

きらり



市立大町総合病院
OMACHI MUNICIPAL GENERAL HOSPITAL

2021.5.1

vol.37



■ 病院事業管理者兼院長 就任挨拶

■ 新入医師・職員紹介

■ 特集 睡眠の質と影響について

■ 健康レシピ

■ 登録医紹介 小谷村診療所

■ 当院への寄付紹介とお礼

■ 病院からのお知らせ

■ 職員募集・先輩看護師からのメッセージ

■ 外来診療表

ご自由にお持ちください。

表紙の写真：令和3年度新入職員
(おおまちの「O」ポーズ)



大町市キャラクター
「おまびよん」

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



新病院事業管理者兼院長 就任のご挨拶

私は井上先生の後任として、大町市病院事業管理者兼市立大町総合病院院長に着任いたしました藤本主作です。信州大医学部を卒業後、信州大学医学部第一内科学教室に入局し、呼吸器内科学を専攻しました。平成20年に第一内科学教室准教授から医学部保健学系検査技術科学専攻教授に異動となり、医学部保健学科看護学専攻、検査技術科学専攻、理学療法専攻、作業療法学専攻の4専攻の学生に主に生理学を教えるに参りました。また、平成26年から副医学部長、副保健学系長として6年間医学部の管理運営をサポートしてきました。令和3年4月1日より市立大町総合病院の院長として、病院の理念である地域に密着した暖かく誠実な医療を実践することを第一に考え、在宅医療、訪問診療をより充実させ、患者さんがまた大町病院で診てもらいたいと思っただけのような病院運営を目指したいと考えています。また、市民健康講座などを通して市民の皆さんに健康維持・増進のための情報を発信していきたいと思っております。



病院事業管理者 兼 院長
藤本 主作

私は呼吸器内科が専門ですので、2つの専門外来をおこなっています。1つは「いびき、居眠り外来」です。これは主に寝ている時にいびきをかいて呼吸が止まってしまったり睡眠時無呼吸や、いびきはかかないが寝ると呼吸が極端に弱くなり支障を来してしまう、また昼間どうしても眠くなって仕事に支障をきたす患者さんなどを対象とした専門外来で、毎週月曜日の午前におこないます。もう1つは「咳・息切れ外来」です。毎週金曜日の午前におこないます。咳が長く続いて困っている人、歩くと息が切れて困る人で、喘息、肺気腫・慢性気管支炎を含む慢性閉塞性肺疾患（COPD）、間質性肺疾患などの慢性呼吸器疾患が含まれます。受診していただければ幸いです。

私が着任してまず感じたことは、初期研修医（2年間）および後期研修医（3年間）の教育研修病院として我々の病院は県内の地域医療機関を先導していることです。直接、大町市民への貢献はありませんが、全国から研修医が集まってくることから医師確保という面でも大いに貢献していますし、現職メデイカルスタッフの医療レベルの向上という面においても重要と考えています。市民の方々のご理解と応援をお願いいたします。

最後に、市立大町総合病院は大きく変革しています。赤字経営から脱却し黒字経営となり、県から新型コロナウイルス感染症対策病院として指定を受け、市民および県民のために皆頑張っています。勿論、院内感染を絶対に起こさないための万全の策を講じています。安心して受診していただきたいです。市民の皆さんに支えていただける病院を目指します。

新入医師紹介



小児科

まつざき さとし
松崎 聡

●医師を目指したきっかけは？

手塚治虫さんの『ブラックジャック』です。小学生の時は内容や絵がグロテスクで読めませんでした。高校生頃に何故か読めるようになり目指し始めました。

●専門分野は何ですか？

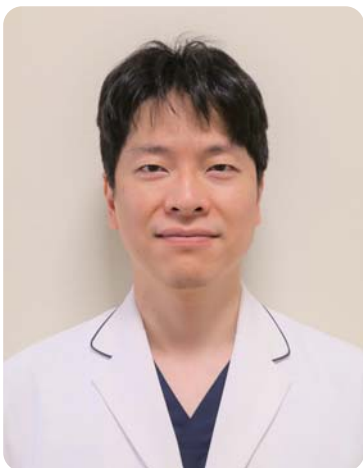
小児循環器科です。医師2年目、短時間で診断+方針を決める必要があるのは赤ちゃんの心臓疾患だと痛感し、小児科をやるなら避けては通れないと考え勉強しました。

