

きらり



大町病院

市立大町総合病院
OMACHI MUNICIPAL GENERAL HOSPITAL

2021.1.1

vol.35



■ 新年のご挨拶

■ 経営健全化計画の実施状況

■ 当院の感染対策について

■ 特集 子どもと感染症 ～この冬、気を付けたいこと～

■ 健康体操 ～フレイル予防～

■ 登録医紹介 横澤内科医院

■ 外来診療表

で自由にお持ちください。

表紙の写真：2021年 謹賀新年
(撮影：内科 新津伸医師)



大町市キャラクター
「おおまびよん」

当院ホームページはこちら
<https://www.omachi-hospital.jp/>



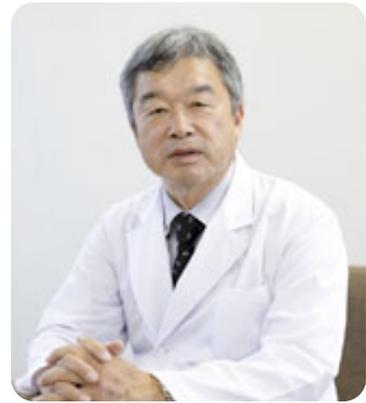
年末年始(12/29～1/3)の間で、新型コロナウイルス感染症に不安のある方は、
下記の時間にご相談ください。

① 10:00～11:00

② 15:00～16:00

TEL 0261-22-0415

令和3年 新年の挨拶



大町市病院事業管理者 兼
市立大町総合病院長
井上 善博

新しい年、令和3年を迎えました。本年もよろしく願い申し上げます。昨年、令和2年は新型コロナウイルス（COVID-19）感染症で明け暮れた1年でした。当院は感染症指定医療機関ですので、大北圏域で発生したCOVID-19陽性患者さんはもとより他圏域の患者さんにも対応しております。これまでの患者さんにはすべて重症化せずに軽快し、また院内感染も起きておりませんので、ひとまずは安堵していますが、令和2年秋に始まった第3波は衰えを見せず、令和3年もCOVID-19の対応に追われることになりそうです。

平成30年度から始まった当院の経営健全化計画は4年目を迎へ今年が計画最後の年です。計画に沿って職員が一丸となり経営改善に取り組んだ結果、平成30年度は特別損失を計上したため赤字決算でしたが、単年度

經常収支は黒字で終わることができました。平成31/令和元年度は大幅な赤字決算となりました。次の令和2年度は、「3段跳で言えばホップ、ステップ、ジャンプのジャンプの年で一層の経営改善に励みましょう。」と年度初めに職員の皆さんに挨拶をいたしました。4月初めに大北医療圏での最初の陽性患者さんに対応し、8月には大町市内でクラスターが発生、11月には第3波が起き全県で多くの陽性患者さんが発生しています。これは全国の医療機関でも起きていることですが、当院でも、陽性患者さんが入院していることでその病院へ行くとウイルスを移されるのではないかとという理由（風評被害）から、受診する患者さんが減少し（受診抑制）し、一方ではマスクや手指消毒を徹底することで、感染症そのものが減少したため、外来、入院ともに患者さんの減少を招き、医業収益も減少する結果となりました。COVID-19に対するワクチンや特効薬を期待したいのですが、現在のところ、いつ収束するか先は見えておりません。大町病院は地域の皆さんの健康を守るため、本年も地域に密着した暖かく誠実な医療を実践する所存であります。応援をよろしくお願いいたします。

令和3年元旦

市立大町総合病院経営健全化計画の実施状況

大町市病院事業会計は、平成29年度決算における資金不足比率が地方公共団体の財政の健全化に関する法律に規定する経営健全化基準の20%を超えたため、経営健全化計画を策定し、早期の健全化に向けた取組みを行っています。本計画の令和元年度実施状況の概略を報告します。なお、詳しくは当院ホームページをご覧ください。

