

# きらり★ 大町病院

市立大町総合病院  
OMACHI MUNICIPAL GENERAL HOSPITAL

2016.1.1

vol.12

<http://www.omachi-hospital.jp/>



新年のご挨拶

特集 地域包括ケア病棟

分娩再開のお知らせ

新任医師紹介 きらり★ひかる 健康レシピ

病院からのお知らせ 診療表

ご自由にお持ちください。

表紙の写真：大町病院を守る会によるイルミネーションと南棟（さくら）

# 平成28年 新年のご挨拶



病院事業管理者 兼 院長

## 井上 善博

皆様、新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。今年の干支は申ですが、猿は木の上を飛び回つたりして活発な動物です。われわれも今年一年明るくポジティブ思考で過ごしたいものです。

平成27年の大町病院は、産婦人科医師の病気療養のためお産を休止するという予想もしなかつた事態で始まりました。大北医療圏に出産を取り扱う医療施設が無くなることになるため、住民の皆様による署名活動が行われたり、県や信大へ陳情に行つたりして大きな問題となりましたが、産婦人科医師の海野先生が当地に赴任され秋には出産を再開できるようになりました。署名活動をして下さった住民の皆様をはじめ関係各方面の方々には深く感謝いたします。

平成26年11月の神城断層地震の折には、当院は大北地方の災害拠点病院として災害救助活動の拠点となりました。幸いにも犠牲者を出さずに済みましたが、今後も起こりえる災害に確実に対応するための被災者収容施設が平成27年夏に完成しました。同時に1階にレストランと内視鏡室を、2階には健診センターを併設し、市民の皆さんのがん検診にも役立つ施設となりましたので是非ご利用下さい。

さて、日本は65歳以上の高齢者が21%を超える超高齢社会に平成19年に突入し、その後も高齢者の割合は増加しております。今後ますます医療と介護を必要とする人が増えると予想されます。

厚生労働省は平成26年の診療報酬改定で、地域包括ケアシステムの構築を提唱しました。このシステムは可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービスを提供しようとするものです。当院ではこれに応えるため急性期と在宅の橋渡し役として回復期の患者を受け入れる地域包括ケア病棟を今年度当初より準備してまいりましたが、今年1月より開設することになりました。また在宅医療にも昨年末より開始しております。

大町病院はこれからも地域に密着した病院を目指し、医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの一翼を担えるよう努めてまいります。



皆様、新年明けましておめでとうございます。

病院駐車場にそびえるモミの木のイルミネーションが温かい光を放ち、和やかな気持ちと共に新年を迎えることができました。本年も皆様に取りまして明るく穏やかな年となりますようお祈りいたします。

さて、昨年の分娩休止につきましては、地域の皆様には大変なご心配をおかけしました。病院を守る会の方々には各地で署名活動を行なつていただきました。病院職員も地域や諸行事に出向き活動し、多くの方から署名を頂戴しました。私も共に外に出ましたが、皆様が口々に「大町病院でお産ができないのは困る」「次の子も大町病院で産みたい」と言つては快く署名をしてくださいました。改めて署名にご協力くださいました皆様に心から感謝申し上げます。

多くの皆様方のご理解とご尽力により、非常勤の産婦人科

皆様、新年明けましておめでとうございます。

病院駐車場にそびえるモミの木のイルミネーションが温かい光を放ち、和やかな気持ちと共に新年を迎えることができました。本年も皆様に取りまして明るく穏やかな年となりますようお祈りいたします。

さて、昨年の分娩休止につきましては、地域の皆様には大変なご心配をおかけしました。病院を守る会の方々には各地で署名活動を行なつていただきました。病院職員も地域や諸行事に出向き活動し、多くの方から署名を頂戴しました。私も共に外に出ましたが、皆様が口々に「大町病院でお産ができないのは困る」「次の子も大町病院で産みたい」と言つては快く署名をしてくださいました。改めて署名にご協力くださいました皆様に心から感謝申し上げます。

多くの皆様方のご理解とご尽力により、非常勤の産婦人科



## 看護部長

### 清水 香代子

医師に来ていただくことができ、さらに松本地域出産・子育て安心ネットワークに参加させていただけたことで、妊娠32週までの妊婦健診が継続できました。9月には海野医師が着任され10月から分娩を再開する運びとなりました。すでに数人のお産があり新生児の力強い泣声が希望と勇気を与えてくれます。助産師外来にも患者さんが増え、日々助産師による細やかなケアや指導を行なっています。

