

さずな



AZUMI
HOSPITAL

長野県厚生農業協同組合連合会
北アルプス医療センター
あづみ病院

特集

病院祭を開催いたします。

- 脊椎に発生する腫瘍
- つなぐ

2015年
10月号
Volume 344

講演会

信州大学教授

能勢 博

人形劇

とらまる
人形劇団

ものまね
ショー

齊藤ルミ子

トーク
ショー

パンチ佐藤

爆笑
お笑い
ライブ

ウエストランド

松尾アトム前
派出所

FM長野
公開収録

パーソナリティ
高寺直美

SATURDAY D

ゲスト/パンチ佐藤
ウエストランド
松尾アトム派出所

病院祭・農業祭「創」～地域とのつながり～

開催日 10月25日(日) 9時30分～16時00分

開催場所 北アルプス医療センター あづみ病院
池田町公民館・池田町役場駐車場

主催 病院祭・農業祭実行委員会

協賛 北アルプス医療センターあづみ病院、北アルプス医療センターあづみ病院労働組合、JA大北池田地区運営協議会・総代会、池田町健康と食を考える集い実行委員会、JA大北池田・会染・松川支所、JAオートパル南部センター

後援 JA大北、池田町

病院祭を開催いたします。

病院祭実行委員会

毎年恒例で開催しております病院祭を今年は10月25日に開催いたします。今年も例年同様JA大北池田・会染支所が行う農業祭と同日合同開催の運びとなりました。北アルプス医療センターあづみ病院としての病院祭は今年が初めてになります。

今年の病院祭は、地域住民の方々とのつながり、JAや行政とのつながりを大切にしていきたい。今後も創っていききたいと願いを込めました。また、病院としては今年度の新病棟建設に向け、よりよい病棟を創っていききたいという事で、今年のテーマを「創る地域とのつながり」とさせていただきます。

あづみ病院会場のメインステージ「いやしの



能勢博先生

広場」は、岡山県倉敷市に拠点を置く専門人形劇団「とらまる人形劇団」による人形劇で幕をあげます。本格的な人形劇をぜひご覧ください。

その後、スマイルジャズダンススタジオによる元気いっぱいダンスをご覧ください。地域住民のための健康公開講座では、信州大学大学院医学系研究科固体機能制御学スポーツ医科学教授能勢博先生から「歩き方を変えるだけで10歳若返る生活習慣病・介護予防のための新しい運動処方システム」と題してご講演いただきます。

午後の部では、FM長野「Saturday D」の公開収録を行います。

FM長野の人気企画「Saturday D」は、パーソナリティに高寺直美さんを迎え、ゲストには、パンチ佐藤さん・ウエストランドさん・松尾アトム前派出所さんをお招きし、公開収録を行います。普段見ることのできないラジオの収録風景をぜひ病院祭でご覧ください。

公開収録後、パンチ佐藤さんにはトークショーを行っていただきます。プロ野球の裏側やメジャーリーグで活躍中のイチロー選手の裏話を

ども期待していいのではないでしょうか。

その後、ウエストランドさん・松尾アトム前派出所さんの爆笑お笑いライブは爆笑間違いないの本場のお笑いをご覧ください。

いやしの広場の最後は、モノマネ女四天王の斉藤ルミ子さんによるモノマネショーで飾っていただきます。次々に繰り出される爆笑モノマネは必見です。今年もいやしの広場では、多くの企画をご用意いたしましたので、お見逃しなく！

院内2階会場では、まもなく竣工予定の「新病棟建築ブース」、例年大人気の「健康チェックコーナー」「肩・腰・膝の痛み相談コーナー」などの健康に関するコーナー、ひと休みしていただけの「たかせ茶屋」も開店しておりますのでぜひお立ち寄りください。その他「救急蘇生コーナー」や「革細工体験コーナー」など楽しい企画目白押しので2階コーナーへもぜひお立ち寄りください。



高寺直美さん

野外コーナーでは、農業祭との合同大人気企画

「福まき」は役場前と病院前で行います。餅やお菓子をたくさんご用意いたしますので、ぜひお集まりください。恒例になりました「バザー」、「餅つき」、お子様向けのイベントとして無料で遊べる「露店コーナー」、あずみの市場では「豚汁」「おにぎり」「からあげ」を昨年より多くご用意させていただきます。毎年恒例になりました白馬診療所の「まきまきパン」は今年も200本ご用意させていただきます。

