

きらり

大町病院

市立大町総合病院広報誌

2013. 6. 1

vol.1

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

市立大町総合病院
OMACHI MUNICIPAL GENERAL HOSPITAL

第3回病院祭

～つなげよう地域と医療の輪～
温かい病院を目指して



特集 第3回病院祭

～つなげよう地域と医療の輪～ 温かい病院を目指して

総合防災訓練

きらり★ひかる 健康レシピ 五目そうめん

病院からのお知らせ

外来診療表

病院広報誌をリニューアルしました。
デザインも内容も新しくなった
「きらり大町病院」です。
皆さんに楽しんでいただける記事を
載せていきたいと思っています。
ご意見、ご感想をお寄せください。

ご自由にお持ちください★

第3回 病院祭

くつなげよう地域と医療の輪く
温かい病院を目指して



平成25年5月19日（日）に「くつなげよう地域と医療の輪く 温かい病院を目指して」をテーマに「第3回病院祭」を開催し、約4,000人の地域の皆様にご来院いただきました。

病院祭は、大北地域の中核病院であり地域とともに歩む病院として、多くの皆様に地域医療の重要性や当院の活動内容を広く知っていただくために開催しています。院内には、ミニ健診、動脈硬化測定、骨密度測定、手術体験等のブースが並びました。どのブースも長い行列ができ、皆さんの健康に対する関心の高さをうかがい知ることが出来ました。

ミニ健診



血糖測定



手術体験



調剤体験



ハンドマッサージ





源流美麻太鼓



仁科台中学校ブラスバンド



第一中学校ブラスバンド

ウェルカム演奏は力強い太鼓の演奏。地元中学生のブラスバンドにも演奏していただきました。



午前のラストは、昨年もお越しいただいた長野県出身のアーティスト清水まなぶさんのライブ。大いに会場を盛り上げてくれました。



午後のステージは、大町市の観光大使にも任命されたパラパラ漫画でお馴染みの鉄拳さんのパフォーマンスとものまね芸人の亘哲兵さんのものまねライブ。お二人とも大町市出身です。



特別講演では埼玉医科大学医学部脳神経外科学教授の藤巻高光先生に「脳外科医は“ミクロの決死圏”の夢を見る」と題するご講演をいただきました。（藤巻先生も大町市出身です）



今年で3回目の病院祭。心配された天気ももち、大盛況の中、病院祭を終りました。これからも地域に密着した医療サービスの提供はもちろんのこと、温かい質の高い医療を実践し、皆様に親しまれる病院となれるよう職員一同努めてまいります。



大規模災害に備え—

総合防災訓練を実施



大北地域における災害拠点病院としての役割

災害拠点病院とは、災害時の医療救護活動において中心的な役割を担う病院として位置づけられ、各都道府県の二次医療圏ごとに整備されており、大北地域では当院が災害拠点病院に指定されています。

大規模災害が発生した際は、当院の人的・物的に被害が出ることで診療機能が低下することや、多数の傷病者が生じることで通常の診療体制の維持が困難になるため、院内を災害時体制に移行し、多数傷病者に適切な対応をとれるようにする必要があります。災害時にスムーズな医療救護活動を実施するために行った今回の訓練は、地震により大北地域に多大な被害が生じた想定のもと、院内災害対策本部を中心とした院内指揮系統の確立と、災害による多数傷病者に対応するため、傷病の重さにより4区分に選別し（トリアージ）、それぞれの区分でエリアを設営して対応することを中心に行いました。





健康レシピ

シリーズで塩分を控えるコツを紹介していきます。
今回は暑い夏によく食べるそうめんをアレンジしました。
だしを取って旨みアップ、味にコクや深みが出て減塩効果もあります。(栄養室)

■材料(2人分)

そうめん(乾燥) 160g

【ごまだれ】
牛乳 大さじ 4
しょう油 大さじ 1 と 1/2
だし汁 大さじ 2
みりん 大さじ 1 と 1/2
すりごま(練りごまでも可) 大さじ 2
ラー油 お好みで

【トッピング】

トマトやキュウリなどの夏野菜
ササミ 40g (約 1 本分)

■作り方

- ①ごまだれの材料を合わせ、よく混ぜてごまだれを作る。
※牛乳が苦手な方はコクを出すために豆乳でも OK。
- ②そうめんを茹でる。茹であがったそうめんは水で冷やす。
- ③夏野菜などのトッピングをお好みの大きさに切る。
- ④冷やしたそうめんを盛り付け、トッピングを添えて完成。

五目そうめん



塩分
1.8
g

エネルギー
460
kcal



減塩☆ポイント

- ①今回のレシピでは塩分 1.8g。普段食べるそうめんの場合は約 3~4g。約 1.2~2.2 g の減塩です。
- ②ササミを使うことで、ハム等の練り製品よりも減塩になります。
- ③麺類を食べる場合はつゆを残すようにしましょう。
(一工夫を加えた減塩つゆがお勧めです)
- ④ゴマの香ばしさを利用しましょう。

