、最適な麻酔薬を検索するための一助になれば幸いです。

最後に、ご指導賜りました国立循環器病研究センターの吉谷健司先生をはじめ、学会参加に際し寛大なご理解とご協力を頂きました鈴木健二教授、当講座の先生方に心より感謝申し上げます。（文責：医学部麻酔学講座 講師 中野雄介）



放射線腫瘍学科の家子 義朗 助教が Japan Radiology Congress (JRC) において Certificate of Merit Award を受賞しました



JRC（日本医学放射線学会・日本医学物理学会・日本放射線技術学会合同学術大会、2023年4月、横浜）において開催された国際カンファレンスであるInternational Conference on Radiological Physics and Technology (ICRPT) においてCertificate of Merit Awardを受賞しました（演題名：Development of Radiomics-based Deformable Image Registration Algorithm）。

放射線治療では、照射期間中における腫瘍縮小や体型変化に応じてCTを再撮影し、再計画を行う場合があります。その解剖学的に異なるCT画像どうしを正確に重ね合わせ、腫瘍や正常組織の総線量を評価するために、画像を非線形的に変形する技術（DIR）が必要となります。本研究では、Radiomics解析を応用することにより精度の高い新たなDIRアルゴリズムを開発し、3月に特許出願、4月の当学会においてその成果を報告しました。Radiomicsは様々な数値モデルを用いることによって、人間の目では検出不可能な画像の特徴（不均質性、質感など）を定量化することが可能であり、

腫瘍の診断や予後予測の改善に期待されています。

最後に、日頃お世話になっております医局員の皆様、放射線治療スタッフの皆様、また特許出願に際しお世話になりました研究開発・共創センター、研究助成課の皆様にご場をお借りして感謝申し上げます。

（文責：放射線腫瘍学科 助教 家子 義朗）

表彰の栄誉

生体情報解析部門の美辺（楠）詩織 特命助教の課題が 日本内分泌学会若手研究助成金に採択されました

この度は、日本内分泌学会若手研究助成金において課題名「出生ゲノムコホートをを用いた小児肥満リスク予測式の開発」を採択していただき、大変光栄に存じます。2023年6月1日から3日に名古屋で開催された第96回日本内分泌学会学術総会の表彰式に参加させていただき、身が引き締まる思いであります。本研究助成を最大限生かし、遺伝情報をを用いた小児肥満発症の分子基盤を明らかにできるよう、研究を発展させていきたいと思っています。

（文責：生体情報解析部門 特命助教 美辺（楠）詩織）



新入職員の声

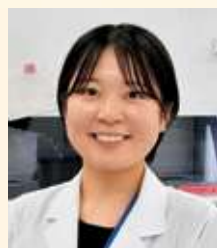
～ 講話を聞いて学んだこと～

4月3日・4日に新入職員オリエンテーションが行われ、学長・病院長から講話がありました。講話の感想と岩手医科大学職員としての抱負をご紹介します。



臨床工学部 臨床工学技士
せやま ひびき
瀬山 響生

「社会人としての常識」「医療技術・医療サービスの向上を目指す」「地道な努力の継続」。この3つが医療人に必要であることを学びました。このことを胸に刻み、大学病院であり特定機能病院でもある本学附属病院に貢献できるよう、様々な経験を積み知識を身に付け、研究にも力を入れていきたいです。そして、将来の医学・医療の進歩にも貢献できる存在を目指します。



中央臨床検査部 臨床検査技師
おした みき
下 美輝

患者さんから見て私たち岩手医科大学の職員は、病気を治してくれる信頼できる存在であり、その信頼は医療行為や接遇だけでなく、身なりからも信頼が生まれてくると感じました。講話の中で「些細なことで積み重ねてきた信頼を失ってしまうことがある」とお聞きし、誠の人間になれるよう気を引き締め、臨床現場にいち早く慣れ、臨機応変にかつ正確に対応できる臨床検査技師になりたいです。



薬剤部 薬剤師
よない あやか
米内 文香

附属病院はエネルギーセンターがあることでライフラインが停止しても病院の全機能を活動させることができる地域に沿った病院であると感じました。また、私たちは職種に関わらず病院職員の一員であるため、一人ひとりの行動がとても大事であることを学ばせていただきました。判らないことを恥じることなく、患者さんを一番に考えて行動する真つすぐな職員になりたいです。



