



J A 長野厚生連安曇総合病院

きずな

第242号

発行所:〒399-8695
北安曇郡池田町池田3207-1
TEL(0261)62-3166代
J A 長野厚生連安曇総合病院 一
発行責任者:院長 中川 真一
編集:きずな編集委員会
[http://www.janis.or.jp/
users/azumi-hp/](http://www.janis.or.jp/users/azumi-hp/)

広がる連携のネットワーク

—第20回記念地域連携懇話会開催—

地域医療連携課長 矢野口 陽一

第20回記念安曇総合病院地域連携懇話会は3月17日、J A大北アプロードで開催され、大北地域や安曇野市から開業医や病院医師、訪問看護ステーションの看護師、薬剤師など医療関係者110人が出席しました。この懇話会は、当院と大北医師会・大北歯科医師会の代表で構成する運営委員会が主催し、平成12年7月に大北南部地区病診連携懇話会の名称で第1回を開催しました。その後毎年3回開催し、今回で、20回を数えました。節目に当たり、名称を「安曇総合病院地域連携懇話会」と改称しました。これは、病診連携登録医が大北医療圏に限らず、



隣接する安曇野市にも及んでいること、連携の形態が診療所に限らず病院と病院間での連携がすすんできていることなど、実態に沿った名称に改

められたものです。

今回の懇話会プログラムは3部構成で、第1部は「地域医療を考える」をテーマとしてディスカッションを行いました。当院の谷川副院長が、逆紹介に関するエピソードを提示し、参加者の活発な議論がおこなわれました。医療連携は医療機関相互の理解はもとより患者さんが連携制度のメリットを知ることが大事で、患者さんに向けてのアピールが必要との意見も出されました。また、谷川副院長は、当院が3月に臨床研修指定病院として初めて臨床研修課程の修了生を輩出すること、病院機能を維持発展させて行く上で、医師確保の観点から自前の医師を育てて行くことの意義を述べました。



第2部は、記念講演の講師として、信州大学医学部運動機能学講座教授加藤博之先生をお招きし『上肢関節リウマチの手術療法』と題し、最新治療の情報をスライドで示しながらわかりやすくお話ししていた、きました。

第3部の交流会では、和やかな雰囲気の中、日頃の紙上(紹介状)でのやりとりに加え、会話を通じて信頼のきずなを深めながら、次の節目に向けて新たな一歩が始まりました。

春の風物詩

「机辺四月こころなくさむ花一壺(石原舟月)」▼春たけなわ。花曇り、強い南風、春雷と毎日の空模様を気にかけるながらも、木の芽がもくもくと膨らみ、土の色が変わり出すさまに心にも力がわきます。▼枕草子冒頭にあるように、春は曙。春の明け方は一年で最も日本詩歌が好んできた時間帯といえます。「春曙やたたみにすつと日が走り(松村蒼石)」「ねむる子に北の春曙すみれ色(成田千空)」▼苗代の準備や種まきや、人々がよいよ忙しく働き始める、活力に充ちたとき。花屋の店頭が華やき、植える当てのない花苗や種の袋を思わず欲張って買ってしまいたいそうになります。「花の種買ふアルプスの麓町(岬雪夫)」「朝顔を蒔きて人待つ心あり(中村汀女)」▼小さき鉢に取りて雛菊鮮やかに(篠原温亭)▼春はしかし、その変化の早さゆえか、気怠くて体調をくずしやすい季節でもあります。忙しい年度初め、ご無理なきよう。「髪搔くや春眠さめし眉重く(杉田久女)」「白粥におぼれていた春の風邪(井村俊男)」