計画と具体的な措置の状況

収益確保の取組では、患者数の増加と許可病床数を199床としたことによる新たな施設基準の取得や診療報酬上の機能評価係数の向上などによる診療単価が上昇したことなどにより、医業収益は、前年度と比べ約5800万円増収しました。

コスト削減の取組では、職員給与の削減のほか、あらゆる経費の縮減に努めたことにより、医業費用は、約1300万円削減しました。

その他の取組では、一般会計からの繰入金を約9億2300万円、長期借入金を1億5900万円確保し、一時借入金残高は収支改善等により前年度末より約4億円減少しました。

当院の感染対策について

感染予防ワンポイント

3密を避ける

当院は大北地域唯一の感染症指定医療機関として、11月30日までに約30名の新型コロナウイルス感染症患者さんを受け入れてきました。大北圏内の陽性者数は長野県のホームページに記載されている通りですが、実際には県内の他の医療機関で対応しきれない患者さんも受け入れられています。

当院の感染症病棟の利点は、他の患者さんとの動線が完全に区別されている点です。他の医療機関では一般病棟に壁を新たに作っての併設や、一病棟を陽性者受け入れ病棟に変更するなどして対応をしていますが、当院では入院入口から動線を分けて対応しています。つまり外来や入院されている患者さんに接点はありません。感染症病棟に従事するスタッフは院内から選抜して業務に当たっています。教育を受けた者が完全防護のうえ、アルコールでの手指消毒や顔を手で触らないことを基本とし、患者対応後の防護具脱衣も鏡を見ながら一枚ずつ丁寧に脱いで、ウイルスを外に持ち出さない対応（写真）をとっています。



鏡の前でチェックしている様子

新型コロナウイルスは、発症直前の無症状である期間に人に感染させる力が最も強くなると言われています。いわゆる3密環境下で集団感染が多いとされるのは、無症状で元気だと思っている人同士が、互いにマスクをしていない状況で会食や会話等を行うことによって、感染が拡がるリスクが高くなるためです。

目に見えないウイルスを防ぐために

ウイルスは口、鼻、眼の粘膜から侵入します。手をきれいにする前に、目をこすったり、鼻をさわったり、口に手をいれていませんか？ マスクを身につけていても鼻が出ていることはありませんか？

アルコール消毒や石鹸での手洗いは感染症予防の基本です。帰宅後や出勤時、トイレ後や食事を作る前などに行ってください。

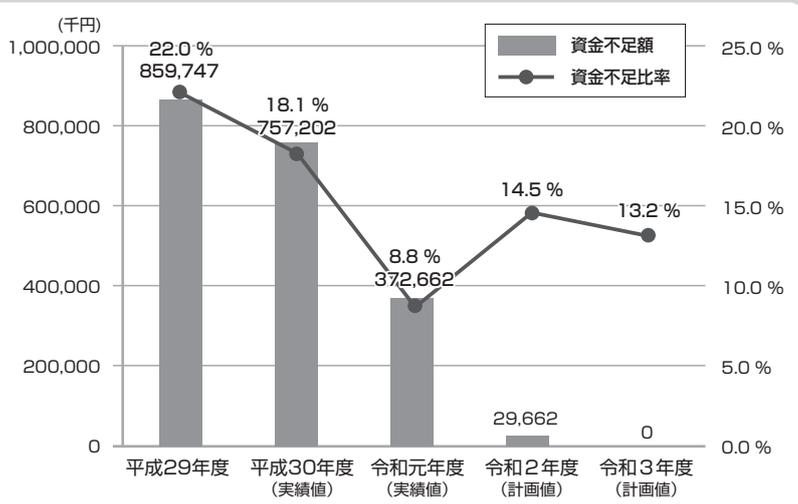


経営指標の状況

※()内は、計画目標値

項目	平成30年度実績値	令和元年度実績値
経営収支比率	103.6%	105.9% (100%以上)
医業収支比率	92.4%	94% (93%以上)
人件費対医業収益比率	63.2%	63.8% (63%以下)
病床利用率	79.6%	87.6% (87%以上)
入院患者数	174人/日	174人/日 (174人/日)
外来患者数	384人/日	381人/日 (380人/日)