研修センター事務室 事務員
かさい なお
笠井 菜央

「チーム医療」という言葉が特に印象に残りました。「チーム医療」では一人ひとりの行動や心掛けが岩手医科大学への信頼や施設の診療レベルに影響することを聞き、事務員である私もチームの一員であることを自覚し、患者さんやご家族を第一に考え行動していきたいです。そして、配属先の基本的な業務を覚えることや挨拶、聞く姿勢を大切にして、病院全体の力になれるよう頑張ります。



リハビリテーション部 作業療法士
くほ あゆむ
久保 歩夢

附属病院の特色である地域医療・チーム医療・先進医療は設立当初から掲げられ、どれほど患者さんとそのご家族、地域の方々を大切にして医療を提供してきたのか、そして新しい医療に挑戦し切り開いてきたのかが判りました。学是である「医療人たる前に誠の人間たれ」とあるように土台となるのは人間性である為、本学の職員として恥じないよう精一杯働いていきます。



CICU 看護師
さきさき みく
佐々木 美空

明治時代からの深い歴史のある附属病院で働けることは、とても誇りあることだと感じました。岩手医科大学のカリキュラムを通し、学部を超えた共通教育を受けた者として、それを臨床でも活かし、多職種連携を図りながら質の高い医療・看護を提供し、患者さんやご家族の満足度を高めることに貢献したいです。どんな時も感謝の気持ちを忘れず誠意をもって誠実に対応していきます。

理事会報告（5月定例－5月29日開催）

1. 2022年度事業報告について

2. 2022年度決算及び監査報告について

3. 医学部入学定員等の臨時的な増加の取扱いについて

2024年度は地域の医師確保・診療科偏在対策等に有用な範囲に限り認める旨の通知があったことを受け、岩手県との協議の結果、引続き地域枠での医師養成の要望があったことから、今年度と同様に岩手県地域枠として35名の臨時定員増を行う方針とすることを承認した。

4. 岩手医科大学附属病院規程の一部改正について

附属病院及び内丸メディカルセンターにおける役職者選考の整合性を図ることを目的として、診療部門に口腔インプラント科、看護部門に内丸メディカルセンター配置の総看護師長を追記すること、また、病棟における診療体制の強化を目的として、副病棟医長を新たに設置できることとし、岩手医科大学附属病院規程の一部を改正することを承認した。

（施行年月日 2023年6月1日）

理事会報告（6月定例－6月26日開催）

1. 岩手医科大学長選任規程等の一部改正について

本学諸規程等に基づき文言の整理を行う他、選考委員会委員及び選挙資格者に関する取扱いを追加するとともに、事務局担当課を変更することとし、岩手医科大学長選任規程及び岩手医科大学長選任規程実施細則の一部を改正することを承認した。

（施行年月日 2023年7月1日）

2. 教員の人事について

医学部神経精神科学講座 准教授

福本 健太郎（前 同講座 講師）

（発令年月日 2023年7月1日）

3. 令和6年度学納金等について

本学及び他大学の学費改定状況や入学志願者の動向等を考慮し、各学部いずれも据置きとすることを承認した。

4. 岩手医科大学附属病院規程の一部改正について

入院患者のせん妄に関し、リスク評価、予防策についての助言や職員教育等を担う「せん妄対策チーム室」を中央診療部門のチーム医療部内に新たに設置することとし、岩手医科大学附属病院規程の一部を改正することを承認した。

（施行年月日 2023年7月1日）

岩手医科大学募金状況報告

本学の事業募金に対し、特段のご理解とご支援を賜りました皆様方お一人おひとりに、厚く御礼申し上げます。
ご支援いただいた皆様のご協力に感謝の気持ちを込め、ここにご芳名を掲載いたします。
今後とも格別なるご支援・ご協力を賜りますよう衷心よりお願い申し上げます。
※ご芳名及び寄付金額は、掲載を承諾された方のみ紹介しています。

学術振興資金募金

第14回目のご芳名紹介です。(令和5年4月1日～令和5年5月31日)

■ 法人・団体等(2件)

<8,000,000>

株式会社 こすかたサービス(岩手県紫波郡)

<ご芳名のみ>

株式会社 三田商店(岩手県盛岡市)

(敬称略)

区 分	申込件数	寄付金額(円)
圭 陵 会	385	198,128,220
在 学 生 ご 父 母	282	74,530,000
役員・名誉教授	38	42,570,000
教 職 員	39	6,620,000
一 般	19	461,789,001
法 人 ・ 団 体	226	141,655,481
合 計	989	925,292,702