●趣味は何ですか？

テニスです。市民大会、草大会はこれまで1回しかでたことはありませんがこれからは可能な限り出場する予定です。

●地域のみなさんへメッセージをお願いします。

医師25年目となり人生の半分を費やしたことになります。いつも新しいことを教えてもらうのは目の前の患者さん、こどもたちでした。貴重な経験がみなさまに少しでもお役に立つように診療するのが使命と感じています。



内科

たがわ てつや
田川 哲也

●医師を目指したきっかけは？

第1は小学生の時に自分や親が病気になり治してもらったこと、第2は精神科看護師の時に患者さんが抱える病気について深く学び直したいと感じたこと。

●専門分野は何ですか？

総合診療科医になるため今年度は内科を担当します。総合診療科は名称の歴史は浅いですが、先輩方がされてきた地域のお医者さんも担うと考えています。

●趣味は何ですか？

アウトドアとしては散策、鳥見、夏山登山、インドアとしては明日を生きる力を与えるくれる芸術作品の鑑賞(小説、短歌、音楽、アニメ、映画等)です。

●地域のみなさんへメッセージをお願いします。

信州は医学生の時からのため大北地域についてまだ詳しくありません。地域の皆様に教えを乞い協力を得ながら、表紙の写真のようにO(オー)町はじめ大北地域に暮らす皆様の生活、健康を担えるように精進して参ります。

新入職員紹介

看護師

氏名 ^{やの}矢野 ^{かな}佳奈

趣味 お出かけ



常に向上心をもって、たくさんの方のことを吸収し、学び、看護師として成長していけるよう、精一杯頑張りたいと思います。これからよろしくお願ひします。

看護師

氏名 ^{くらしな}倉科 ^{ゆうき}有希

趣味 お城廻り



関わった方の人生に少しの輝きと笑顔を増やせるよう、その時その場で精一杯頑張っていきたいです。そして、「千里の道も一歩から」こんな諺があるように進化する看護を日々学び続けていきます。

看護師

氏名 ^{なかむら}中村 ^{もえ}萌

趣味 美味しいご飯を食べること、読書



まだまだ知識や技術は未熟ですが、地域の方や先輩方から色々な事を学び、今までお世話になった大町市の皆さんに貢献できるように頑張ります。よろしくお願ひいたします。

事務員

氏名 ^{かじやま}梶山 ^{なおひろ}直裕

趣味 車関係、釣り、野球観戦

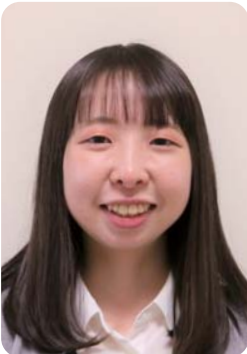


広島県呉市出身です。大学院の研究室でお世話になった教授のご紹介で大町病院へ入職しました。医療情報システムを利用した業務改善で大町病院へ貢献していきたいです。

事務員

氏名 ^{ふくしま}福島 ^{あい}愛

趣味 サックス、御朱印巡り



地元の病院で勤務できることを嬉しく思います。社会人一年目で不安いっぱいですが、患者様・職員の皆さんのサポートができるよう日々努力していきたいです。よろしくお願ひします。

事務員

氏名 ^{まるやま}丸山 ^{じょうじ}丈二

趣味 旅行、スポーツ観戦



安曇野の出身ですが、自然豊かな大町での勤務をととても気に入っています。新社会人で、緊張もありませんが、地域の皆さんに安心感を与えられるよう、明るく元気に頑張ります。

数字で見る! 市立大町総合病院

令和2年度 (集計期間:令和2年4月~令和3年3月)

外来患者延べ数

91,506人/年

(令和元年度 101,092人/年)