旬の野菜を 使ったレシピ

栄養科長代理 山本恵美子

野菜はビタミン、ミネラルを豊富に含んでいます。体内で合成できないものは、食べものから摂る必要があります。また、栄養素ではありませんが、食物繊維も重要な成分です。

現在流通している野菜の3

レシピ① 春野菜のくるみあえ

熱量……50kcal
タンパク質……2.0g 塩分……0.4g

【材料】1人前
 グリーンアスパラガス…3g
 れんこん…20g
 にんじん…5g
 生椎茸…10g
 えのき茸…10g
 酒……………3g

くるみ…3g
 糖…2g
 みそ…3g
 酒……………3g



〈作り方〉

- ① アスパラは塩ゆで2~3分して水にとり、斜め切りにする
- ② れんこんは皮をむき、いちょう切り（又は半月）
酢入り湯で下ゆでする
- ③ 生しいたけは石づきをとり、焼いてせん切りにする
- ④ にんじんは3cmの長さの千切りにしてゆでる
- ⑤ えのきだけは根を切りおとし、そろえて長さを半分にして酒いりします
- ⑥ くるみは炒ってからすり鉢でよくすり、砂糖・みそ・煮切った酒で調味し、 $\frac{1}{2}$ 量で①~⑤をあえて下味をつける
- ⑦ ⑥を軽く水気を切り、残り $\frac{1}{2}$ のくるみみそであえる

レシピ② いかと菜の花の わさび漬けあえ

熱量……32kcal
タンパク質……5.1g
塩分……0.6g

【材料】1人前
 いか…20g
 菜の花…40g

わさび漬け…3g
 しょうゆ……3g



〈作り方〉

- ① いかは開いて皮をとり、4×1cmの短冊切りにします
- ② たっぶりの熱湯に①のいかを入れて混ぜてとり出し、冷水にとってさまし、よく水を切っておく
- ③ 菜の花は洗って3~4cmに切っておく
- ④ 熱湯に塩少々入れて③を加えて2分程ゆで、ざるに広げあら熱をとってから冷水にさらした後軽く絞ります
- ⑤ ②と④を合わせて均等に混ぜます
- ⑥ わさび漬けにしょうゆを加えてよくかき混ぜる
- ⑦ ⑤に⑥の $\frac{1}{2}$ 量を加えて混ぜたあと絞り、もう一度残りの⑥であえます

分の1がハウス栽培です。そのほか促成栽培、抑制栽培などさまざまな技術を駆使して、いつも食べたいという消費者の需要に応えるよう栽培されていますが、味・栄養価ともやはり、自然に逆らわずに育てられた露地もの、旬のものにはかないません。春はたけのこ、菜の花、若いえんどう、アスパラ、山菜など若芽のも

が多く出回ります。春の野菜を使ったレシピを紹介します。

菜の花や山菜など苦みのあるものは新陳代謝を活発にするはたらきがあって、からだが冬から春への変化へ備えるために適した食べ物と言えます。

メンタルケアセンター あずみの『相談支援事業』

センター長 島津 妙子

当センターに勤務している新沢相談支援専門員（どうしても本人が相談支援専門員と入れないように指令されてしまいました）が担当している所

です。内容は、地域で生活している障害者が『生活していく上で困ったこと』や『不便に感じていること』など、利用者の方と一緒に相談しながら、その方に合った方法を考えていく所です。入院中これから生活に戻ることに対し、

何らかの不安を抱えている方のご相談にも応じます。しかし、まだまだ自立支援法そのものが新しく、相談支援事業も確立されておらず、周囲も手探り状態です。その中で更に混乱しているような状況ですが、一つ一つ確実に整理していくことを心がけて頑張っています。

彼女の側でみると楽しいですよ。毎日のように「パソコンが動かない」「コピー機がいう事をきかない」など機械にはめっぽう弱く、大騒

ぎをしながら現代の文明の利器と格闘しています。このような状況ですが、仕事は大丈夫です。大変動きがよく、福祉の関係者ともつながりもしておりしています。

何か困ったことを抱えている方、一人で悩まずにぜひ一度ご相談ください。お待ちしております。

場所はメンタルケアセンターあずみ内です。
☎0261-62-9830です。

ひびく

看護部 平川 多美香

私はここ数年、リラックマというキャラクターにはまっている。たまたま入ったゲームセンターで出会ったからというものの、そのつづらな瞳、横長の柔らかそうな顔と短い手足、そして、私と一緒にちよつとグータラそうところ、もう虜である。それ以来、身の回りにリラックマグッズが着実に増えてきた。そんな私に旦那はあきれ気味であるが、「まあ、類は友を呼ぶからしょうがないよね」と訳のわからない理由で認めてくれてい

