

きずな

2016年
3月号
vol.349



特集

新病棟建設工事 竣工式開催

- 定年退職者の方から
- 私たち〇〇部

North Alps Medical Center Azumi Hospital



JA長野厚生連

北アルプス医療センター

あづみ病院

新病棟（あづみ病院本館） 建設工事竣工式開催

北アルプス医療センターあづみ病院 副院長

新倉 明和



平成28年2月2日、新病棟建設工事の竣工式を開催いたしました。当日は晴天に恵まれ、池田八幡神社平林宮司をお招きし、無事な工事の完成を感謝し、病院のますますの発展を祈願いたしました。竣工式後に開催した竣工式典・祝賀会には、今回の工事に対しご支援をいただいた多くの方々と施工業者の皆様をお招きし、工事の完成を祝いました。

2月27日・28日には新病棟への引越しを行いました。入院患者さんをはじめ多くの備品の引越し、多種類の医療機器の新病棟での再稼働と莫大な業務でしたが、職員が力を合わせ安全に完了することが出来ました。患者さん・ご家族の皆様にはご迷惑をおかけし、申し訳ありませんでした。院外からも献身的な多くのご協力をいただきました。心から感謝いたします。

新病棟のデザインは外来棟、南病棟と一体感を持つデザインとし、新病棟の建築により全体の再構築が完成するイメージで進めてきました。外来棟に合わせた低層階のタイルの外壁に加え、サンドベージュの高層階がそびえます。大きな建物ですが安曇野の景観のランドマークとして馴染んでいく欲しいと願っています。

新病棟1階には救急部、臨床検査部、放射線部、内視鏡室を配置し、必要な検査が近くを一回りして済むような配置となっています。

2階には透析室、リハビリ室、健診センターを配置しました。明るく快適な空間とし、長時間の検査、治療でも安楽に過ごしていただけるよう努めています。

3階から6階の病室は4人部屋と個室で構成され、一人あたりの床面積がこれまでの1.5倍程度広がりました。廊



下幅も広く、安全に通行していただけるのみではなく、リハビリを促し早期離床・早期回復に努めます。

3階には重症な患者さんを集中的に治療し看護する重症者管理病床を設けています。外科系手術後や心臓カテーテル検査・治療後など不安定な期間を安全に過ごしていただけるようになりました。

6階には緩和ケアセンターを設けました。緩和ケアとは、がんなどの生命を脅かす病気に直面する患者さんとそのご家族に対して、痛みやその他の身体的問題や心理社会的問題などを早期に発見し対処することで、苦しみを予防し和らげることでクオリティ・オブ・ライフ（生活の質）を改善する取り組みです。人生の最後まで地域で安心して過ごしていただけるよう努めてまいります。

各階には患者さんが家族やほかの入院患者さんとゆつくりと話ができ、飲食もできるデイルーム・談話室を複数設けています。ご家族の皆様にもゆつたり過ごしていただける

と思います。

7階には「やまなみホール」を設けました。景観が素晴らしく西側から北側には北アルプスの山並みと高瀬川、東側には池田市街地の先に東山が広がります。エレベーターホールからは南側に松本平が広がり遠くに南アルプスを望めます。ホール前の広場にはテーブルと椅子を用意しており、飲食を楽しみながらくつろいで過ごしていただけます。ホールは200人が座って利用できる広さがあります。地域の皆様や職員に多く目的に利用していただきたいと考えています。ホール内は飲食できませんが、北アルプスの景色をお楽しみください。

地域の皆様をはじめ多くの皆様のご理解とご支援をいただき新病棟が完成いたしました。その建物に生命を吹き込み、皆様の信頼に応えるべく地域の基幹病院として一層努力してまいります。今後ともご指導ご鞭撻を賜りますようよろしくお願いいたします

定年退職者の方から

こころのホスピタル

萩原久美子

平成7年から20年間看護助手として勤務させていたできました。

ハローワークでのすすめで地域の誰でも知っている安曇病院で働いたことは、私にはとても良かったと思います。

未経験だったため最初は何かもが初めてのことはかりの日々でした。職場は5回ほど変わりましたが、思い出はたくさんあります。療養型病棟では、看護師と二人で夜勤も経験しました。朝が待ち遠しかったことも思い出です。