診療日数は263日で、
1日当たりの外来患者数は
347人でした。



入院患者延べ数

58,556人/年

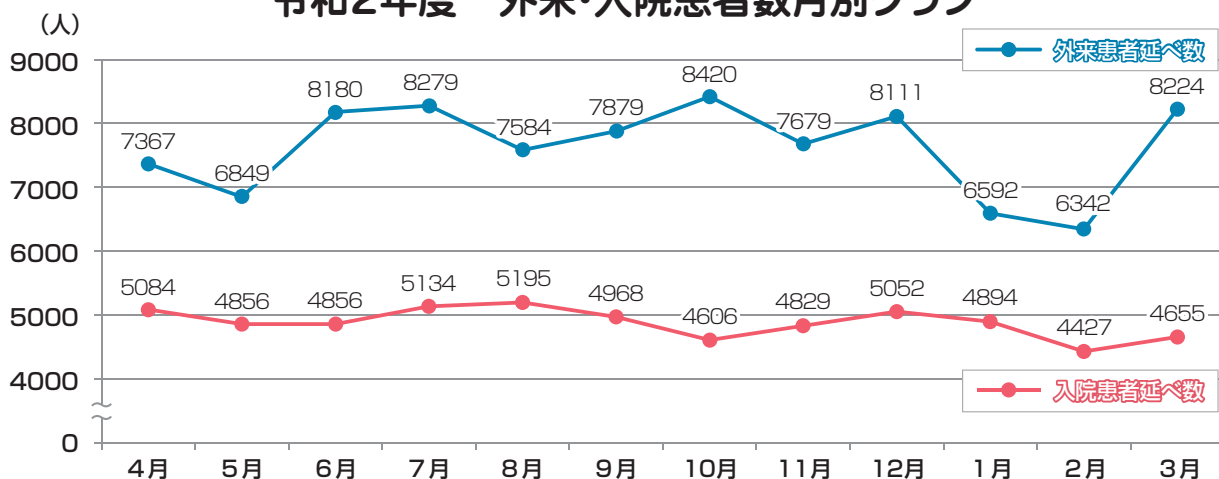
(令和元年度 63,797人/年)

1日平均の入院患者数は
160人でした。

※1人の患者様が5日間入院したら
5人と数えています。



令和2年度 外来・入院患者数月別グラフ



時間外患者延べ数

2,202人/年

(令和元年度 3,454人/年)

休診日及び診療日の
17:15から翌朝8:30までに
受診された患者数です。



救急車搬入患者延べ数

1,288人/年

(令和元年度 1,570人/年)

救急車で搬入された患者数は
1日平均約3人でした。



手術件数

647件/年

(令和元年度 745件/年)

手術室で実施した手術件数は
月平均53件でした。



分娩件数 (令和2年4月~10月)

39件/年

(令和元年度 109件/年)

分娩件数は
月平均約5件でした。



睡眠はとでも重要です。 十分な質の良い睡眠は得られていますか？

病院事業管理者 兼 院長 内科 藤本 圭作

巷では連日新型コロナ感染拡大やワクチン接種のニュースで不安が尽きない今日この頃ですが、皆さんは十分な睡眠はとれていますか？コロナに感染しないためにも十分な質の良い睡眠をとることは大切です。睡眠が不足すると身体の免疫力が低下し、感染症を引き起こしやすくなります。

ひとは何故 眠るのでしょつか？

睡眠の効果はいくつもありますが、いくつか紹介しましょう。①こころと身体の休息。厭な事やストレスは寝ると解消され、睡眠は病気の回復や創傷治癒にも関わっています。②子供の成長。深い睡眠、すなわち熟睡すると下垂体から成長ホルモンがたくさん分泌されます。寝る子は育つと良く言いますよね。③免疫力の向上、新陳代謝・代謝バランスの調整。成長ホルモンは子供の成長だけでなく、成人においても肌や骨などの新陳代謝、免疫力の向上、脂質代謝の促進、糖代謝の正常維持などの作用があります。睡眠時間が短いと肌があれたり、太りやすくなったり、風を引きやすくなります。③記憶の保持。例えば、テスト前日に勉強して十分な睡眠をとった場合と徹夜をした場合では、眠った方がよく記憶できており、睡眠は記憶を保持します。

