

きずな

2018年
11月号
vol.381



撮影：北尾根高原 秋のフラワーパーク

特集

病院祭大盛況・病院祭フォト

精神科病棟増築・肩関節治療センター移転の進捗

公式 HP はこちら

あづみ病院



<http://www.azumi-ghp.jp/>



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

病院祭大盛況



▲会場入口で案内・パンフレットを配布する職員



▲琉球国祭り太鼓で開幕



▲パーソナリティーとゲストの生放送トーク中



▲高瀬中学校吹奏楽部による演奏の様子

10月21日(日)雲一つない秋晴れのなか、病院祭を農業祭と合同開催致しました。

今年の病院祭のテーマを「歩く明るく豊かな未来へ」とし、ご来場頂いた皆さんの楽しいとき、よい思い出になればとの思いで準備を進めてまいりました。おかげさまで、約3,000名と多くの方にご来場をいただき、大盛況で幕を閉じることができました。実行委員会一同心から感謝申し上げます。

メインステージ「いやしの広場」

では、琉球国祭り太鼓で勢いよく幕があがり、高瀬中学校の吹奏楽部による演奏、松川ペーパージン・ベルによる新体操、スマイルジャズダンススタジオによるダンス、池田町消防団ラッパ隊演奏、当院音楽部のミニコンサートを行いました。地域の方・病院職員によるパフォーマーは、会場にいる

方に、元気を与え楽しく有意義なときを過ごしていただくことができましたと思います。

午後の部では、SBCラジオの特別番組「北アルプスのふもとから あづみ病院祭」の公開生放送で、ゲストのはなわさんのライブと石出奈々子さんのものまねで、感動と笑いが会場中にあふれ、会場の皆さんと一体となることができました。そしてパーソナリティの浅井みどりさん、芸人のこてつさんのトークで、楽しくスムーズに進められました。

院内会場では、地域の方に最新の医療技術や情報を知っていただく「パネル展示」さあ、検診センターへ行こう!などのコーナーや、新しく完成した肩関節治療センターで行った「簡単肩こりチェック」転倒予防コーナー、そして2階会場で行った各専門分野のスタッフによる予防や医療などの健

病院祭実行委員会



▲パネル展示で来場者に案内をする職員



▲福まきの様子



▲救急蘇生コーナーを体験中



▲「まきまきパン」を焼く白馬診療所職員



▲デイケアに通所されている方の作品展示

康についてのコーナーも大盛況でした。今後の生活に生かしてご自身の健康を守って欲しいと思っています。また、文化活動を紹介した「文化の広場」や体験コーナーの「革細工体験」「ミニドクター・ミニナースに大変身」などでは見学・体験をとおり、よい思い出づくりになったのではないのでしょうか。

野外会場での、「福まき」の時には、多くの人であふれ、お餅やお菓子をたくさん拾うことができ、喜んでいる姿がたくさんありました。「バザー」「餅つき」「露天コーナー」もわれ先にと多くの人が集まり例年同様に大人気でした。

あづみの市場での「豚汁」「おにぎり」「焼きそば」「わたあめ」「フランクフルト」、白馬診療所の「まきまきパン」、池田町商工会の露店などは長蛇の列となり大盛況となりました。

地域住民のための健康公開講座は、長野県大町保健福祉事務所の「北アルプス地域におけるがん対策推進のための講演会」とし

て、信州大学医学部附属病院 本田孝行病院長から「地域がん診療病院の役割について」でも、がんの予防も大事だよ」の講演をいただき、多くの皆さまが「がん」への対策について学ぶよい機会になりました。

最後に、駐車場の一部制限やエレベーターの利用等でご不便をおかけいたしました。ご理解いただき病院祭・農業祭を執り行うことができましたこと、職員一同感謝しております。これからも地域の皆さんに楽しんでいただけるよう努力してまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。





病院祭フォト



石出奈々子さんの
お笑いライブ後



病院祭実行委員長と
はなわさんのトーク



統括院長とパーソナリティーのトークの様子



露天コーナーにて



スマイルジャズダンススタジオによる
かわいいダンス



はなわさんのライブ



白馬診療所職員



池田町消防団ラッパ隊による演奏



病院音楽部によるミニコンサート



食品サンプルでの食生活チェック



半細工体験コーナー



福まきの様子



あづみの市場の様子



パネルコーナーの一部



内視鏡カメラを操作する来場者

いよいよ完成間近!! 精神科病棟増築・肩関節治療センター移転の進捗

- ① 2017年最後に取り壊しになりました建物は、以前病棟として使用していました。
1947年(昭和22年)診療所として開業して以来、1950年「安曇病院」、1993年「安曇総合病院」と名称変更した歴史が残っていました。とても懐かしいですね。