池田町役場・池田町公民館で行われる農業祭



パンチ佐藤さん



斉藤ルミ子さん

では恒例の「お米コンテスト」、「そば打ち体験」、「簡単フラワーアレンジメント教室」、池田工業高校の催し、「陶芸教室」、「各種展示コーナー」などたくさんイベントが盛りだくさんです。恒例となりました病院祭・農業祭をめぐるスタンプラリーも開催します。スタンプを集めて景品Getにチャレンジしてみてください。さわやかな秋晴れになる事を願い、一人でも多くの皆さまに足を運んで頂けるような病院祭・農業祭となるよう、スタッフ一丸となって準備を進めております。ご家族ご近所お誘い合せの上ぜひご来院ください。



ウエストランドさん

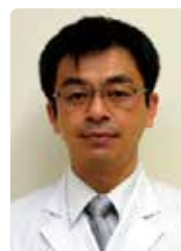


松尾アトム前派出所さん

脊椎に発生する腫瘍

整形外科部長兼 診療放射線科部長

向山 啓二郎



今月は脊椎に発生する腫瘍の話です。

脊椎に発生する腫瘍のタイプには2種類があり、ほかの臓器から転移してくる転移性脊椎腫瘍と脊椎の骨や神経から発生する原発性脊椎腫瘍があります。この2種類のうち、圧倒的に頻度が高いのは転移性の腫瘍です。

悪性腫瘍は骨、特に脊椎の骨への転移をすることがあります。したがってそれらの腫瘍の出どころは脊椎ではなく、ほかの内臓から発生する癌です。脊椎に転移しやすい癌として知られているのは肺、乳腺、前立腺、甲状腺、腎臓などですが、その他の癌でも脊椎に転移することもあります。脊椎に転移して腰痛や背部痛が出て初めて腫瘍の存在が分かることも稀ではありません。転移しやすい脊椎は腰椎、胸椎、頸椎、仙椎の順番です。

腰痛、下肢痛、背中や首の痛みとして出ることも多く、通常の腰痛と思って我慢しているうちに進行してしまうこともあります。腫瘍による腰痛としてはほかの疾患との違いは、「じつとしていても痛い」「夜中寝ていても痛くて夜起きてしまう」などの症状が出るがあります。また、数日のうちにどんどん痛みがひどくなってくることもあります。

もし、脊椎に癌の転移が見つかってしまったら、その時の癌の状態や全身状態を見て、整形外科的な治療方針を決めます。体の状態が許せば痛みを止めたり、麻痺が出現している場合には回復を狙って手術をすることもありますが、病气そのものを治す治療ではないため、その後の癌に対する治療が重要となってきます。

脊椎そのものから発生する腫瘍は比較的稀です。ほとんどが良性腫瘍ですが、やはり大きくなると痛みが生じたり、神経を圧迫して痛みや手足の機能障害を起こしてくることもあります。神経から発生する腫瘍では、これを取り除く手術をすることによりかえって神経の麻痺を招く可能性もあり、良性のものがほとんどであることから、慌てて手術をせず、神経症状を確かめながら経過を見ることがあります。

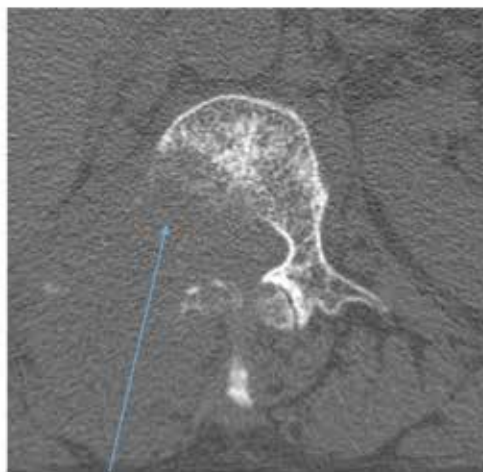
これまで腰痛や肩こりなどの原因となる脊椎の病気を紹介してきました。腰痛、肩こりとしても多くの方が悩んでいる症状で、持病とあきらめている方も多いのではないかと思います。

しかし似たような症状であってもその原因は様々で、極端に言えば人によってその原因は違います。中には早期発見が大切なものもあります。

すし、治療を行うことですぐに治るものもあります。もしお悩みの方がいたら整形外科に一度ご相談ください。



癌の脊椎転移



腫瘍によって骨が壊されている

つなぐ

池田町てるてる坊主アート展

グループ部門 大賞受賞！

一階 地域包括ケア病棟

ファミリー部門で大賞を頂きました。それから毎年思いを作品に込めて出展し、今回までつながりました。大賞を頂けたことは、大変うれしく、これまで関わらせて頂いた患者さんの協力のおかげです。これを励みに明日からまた頑張っていきたいと思います。