良い睡眠をとれば どのくらい睡眠をとれば 良いのでしょうか。

7時間以上、8時間未満の場合に死亡リスクが最も少なく平均寿命が最も長くなると言われていますが、年齢によって必要な睡眠時間は異なります。また個人差も大きく、3時間の睡眠で十分という人もいます。

ます。睡眠時間より睡眠の質が重要と思われれます。健康人の夜間睡眠時間の加齢による変化を図1に示しました。平均的な睡眠時間は加齢とともに減少し、寢床に入ってから眠るまでの時間が長くなっています。高齢になると生理的に必要とされる時間は平均6時間くらいと言われています。

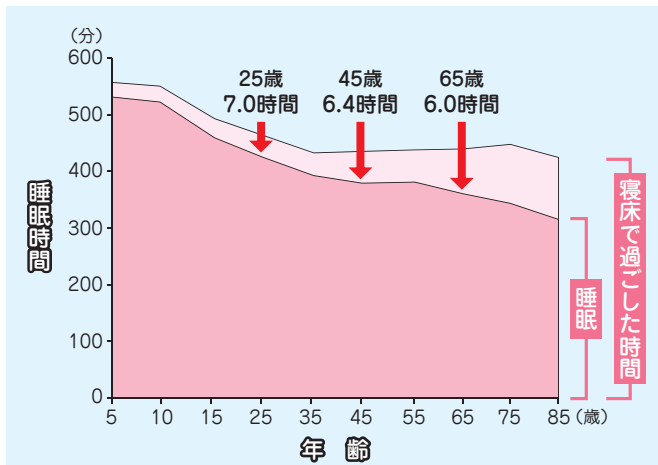


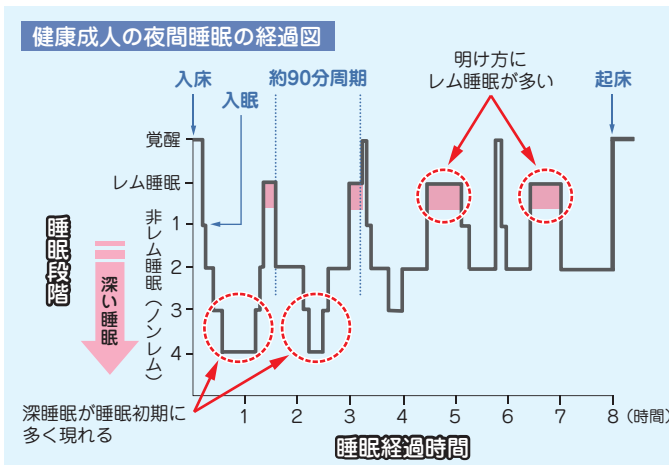
図1. 健康人の夜間睡眠時間の加齢による変化

睡眠には脳を休める睡眠と 身体を休める睡眠があります。

睡眠には脳の活動が休息しているノンレム睡眠と、ある程度脳が活動し夢を見

ていると言われているレム睡眠があります。レム睡眠では全身の筋肉の緊張が低下し身体は休まっています。ノンレム睡眠には浅い眠りと深い眠り(熟睡)があります。健康な人では就寝すると、まず浅い入眠期に続いて深い睡眠となり、その後レム睡眠が十数分間続き、また深い眠りになります。このレム睡眠までが約90分での睡眠周期を一晚に4〜5回繰り返します。明け方になると深い睡眠は見られなくなり、レム睡眠期が長くなります(図2)。このノンレム睡眠とレム睡眠がバランスよく見られることが質の良い睡眠です。

図2. 一晚の睡眠の種類と経過



睡眠障害を引き起こす原因は様々です。

睡眠障害の原因は様々ですが、睡眠習慣・生活習慣によるもの、睡眠リズムの乱れ、ストレスによる不眠が原因として多いです。それ以外として多いのは睡眠時無呼吸症候群です。これは眠っている間に呼吸が止まる、あるいは弱くなることによって深い睡眠が得られず、昼間眠くなってしまうです。他にもむずむず脚症候群・周期性四肢運動障害、慢性呼吸器疾患、脳神経疾患、前立腺肥大や膀胱機能障害による夜間頻尿などの原因があります。また、睡眠障害がなくても昼間に我慢できない眠気に襲われてしまう過眠症があり、ナルコレプシーはその代表的な疾患です。