るようだ。ただ、さすがにリ
ラックマだらけの車に友人を
乗せる時は、ちよつと恥ずか
しそうである。

こんな私が最近シヨックを
受けたことがあった。とある
ゲームセンターで数千円かけ
てゲットしたりラックマのポー
チが、その帰りに寄った雑貨
屋で数百円だったのである。
旦那には、激しく馬鹿にされ
たけども、私のリラックマ狂
いはそんなことではおさまら
ない。近くにリラックマの専
門ショップができないかなあ
と思う今日この頃である。

職場紹介

所長 宮澤 真妃美

「訪問看護ステーションあ
ずみ」は病院併設のステーショ
ンです。現在看護師6人、理
学・作業療法士・看護助手各
1人ずつ、和気あいあいとし
た中、主治医、介護支援専門
員（ケアマネージャー）、サー
ビス担当者の方々と連絡を取
り合い利用者の方が安心して
在宅生活が過ごせるよう支援
しています。

現在年齢幅も広がり4才か



ら103才までの方が利用されて
います。内容としては人工呼
吸器装着の方、在宅酸素療養
中の方、吸引の必要な方、難
病終末を在宅でと言う方など、
医療依存度の高い方、予防給
付の方の訪問もおこなってい
ます。

利用者の思いが少しでも叶
え、安心した看護が受けられ
るよう24時間365日訪問をでき
る体制をとり対応しています。
住み慣れた家で家族に見守ら
れて過ごす事ができたら何事
にも変えがたいことだと思い
ます。私達スタッフも各自が
精一杯の力を発揮し、望んで
いる生活ができるよう専門的

な立場からサポートする事を
心掛けています。パワーある
スタッフが悪天候にも負けず
日々訪問し、利用者、ご家族
の笑顔を見られる事を励みに
頑張っています。
不安や困惑を感じたら、気
軽に声を掛けてください。ス
タッフ一同笑顔で対応させて
いただきます。

トピックス・アズミ

▼3月1日、佐久総合病院附
属看護専門学校卒業式があ
り、院長、看護部長が出席し
ました。

▼3月16日、第5回臨床研修
管理委員会を開催し、第1期
研修医2人の修了認定と修了
証授与式が行われました。

▼3月17日、第20回記念安曇
総合病院地域連携懇話会をJ
A大北アプロードで開催し、
関係者約110人が参加し、「地
域医療を考える」をテーマに
ディスカッションを行ないま
した。続いて、信州大学医学
部運動機能学講座 加藤博之
教授の特別講演がありました。

ボランティアコーナー

新しい年度が始まりました。
草花の芽吹きとともに心新た
にがんばろうと思うこの頃で
す。さて、当院では池田町こ
ぶしの会のみなさんに毎月2
回古布の裁断をして頂いてい
ます。これは、病棟などでお
しり拭きに使わせて頂いてお
り、年間を通してボランティア
アの皆さんによって支えられ
ています。

その他、先月もポシエツト
（病衣用）230枚、尿袋80枚、
ストレッチャアの資料入れ袋
5枚、車イスの資料入れ袋5
枚を作って頂きました。早速
活用させて頂いております。
いつも本当にありがとうございます。

編集後記

例年の冬の厳しさもなく、
スタットレスタイヤの活躍す
る日も少なかった。暖冬で気
候の変化が気になります。

地球温暖化、CO₂等、耳慣れ
た言葉になっています。新学
期、心躍る子供達が、安心し
て生きられる平穏な日々を願
わないではいられません。

人間ドックのお申し込み・お問い合わせ

安曇総合病院 健康管理課

TEL 0261-61-1181 (直通)

FAX 0261-62-6288 (直通)

安曇総合病院ホームページ

URL <http://www.janis.or.jp/users/azumi-hp/>

ゆきとどいた看護をするために

看護師募集!!

