



2023
Vol.22

6~8月号

いつでも、どこでも、誰でもが最善の医療を受けられる社会へ

T-mind

聞かせて! TMAT隊員・看護師

浅野 昌子

阪神大震災をきっかけに災害医療活動に従事
TMAT隊員としてトルコへ

減塩レシピ／旬をからだに
さっぱり! 揚げない夏野菜と
鯛の南蛮漬け

コラム
NPO法人 TMATとは

Information



医療法人徳洲会
成田富里徳洲会病院



聞かせて!

TMAT隊員・看護師

浅野 昌子

Masako Asano

阪神大震災をきっかけに
災害医療活動に従事
TMAT隊員としてトルコへ

【あさの・まさこ】

1996年宇治徳洲会病院(京都)事務職入職。2003年看護学校卒業。2006年名瀬徳洲会病院(奄美大島)、湘南鎌倉総合病院を経て2015年成田富里徳洲会病院転勤。

TMAT 隊員の看護師 トルコで医療支援へ

今年2月6日午前4時ごろ(現地時間)、トルコ南東部地震が発生。災害医療活動を行うTMAT(徳洲会医療救援隊)の隊員として、私も現地に派遣されました。

私たちは仮設診療所のテントを拠点に、地元の医療機関や救急医療チームと連携しながら活動を開始。現地の人たちはとてもフレンドリーで、「来てくれてありがとう」と笑顔で迎え入れてくれました。

特に印象に残っているのは、4歳のトルコ人の女の子。地震で倒壊した家の中で負傷し、父親と親子そろって右腕切断となってしまった子でした。左手にも傷があるので処置

をしようとするのですが、「こっこの手も切られる」と思うのか、大変な暴れようでした。どこで聞いたのか「イタイ」という日本語だけ覚えてしまって、処置の間、「イタイ、イタイ!」と泣き叫んで……。

私たちは切ない気持ちで見守っていたのですが、その女の子は処置が終わった途端、笑顔で走り回っていました。その後もテントに来るのが楽しみになったようで、隊員に駆け寄ってきたり、抱きついたり。その子が来るとみんなが笑顔になるアイドルのような存在でした。

悲しいこと、つらいことが多い状況の中で、救われた気持ちになるというか、癒されるというか……。来てよかったなと励みになりました。

災害支援は「医療の原点」

亡くなった人が何万人、負傷者が何十万人という中で、私たちがケアできたのは600人ほど。その中には、巡回診療で訪問したところ入院が必要な状態で、すぐに救急車で病院に運んでもらった人もいます。私たちはテントで待っているだけでなく、自宅や避難所から動けない人の



救護テントでの診療の様子

ところに、こちらから伺って診療をしているんですね。こんなことは普段の病院業務にはありません。災害時の支援には、そういった「医療者にとっての原点」のような経験ができるという側面もあるんです。基本的にシフト制で7~10日くらいの派遣期間ですが、普段の業務の何十倍もの経験になっていると思います。

一方で、医療者自身に危険が及ぶ可能性もあります。今回のトルコでも、20km先で暴動が起きているということで、その地域への巡回ができないことがありました。また、被災地の現状に心理的なショックを受けることも考えなければなりません。意外に思える人にも、ふと悲しくなったり、突然涙がこぼれたり、思いつめてしまったりといったPTSDのよう



建物の倒壊により重傷を負った少女

な症状が出てくることがあるんですね。派遣直後だけでなく、3カ月後、半年後まで、兆候がないかどうか様子を見ていく必要があります。

きっかけは阪神大震災 看護師として東日本に

私が看護師になろうと思ったのにも災害が関係しています。大阪にある専門学校の福祉科に通っている時に阪神・淡路大震災が発災（1995年1月17日）。学校は半壊し、クラスメートの多くが被災しました。避難所生活をしている友人のために何かしたかったのですが、「危ないから学生は帰りなさい」と言われてしまって……。事務職として徳洲会の病院で働き始めてからも、「もっと何かできたのでは？」という気持ちが根底にあったのだと思います。「看護師なら、できることが広がる」と考えるようになりました。

そうこうしている間に起こったのが東日本大震災（2011年3月11日）でした。災害規模の大きさからあらゆる人材が集められ、私も急ぎよ支援に参加。阪神大震災でも被災地に入って潰れた家屋などを見てはいた

のですが、改めて被害の大きさに衝撃を受けました。ガーゼ交換をしたり、患者さんの血圧を測ったり、看護師として現場に入れたのはよかったのですが、初めてのことばかりで何ができるか分からず不安でした。あの時は緊張してたな、と思いますね。

その後は正式にTMATの隊員となり、海外のネパール地震、国内の熊本地震、西日本豪雨などで活動に参加しました。そのほか、先遣隊として活動に入る前の現地調査を行うこともあります。

周囲への感謝を忘れずに 今後も活動を続けたい

TMATの活動には、たくさんの人に興味を持ってほしいと思います。現地で活動しなくても、賛同してくれるだけでもありがたいです。私が現地に行けるように勤務調整してくれる上司から、「送り出すことで私たちも活動に参加していると思えるから、心おきなく行ってきて」と言われたことがあって。こうやって支えてくれる人たちがいるからこそ、私たちは活動できるということを忘れずにいたいと思います。



トルコで活動に従事したTMATのメンバー

いま所属している成田富里徳洲会病院では、看護部長や院長、事務長などが積極的に活動をバックアップしてくれています。同じグループといっても、NPO法人であるTMATの活動は各病院の理解なしには成り立ちません。隊員として活動させてもらえる環境に感謝しています。特に国内の災害では、全国各地に病院がある徳洲会グループの強みが生きていていると思います。