(令和2年9月1日～令和5年5月31日現在)

創立120周年記念事業募金

第52回目のご芳名紹介です。(令和5年4月1日～令和5年5月31日)

■ 法人・団体等(3件)

<20,000,000>

株式会社 こすかたサービス(岩手県紫波郡)

<1,000,000>

医療法人 弘生堂(長野県上田市)

医療法人 弘仁堂(長野県上田市)

(順不同、敬称略)

■ 個人(1件)

<3,000,000>

小川 彰(役員)

(敬称略)

区 分	申込件数	寄付金額(円)
圭 陵 会	1,113	673,045,089
在 学 生 ご 父 母	933	548,622,000
役員・名誉教授	103	127,720,000
教 職 員	270	36,372,000
一 般	148	50,285,010
法 人 ・ 団 体	410	1,297,404,000
合 計	2,977	2,733,448,099

(平成26年6月1日～令和5年5月31日現在)

お知らせ

附属内丸メディカルセンターは(公財)日本医療機能評価機構から「基準を達成している病院」として認定されました

附属内丸メディカルセンターは、令和4年度に(公財)日本医療機能評価機構による病院機能評価を受審し、書面調査および訪問審査の結果、「認定基準を達成している病院」として認定されました。

病院機能評価事業は、(公財)日本医療機能評価機構によって、中立的・科学的・専門的な見地から医療機関の役割に応じた機能が適切に発揮されているかを第三者的に評価されることで、

医療の質向上に寄与するものです。この事業は

1997年に開始され、全国の病院で約25%(病床数では約40%)が認定されています。

■ 認定期間

2023年5月12日～

2028年5月11日の5年間

病院機能評価に尽力した
附属内丸メディカルセンタースタッフ



ゲノム情報管理室の紹介

今回は 2019 年に新設された、ゲノム情報管理室をご紹介します。

今国会で、ゲノム(全遺伝情報)に基づく診断や治療の普及、遺伝情報の差別への対応を国に求めた通称「ゲノム医療法」が成立いたしました。「ゲノム情報」は疾患の原因究明、治療法の検索および疾患予防に対して欠くべからざるものになっているのはご存じの通りです。一方で「ゲノム情報」は生まれながら変えることができない究極の個人情報であり、さらには血縁関係者にも影響が波及することから、「ゲノム情報の保護が充分に図られ、不当な差別が無いようにする」ことへの配慮も必要であります。

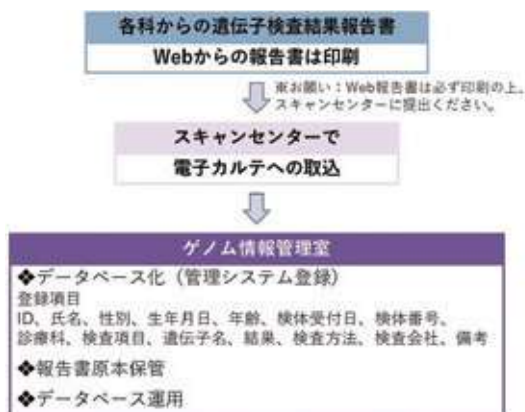
「ゲノム医療法」は医療の推進と差別に対応することを目的とした法律ですが、我々は 2018 年の段階から、これらの問題に対処すべく、1) ゲノム情報管理の一元化、2) ゲノム情報の有効活用を目標に院内の体制作りに着手して参りました。

まず1) ですが、ゲノム関連検査結果は、これまで親展として主に紙ベースで担当医のもとに直接送られてきております。この方式での情報管理は主治医個々の責任下で行われますが、我々の様な中央管理部門が責任を持つことで情報管理の質を向上することが可能です。

2) ですが、これまでは特定のゲノム情報が一医師の元で、原則非公開とされたため、診療科を越えた有効活用は困難でした。近年各種ガイドラインの改定により、電子カルテへのゲノム情報記載が出来るようになりました。しかしこれらの情報検索は、担当医が常に決まった場所にきちんと整理して記載しているといった条件が必要ですが、臓器を超越した位置づけを持ち、また最近のパネル検査の普及により多くのゲノム情報が一遍に解析可能であるという状況下では、一個人の努力だけでは到底不可能であります。情報共有が出来ないため、知らずに同じ個人に対して重複したゲノム検査を実施することは、決して安価ではない検査料の無駄、結果を待つ時間の浪費に結びつきます。このようなコンセプトから開始された「ゲノム情報管理室」ですが、関係各位のお陰様を持ちまして、5 年間で約 2,300 件の情報登録を実施出来ております。ただ院内における知名度の不足から、利活用については充分に行われていないのが現状です。そこで当室では情報発信の一環として、2ヶ月毎に「ゲノム情報管理室レター」の発行を行い、登録状況や利用方法などの情報を掲載しております。