健康を維持するために睡眠で気を付けることはどんなことでしょうか。

厚生労働省健康局 健康づくりのための睡眠指針12箇条が2014年に公表されています。

1 良い睡眠で、からだもこころも健康に。

- ・良い睡眠で、からだの健康づくり
- ・良い睡眠で、こころの健康づくり
- ・良い睡眠で、事故防止



2 適度な運動、しっかりと朝食、ねむりとめざまめのメリハリを。

- ・定期的な運動や規則正しい食生活は良い睡眠をもたらす
- ・朝食はからだもこころのめざまめに重要
- ・睡眠薬代わりの寝酒は睡眠を悪くする
- ・就寝前の喫煙やカフェイン摂取を避ける



3 良い睡眠は、生活習慣病予防につながります。

- ・睡眠不足や不眠は生活習慣病の危険を高める
- ・睡眠時無呼吸は生活習慣病の原因になる
- ・肥満は睡眠時無呼吸のもと

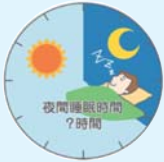


4 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。

- ・眠れない、睡眠による休養感が得られない場合、こころのSOSの場合あり
- ・睡眠による休養感がなく、日中もつらい場合、うつ病の可能性も

5 年齢や季節に応じて、ひるまの眠気で困らない程度の睡眠を。

- ・必要な睡眠時間は人それぞれ
- ・睡眠時間は加齢で徐々に短縮
- ・年をとると朝型化 男性でより顕著
- ・日中の眠気で困らない程度の自然な睡眠が一番



6 良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。

- ・自分にあつたりリラックス法が眠りへの心身の準備となる
- ・自分の睡眠に適した環境づくり



7 若年世代は夜更かし避けて、体内時計のリズムを保つ。

- ・子どもには規則正しい生活を
- ・休日に遅くまで寝床で過ごすや夜型化を促進
- ・朝目が覚めたら日光を取り入れる
- ・夜更かしは睡眠を悪くする



8 勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。

- ・日中の眠気が睡眠不足のサイン
- ・睡眠不足は結果的に仕事の能率を低下させる
- ・睡眠不足が蓄積すると回復に時間がかかる
- ・午後の短い昼寝で眠気をやり過ぎし能率改善



9 熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠。

- ・寝床で長く過ごしすぎると熟睡感が減る
- ・年齢にあつた睡眠時間を大きく超えない習慣を
- ・適度な運動は睡眠を促進

10 眠くなってから寝床に入り、起きる時刻は遅らせない。

- ・眠たくなってから寝床に就く、就床時刻にこだわりすぎない
- ・眠ろうとする意気込みが頭を冴えさせ寝つきを悪くする
- ・眠りが浅いときは、むしろ積極的に遅寝・早起き



11 いつもと違う睡眠には、要注意。

- ・睡眠中の激しいいびき・呼吸停止、手足のぴくつき・むずむず感や歯ぎしりは要注意
- ・眠っても日中の眠気や居眠りで困っている場合は専門家に相談

12 眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を。

- ・専門家に相談することが第一歩
- ・薬剤は専門家の指示で使用





健康レシピ

第11回

— 栄養室 —

体重が増える原因は、消費カロリーよりも摂取カロリーが多いということです。外出が減ったことで、運動や体を動かすことが減っていないでしょうか。また、自宅にいる時間が増えたことで、間食をする機会が増えていないでしょうか。