お問合せは看護部長まで

安曇総合病院理念

私たちは、皆さまに満足いただける親切・安全な保健・医療・福祉サービスの提供につとめます。

私たちは、事業活動を通じてJAGグループや地域の関係機関と連携し豊かな地域づくりに参加します。

私たちは、皆さまとともに病気の予防と早期発見につとめ地域の健康増進に貢献します。

私たちは、安定した運営基盤のもとに医療内容の充実と療養環境の改善につとめ、皆さまに信頼される病院づくりをめざします。

— 基本方針 —

- 。皆さまが満足できる適切で安全な医療の提供につとめる。
- 。皆さまの権利とプライバシーを尊重する。
- 。皆さまへ十分な説明をし、理解と同意をいただくことを全ての医療活動の前提とする。
- 。近隣医療・福祉施設と連携し、地域医療・福祉の充実につとめる。
- 。地域のニーズに即応できる救急医療体制の整備充実につとめる。
- 。在宅医療支援活動の増進につとめる。
- 。保健予防活動に積極的に取り組み、地域の皆さまの健康増進に貢献する。
- 。病院職員の健康・福祉の増進につとめる。
- 。適切で明確な病院運営方針を策定し、その実現につとめる。
- 。厚生連の諸活動やその他の文化・研究活動に積極的に参加する。

《 担 当 医 表 》

平成19年4月

		月	火	水	木	金	土
内 科	内科(一般)初診	久野	東方	川上	岡田	早野	林田
	内科(一般)再診 (予約制)	川上 東方 林田	川上 岡田 林田	早野 東方	川上	中川(9時30分～) 林田	早野 岡田
	循環器科	東方	池田(信大)	東方	村山(信大)	元木(信大)	
	呼吸器科	花岡	岡田		岡田		信大
	神経内科	中川 (9時30分～)	浅野	中川 (10時～)	林田 (紹介患者さんのみ)		林田
	血液内科		川上	川上			
	消化器内科	久野		久野			
専門外来				一條(肝臓) 一條(腎臓)		信大 (リウマチ・膠原病)	
精 神 科	初診	中村	長村	村田	古田	鬼頭(新患のみ)	(輪番)
	心療内科再診 (予約制)	村田 田頭 古田 村鬼	村田 中村	竹内 古田	長村	村田 古田	鬼頭 長村
	精神科再診 (予約制)	村田 田頭 村鬼 中長	村田 田頭 村鬼	竹内 鬼古	中村 長村	村田 長古	鬼頭 中長
	夜間診療(予約制)			村田・鬼頭・中村・長村			
小 児 科	午前	信大 原	保刈 (原)	原 (保刈)	保刈 (原)	原 又は 保刈	信大 (原又は保刈)
	午後	特殊外来(予約)	乳児検診(予約)	内分泌外来(第3週) (予約)	慢性疾患(予約)	慢性疾患(予約)	
外 科	一般外来	金谷	佐藤	佐藤	金谷	金谷	佐藤
	呼吸器外科	花岡(午後)			花岡		花岡
	形成外科 (受付15時30分まで)		伴緑也 (13時から診療)		伴碧 (13時から診療)		
乳腺内分泌外科	信大(乳腺) (初診受付10時まで)		藤森(乳腺) (初診受付10時まで)		信大(甲状腺)		
整形外科 (受付10時30分まで)	最上 柴田 山田 子 (受付9時30分まで)	谷川 原田 柴田 高橋 (信大)	最上 山田 柴田 王	谷川 山原	谷川 最上 松原 畑(信大)	最上・向山 ・松原・柴田 (輪番で担当)	
皮膚科	芦田(信大)		河内(信大)		太田(由)(診療日:13-27日)	太田(由)	
泌尿器科			石塚(信大)				
産婦人科	信大	曾根原	信大		信大		
眼科	太田(い)	今井	検査・処置 (外来休診)	太田(い)・今井 (午後コンタクトレンズ予約)	太田(い) (受付10時まで)	今井	
耳鼻咽喉科		信大 (14時から診療)			信大 (14時から診療)	信大 (受付11時まで)	
放射線科	信大			信大			
麻酔科 (受付11時まで)	松本	松本	松本	松本	松本	松本	
リハビリテーション科	緒方	王子	中川	中川	柴田(緒方)		
歯科口腔外科	中 篤・林	中 篤・林 信大(午後)	中 篤・林	中 篤・林	中 篤・林	中 篤・林	

☆第2・4・5土曜日(4月14日・28日)、祝日(4月30日)は休診です。