私たちの活動に興味がある人は、ぜひ研修を受けて隊員として登録してください。また、TMATでは災害発生時の病院対応を学べる研修会なども適宜行っています。今は後進育成が一番の目標。現場で経験しないと伝わらないこともありますので、できれば自分も活動を続けながら、後進を育成していければいいなと思っています。

コラム NPO法人 TMATとは

1995年1月の阪神・淡路大震災をきっかけに、徳洲会グループの医師らが中心となり、前身であるボランティアグループTDMATを結成。2005年7月にNPOの法人格を取得し、国内外での大規模災害時に緊急医療援助活動を展開しています。これまでに国内17回、海外19回の計36回にわたり情報集

活動および被災地支援活動を実施（2023年4月末現在）。グループ内から1,000人を超える隊員が災害医療支援を行っています。

また、こうした活動に携わる人材を育成するため教育活動にも注力しており、2007年に講習会「災害救護・国際協力ベーシックコース」を創設。46回の開催で1,100人以上の受講者が修了しました。さらに、災害医療に関する研究成果を各種学会で発表しています。



皆様からの支援をお待ちしています

NPO法人 TMAT
TEL.03-3263-8136
FAX.03-5214-6664
✉ info@tmat.or.jp
https://www.tmat.or.jp/



旬をからだに 減塩レシピ recipe

さっぱり! 揚げない夏野菜と鯛の南蛮漬け

材料(2人分)

- 鯛……160g ●片栗粉 …… 適量

[夏野菜]

- 玉ねぎ(半分に切って薄切りスライス) 1個
- なす(縦に6等分にする) …… 1本
- ゴーヤ(中の綿をくりぬき5mmくらいの輪切りへ) …… 1/2本
- パプリカ(一口サイズ) …… 1個分
- ミニトマト …… 4個
- ショウガ(千切り) …… 1かけ

[南蛮酢]

- 昆布だし(昆布を水につけて冷蔵庫で一晩寝かす) …… 60ml
- 穀物酢…120ml ●料理酒…大さじ2
- 醤油…大さじ2 ●みりん…大さじ1
- 黒糖(砂糖) …… 大さじ4
- オリーブ油 …… 大さじ3
- 青じそ(千切り) …… 10枚



◎1人前 エネルギー 443kcal
タンパク質 17g 食塩相当量 2.0g
(漬け込み液含む)

* 減塩のポイント *

気温が高くなるとさっぱりとしたものが食べたくなりますね。多くの場合南蛮漬けは、油で揚げた食材を南蛮酢に漬け込みます。今回は、揚げないことでより一層さっぱりと召し上がることができます。

食塩量は多く感じますが、漬け込み液を含むすべて食べた場合で計算していますので、漬け汁を残すことで記載より塩分量を減らすことができます。

お好みで鷹の爪や茗荷・ズッキーニなど旬の野菜を漬け込んで、ぜひお試しください。

作り方

- ①夏野菜をそれぞれ切り、玉ねぎは水にさらす。ゴーヤの苦みが苦手な場合は軽くゆで冷ます。
- ②Aを鍋に入れ火にかけて砂糖が溶けるように混ぜる。沸騰寸前で火を止め、保存容器へ流し入れる。
- ③フライパンで大さじ2のオリーブ油を熱し、なす、ゴーヤを入れ焼く。ある程度火が通ったら、ミニトマトも入れて転がしながら軽く焦げ目をつける。フライパンを止め水にさらした玉ねぎ、パプリカ、千切り生姜とともに②へ入れ漬ける。
- ④残りのオリーブ油大さじ1をフライパンに入れ、片栗粉をまぶした鯛を入れて焼く。
- ⑤鯛に火が通ったら、③に入れ漬け込み完成。仕上げに青じそを盛り付ける。

Information



2023年度、新しい仲間を迎えました!

2023年4月1日に、成田富里徳洲会病院と併設の介護老人保健施設成田富里徳洲苑による合同入職式を開催いたしました。成田富里徳洲会病院には医師2名、看護師21名、准看護師1名、看護補助者2名、看護クラーク1名、救急救命士3名、薬剤師2名、理学療法士4名、言語聴覚士2名、臨床工学技士1名、臨床検査技師1名、診療放射線技師3名、管理栄養士1名、事務員7名、計50名が、介護老人保健施設成田富里徳洲苑には介護福祉士2名の職員を新たに迎え入れることができました。

新入職員は様々な研修を経て、成田富里徳洲会病院、成田富里徳洲苑の医療従事者として勤務いたします。

地域の皆様、今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



「とみちゃん」は富里市の公式マスコットキャラクターです。

成田富里徳洲会病院の運営方針

徳洲会の基本理念「生命だけは平等だ」をこの成田富里の地で実現することを使命として運営します。

理念の実行方法

1. 救急患者さんを断らない
2. 患者さんからの贈り物は一切受け取らない
3. 安心安全な質の高い医療を提供する
4. 地域のニーズに耳を傾け、患者さん目線で医療を提供する
5. 高度な技術と豊かな人間性を併せ持つ医療人を育成する



国道51号線からの場合、京成成田駅入口の信号を富里方面へ曲がり約100m 東関東自動車道の場合、富里ICより成田駅方面へ約8分



医療法人徳洲会

成田富里徳洲会病院

〒286-0201 千葉県富里市日吉台 1-1-1 ☎0476-93-1001(代)
E-mail soumu@naritatomisato.jp https://www.naritatomisato.jp/