これらをご参考に、当室の活動をご理解いただきご協力頂くと共に、日々の研究・診療にご活用いただければ幸いに存じます。

(ゲノム情報管理室室長 福島 明宗)



データ入力フローチャート



入力作業を行う小畑慶子助教と福島明宗室長

ゲノム情報管理室レターNo. 4 (2023年4月発行)

テナント紹介

矢巾・内丸キャンパスには多数の店舗が入店し、教職員、在学生、患者さん等へ様々なサービスを提供しています。身近けど意外と知らなかった各テナントの紹介、おすすめやお得情報を掲載していきます。第5弾となる本号では、ケア・テック岩手医大介護ショップと岩手銀行岩手医大出張所をご紹介します。

ケア・テック岩手医大介護ショップ (矢巾トクタヴェール1階)

当店では、医療用品・介護用品をはじめ多くの商品を取り揃えております。

私達は『幸せと安心のお手伝い』をモットーにご来店いただいたお客様に寄り添った対応を心がけております。介護・レンタル用品等につきましては、下記QRコードから弊社のホームページをご覧ください。少しでも皆様のお役に立てれば幸いです。



営業時間 月～金／ 9:00～18:00
第1・4土／ 9:00～13:00
土・日・祝／定休日

TEL 019-601-4822



岩手銀行岩手医大出張所 (矢巾トクタヴェール1階)

岩手銀行では、残高・入出金明細の確認に便利な「いわぎんアプリ」をご提供しています。残高確認のほか、振込や目的預金など便利な機能をご用意しています。

また、今お持ちの通帳を「いわぎんアプリ」のスマート通帳にお切り替えいただければ、記帳や繰越の手間いらず！最大9,999日間（1,000明細）の明細がスマホでご確認いただけます。ぜひ、ご利用ください。



いわぎんアプリの
DLはこちら▲

アプリユーザー同士で無料で簡単に送金できるアプリ間送金「オクロット！」もよろしくぶっ♪



営業時間 平日 9時～15時
※11時30分～12時30分は
窓口の休業時間となります。

TEL 019-601-9010

岩手医科大学報編集委員

小川 彰	畠山 正充
影山 雄太	藤村 尚子
松政 正俊	高橋 慶
齋野 朝幸	阿部 俊
藤本 康之	杉下 佳子
白石 博久	石森 由樹
佐藤 泰生	菊池いな子
佐藤 仁	最上 玲子
藤澤 美穂	高橋 淳美
塩山 亜紀	阿部 祥子
細田留美子	

編集後記

この号が発刊される頃には梅雨も明け、暑い夏が到来しているのでしょうか？執筆中はまだ梅雨で、寝苦しい夜もいろいろ工夫して回避しています。

夜に好きな時間を過ごしていると就寝が遅くなる事もしばしばで、いつも妻には早く寝てと小言を言われ、愛犬はサマータイム状態で、5時前に起こされる毎日です。

そんな中、今回のすこやかスポット医学講座は「睡眠障害の対処法」という事で、私としてはなかなか興味深い内容でした。この気ままな夜の時間を後押ししてもらっているようなワードの連続で、嬉しくなります。「遅寝・早起き」、なんていい響き！

(編集委員 畠山 正充)

岩手医科大学報 第548号

発行年月日／令和5年7月31日

発行／学校法人岩手医科大学

編集委員長／小川 彰

編集／岩手医科大学報編集委員会

事務局／法人事務部 総務課

TEL. 019-651-5111 (内線5452、5453)