大勢の患者さんと関わり、周りのスタッフの皆さんに助けられた20年でした。私はこれで退職しますが、病院は新しく立派になり、とても嬉しいです。

これからは、隣の村から今後のあづみ病院の益々のご発展を心からお祈りしています。

20年間お世話になりました。そして長い間ありがとうございました。

健康管理部長

小林 克

健者にとって健診は早期に病気を発見し、治療することであり、それは大きな喜びです。では健診を行う者の喜びとは何か？疾患、特にガンは死を意味することであり、いつ誰がどのようなガンになるか、さらには人の寿命を決めるということは神のおこなう《神託》であります。しかし、健診でガンの早期発見、早期治療により寿命を延ばすことができれば、神の神託を覆すことであり、この運命を変えることが私には神の存在を知り、神と対話ができたと感じる無常の喜びです。弓道においても会（弓をいっばい引き絞って離れがくるまで我慢する：満を持す）で、もうこれ以上がんばれないという時、神の声（この矢が当たるかはずれるかはおまえに任せる、自分で決める）が聞こえ、自分で自分の先の人生を自分で決められるという無常の喜びを感じるのではありません。みな同じです。これからも神を感じ、無常の喜びを得られるような生き方をしていきたいと思っています。

透析室

小松生恵

10年間の子育てブランクを経て始まった透析室勤務から早20年、還暦を迎えました。この期間を一言で表せば「愉快な日々」に尽きるでしょう。新しい知見には驚きや感動があり、現場は日々変化して夢中で過ごしました。仕事の楽しさを初めて味わうことができました。

パート勤務でしたが、先輩ナースから「あなたが居ると居ないでは全然違う」と言っていてもらったことは大きな糧になり、人間関係の中で相手を認めることがとても大切なことだと実感しました。

病院機能評価、電子カルテなど病院はこの20年間大きく変わり、医療制度の変革には人口や経済など様々な変化が反映される現実の厳しさがあります。世知辛い世の中だからこそ温かな心のある医療がますます必要になってくることでしょう。忙しさに流されてしまいがちな毎日、1日に10分でも自分の心が喜ぶことを見つけて、自己を見失うことなくこれからも輝き続けましょう。感謝。

こころのホスピタル

曾根原小百合

平成7年12月安曇総合病院（当時）への就職が決まり、喜びとともに新たな仕事への不安も感じつつスタートしましたが、早いものでもう定年を迎えることとなりました。気がつけばあつという間の20年でした。

内科病棟から始まり、いくつものセクションを経験させていただきましたが、その都度多くの方々との出会いがあり、新しい仲間もどんどん増えて楽しく仕事をさせていただくことができました。

皆様方には、大変お世話になりました。本当にありがとうございます。心より御礼を申し上げます。

新たに大きく立派な病棟が建設されましたが、地域の重要な医療拠点として、今後益々発展されることを心より願っております。

私ももうしばらくは、再雇用職員として少しでもお手伝いできればと思っています。気持ち新たに頑張りたいと思いますので、引き続きよろしくお願い申し上げます。

5階病棟

宮尾友子

昭和61年春に就職し定年となる現在に至りました。それより以前安曇病院（当時）に勤めていた友人に会うために寮に何度か訪れたこともありました。その頃自分が将来ここにお世話になるとは夢にも思いませんでした。その頃から縁があったわけです。

30年という月日は長いようで過ぎてしまえば短かったと感じています。何回かの勤務異動も経たのですが、部署が変わると最初は大変であっても仕事・人間関係共に新しい出会いがあり、それによって得ることも大きかったと思います。

何より回りに助けてもらいここまでこれたと感謝しています。少子高齢化、年金受給の繰上げ、定年延長が実施されつつある社会の変化の中で病院も大きく変化してきました。長く勤めることができる職場は、大変貴重であると思います。今までありがとうございました。

私たち〇〇部

当院の労働組合には、運動部や文化部など様々な部があり、活発に活動しています。運動や文化を通じて職員間のコミュニケーションの向上や地域との繋がりを深めることができます。今回は写真部の活動を紹介します。



病院祭展示の様子



長厚写真コンテスト特選「炎」

平林直樹

写真部

部長 矢野口寛子

私たちの住む信州は、美しい自然の宝庫で、春夏秋冬どの季節でも、息をのむような素晴らしい風景に出会うことができます。その美しい一瞬の景色や、時を刻むごとに変化する空の色や水の色・・・それらをどのように切り取って一枚の写真にしようかと試行錯誤しながら活動しています。主な活動は、十一月に行われる、J A 長野厚生連労働組合が主催する写真コンテストに出展するために、春と秋に撮影会を開催しています。講師はJ A 大北の広報担当松沢伸一さんをお願いして、構図のとり方や、撮影条件などアドバイスをしていただきながら、大北地区にあるビューポイントを訪れています。

