

きずな

2017年
1月号
vol.359

特集

新年のご挨拶

- 下肢の外傷疾患
- 第1回あづみ支部
院内写真コンテスト結果
- 第43回長厚労写真コンテスト
開催される

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

北アルプス医療センター本館が稼働して 年頭のご挨拶

統括院長 西澤 理



2016年3月から本館（7階立て、200床）が稼働しました。来館者から本館内の各部署の配置などについてお褒めの言葉を掛けられることが多く、その都度充実感を覚えています。

2016年10月16日の「未来・地域とよりそう」を掲げて開催した病院祭では約2000名の参加者に来ていただきました。やまなみカフェと銘打った最上階

の7階にあるやまなみホールでの飲み物の提供は好天と相まって有明山や後立山連峰の眺望が見事であり、来場者から大好評でした。11月までには池田町役場の北側の駐車場のアスファルト舗装を終え、環境面の整備は着実に進んできました。医局改修などの工事も12月から始まりました。

本年（2017年）は一白水星が中央に回座する丁酉（ひのと）の年とのことですが、本院にとっては1947年8月に北安曇郡池田町2534番地2（県立北安曇農業高等学校「現・池田工業高等学校」内）に長野

県農業会「安曇診療所」として発足してから以降で数えると70年目となり、節目の時と言えます。旧病棟（4階建て）の解体についても開始する予定です。大北地域は長野県が策定した地域医療構想（2016年9月）により、10年後の地域内の人口は約58000人と見込まれており、10年後には必要とされる推計病床数は403床とされています。大田市立総合病院との機能分担と連携を進めるとともに、健康管理部門の充実や介護福祉事業への展開などを念頭に置きながら、大北地域の基幹病院の責務を果たします。「質の

高い医療と社会への貢献をとおり、地域の皆様から信頼される病院を築く」との理念を実践し、2016年11月現在で86施設の病診連携に登録されている先生方とともに、患者さんに笑顔と満足と希望を届けられるように努めます。丁酉の2017年は成功へのヒントを授かる年とのこと、北アルプス医療センターの今後の更なる発展のための基礎を築く1年にしたいと思っています。今後もこれまで通りのご支援とご協力をお願い致します。

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10回では足の小指の骨である第5中足骨の骨折の中でJones骨折と下駄骨折とよばれる骨折について紹介させていただきます。

■Jones骨折とは

1902年にJones医師が自ら経験した第5中足骨近位部(図のような足の第5趾の中足骨の踵側)の骨折を報告したことからJones骨折と呼ばれています。図のような足の第4・第5趾の中足骨間関節(2本の中側骨が接する部分)の遠位端に一致しておきる骨折です。転倒などにより骨折するよりも、スポーツなどによる反復する力でおこる疲労骨折として生じることが多いといわれています。

■下駄骨折とは

図のような第5中足骨の結節部とよばれる近位端の剥離骨折のことを下駄骨折と呼ぶことがあります。結節部とはJones骨折の骨折部よりさらに踵よりの短腓骨筋腱が付着している部分で、下駄骨折とはこの短腓骨筋腱による剥離骨折のこととされます。下駄の鼻緒が切れた時に受傷することが多かったことから下駄骨折といわれますが、これは俗称で、第5中足骨結節部剥離骨折と呼ぶことになります。

■受傷機転

下駄骨折は前述のとおり下駄の鼻緒が切れ、足をひねる・転倒することで受傷することが多かったのですが、下駄をはかなくても転倒・足首の捻挫にもなつて受傷します。短腓骨筋腱による剥離骨折であり、足首の内返しの強制と筋収縮により生じるとされます。

■症状

下駄骨折は転倒・足を捻ったのちに足部外側の疼痛と自覚されます。捻挫など他の部位をいためた可能性もあるので足部外側だけかいたいとは考えにくいかもしれません。

Jones骨折はスポーツにて同じ動作を反復することにより足外側の疼痛や違和感として出現します。スポーツをする時間や量により増悪と軽快を繰り返すようになります。しかしスポーツをやめるほどの症状とは感じられないためそのまま、続けていくと最終的に完全骨折に至り、激痛が出現、歩行困難になります。