ところで当院では、今年度から信州木曽看護専門学校の看護実習を開始しました。看護学校が近くにない当院では、助産学実習として聖路加国際大学修士生の受け入れをしてきましたが、看護実習としては初めてとなります。このた

めに3年計画で実習指導者を揃えました。実習は看護学生が患者さんに真摯に向き合って深い学びの機会となり、職員も良い刺激を受けました。この学生達がやがて素敵な看護師となつて活躍してもらいたいと願うものです。

また、当院ではすでにご案内のように、この1月より急性期1病棟を地域包括ケア病棟に転換いたしました。年度初めからチームで諸々の検討を重ね、職員体制も整え、6か月間の実績を踏まえて開始の運びとなりました。この病棟は急性期を過ぎても在宅復帰に向けたケアやりハビリ等が必要な方が入院される病棟となります。地域の皆様の安心に繋がればと考えております。

今後も地域に密着した拠りどころとなる病院を目指して、温かく質の高い医療看護の提供をしてまいりたいと思いますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

特集

# 教えて！地域包括ケア病棟

平成28年1月より、5階東病棟（48床）に開設いたします

## 地域包括ケア病棟とは何ですか？

症状が落ち着き、経過観察が必要な方に診療、看護、リハビリ等を行う病棟です。

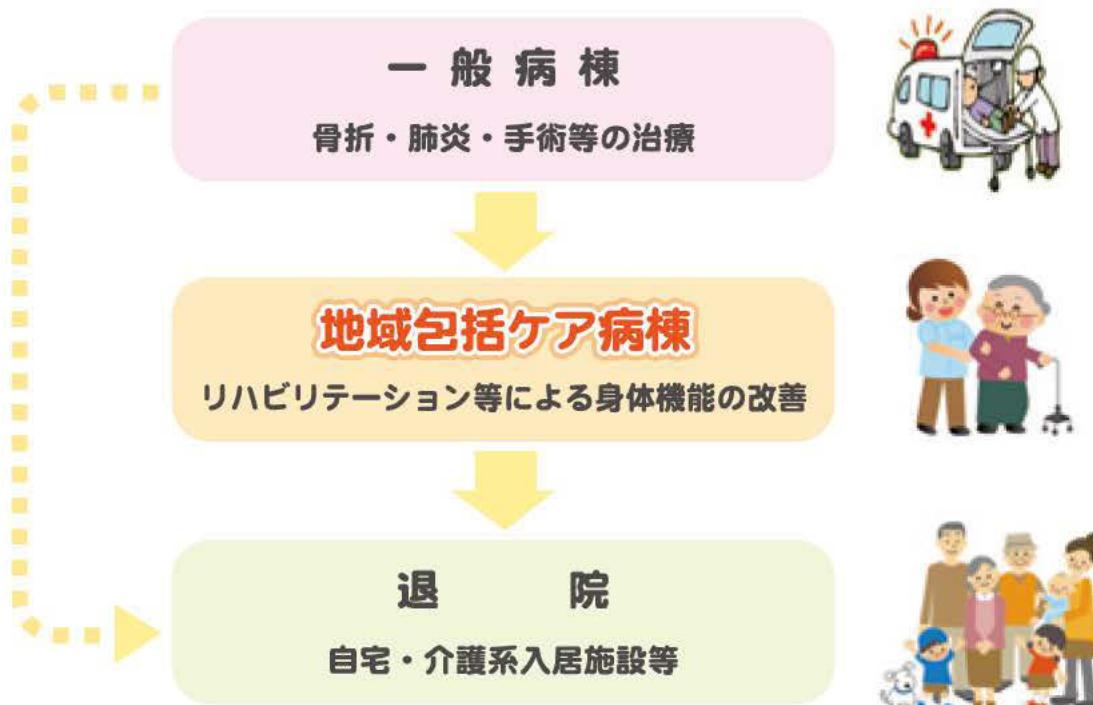
主治医、看護師、リハビリ職員、ソーシャルワーカー等と院外の関係者（ケアマネジャー等）が協力して、効果的なリハビリや在宅復帰に向けた相談、準備（介護保険制度の利用や住環境に関する調整等）を行います。