「資金不足額」と「資金不足比率」の状況



子どもと感染症

この冬、気をつけたいこと

小児科 草刈医師に聞いてみました！

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、感染予防対策がこれまで以上に注目されています。今年は、春から夏にかけて流行しやすい手足口病やヘルパンギーナ、アデノウイルス感染症などで受診される患者さんが非常に少なく、感染予防対策の強化が要因の一つになっていないかと思えます。気温・湿度が下がってきた10月以降、発熱や気道症状・胃腸症状で受診される患者さんが増えてきた印象です。

これからの季節に流行する感染症について、その対策やかかってしまった時の対処法などをお伝えします。

秋から冬にかけて流行する感染症

かぜ症候群

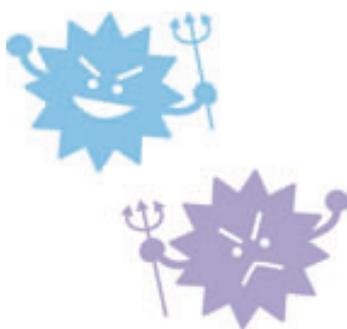
ウイルスなどの病原体による急性感染で主に上気道の炎症が起きます。症状としては発熱、咳・鼻症状、咽頭痛、頭痛、倦怠感です。ほとんどがウイルス性であり抗菌薬は効果がありません。

インフルエンザ

インフルエンザウイルスによる急性感染で、潜伏期は24〜48時間です。突然の発熱、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛が現れ、その後鼻汁や咳などの上気道症状が続き約1週間

で軽快します。B型では嘔吐や腹痛などの胃腸症状が目立つことがあります。小児では脳炎や脳症を合併することがあるので怖い点です。異常行動をとることがあり、診断されてから約2日はお子さんを一人にしないよう配慮が必要です。

迅速検査があり、型の判断も可能です。発症48時間以内に抗インフルエンザ薬を使用することで症状が1日半程度短縮される効果があります。予防接種により、発症する可能性を低減させる効果、発症した場合の重症化防止の効果が期待できます。流行前の接種（10月から12月初旬）が基本です。



RSウイルス感染症

潜伏期間は4〜5日です。乳児が感染するとゼーゼーしたり苦しそうな呼吸が出現したりする細気管支炎や肺炎を発症する可能性があります。また、新生児期には無呼吸で発症することもあります。

迅速診断が可能です。特別な治療はなく症状に応じた治療を行います。

予防接種はありませんが、重症化しやすいと考えられるお子さんに対し抗体の注射が保険適応になります。

ウイルス性胃腸炎

多くがノロウイルスやロタウイルスによるものです。どちらも潜伏期間は1〜2日です。迅速診断が可能です（ノロウイルスは検査の適応が限られます）が特別な治療薬はありません。脱水症状が疑われる場合は点滴治療を行います。

2020年10月からロタウイルスワクチンが定期接種となりました。

新型コロナウイルス感染症

潜伏期間が1〜14日と長いこと、感染力のある期間が発症2日前から発症後7〜10日程度と、症状出現前から感染力があることが特徴的です。初期症状はかぜ症候群やインフルエンザと区別することが難しいです。嗅覚障害や味覚障害を訴える方が多いことが特徴的と言われています。お子さんは、成人と比較し感染率は同程度であるものの重症化しに