てるてる坊主アート展は毎年池田町主催で開催されています。県内外からてるてる坊主をモチーフにした芸術作品が出展されます。今回も手作りの温かみあふれる力作が千八十点出展されました。その中の六部門から大賞六点が選ばれ、今回、地域包括ケア病棟から出展させて頂いた作品が、グループ部門で大賞を頂きました。

今回のテーマは「つなぐ」でした。患者さんとの日々の関わりの中で、何気ないひとこと〴〵を書き留めて「心が晴れない日にも、てるてる坊主に心が温かくなるように晴ればれさせてもらいたい」そんな思いを込めて作品を仕上げました。私たちは患者さんとの関わりの中で、教えて頂くことが沢山あります。そして、時には元気をいただき、ケアする側の私たちも患者さんにいっぱい支えられています。このてるてる坊主には、そんな私達や患者さんの色々な思いが込められています。

当病棟では、このてるてる坊主アート展への出展は、平成二十三年度から続いています。平成二十三年度は「絆」というテーマで出展し、

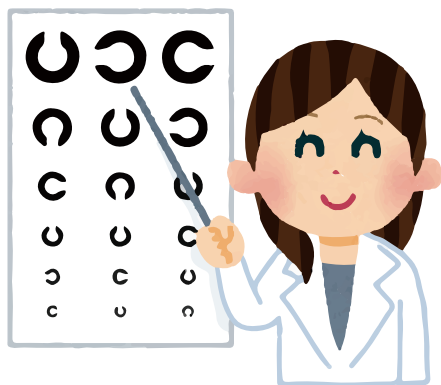


.....
ひとりごと

視能訓練士 木口 絵里

今年度から視能訓練士として眼科外来で働いています。自己紹介をするたびに「視能訓練士って？」という反応をされます。視能訓練士は視力検査や視野検査などの眼科一般検査を行ったり、学校検診に参加したりと眼に関わる検査を主に行っています。まだ、認知度が低い職種ですが、毎日誇りを持って検査しています。

4月頃、来院された患者さんに「新人さんだね」と声をかけられました。その時の私はまだ外来の雰囲気になれず、患者さんとのコミュニケーションや検査などに不安を感じていました。しかし、先輩視能訓練士を始めとする眼科スタッフの方々の支えもあり、今はなんとか流れを掴めるようになってきました。



その4ヶ月後また同じ患者さんに声をかけられました。「慣れてきたね。頑張つて」と笑ってそうおっしゃいました。私は、ちゃんと見てくださっている人がいるのだとても嬉しく、これからも頑張つていきたいと少し自信を持つことが出来ました。

次あの患者さんに会ったとき、また一回り成長した私を見せられるよう、日々精進していききたいです。

10月頃からが旬の脂が乗ったマサバを使って

鯖の竜田揚げ

材料(1人分)

鯖	1切れ(80g程度)	片栗粉	適量
しょう油	5ml	揚げ油	適量
酒	5ml	大根おろし	50g
みりん	3ml	貝割れ大根	10g
おろし生姜	小マヅ1/2	人参	10g
		ぽん酢しょう油(市販品)	8ml

作り方

- 鯖は※1に10分ほど漬けて下味をつける。
- 貝割れ大根は5cmほどにカットし、人参も5cmほどの千切りにして水に放した後よく水気をきっておく。
- 揚げ油を170℃～180℃に熱する
- ①の鯖をつけ汁をきり、片栗粉を全体にまぶして③の揚げ油で揚げる
- 鯖を揚げ油に入れたら30秒ほどはそのまま置いて衣を固定し、その後裏返しながらか3～4分かけて揚げる。
- ④で揚げた鯖の上に大根おろしと、②の野菜を盛り付け、ぽん酢しょう油をかけて出来上がり。

栄養科からの
おすすめ
レシピ



栄養素量 (一人分)

エネルギー	249Kcal
たんぱく質	17.0g
塩分	1.5g

●調理師 鈴木 輝雪

北アルプス医療センター あづみ病院 休診日のお知らせ (赤字の日が全科休診日です)

2015 10月 October						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
2015 11月 November						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

北アルプス医療センターあづみ病院から インフルエンザワクチン予防接種の予約 開始についてお知らせします。

予約受付期間は平成 27 年 10 月 1 日(木)～27 年 11 月 30 日(月) までです。電話で受け付けています。料金は 13 歳未満が 2 回法で 6,000 円(税込) 13 歳以上 65 歳未満の方は、1 回法で 3,500 円(税込) となっています。なお、65 歳以上の方は、市町村から補助がありますので、お住まいの市町村にお問い合わせ下さい。