今回は、コロナ太り解消！低カロリーで満足のいく献立と調理のポイントの紹介です。

ポイント

① 野菜・海藻・キノコ類をうまく活用しましょう！

低カロリーでビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富です。

② 野菜を大きめに切りましょう！

たくさん噛むことで満腹感を得られやすいです。

③ 脂質が多い食品に気をつけましょう！

- ・炒め料理（野菜炒め、チャーハン等）を控える
- ・ドレッシングはノンオイルのものを
- ・焼き料理の油は少量に

また、食事だけでなく、適度な運動も大切です。この機会に一度生活を振り返ってみましょう。

そこで①～③に配慮したメニュー紹介です

全体（一人当たり）

エネルギー
454 kcal

たんぱく質
23.8 g

塩分
2.1 g

鰻のカレー粉焼き

材料
(2人分)

- 鰻・・・2尾（1尾60g程度）
- 小麦粉・・・3g
- カレー粉・・・0.2g
- 油・・・小さじ2
（添え）アスパラガス・・・2本

作り方

- ① カレー粉と小麦粉を混ぜ、鰻にまぶす
- ② フライパンに油を引き、①の鰻を両面焼く
- ③ 添えのアスパラガスは油を入れずにから焼きする
- ④ 鰻とアスパラガスを盛り付ける

一人当たり

エネルギー
121 kcal

たんぱく質
13.3 g

塩分
0.3 g



舞茸ご飯

（一人前 炊き上がり150gを目安にする）

材料
(2人分)

- 米・・・2合
- 水・・・普通ご飯同量2合分
- 酒、醤油・・・各大さじ1
- みりん・・・小さじ2
- ごま油・・・小さじ1
- 舞茸・・・100g

作り方

- ① ご飯を研ぎ、水気を切っておく
- ② フライパンにごま油、舞茸を入れ、軽く炒める（ご飯が黒くなることを防ぐため）
- ③ お釜に米、水、全ての調味料、②の舞茸を入れ、軽く混ぜる
- ④ 炊飯器で炊く（普通ご飯炊飯モード）

一人当たり（ご飯150g）

エネルギー
265 kcal

たんぱく質
5.0 g

塩分
0.3 g



豆苗の和え物

野菜たくさんにしましょう。ノンオイルドレッシングや酢の物で低カロリーに！

かぶ丸ごと使い切りスープ

貝沢山にしましょう。味付けはコンソメor香味ペーストでもOK!

登録医の紹介

登録医とは、患者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。

小谷村診療所 所長 中井 和男 医師



医師を目指した動機は？

もともと理学部で研究がしたくて大学院まで進学しましたが、その頃阪神大震災がありました。避難所でボランティア活動をしていた時、身寄りのない高齢者の方と知り合い、その後仮設住宅にも遊びに来てほしいというので時々会いに行っていました。そこでかかりつけ医に励まされた話を何度も聞かされたのですが、そのうち段々と医師という職業に憧れるようになりました。その後結婚を機に医師になることを決意しました。

小谷村診療所で勤務するようになった経緯は？

どのような道に進んだとしても最終的には診療所に勤務したいと思っていました。縁あって麻酔科で修行させていただきましたが、平成22年に小谷村が無医村になったことを知りました。悩んだ末に小谷村診療所勤務を選びました。

第7回やぶ医者大賞受賞

一般に「藪医者」という表現は下手な医者という意味で使われていますが、本来名医を表す言葉であるそうです。もともとは但馬の養父やぶというところに名医がおり、養父医者と呼ばれて名医のブランド名になっていました。ところが養父医者の弟子を名乗る者たちがこの名を悪用するようになり、いつしかその名声は地に落ちて今のような意味になったそうです。

兵庫県の養父市では、「藪医者」の語源が養父の名医であることにちなみ、名医の郷として若手医師の育成、医療過疎地域の医師確保及び地域医療の発展に寄与することを目的に「やぶ医者大賞」を創設したそうです。

そして私は昨年、このやぶ医者大賞をいただきました。この名に恥じないように今後とも地域医療に貢献していきたいと思っています。

地域の皆さんへ一言お願いします

小谷村診療所では医学生や研修医、総合診療専攻医の受け入れを行っています。ここで地域医療の面白さを知ってもらい、一人でもへき地勤務を目指す医師が増えてくれればと考えて受け入れています。これからも地域に貢献しながら、医師育成にも力を入れていきたいと思っています。