## どんな方が利用できるの？

在宅あるいは介護施設に復帰予定の方で、主に次のような方が対象となります。

- ① 入院治療で症状が改善したが、もう少し経過観察が必要な方
- ② 入院治療で症状が安定し、在宅復帰に向けたリハビリが必要な方



## 病棟に関わるスタッフ



## 地域包括ケア病棟入院に対する留意点

- 入院費は定額で、リハビリ・投薬料・注射料・処置料・検査料等が含まれます。  
※個人負担上限額は、急性期病棟の場合と変わりません。
- 症状の悪化等により、主治医から集中的な治療が必要と判断された場合、一般急性期病棟で治療を行います。

## お気軽にご相談ください（相談窓口）



市立大町総合病院

医療社会事業部 地域医療福祉連携室

TEL : 0261-22-6851（直通） FAX : 0261-22-6582

訪問診療始めます

～ご自宅での療養をサポートします～

こんにちは！担当医の塩澤です！

地域の方々の暮らしに沿った医療を提供いたします。  
よろしくお願いします。

# 分娩再開のお知らせ



市立大町総合病院では、産婦人科の分娩取り扱いを平成27年3月から休止しておりましたが、常勤医師の着任などにより体制が整い、平成27年10月5日から分娩の取り扱いを再開いたしました。休止の間、多くの皆様からご支援をいただき改めて感謝申し上げます。

また、分娩再開に合わせ、お祝い膳のリニューアル、母児同室の個室を整備いたしました。皆様が安心して出産ができる環境づくりに今後も努めてまいります。



写真：11月生まれ 幸空（ゆら）くん

## 「お祝い膳」リニューアル

出産後のお祝いとして提供していた「お祝い膳」をリニューアルしました。

新棟（南棟さくら）に7月にオープンしたレストラン「ピアンモール」（株式会社光洋）と提携し、提供いたします。

当院でご出産される方は、是非お楽しみください。



## 「母児同室の個室」整備

出産後、お母さまと赤ちゃんが一緒に病室で過ごせる環境を整備しました。

退院後の生活にスムーズに移行できるようサポートいたします。



### ■分娩についてのお問い合わせ

産婦人科外来 電話 0261-22-0415（代表） 内線2040

# 新任医師紹介



## 内科（総合診療科）

かね こ かず あき  
**金子 一明**

出身地 群馬県  
出身大学 信州大学  
卒業年度 平成19年度

### ● 医師を目指したきっかけは？

障がい者介助の体験から、心と身体をもった人の全体をみられる医者になろうと思いました。

### ● 先生の専門分野は？

総合診療・家庭医療

### ● 趣味は何でしょうか？

登山、映画鑑賞（松本 cinema セレクトという団体をやっています）、舞台鑑賞

### ● 地域の皆さんへメッセージをお願いします。

地域で安心してずっと過ごしていくことが可能な医療を目指しています。また、いろいろな地域の医療職と連携を大事にしていきたいと考えています。どうぞよろしくお願いします。

## Information 「お知らせ」

### 職員募集について

大町病院では次の職種で職員を募集します。

#### ■ 募集内容

薬剤師・診療放射線技師・作業療法士・言語聴覚士・介護福祉士（各若干名）

**応募資格** 昭和40年4月2日以降に生まれ、各職種の資格をお持ちの方

**申し込み** 申込書（顔写真添付）と身上書を大町病院庶務課人事係へ直接持ち込むか郵送で提出。

**採用等** 採用日等の詳細については、下記までお問い合わせください。

**■ その他** 募集要綱・申込書・身上書は大町病院庶務課人事係にあります。  
(病院ホームページからもダウンロード可能)  
【URL】<http://www.omachi-hospital.jp/>

**■ 問い合わせ** 庶務課人事係 **TEL** 0261-22-0415 (内線2217)

## 加齢にSTOP! 若返り健康教室のお知らせ

健康管理の基本は自分からだと知ることからです。ご自身の体内年齢や肌年齢を測定してみませんか？ 現在の状態を確認し、いつまでも健康で若々しい心身を保つために必要な運動をご紹介します。