今年度のコンテストでは特選が一名、入選が三名という好成績を収めることができました。また、病院祭でも作品を展示して地域の皆様に見ていただいています。

もう一つの活動として、部員が一年間に撮りためた写真を持ち寄り、カレンダーを作成しています。殺風景な病室で過ごす患者さんたちを少しでも元気づけられたらという思いをこめて、百二十二の病室のほか各外来待合室に掲げてあります。

最近コンパクトカメラやスマートフォンで手軽に撮る事ができ、とても身近な物になっています。大勢の職員が感動した風景や、わが子の成長などを写真に残していると思います。そんな写真を職員や地域の人々に見てもらい感動が共有できるような活動を続けていきたいと思っています。



薬剤部 山崎 信也

薬剤師として働き始めてからもうじき1年になろうとしており、久々に地元で四季の変化を感じる事ができました。私は大学時代を新潟で過ごしてきました。新潟での生活は、それはもうたいへんでした。夏はジメジメ、冬は大雪…。雨がよく降るので室内干しが多くなり、除湿機を買うことになり…。雪が降っている中で雷が鳴る経験もしました。

嫌なことばかり挙げてしまいましたが、もちろん良いところもあります。海鮮等のおいしい食材がたくさんあるのはもちろんのこと、意外にもラーメン激戦区で、新潟市へ来てみればあちこちにお店が構えているのを見ることができ。ラーメンが大好きな方はずっと新潟市を訪れてみてはいかがでしょうか。

新潟を離れ、再び地元での生活が始まりました。学ぶことがたくさんあり忙しい日々ですが、時間ができた時は新潟へ遊びに行けたらなと思うこの頃です。

下肢の外傷疾患

北アルプス医療センターあづみ病院
整形外科医長

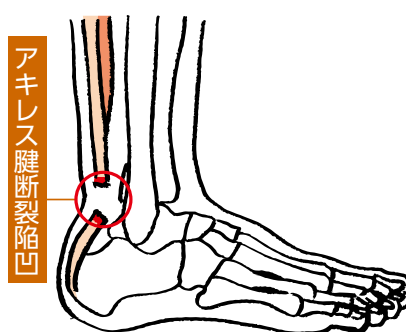
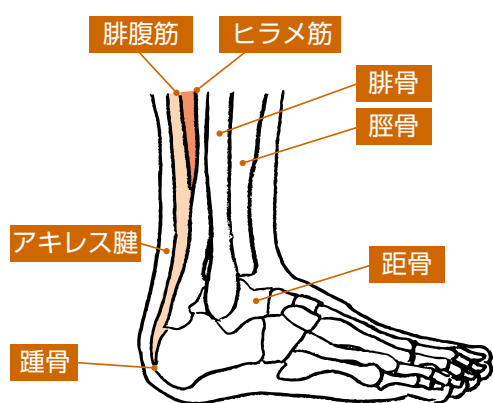
狩野 修治

第2回ではアキレス腱断裂について紹介させていただきます

アキレス腱とは

アキレス腱とは下腿後面のふくらはぎをつくる腓腹筋とヒラメ筋が一緒になって、踵に付着している腱のことをアキレス腱と呼びます。これらは足首を底屈し踏み込む、立った状態で踵をあげるといった動作の力を伝えます。また身体の中でもっとも太い腱といわれています。

アキレス腱断裂の発生は30〜40歳に多く、50代にもう一つのピークがあるとされています。さらにアキレス腱断裂の60〜81%がスポーツの活動中



におこるとされています。強い踏み込み・方向転換・階段の踏み違い・ジャンプの瞬間、着地時などで受傷しやすいとされています。

症状

受傷時は、アキレス腱を後ろから叩かれたような、ボールをぶつけられたような、ポーンと音がした、ぶちっと切れた音を感じたなどの自覚症状を訴えることが多く、断裂後痛みを感じ、爪先立ちや階段昇降は困難となります。しかし歩行が必ずできないというのではなく、べた足での歩行はできる場合があります。歩けるから大丈夫

というわけではありませんので注意が必要です。

アキレス腱部断裂部には陥凹をふれることができず、腫脹により触れにくい場合と、また時間が経ってしまふくらはぎをつかんだとき足関節の動きがでない (Thompson Test) といった所見が診断に有用とされます。これらの身体所見からほとんどの症例の診断が可能です。超音波検査やMRIといった検査でさらに確実な診断が可能となります。あやしいと感じた時はすぐに受診してください。