小谷村診療所

所在地 / 北安曇郡小谷村大字中小谷丙2520-1
電話 / 0261-82-2044
診療科目 / 内科、外科、整形外科
診療時間 / 8:30~11:00
13:30~16:00
休診日 / 土曜・日曜・祝祭日

ホームページはこちら



ご寄付いただきました皆さまへのお礼とご紹介

当院における新型コロナウイルス感染症対策に対しまして、多くの市民並びに企業の方々よりマスク等の医療物資のご寄付のほか、食品の差し入れなどを多数いただきました。心から感謝しお礼申し上げます。

ご寄付いただいたマスク等につきましては、有効に活用させていただいております。

引き続き、当院の新型コロナウイルス感染症対策に関しまして、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

ご寄付をいただいた皆さまのご紹介（※令和2年7月～令和3年3月受付分）

- 長野県歯科医師会様
- 和食織是様
- 長野県看護協会様
- どりやきCona様
- 株式会社伊藤園様
- “最前線にマスクと防護具を” 実行委員会様
- 北安醸造株式会社様
- 山岳食堂「岳」、上原農園様
- 株式会社マルエー様
- 風に立つライオン基金様
- 市立大町総合病院サポーターの会様
- 大北農業協同組合様
- 株式会社市野屋様
- 松本信用金庫様
- フマキラー株式会社様
- 市内外の個人、企業の皆様

大町市立東小学校6年生よりシトラスリボンが寄贈されました

3月5日（金）に大町市立東小学校6年生よりシトラスリボン(全職員分)が寄贈され、当院職員へ配布しました。



シトラスリボンプロジェクトとは

誰もが新型コロナウイルス感染症に感染するリスクがあるなか、たとえ感染しても地域のなかで笑顔の暮らしを取り戻せることの大切さを伝え、感染された方や医療従事者が、それぞれの暮らしの場所で「ただいま」「おかえり」と受け入れられる雰囲気をつくり、思いやりがあり暮らしやすい社会を目指す、愛媛県の有志グループ「ちょびっと19+」が進めるプロジェクトです。

「シトラスリボン」のそれぞれの輪は、「地域」「家庭」「職場（または学校）」を表現しています。

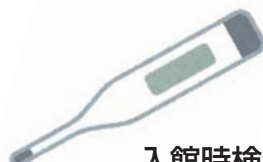
当院の感染症対策について

当院は大北医療圏域唯一の感染症指定医療機関として、長野県・大町保健所と連携し、感染防御を徹底したうえで、適切な対応に努めてまいります。ご利用いただく皆様並びに地域の皆様には、ご面倒をおかけいたしますが、さらなる感染拡大防止のため、ご理解とご協力をいただきますようお願いします。

当院では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、患者様および来院される方に下記をお願いをしております。



マスクの着用



入館時検温



手指消毒

職員募集

大町病院では次の職種の職員を随時募集しています。

募集内容

「医師」随時募集

大町病院では医師を随時募集しています。知り合いや親戚などで、地元に戻って勤務される希望の方がおりましたら、紹介してください。



採用日等	令和4年4月1日採用（正職員）			随時採用（正職員） 急募	随時採用（会計年度任用職員） 急募
職 種	看護師 保健師 助産師 ※支度金制度あり	介護福祉士	薬剤師 臨床検査技師	看護師 保健師 助産師 訪問看護師 介護福祉士	看護師 保健師 助産師 介護福祉士 看護助手
採用予定 人 員	10名	5名	若干名	5名	5名
応募資格	昭和37年4月2日以降に生まれ、各職種の免許をお持ちの方または、免許取得見込みの方（※1）	昭和46年4月2日以降に生まれ、各職種の免許をお持ちの方（※1）	昭和36年4月2日以降に生まれ、各職種の免許をお持ちの方	各職種の免許をお持ちの方、看護助手は介護職員初任者研修（旧ヘルパー2級）修了者又は、無資格者も歓迎します。	
採用試験	令和3年5月8日（土） または 5月26日（水）	令和3年5月中旬予定 ※決定し次ホームページに掲載します。	随時	随時	
試験内容	・作文試験 ・口述試験	・作文試験 ・口述試験 ・教養試験	・作文試験 ・口述試験	・面接試験	
申込書類	・職員採用試験申込書、身上書（※2） ・資格免許証の写し （免許未取得者は、成績証明書と卒業見込証明書）			・会計年度任用職員採用申込書（※2） ・資格免許証の写し （応募資格で免許が必要な職種）	
申 込 先	大町病院総務課人事係へ直接または、郵便で提出してください。 （郵送先 〒398-0002 大町市大町3130 市立大町総合病院総務課人事係）				