■日 時	平成28年1月23日（土） 午前9時～午前12時（予定） 【予約制】申込締切1月15日（金）
■会 場	南棟 健診センター
■内 容	

■対象者	概ね40歳以上の女性 (定員30名程度)
■服 装	運動のできる服装
■持ち物	参加費（600円）、タオル

### ◎身長・体重・体組成計での測定

体重から体脂肪率や筋肉量、内臓脂肪といったからだの組成（体組成）を分析します。

### ◎血圧測定

加齢とともに上昇する血圧管理は健康管理の基本です。

### ◎骨密度測定（超音波）

骨の強さを表す指標で、低下すると骨がもろくなって骨折しやすくなります。

### ◎肌年齢チェック

お肌はカラダ全体の健康を守るバロメーターです。

### ◎物忘れ相談プログラム

アルツハイマー型認知症を見つけるのに最も重要な質問を用いた簡単なスクリーニングテストプログラムです。

### ◎エクササイズ

メノポーズケア&スロートレーニング

■問い合わせ・申込先 健診センター **TEL** 0261-85-2234（直通）

## 糖尿病教室のお知らせ

大町病院では糖尿病教室を開催しています。糖尿病に関心をお持ちの方など、どなたでも参加できますのでお出かけください。

### 日 程

回 数	1月	2月	3月	時 間	会 場	費 用	内 容
第1回	13日(水)	10日(水)	9日(水)	14:00～16:00	講堂(南棟)	500円	糖尿病とは、運動療法、食事療法
第2回	15日(金)	12日(金)	11日(金)	14:00～16:00	講堂(南棟)	500円	日常生活の心得、薬、検査について
第3回	20日(水)	17日(水)	16日(水)	要予約	講堂(南棟)	900円程度	食事に実際（バイキング形式の食事）

- その他
- 第3回の試食会（バイキング形式の食事会）は申し込みが必要です。
  - 鉛筆と診察券を持ってきてください。
  - 日程は変更になる場合もありますので申込時にご確認ください。  
また、キャンセルされる場合もあらかじめ連絡をお願いします。
  - 血糖測定を希望される方は、開始15分前に南棟1階講堂へおこしください。

■問い合わせ・申込先 地域医療福祉連携室 **TEL** 0261-22-0415（内線2194）

## 古布収集のお礼とお願い

横山様（大町市）より古布をたくさんいただきました。ありがとうございます。ありがとうございました。使わせていただきます。大町病院では、常時布切りボランティアの活動がありますので、不用な布がありましたらお譲りください。引き続き皆様のご協力をお願いいたします。

■譲っていただきたい布 タオル・綿の布

■問い合わせ 看護部長室



# 健康レシピ

第7回

—栄養室—

## ネギポン酢焼き餅



いつもお餅に飽きたら、一口サイズにして胡麻の風味で減塩餅を食べてみましょう。

### ■材料【2人分】

餅 ..... 2切れ  
ねぎ ..... 15g  
刻みのり ..... 適量  
白胡麻 ..... 3g

【調味料】  
ポン酢 ..... 大さじ1  
砂糖 ..... 小さじ1  
ごま油 ..... 大さじ1

### ■作り方

- ① 餅を1/4に切る。ねぎを千切りにしておく。
- ② フライパンにごま油を熱し、餅を中火で全面を返しながらこんがり焼く。
- ③ ②を火からはずし、ポン酢と砂糖を良く混ぜ合わせたものを入れ焦げないように素早くフライパンを振りながら餅にソースを絡める。
- ④ ③の中にねぎを入れて、一緒に絡ませて、器に盛りつけ、上から白胡麻、刻みのりを飾り出来上がり。

## 数の子アボカドカップ



数の子を減塩で食べる工夫です。正月数の子が余れば、ちょっと1品作ってみては。

### ■材料【2人分】

アボカド ..... 1個  
数の子 ..... 30g  
クリームチーズ ..... 30g  
ヨーグルト ..... 大さじ1

### 【調味料】

レモン汁 ..... 小さじ2  
マヨネーズ ..... 10g

### ■作り方

- ① アボカドは縦半分に切って種を取り、身の部分をスプーンで取りさいの目に切ってレモン汁をかけておく。
- ② クリームチーズもさいの目に切り、数の子は小さくちぎる。
- ③ ①②をボールに入れてマヨネーズとヨーグルトを入れて混ぜて、器に盛って出来上がり。

## 塩だけカブサラダ



野菜不足になりがちのお正月に、カブや大根家にある野菜10分でできる簡単料理です。

### ■作り方

- ① カブを輪切りでスライスし、塩もみをする。10分ほどおいてしんなりしたら水気を絞る。  
(そのままで食べると薄い位の塩味で)
- ② 小口ネギを輪切りにし、貝割れ大根を適当な大きさに切り、①と混ぜ合わせる。
- ③ 盛りついで鰹節、塩昆布、白胡麻をまぶして飾り、出来上がり。