くいことがわかってきました。
当院では、抗原検査、核酸検出検査（LAMP法）ともに可能です。

11月現在、新型コロナウイルスに特化した治療薬やワクチンの適応はありません。

感染予防のためには？

感染予防には感染経路の遮断と、免疫力を高めることが基本です！
感染経路の遮断には

■ 手洗い 手指消毒 うがい
正しいマスク着用



■ 三密（密閉空間・密集空間・密接空間）を避ける



免疫力を高めるには

■ 十分な睡眠



■ バランスの良い食事を
取ること



■ 予防接種を受けること



こんな時どうしたら？

「ご本人もしくはお子さんが」「いつもと違って調子悪い（悪そう）」「と感じたら、

①外出を控えて安静にしてください。症状の悪化・感染拡大両方を抑えることができます。

②摂取しやすいものをとってください。胃腸炎の場合、嘔吐直後の摂取は避けてください（2時間程度は空ける）。少量頻回に水分摂取を行い、収まれば固形物の摂取を開始します。刺激物・甘み・酸味・塩味の強いもの・乳製品などは避けましょう。

今回挙げた感染症は、基本的には自然治癒が期待できるものですが、症状が強くつらい時、診断を希望する時などは医療機関を受診してください。

こんな時はすぐに医療機関受診を！

- 高い熱が続く…
- 抗生剤が必要な細菌感染かも？！
- 呼吸が苦しそう…
- 酸素吸入など入院での治療が必要かも？！



- おしっこが減っている・涙が出ない・皮膚のはりが少ない…
- 点滴治療が必要な脱水かも？！
- 痙攣している・意識状態がいつもと違う…
- 脳炎・脳症など重篤な病気かも？！
- ぐったりしている…
- 緊急的に全身管理が必要かも！！

相談窓口について

当院の小児科では、標準的な感染予防対策を行い通常診療を行っております。特に患者さんの制限などはありませんので、受診希望の際はこれまでと同じように受診してください（新型コロナウイルスの流行状況によっては変更している可能性があります）。

2週間以内の新型コロナウイルス流行地域への外出や流行地域から来た人との接触がある、三密空間を利用したなど心配な行動歴がある場合は受診の前に電話相談をお願いします。



健康体操

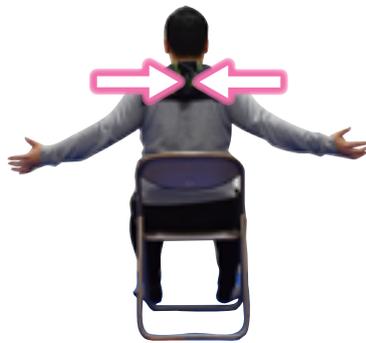
～ フレイル予防 ～

第3回
リハビリテーション室

この冬は運動を通しておうち時間を健やかに、そして春に向けて貯筋をしながら過ごしましょう！

① 丸まった姿勢のリセット運動

▶ 手の平を上にして胸を広げ、肩甲骨を寄せる



② いつのまにか骨折を防グッドな運動

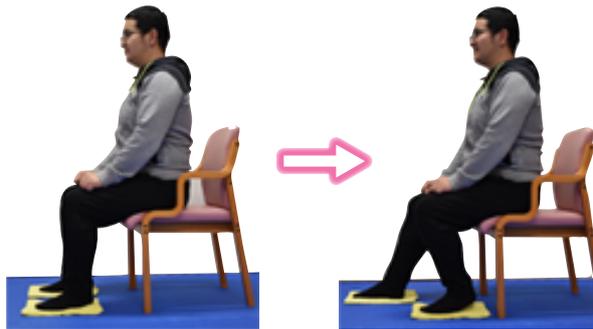
▶ おへそを深くへこませる (30秒)



※ 1 背中を椅子から離して行う ※ 2 呼吸をしながら行う ※ 3 可能な方は立位で行ってみましょう！

③ 体の後ろ側をシェイプアップ “後ろ姿美人” 運動

▶ 背筋を伸ばした良い姿勢で、タオルと一緒に足を後ろに引く (10回)



※ 可能な方は立位で行ってみましょう！

④ 「ながら」でできる “ずく出せ” 運動

▶ 歯磨きをしながら踵上げ (10回)



▶ こたつに向かいながらおしり歩き(10歩)