Information

病院スタッフ募集

■採用職種(人数)

- ・看護師、助産師、保健師 (20 名)
- ・薬剤師 (若干名)
- ・言語聴覚士 (若干名)
- ・理学療法士 (若干名)
- ・臨床心理士 (若干名)
- ・管理栄養士 (若干名)
- ・作業療法士 (若干名)
- ・社会福祉士 (若干名)

■問い合わせ先

市立大町総合病院事務部庶務課人事係
〒398-0002 大町市大町 3130 番地
TEL 0261-22-0415 (内線 2217)
URL <http://www.city.omachi.nagano.jp/hospital>

助産学生臨床実習のお知らせ ~未来の助産師の育成のためご協力お願いします~

大町総合病院看護部では、今年度も助産師を目指す学生の実習を受け入れます。実習期間は7月22日から9月13日までで、聖路加看護大学大学院の助産学生2名が臨床実習を行います。

実習では大町総合病院産婦人科(病棟・外来)で地域のお産について学ぶ予定です。市民の皆さん、未来の助産師を育成するために、ご理解とご協力をお願いします。

外来診療表

■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。
■休診日 日曜・祝日・土曜日(第1・第3・第5)

■総合診療 受付時間 8:00~16:30(月・木曜日の内科は16:00まで)

平成25年6月1日

診療室(診療時間)	月	火	水	木	金	土
内科(～16:00)	中澤 勇一	—	—	中澤 勇一	—	—
外科(14:00～)	—	平賀 理佐子	飯沼 伸佳	—	高木 哲	—

■一般外来 受付時間 8:00~11:30(土曜日は10:30まで)

※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	1 診	午前	新津 義文 (腎臓・血液・肝臓病)	吉田 園代 (神経内科)	新津 義文 (腎臓・血液・肝臓病)	吉田 園代 (神経内科)	北原 修 (腎臓・糖尿病)	漆畑 一寿(呼吸器)
		午後						――
	2 診	午前	――	北原 修 (腎臓・糖尿病)	――	――	林田 美江 (呼吸器)	――
		午後						――
	3 診	午前	小林 孝至(呼吸器)	林田 美江 (呼吸器)	西澤 理子(呼吸器)	立石一成/生山裕一 (呼吸器)	――	――
		午後	担当医		――	――		
	4 診	午前	総合診療	――	――	総合診療	担当医	――
		午後					――	
	5 診	午前	――	町田 圭介(循環器)	――	中村 千枝(循環器)	田畑 裕章(循環器)	――
		午後	柴 祐司(循環器)	――	担当医	――	――	
禁煙外来【予約制】 [受付]14:30 まで			――	――	――	林田 美江 [診察]13:00～15:00	――	――
小児科	午 前		南 勇樹	大倉 絵梨	南 勇樹	遠藤 優子	小林 法元	大嶽 富夫
	午後【予約制】		予防接種	乳児健診	慢性疾患外来	予防接種	――	――
外 科	一 般 外 来		高木 哲	平賀 理佐子	高木 哲	平賀 理佐子	飯沼 伸佳	信州大学
			平賀 理佐子	飯沼 伸佳	飯沼 伸佳	――	高木 哲	――
	乳腺外来【予約制】 [受付]10:00 まで		――	――	小池 綏男 (第1・3)	――	小池 綏男	――
	心臓・血管外来 [受付]16:00 まで		――	――	――	――	信州大学 [診察]14:00～	――
	甲状腺外来		――	――	――	宮川 信 [診察]9:00～12:00	――	――
整 形 外 科			下川 寛一	鎌倉 貞夫	伊藤 仁	鎌倉 貞夫	向山 啓二郎	信州大学
			伊藤 仁					
脳 神 経 外 科			――	――	――	伊東 清志	――	――
皮 膚 科			松本 祥代	松本 祥代	松本 祥代	信州大学	松本 祥代	松本 祥代
			――	――	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	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	斉藤 慶弘	大平 哲史	深松 義人	斉藤 慶弘	信州大学	
	午後			――			――	
眼 科 【 予 約 制 】			平野 隆雄	――	千葉 大	――	黒川 徹	山本裕香/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～	――	――	岩崎 聡
形 成 外 科 [受付]16:00 まで			――	伴 碧 [診察]14:00～	――	――	――	――

- 眼科外来・禁煙外来・乳腺外来は予約制となっております。詳しくは各外来までお問い合わせください。
- 内科「担当医」は、予約患者のみ診療となります。
- 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、温かい質の高い医療を実践します。
基 本 方 針
1. 医学的根拠に基づく安心・安全の医療を提供します。
2. 患者主体で、地域に密着した医療を提供します。
3. 診療技術の向上と思いやりのある職員の育成に努めます。
4. 健全で働きがいのある病院運営を行います。

 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