黒豆の煮汁で簡単に作れる  
「黒豆プリン」もおすすめです。

# 外来診療表

平成28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。

※青文字は信州大学からの派遣医師です。

科名		月	火	水	木	金	土
内科 ※午後は予約のみ	午前	中澤 勇一	関口 健二	賓近 百恵	中澤 勇一	関口健二/賓近百恵(予約制)	—
	午後	—	—	—	—	—	—
	午前	—	—	—	—	金子 一明	—
	午後	—	五味 志文	鳥居 匂	—	—	—
	1診	午前	新津 義文 (腎臓・血液・肝臓病)	—	新津 義文 (腎臓・血液・肝臓病)	塙澤 良一	北原 修 (糖尿病)
		午後	—	—	—	—	—
	2診	午前	担当医 【予約制】	北原 修 (糖尿病)	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
	3診	午前	小林 孝至(呼吸器)	石井宏明(第2・4週 (糖尿病・内分泌)【予約制】 [診察]10:00～)	向井雄一/町田良亮 (呼吸器)	—	福嶋 敏郎(呼吸器)
		午後	—	—	—	—	—
	4診	午前	—	—	山田 博美 【予約制】	—	山田 博美 【予約制】
		午後	—	森淳一郎(第1・3・5週 (糖尿病・内分泌)【予約制】)	—	—	—
	5診	午前	西村仁志(循環器)	三浦 崇(循環器)	吉江幸司(循環器)	南澤匡俊(循環器)	滝 美波(循環器)
		午後	上條剛志【予約制】	—	上條剛志【予約制】	上條剛志【予約制】	上條剛志【予約制】
	禁煙外来【予約制】		—	太田 久彦 [診察]14:00～	—	—	—
小児科 ※午後は予約のみ	午前		南 勇樹	竹内 さつき	遠藤優子(第1週) 南 勇樹	小林 法元	竹内 さつき
	午後		予防接種	予防接種	慢性疾患外来	—	乳児健診
	発達外来		—	南 勇樹 (再診のみ)	南 勇樹 (再診のみ)	南 勇樹 (初診・再診)	南 勇樹 (再診のみ)
外科	一般外来 【予約制】	午前	高木 哲	平賀 理佐子	高木 哲	平賀 理佐子	平賀 理佐子
	午後	—	—	—	—	—	—
	一般外来	午前	平賀 理佐子	高木 哲	平賀 理佐子	高木 哲 [診察]11:00～	—
	午後	—	—	—	—	高木 哲	—
	乳腺外来【予約制】 [火曜受付]15:30まで	—	小池 綏男 [診察]14:00～	—	—	小池 綏男	—
	心臓・血管外来 [受付]16:00まで	—	—	—	—	信州大学 [診察]14:00～	—
整形外科 [受付]10:30まで		伊藤 仁	鎌倉 貞夫	伊藤 仁	鎌倉 貞夫	池上 章太	信州大学
脳神経外科 ※午後は予約のみ	午前	青木 俊樹	青木 俊樹	青木 俊樹	青木 俊樹	青木 俊樹	青木俊樹(第2週)
	午後	—	—	—	—	—	—
皮膚科	午前	松本 祥代	松本 祥代	松本 祥代	枝光 智大	松本 祥代	松本 祥代
	午後	—	—	子供/専門外来 [診察]14:30～ (受付は15:00まで)	—	—	—
泌尿器科		井上善博【予約制】 野口 渉	柳沢 温	野口 渉	井上 善博	野口 渉	井上善博(第2週) 野口 渉(第4週)
産婦人科 ※午後は予約のみ	午前	深松 義人 【予約制】	海野 隆彦	大平 哲史	海野 隆彦	海野 隆彦	担当医
	午後	—	海野 隆彦	海野 隆彦	深松義人【予約制】	海野 隆彦	—
眼科【予約制】		平野 隆雄	—	千葉 大	—	吉田紀子/黒川 徹	平野 隆雄
耳鼻咽喉科 [水曜受付]15:30まで		—	—	信州大学 [診察]14:00～	—	—	信州大学
形成外科 [受付]16:00まで		—	伴 緑也 [診察]14:00～	—	—	—	—
特殊歯科・口腔外科 【予約制】		鈴木 滋	鈴木 滋	鈴木 滋	鈴木 滋 [診察]15:00～	鈴木 滋	—

■ 予約については、各科外来までお問い合わせください。

■ 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）

■ 午後の急患等につきましては、総合診療または各科で対応させていただきます。

## 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。



市立大町総合病院 広報誌 きらり大町病院

■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 <http://www.omachi-hospital.jp/>

e-mail hospital@city.omachi.nagano.jp