※ 可能な方は立位や片脚立ちでチャレンジ！

※ 「右肩・右お尻」→「左肩・左お尻」の順で前へ

⑤ 食べる力をいつまでも体操

大きく開口

閉口

口すぼめ

横引き

舌の運動 (上下左右)

発声「パタカラ」





登録医の紹介

登録医とは、患者さんに対して一貫性のある医療を提供できるように協力体制をとっていただける地域の先生方です。

横澤内科医院 横澤 秀一 医師



医師を目指した動機は？

これといった、はっきりとした動機は思いつかないのですが、幼少時代より医院の2階で過ごしておりましたので、自然と将来は医師になるものだと考えるようになったのかもしれない。正直に申しまして、中学校、高校時代に医師を目指して勉学に励んだという記憶はあまりありません。

地域の皆さんへ一言 お願いします。

当院は内科領域の診療を主に行っておりますが、患者さんご自身で内科の病気がどうかを判断するのは難しいこともあるかと思えます。とりあえず体調が悪いとか、どこか痛いとか漠然とした症状でもまったく構いませんのでご相談いただければと思います。

開業のきっかけ

今まで長野市、飯山市、松本市で計20年勤務医として働いてきました。が、なかなか地元である大町市に貢献することができませんでした。地域の方々のお役に立てればと思い、2019年4月より医院に勤務させていただきます。



専門分野は消化器領域（食道、胃、大腸、肝臓、胆のう、すい臓など）で、特に食道、胃、大腸の消化管癌においては内視鏡検査で早期に発見することにより、お腹を切らない、内視鏡での治療が可能となります。地域の病院とも連携をとりながら癌の早期発見にも努めていきたいと思えます。

横澤内科医院

所在地 / 大町市大町4060-8
電話 / 0261-22-0371
診療科目 / 内科、小児科
診療時間 / 平日 8:30~11:15
14:00~17:15
土曜日 8:30~11:15
休診日 / 第1、3、5土曜日・祝日・日曜日



外来診療表

2021年 1月1日

■診察時間 9:00 から ※診療科によって異なる場合があります。

■受付時間 8:00 ~ 11:30 (土曜日は10:30まで)

■休診日 日曜・祝日・土曜日(第1・第3・第4・第5)

※医師が変更する場合がございますので、最新の診療表については病院にお問い合わせください。



午後の診療は、予約制です。(急患等は、各科で対応させていただきます。)