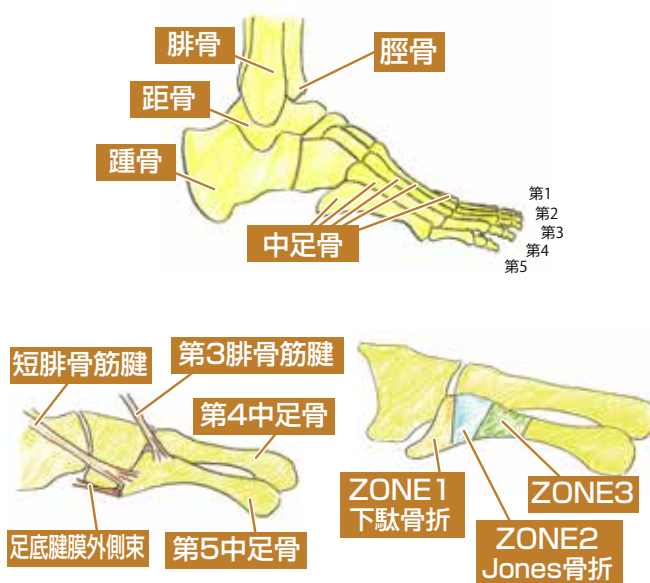
■診断

下駄骨折と完全骨折にまで至ったJones骨折は単純X線写真で診断できます。しかし完全骨折に至っていないJones骨折は骨折線をはっきり認

めないことがあるためMRIが早期診断に役立つとされます。

■治療方法

下駄骨折は保存的に経過をみることによりほとんどの症例が骨癒合をえることができるとされます。しかしJones骨折はギプスをまいて保存治療を行うだけでは骨癒合が得られないことが多く、一般的には手術による骨折部の固定がすすめられます。



第1回 あづみ支部

院内写真コンテスト結果



特選

特選 河村 元



執行
委員長
賞

執行委員長賞 鈴木 一浩



準特選

準特選 清水 孝則



準特選

準特選 二木 香菜子



特選

特選 小林 則康

(敬称略)

「支部の写真コンテストをやりたい やろう～」
と一人の組合員の想いからあづみ支部独自の写真コンテストを企画しました。

作品を出してくれた組合員は25名、作品数も107点になり、作品内容も山や安曇野の風景、家族と出かけた瞬間のショットだったり、そしてペット等のほのぼのとした写真も多くありました。

ふたを開けてみれば多くの作品が集まり、ありがとうございました。

これからも多くの組合員が参加できる様に頑張っていきます。



第43回

長厚労写真コンテスト開催される



ファミリーの部 入選
太田 倫明



ファミリーの部 入選
奥原 幸美



ファミリーの部 入選
二木 香菜子



一般の部 入選
若林 壽美



ファミリーの部 入選
所 勝幸



ファミリーの部 入選
小林 真美



ファミリーの部 入選
佐々木 朝海



ファミリーの部 入選
鈴木 一浩



ファミリーの部 入選
大倉 隆浩



ファミリーの部 入選
西尾 孝一



ファミリーの部 入選
小林 則康

(当院職員の入選作品 敬称略)



第43回長厚労写真コンテストが11月3日に北アルプス医療センターあづみ病院のやまなみホールを会場として行われました。

11支部から出展者121名、作品数570点の傑作写真が出揃いました。

審査は参加者が見守る中、元信濃毎日新聞報道カメラマンの増田先生より、一般の部・入賞5点 入選17点、ファミリーの部・入賞3点、入選23点を選出しました。

持ち寄られた写真は、子供の笑顔、愛情感じられるペットの物、躍動感ある作品又しっとりとした人物作品もありレベルの高さに眼を見張りました。

当日は、写真部やボランティアで参加してくれたあづみ支部組合員の手助けもあり無事に終わることができ、反省会を兼ねた懇親会に増田先生を招き写真のいろはを聴きながら1日の予定が終わりました。皆さんお疲れ様でした。

なお、各支部を巡回する入選作品は、6月に本館エレベーター前に展示する予定です。

執行委員長 清水孝則



小林裕司

新年明けましておめでとうございます。リハビリテーション科(精神)作業療法士の小林裕司と申します。昨年度までは飯田市内の病院で働いておりましたが、精神科作業療法への道へ進みたく、当院へ転職して参りました。どうぞよろしくお願い致します。

「作業療法」＝「作業を用いた治療？リハビリ？」 あまり馴染みのない言葉とは思いますが、ここで言う作業とは？

人はだれでも「作業」をしています。食べたり、お風呂に入ったり、遊んだり、仕事をしたりといった風に。ただし、作業をするには「こころとからだ」が必要です、逆に言えば、作業をすれば「こころとからだ」が働きます。作業療法では、あらゆる疾患の患者さんに様々な作業(日常生活活動・遊び/余暇・仕事など)を用いて接し、患者さんの変化を期待します。