トンプソンテスト

ふくらはぎをつかむと足部が動きます。断裂があると足部のうごきが起きません。



治療方法

治療方法には保存治療（ギプス固定・装具固定）と手術治療があります。合併症をおこななければどちらも有効とされていますが、合併症として再断裂の可能性が手術治療では1.5%、2.2%と報告されているのに対し、保存治療群では10%前後であると報告があります。報告により差はないとするものもありますが、数値としては保存治療の方が再断裂の確率がたかく報告されており、当院でも基本的に手術治療をおすすめします。

予後

アキレス腱断裂後、約10%程度の筋力低下や足関節の可動域制限がのこることが指摘されていますが、ほとんどの方がもとの仕事や競技に復帰できるとされています。さらに仕事や競技への復帰への期間ですが、仕事や競技の内容により異なりますので、競技や業務内容についてお教えいただいた上で、相談していくことになります。

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)

2016 3月 March

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		

2016 4月 April

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

具だくまんスープの代表!ミネストローネ。簡単に出来て野菜もお肉も一緒に摂れるおススメ献立です。

ミネストローネ

材料(4人分)

バター	10g	トマト	1個
人参	20g	鶏もも肉	70g
玉ねぎ	20g	チキンブイヨン	1.5L
キャベツ	20g	(コンソメの固形3個)	
かぼちゃ	20g	洗米	10g
じゃが芋	20g	ローリエ	1枚
ほうれん草	20g	塩コショウ	少々

作り方

- ① ほうれん草は茹で水にさらし1.5cmに切る。トマトは湯むきし、たねを取り、1.5cmにきる。その他の野菜、ベーコンも1.5cm角に切る。鶏肉は2cm程度に切る。
- ② 鍋にバターを入れ火にかける。バターが溶けたらベーコンを加え炒める。豆乳を加えて混ぜる。
- ③ 火が入ったら洗った米、鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋の順に加え炒める。
- ④ 炒めたらチキンブイヨン、ローリエを加え柔らかくなるまで煮込む。
- ⑤ 柔らかくなったトマト、かぼちゃ、ほうれん草を加え塩コショウで味を整える。

栄養素量(一人分)

エネルギー	114Kcal
たんぱく質	4.4g
塩分	1.9g

調理師 細川 直美



編集後記

春は別れと出会いの季節です。お世話になった人との別れはとても寂しいことですが、新たな出会いも待っているはず。お世話になった人への感謝の気持ちを忘れず気持ちを新たに新年度を迎えましょう。

(Y.M)

お知らせ

休日緊急当番医

・3/21(月)

白馬診療所

・3/27(日)

本院 内科・外科

絵画等を募集いたします。

本館のエレベーターホール等に展示する絵画・写真等を募集いたします。

ご提供いただける方は、
0261-62-3166(代)に
お電話ください。



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、尊厳をもって接遇されるとともに、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 28 年 3 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 診 (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 恆 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 恆 中村伸治 樋端佑樹 (第1・3・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 恆 (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 恆 中村伸治 樋端佑樹 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式	鬼頭 恆 中村伸治 樋端佑樹 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式
	新患 (午前) (予約制)	(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	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)
	午後	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	石曽根 聡	芳澤淳一	石曽根 聡 久米田 茂喜	芳澤淳一	石曽根 聡 宮川真一 (信大) (第3のみ)
	専 門 診 療			信 大 (乳腺) (予約)		信 大 (甲状腺) (第1・3・5予約のみ)	
	呼 吸 器 外 科	花岡孝臣			花岡孝臣		花岡孝臣
整形外科	形 成 外 科 (受付15時00分まで)		安永能周 (信大) (13時から診療)				
	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	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 向山啓二郎 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
皮膚科	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 (5歳~17歳まで) 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	泌 尿 器 科	平林直樹	西澤 理 平林直樹	平林直樹	西澤 理 平林直樹	平林直樹	平林直樹
	女性骨盤底センター		西澤 理		西澤 理		
産婦人科 (予約制)	産 婦 人 科 (予 約 制)	信 大 (予約)	曽根原衛雄 (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	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	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	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 (10:30 ~ 12:30 まで診療)	阿部克哉 (10:30 ~ 12:30 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 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
------------------------------	--------------------------	------	--	------	------	------