ご希望の方は、平日午後 2 時～4 時 30 分の間に
電話番号 北アルプス医療センターあづみ病院(代表)
0261- 62- 3166 にお電話をお願いします。

編集後記

北アルプスの山並みが一望できる鷹狩山山頂の展望台は、とても景色が良く、仕事を忘れてボーっとしたい時にとてもオススメの場所です。私は、平日の午後によく行くのですが、とても心が癒されます。これから紅葉も楽しめる良い時期になりますが、最近熊が多くなっていますので遭遇には気をつけ秋を楽しみたいものです。

(A . N)

お知らせ 休日緊急当番医

- ・10/ 4(日) 本院 内科・外科
- ・10/12(月) 白馬診療所
- ・10/25(日) 病院祭・農業祭を開催いたします。
- ・10/29(木) 認知症を考える講演会を JA 大北アプロードにて開催いたします。



北アルプス医療センター あづみ病院理念

質の高い医療と社会への貢献をとおし、
地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

〈基本方針〉

- ① 医の倫理を守り患者さんの権利を尊重し、平等で親切、安全な医療・福祉サービスを提供します。
- ② 救急医療から在宅医療まで広く、地域の皆さまの安心を支えます。
- ③ 地域の皆さまのこころの健康を支える、やさしい医療につとめます。
- ④ 日々の研鑽に励み、明るい職場環境造りと信頼される医療人の育成につとめます。
- ⑤ 保健予防活動を通じて地域の皆さまの健康増進に貢献します。
- ⑥ 研究・文化活動を積極的に展開し豊かな地域づくりに貢献します。

患者さんの権利と責任

『患者さんの権利』

- ① 最善で安全な医療を平等かつ公平に受ける権利
患者さんは、疾病の種類、社会的立場等に関わらず、良質で安全な医療を、平等かつ公平に受ける権利があります。
- ② 個人として尊重される権利
患者さんは、一人の人間としてその人格・価値観などを尊重され、尊厳をもって扱われるとともに、自らの意見を述べる権利があります。
- ③ 十分な説明と情報提供を受ける権利
患者さんは、自分の病気、検査と治療方法や危険性、他の治療法、見直しなどについて、理解しやすい言葉や方法で、十分な説明と情報の提供を受ける権利があります。
- ④ 自らの意思で選択・決定する権利
患者さんは、自らの受ける検査や治療方法などについて、説明を受けた上で、自分の意思で選び決定する権利があります。
また、希望しない医療を拒否したり、医療機関を選択したりする権利があります。そのためにカルテを

含む診療情報の開示や他の医療機関の医師の意見(セカンド・オピニオン)を求める権利があります。

⑤ 個人の情報やプライバシーが守られる権利

患者さんは、自らの承諾なしに、診療の過程で得られた個人情報や第三者に対し、開示されない権利があります。また、病院内でのプライバシーが守られる権利があります。

『医療とのパートナーシップ』

- ① 良質な医療を実現するために、自らの心身あるいは生活について必要な情報をできるだけ正確にお知らせください。また、納得できるまで質問するなどして自らの疾病や医療内容を十分に理解してください。
- ② 検査や治療について、納得し合意した方針には意欲を持って取り組んでください。
- ③ すべての患者さんが快適な環境で医療が受けられるよう、病院内での規則と病院職員の指示を守り協力ください。
病院職員による医療提供や、他の患者さんの診療に支障を与えないようなご配慮をお願いします。