「ひとは作業をすることで元気になれる」

この言葉を信じて日々精進していきます。今年も一年宜しく願いいたします。お気軽に精神科作業療法室へも足をお運びください。

「おすすめの一冊」



「疾風ロンド」 著者：東野圭吾 実業之日本社

2016年11月26日より映画公開された長編サスペンス。

研究所から、違法生物兵器が盗まれ雪山に埋められた。雪が解け気温が上がれば散乱してしまう。「場所を知りたければ3億円を支払えー」そう脅迫した犯人は事故死してしまう。上司から生物兵器の回収を命じられた研究員は、息子と共に、とあるスキー場に向かった。頼みの綱は目印のティディベア…。

ゲレンデを直滑降で滑り降りるようなテンポの良さで最後までいっきに読めてしまいます。今シーズン、この小説と映画を観て、ゲレンデに足を運ばれてみてはいかがでしょうか。

図書部 今井信也(医療秘書室)

長芋のねっとり感とカレーのスパイスがくせになる一皿です。

お好みでカレー粉を増減してください。牛乳のかわりに生クリームを使うと濃厚な味になります。

マカロニなどのパスタが入っても美味しいです。

長芋のカレークリームソース



材料 (2人分)

鶏もも肉	200g	カレークリーム		ニンニクみじん切り	
☆白ワイン	大サジ1	○トマトケチャップ	大サジ1	バター	大サジ1
☆塩コショウ	少々	○カレー粉	大サジ3分の2	ローリエ	粉末
長芋	300g	○コンソメ(固形)	2分の1	塩コショウ	少々
しめじ	1房	○牛乳	200cc		

作り方

- ① 鶏肉は一口サイズに切り☆の調味料をよくもみ込んでおく。
- ② 長芋は皮をむき長さ3～4cmに切りしめじは石づきを切りほぐす。
- ③ カレークリームを作る
小鍋に○を入れて中火にかけ、混ぜながら軽く沸騰させコンソメが煮溶けたら火を止める。
- ④ フライパンにバター大サジ1 ニンニクみじん切りを入れて弱火で炒め、香りが出てきたら①の鶏肉を皮目から入れて焼き目をつける。
- ⑤ 鶏肉を裏返し、②の長芋、しめじも入れてさっと炒める。
- ⑥ バターが全体に回ってきたら、③のカレークリーム、ローリエを加え、沸騰してきたら弱火にし軽くかき混ぜながらとろみがつくまで10分程煮る。
- ⑦ 塩コショウで味をととのえ器に盛りお好みで刻みパセリをちらして完成。



栄養素量 (一人分)

エネルギー	435Kcal
たんぱく質	23.2g
塩分	1.8g

●調理師 伊藤 直哉

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)

2017 1月 January

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

⑳ 22 23 24 25 26 27 ㉑

㉒ 29 30 31

2017 2月 February

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

⑬ 19 20 21 22 23 24 ㉔

㉕ 26 27 28

お知らせ

休日緊急当番医

・1/15(日)・1/29(日)

本院(大北南部地区)

内科・外科

・1/9(月)

白馬診療所(大北北部地区)

新コーナー「宝の箱」

よりよい病院になるために、患者さんからいただいた
ご意見の一部を紹介いたします。



ご意見・ご要望

大腸ファイバーの検査を受けた時のことです。検査台に横になるなり、いきなり処置に入ったため肛門に激痛が走り、痛みが引けるまで暫らく検査を待ってもらった程でした。普通なら動作予告や、「力を抜いて」など声掛けすると思いますが、もっと配慮してほしいです。

お返事

声掛けなどの配慮が不足しており、大変苦痛な思いをさせてしまい申し訳ありませんでした。
これから行おうとする医療行為の説明は、患者さんの心構え(心の準備)のためにも重要なことだと考えます。今後は今まで以上に医師とも協力しながら、患者さんの不安な思いをくみ取り、患者さんの目線に沿った看護を行っていきたいと考えます。
(内視鏡責任者)

感謝

(入院患者さんから)
スタッフの皆様方、大変親切丁寧な看護を賜りありがとうございました。おかげで退院できることになりました。向寒季節ではありますが、今後のご活躍を祈念いたします。