FAX. 019-907-2448

E-mail: kouhou@j.iwate-med.ac.jp

印刷／河北印刷株式会社

盛岡市本町通2-8-7

TEL. 019-623-4256

E-mail: office@kahoku-ipm.jp

すこやか スポーツ医学講座 No.111

睡眠医療学科 教授 西島 嗣生



睡眠障害の対処法 ～睡眠障害かなと思ったらこの対処法を参考に実践～

2001年に厚生労働省から睡眠に対して困難を感じる場合の対処法について、報告がありました。睡眠障害に対してどのようにアプローチすればいいのかを解説します。

睡眠障害対処の12の指針

① 睡眠時間は人それぞれ、日中の眠気で困らなければ十分

日中しっかり覚醒して過ごせるかを、睡眠が十分に足りている目安とし、睡眠時間にこだわらないことが重要です。睡眠時間の長い短い個人で異なり、また、季節や年齢でも変化します。8時間の睡眠が必要とよく言われますが、実は医学的根拠は全くありません。

② 刺激物を避け、寝前には自分なりのリラックス法

緊張や強い刺激があると入眠が妨げられます。就寝4時間前のカフェインの摂取、就寝1時間前から喫煙は避けること。軽い読書、音楽、ぬるめの入浴、筋弛緩ストレッチなど寝前にリラックスできれば、睡眠に移行しやすくなります。個人にあったリラックス法を見つけることが重要です。

③ 眠くなってから床につく、就寝時刻にこだわりすぎない

自然に寝付くことができる時刻は、季節や日中の活動量で変わってきます。眠ろう、眠ろうとする意気込みは頭がさえて寝付きを悪くします。眠気のない時間に寝ようとすると入眠困難の原因となります。また、習慣的な入眠時刻の2～4時間前は一日の中で最も寝付きが悪い時間帯で睡眠禁止ゾーンと呼ばれています。

④ 同じ時刻に毎日起床（平日も休日も）

体内時計の恒常性を維持するためには、定時に起床することが有効です。起床後、目で感じた光は体内時計に伝えられ、体内時計をリセットし、そこから15～16時間後に眠気が出現するように調節します。休日に睡眠時間を稼ごうと遅くまで寝ていると、光を取り入れることができず、体内時計をリセットするのが遅くなり、その晩はさらに寝付きが悪くなり、翌朝は社会的時差ぼけという現象に陥り、起床するのがつらくなります。

⑤ 光の利用でよい睡眠

日光に近い波長の光刺激は、メラトニンの分泌を調節させ覚醒刺激となります。さらに、体内時計をリセットし、そこから15～16時間後に眠気が出現するように調節します。夜間の明るすぎる照明も眠気を遠ざけてしまい、良い睡眠の妨げになります。

⑥ 規則正しい三度の食事、規則的な運動

適切な運動を続けることは、入眠を促し中途覚醒を減らすことにつながります。また、朝食を取ることで、朝の目覚めを促します。

⑦ 昼寝をするなら15時前の20～30分

昼食後から15時までの時間帯における30分未満の昼寝は、日中の眠気を解消し、眠気による作業能力低下の防止に役に立ちます。30分以上の昼寝は、昼寝で深い睡眠を得てしまうため夜間の寝付きに影響をおよぼします。

⑧ 眠りが浅いときは、むしろ積極的に遅寝・早起きに

熟眠感、副交感神経が優位となっているnon-REM睡眠を確保する必要がある、入眠してから3時間ぐらいの睡眠をしっかり取ってから起床すると熟眠感が得られます。

⑨ 睡眠中の激しいイビキ・呼吸停止や脚のぴくつき・むずむず感には注意

日中の眠気の背景には、閉塞性睡眠時無呼吸症候群・むずむず脚症候群などの病気が潜んでいる可能性もあり、専門医の診断・治療が必要になります。

⑩ 十分眠っても日中の眠気が強いときは専門医に

睡眠関連疾患（特発性過眠症・ナルコレプシーなど）が睡眠障害の原因につながっている可能性があり専門医での原因精査が必要です。

⑪ 睡眠薬の代わりの寝酒は不眠のもと

飲酒して睡眠をとることで、リラックス効果で寝付きは良くなるが、睡眠中にアルコールの代謝が活発になることにより、興奮作用を引き起こすこと、アルコールによる利尿作用の影響が中途覚醒の原因となります。

⑫ 睡眠薬は医師の指示で正しく使えば安全

睡眠薬には多くの種類があり、それぞれの効用や作用時間、薬による副作用があります。だらだらとした長期の使用、中途覚醒に入眠時と同じ薬を内服したりなど、危険につながる服用例もあります。それらを理解している医師の指示で使用することで、乱用、依存を回避することができます。

睡眠障害に悩んだら、これまで説明した対処法で改善する可能性がありますので、試して見ることをお勧めします。それでも改善しないときは睡眠医療科、精神科などを受診し相談してみてください。