担当医表

平成 27 年 10 月

診療科目		月	火	水	木	金	土
内科	内 科 新 患	岡田光代 信 大	東方壮男 川上裕隆	馬渡栄一郎 信 大	川上裕隆 芹澤由樹子	早野敏英 岡田光代	東方壮男 (第1のみ) 川上裕隆 早野敏英 (第3のみ)
	内 科 (一 般) 再 (予 約 制)	川上裕隆 東方壮男 林田研介	岡田光代 林田研介	東方壮男 川上裕隆 早野敏英 岡田光代 林田研介	早野敏英 林田研介	川上裕隆 林田研介	早野敏英 (第1のみ) 岡田光代 林田研介
	循 環 器 内 科	富田 威 東方壮男	池田宇一 (信大)	東方壮男		富田 威 馬渡栄一郎	
	呼 吸 器 内 科	花岡正幸 (信大) (14:30 から診療)	岡田光代	岡田光代		和田洋典 (信大)	藤本圭作 (信大) (第1のみ)
	神 経 内 科	林田研介 市川貴規 (信大) (第1・3・5のみ) 小林優也 (信大) (第2・4のみ)	林田研介	林田研介 牛山 哲 (信大)	林田研介	林田研介	林田研介
	腎 臓 内 科	芹澤由樹子 (予約)			芹澤由樹子 上條祐司 (信大)		
	リウマチ・膠原病 (予約制)						信大 (完全予約)
	在宅支援科 (予約制)		薛 孝太郎 (14:30 ~ 16:00 まで診療)				
精神科・心療内科	精 神 科 心 療 内 科 (予 約 制)	村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 樋端佑樹 古屋昌宏 雨宮光太郎	中村伸治 樋端佑樹 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 (第1・3のみ)	村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 樋端佑樹 (第1・3・4・5のみ) 古田 康 (第2・4・5のみ) 小椋京子 (第2・4のみ) 湯澤宏式 鈴木一浩 (信大)	村田志保 鬼頭 恒 (第1・3・4・5のみ) 中村伸治 (第1・2・3のみ) 樋端佑樹 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式	村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式	鬼頭 恒 中村伸治 樋端佑樹 古屋昌宏 雨宮光太郎
	新 患 (午 前)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)
	認知症診療 (予約制)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)	(輪 番)
小 児 科	午前 午後	原 敏博 小口弘子	保刈 健 (小口弘子)	小口弘子 (保刈 健)	保刈 健 (小口弘子)	小口弘子 又は 保刈 健	信 大 (小口弘子 又は 保刈健)
		慢性疾患 (予約) (原 敏博) (小口弘子)	予防接種 (予約) 乳児検診 (予約)		予防接種 (予約)	慢性疾患 (予約) (保刈 健)	
外 科	一 般 外 科	芳澤淳一	石曾根 聡	芳澤淳一	石曾根 聡 久米田 茂喜	芳澤淳一	石曾根 聡 宮川眞一 (信大) (第3のみ)
	専 門 診 療			信 大 (乳腺) (予約)		信 大 (甲状腺)	
呼 吸 器 外 科		花岡孝臣			花岡孝臣		花岡孝臣
形 成 外 科 (受付15時00分まで)			安永能周 (信大) (13時から診療)				
整形外科	新 患 受 付 (受付10時30分まで)	日野雅仁 中村恒一 (手・肘新患)	輪 番 中村恒一 (手・肘新患)	狩野修治 向山啓二郎 (脊椎新患)	柴田俊一 向山啓二郎 (脊椎新患)	王子嘉人	信 大
	再 診 (要 予 約)	畑 幸彦 (完全予約制) 最上祐二 石垣範雄 中村恒一	中村恒一 向山啓二郎 日野雅仁 高橋淳 (信大)	最上祐二 王子嘉人	中村恒一 向山啓二郎 狩野修治	畑 幸彦 (完全予約制) 最上祐二 柴田俊一	信 大
肩関節治療センター (受付10時30分まで)		畑 幸彦 (完全予約) 石垣範雄 (完全予約)	手術日	石垣範雄 (初診) (診療開始10:00から)	手術日	石垣範雄 (初診) 畑 幸彦 (完全予約)	畑 幸彦 (完全予約) (第3のみ)
皮 膚 科		河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑 学童診療 (15時~17時まで診療) 初診 (当日) 受付16:30まで	河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑
泌 尿 器 科		平林直樹	西澤 理 女性骨盤底外来	平林直樹	西澤 理 女性骨盤底外来	平林直樹	平林直樹
産婦人科 (予約制)		信 大 (予約)	曾根原衛雄 (予約)	信 大 (予約) (14時から診療)			
眼 科		太田いづみ	今井玲子		太田いづみ・今井玲子 (午後コンタクトレンズ 要予約)	太田いづみ (受付10時まで)	今井玲子
耳 鼻 咽 喉 科 (受付16時まで)			信 大 (14時から診療)			信 大 (14時から診療)	信 大
放 射 線 科					信 大		
麻 酔 科 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)	
リハビリテーション科		畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦
歯 科 口 腔 外 科		中嶋 哲 飯島 響	手 術 日 (急患対応は要相談)	中嶋 哲 飯島 響	中嶋 哲 飯島 響	中嶋 哲 飯島 響	中嶋 哲 飯島 響
緩和医療外来 (予約制) 0261-61-1165		阿部克哉 (13:00~16:00 まで診療)				薛 孝太郎 (13:00~16:00 まで診療)	

北アルプス医療センター 白馬診療所

内 科 人 工 透 析 リハビリテーション科	下里修一 富田 威 (午後から診療)	下里修一	下里修一 菊川忠之 (午前のみ診療) 整形外科医師 (15時から診療) (第2・第4のみ)	下里修一	下里修一	下里修一
------------------------------	--------------------------	------	---	------	------	------