※1 令和4年の春までに行われる国家試験により、当該免許を取得する見込みの方を含みます。

※2 「申込書」「身上書」は、当院指定様式です。当院ホームページからダウンロードしていただくか、下記までお問い合わせください。

■ 問い合わせ 総務課人事係 **TEL** 0261-22-0415（内線2218）

当院ホームページ

「募集要項」
ページは
こちら ▶



先輩看護師からのメッセージ 看護師 坂本 しおん

私は2年前に入職しました。以前祖父母が大町市に住んでいたため子供の頃に夏休みや正月休みを過ごし、お世話になったこの地で地域に何か貢献ができればという想いが入職の動機の一つです。

入職後は主に手術室、内視鏡室で働いていましたが、この一年の半分以上は新型コロナウイルスの対応のために防護服を着ながら仕事をしていました。非日常的な毎日は大変でしたが、前代未聞の事態に対応する過程は個人的には勉強になることが多く良い経験をさせてもらっています。また、共に苦労しながら汗を流したスタッフとはより深い絆を持つことができましたように思います。そして本当に心が折れそうな時、地域の方々からの暖かい応援の言葉や寄付の品に気持ちを支えて頂きました。この場を借りて感謝を伝えたいです。ありがとうございました。

ストレスの多い毎日でしたが、休日はこの自然豊かな地域で家族と気持ちをリフレッシュすることができています。このコロナ禍の医療現場は感染対策の影響で業務量が増えており、人手不足が続いています。医療現場での働き口を探している方が居られましたら、お声がけくださると幸いです。



レッドゾーンに入る前には正しく
防護具を装着できているか確認します

外来診療表

2021年5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	鳥居 旬	金子 一明	菊地 祥子	實近 百恵	—
	循環器	午前 南澤 匡俊	—	門田 真	金井 将史	加藤 太門	—
	腎臓・血液・ 肝臓	—	—	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	—	藤本 圭作	漆畑 一寿
	いびき・居眠り	午前 藤本 圭作	—	—	—	—	—
	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	鳥居 旬 熊谷 美恵子	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】	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】	午後 —	—	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 松崎 聡	草刈 麻衣	松崎 聡	金井 絢子	草刈 麻衣	大嶽 富夫
	予防接種 【予約】	午後 草刈 麻衣	松崎 聡	—	—	—	—
	乳児健診 【予約】	午後 —	—	—	—	松崎 聡(第2週) 草刈 麻衣(第4週)	—
	発達外来 慢性疾患外来 【予約】	午前 —	—	—	平林 伸一(第2・4週)	—	—
		午後 草刈 麻衣	松崎 聡	草刈 麻衣 (第1・3・5週) 松崎 聡 (第2・4週)	平林 伸一(第2・4週) 松崎 聡	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 [診察]10:00~	高木 哲【予約制】 平賀 理佐子	平賀 理佐子 [診察]9:30~ 高木 哲(11:00~)	高木 哲 平賀 理佐子 (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 綴男 [診察]14:00~ (受付15:30まで)	—	—	—	—
心臓血管外来 【予約】	午後 —	—	—	—	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 【予約不要】	午前 —	—	—	青木 俊樹	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	—	—	—	
皮膚科 【予約不要】	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(再診) 永井 崇(初診)	永井 崇	野口 涉 (受付10:30まで)	永井 崇	野口 涉	担当医	
産婦人科	午前 —	深松 義人	三橋 祐布子 [診察]10:00~ (受付15:30まで)	深松 義人	深松 義人	—	
	午後 —	【予約制】	【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 【予約不要】	—	—	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 [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