お返事

暖かなお言葉をいただきありがとうございました。
これからも職員一同更なる努力を重ね、患者さんが安心して療養生活を送れるよう努めてまいります。
(病棟責任者)

編集後記

ラニャーニャ現象の影響で、昨年度は寒くなるとの予報でしたが、それに反して12月は暖かかったり寒かったりの繰り返しでした。ゴルフをこよなく愛する私にとっては、今度のゴルフ日和がどうなるか、天気予報から目が離せない日が続いております。ほかのスポーツを愛する人にとっても、同様の事があることでしょう。スポーツを愛する・愛さないにかかわらず、皆さんこの天気に関わることなく、健康にこの冬を乗り越えていきましょう。
(T.F)

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、尊厳をもって接せられるとともに、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。

受付時間：平日 7:30～11:30 ※診療科により受付時間が
土曜 7:30～11:00 異なります。

お問合せ：0261-62-3166

担当医表

平成 29 年 1 月

診療科目		曜日	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 林田研介	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	桑原宏一郎 (信大)	東方壮男	柴 祐司 (信大)	富田 威 馬渡栄一郎	
	呼 吸 器 内 科			岡田光代	花岡正幸 (信大) (10:00 から診療) 岡田光代		西江健一(信大)(第1・3・5のみ) 池川香代子(信大)(第2・4のみ)	藤本圭作 (信大) (第1のみ)
	神 経 内 科	林田研介 野村俊 (信大) (第1・3・5のみ) 高松良太 (信大) (第2・4のみ)	林田研介	林田研介	林田研介	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 古屋昌宏 雨宮光太郎 雨宮光太郎 小笠原紘輔 鈴木一浩	中村伸治 古屋昌宏 小椋京子 雨宮光太郎 湯澤宏式 (第1・3・5のみ) 小笠原紘輔 鈴木一浩	村田志保 鬼頭 恒 (AM) 中村伸治 湯澤宏式 小笠原紘輔 鈴木一浩	村田志保 (AM) 鬼頭 恒 中村伸治 榎端佑樹 (信大) (第1のみ) 古田 康 (第2・4のみ) 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 小笠原紘輔	村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 (第2・3・4・5のみ) 小笠原紘輔	鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 小笠原紘輔 鈴木一浩
	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 午後	原 敏博 小口弘子 慢性疾患 (予 約) (原 敏博) (小口弘子)	保刈 健 (小口弘子) 予防接種 (予 約) 乳児検診 (予 約)	小口弘子 (保刈 健)	保刈 健 (小口弘子) 予防接種 (予 約)	小口弘子 又は 保刈 健 慢性疾患 (予 約) (保刈 健)	信 大 (小口弘子 又は 保刈健)
外科	一 般 外 科		唐澤文寿	石曾根 聡	唐澤文寿	石曾根 聡 久米田 茂喜 (予約)	唐澤文寿	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) (予 約)	
呼 吸 器 外 科			花岡孝臣 藏井 誠 (P.M.のみ)		藏井 誠	花岡孝臣		花岡孝臣
形 成 外 科 (受付15時まで)				安永能周 (信大) (13時から診療)				
整形外科	新 患 (受付10時30分まで)		上甲厳雄 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 上甲厳雄 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
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 (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 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子 こども外来(15時~17時まで診療) 初診(当日)受付16:30まで	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子
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
女性骨盤底医学センター				西澤 理	西澤 理(第2・4の14時~のみ) (完全予約制)	西澤 理	山ノ井万里子(信大)	
産婦人科 (予 約 制)			信 大(予約)	曾根原衛雄(予約)		信 大(予約)		
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) (10:30 ~ 12:30まで診療) 0261-61-1165			阿部克哉	薛 孝太郎 間宮敬子 (隔週)	阿部克哉	薛 孝太郎	薛 孝太郎	

北アルプス医療センター 白馬診療所

内 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
-------------------------	--------------------------	------	---	------	------	------

きずな

2017年
1月号 vol.359

発行:〒399-8695 北安曇郡池田町池田3207-1 TEL: (0261) 62-3166 (代) JA長野厚生連北アルプス医療センター あづみ病院
発行責任者:事業所長 西澤理 編集:きずな編集作業部会 http://www.azumi-ghp.jp/ 印刷:PO印刷 (株)



この印刷物は環境保全のため、
ベジタブルオイルインクを使用しています。