休診情報はこちら

科名		月	火	水	木	金	土(第2)	
内科	総合診療(初診)	午前	関口 健二 菊地 一平	鳥居 旬 縣 翔子	脇田 隆寛	金子 一明	實近 百恵	—
	循環器	午前	由井 寿典	—	門田 真	金井 将史	加藤 太門	—
	腎臓・血液・ 肝臓	午前	新津 義文 [診察]10:00~	—	新津 義文	—	—	—
	糖尿病 内分泌	午前	—	北原 修	—	佐藤 亜位	北原 修	—
		午後	—	森 淳一郎(第1・3・5週)	—	—	—	—
	リウマチ・漢方	午前	—	北原 英幸	北原 英幸	—	—	—
		午後	—	—	—	—	—	—
	消化器	—	—	—	—	小林 健二	—	—
	呼吸器	午前	小林 孝至	—	曾根原 圭	—	福嶋 敏郎	漆畑 一寿
	神経	午前	—	—	—	—	星野 優美	—
	【予約】	午後	飯島 昭二	—	—	—	—	—
	一般	午前	中澤 勇一	関口 健二	實近 百恵	脇田 隆寛	金子 一明	—
		午後	菊地 祥子【予約制】	—	西川 葵【予約制】 縣 翔子【予約制】	鳥居 旬【予約制】 菊地 一平【予約制】	—	—
	救急	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	—
禁煙外来 【予約】	午後	—	太田 久彦 [診察]14:00~	—	—	—	—	
緩和ケア外来 【予約】	午前	—	—	—	鳥居 旬	—	—	
ものわすれ外来 【予約】	午後	—	—	—	—	関口 健二(第1週) 金子 一明(第3週) [診察]13:30~	—	
小児科	一般	午前	赤川 大介	草刈 麻衣	赤川 大介	柴崎 拓実	草刈 麻衣 (第1・3・4・5週) 信州大学(第2週)	大嶽 富夫
	予防接種	午後	草刈 麻衣	赤川 大介	—	—	—	—
	乳児健診	午後	—	—	—	—	赤川 大介 (第2・4週)	—
	発達外来 慢性疾患外来 【予約】	午前	—	—	—	平林 伸二(第2・4週) 赤川 大介	—	—
	午後	草刈 麻衣	赤川 大介	草刈 麻衣	平林 伸一(第2・4週)	草刈 麻衣 (第1・3・4・5週)	—	
外科	一般	午前	高木 哲 平賀 理佐子 (受付10:00まで)	平賀理佐子【予約制】 高木 哲	高木 哲【予約制】 平賀 理佐子	高木 哲 平賀 理佐子	平賀 理佐子 [診察]9:30~ (受付10:00まで)	—
		午後	—	担当医【予約制】	担当医【予約制】	—	—	—
	乳腺外来 【予約】	午後	—	小池 綾男 [診察]14:00~ (受付15:30まで)	—	—	—	—
心臓血管外来 【予約】	—	—	—	—	—	信州大学 [診察]14:00~	—	
整形外科 [受付]10:30まで	—	鎌倉 貞夫	伊藤 仁	鎌倉 貞夫	伊藤 仁	信州大学	信州大学	
脳神経外科	午前	—	—	—	青木 俊樹	—	青木 俊樹	
	午後	青木 俊樹	青木 俊樹 [診察]13:00~ (受付15:00まで)	青木 俊樹	—	青木 俊樹 [診察]13:00~ (受付15:00まで)	—	
皮膚科	午前	松本 祥代	松本 祥代	松本 祥代	信州大学	松本 祥代	松本 祥代	
	午後	—	—	子供/専門外来 [診察]14:30~ (受付15:00まで)	—	—	—	
泌尿器科	午前	井上 善博	永井 崇	野口 涉 (受付10:30まで)	永井 崇	野口 涉	井上 善博	
	午後	—	—	—	—	—	—	
産婦人科	午前	—	深松 義人	三橋 祐布子 (受付15:30まで)	深松 義人	深松 義人	—	
	午後	—	【予約制】	【予約制】	—	—	—	
眼科【予約】	午前	平野 隆雄	—	樽沼 大平	—	柿原 伸次	担当医	
耳鼻咽喉科	—	—	—	信州大学 [診察]14:00~ (受付15:30まで)	—	—	信州大学	
形成外科	午前	—	—	信州大学 [診察]9:30~	—	—	—	
特殊歯科・口腔外科 【予約】	—	小山 吉人	小山 吉人	小山 吉人	小山 吉人	小山 吉人 [診察]12:30まで	—	

■ 予約については、平日午後3時以降に各科外来までお問い合わせください。

※青文字は派遣医師です。

■ 診察券(プラスチックカード)は全科共通です。保険証と共に忘れずにお持ちください。

■ 再来受付機は、保険証を3ヶ月以上提示いただかないと利用できなくなります。(1番総合窓口にお越しください)

理念
私たちは、地域に密着した温かく誠実な医療を実践します。

基本方針

1. 患者さん中心の安全で質の高い医療を提供します。
2. 医療・福祉・保健の連携による、地域と一体になった医療を進めます。
3. 公共性を確保し、合理的で健全な病院経営を行います。



■ 発行 市立大町総合病院
■ 編集 市立大町総合病院 広報委員会
〒398-0002 長野県大町市大町 3130 番地
TEL 0261-22-0415 (代) URL <https://www.omachi-hospital.jp/>
e-mail hospital@hsp.city.omachi.nagano.jp

広報誌 きらり大町病院