- ② 2017年12月解体が始まりあっという間に取り壊され、そこから鉄くずとコンクリートの分別、埋め立てに大変時間を費やしていました。



- ③ 2018年6月基礎部分が完成。



- ④ 2018年8月エレベーターと1階肩関節治療センターの骨組みができてきました。



- ⑤ 2018年9月まだまだ配線などがむき出しです。



- ⑥ 仮設通路にて寒い冬などご迷惑をおかけしていましたが、10月15日より肩関節治療センターが新しい棟でリハビリを開始しました。これにより、精神科病棟(南病棟)・肩関節治療センターへの移動が新しい通路で可能になりました。いよいよ12月に南病棟が完成いたします。(12月号に続く)





医師紹介

①出身地 ②出身大学 ③趣味

10月より消化器内科でお世話になっております中村麗那と申します。大学を卒業後、地元である長野県に戻り信州大学、松本市立病院、長野県立木曽病院などで勤務をしておりました。出産、子育てを機に短時間勤務で主に消化管内視鏡検査・治療に従事して参りました。一般内科外来を含めた臨床に携わるのは少し久しぶりで、勉強の必要性を感じる日々ですが、患者さんと直接向き合うことができ、嬉しく思っております。与えていただいたこの機会を大切に少しでもお役に立てるよう精一杯頑張りたいと思います。

至らない点も多々あるかと思いますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

①長野県松本市 ②関西医科大学 ③子供と図鑑を眺める



消化器内科
なかむら れいな
中村 麗那



を受賞しました

理学療法士学会で
学会奨励賞を受賞

理学療法士 赤羽 弘泰



第36回関東甲信越ブロック理学療法士学会で発表させていただいた「当院の外来心リハ患者における農作業と運動耐容能との関連」という演題が学会奨励賞を受賞し、第37回大会にて表彰していただきました。農作業という地域特性と心臓リハビリとの関連を調査した内容です。当院心臓



リハビリでは体力向上のため有酸素運動を中心とした運動を実施していますが、継続性が問題になります。農作業は患者さんにとって社会的役割や生きがいになるような活動であり、継続した運動による体力向上だけでなくQOL(生活の質)の向上にも繋がると考えました。今後も追跡研究していき、当院の患者さんに還元できればと思います。

マンモグラフィ読影試験 最高レベル 合格

健康管理課医師 小林 克



日本乳がん検診認定マンモグラフィ読影試験においてAS(最高レベル 48人中3人)に合格しました。試験は120分で100例の症例のマンモグラフィを読影して、カテゴリー1から5の診断をします。1,2は良性で、3は良性しかし悪性も否定できない、4は悪性の疑い、5は悪性が強いものと分類しその正確率で判定されます。現在、乳がんは女性の11人に1人の割合でかかる病気になりました。30歳代からの発症もみられますし、80歳を過ぎても乳がんにかかります。発症年齢のピークは45～49歳ですが、60～65歳にもう一度発症のピークが認められます。女性の30～64歳での死亡原因のトップが乳がんです。自分では3cmにならないと乳がんは触れません。2cm以内でみつかれば予後が良くなりますので、その検査法として40歳未満は乳腺が発達しているためマンモグラフィでは白く写り、乳がんも白く写るため判定困難なので、乳腺エコー検査がお勧めです。40歳以上はマンモグラフィと乳腺エコー検査を毎年受けるのが望ましいですが、マンモグラフィを毎年受け、乳腺エコー検査を1年おきに追加するのもよいと思います。

「アクアパッツァ」は、魚介をオリーブオイルや、トマトなどと一緒に煮込んだ、シンプルで塩味のイタリア・ナポリ地方のお料理です。白身魚は何でもよく合います。ぜひ、仕上げにイタリアンパセリを使って本場の雰囲気を演出してみてください。

真鱈のアクアパッツァ

材料(2人分)

真鱈	2切れ	オリーブオイル	大マじ2	胡椒	適量
殻付きアサリ	130g(砂抜き)	白ワイン	大マじ2	イタリアンパセリ	適量
ミニトマト	5個(4等分)	水	100cc		
にんにく	1かけ(スライス)	塩	小マじ1/3		

作り方

- ①水気を取った鱈の皮目に切れ目を入れ軽く塩を振る。
- ②フライパンに分量の1/4ほどのオリーブオイルをなじませ中火で鱈の表面を軽く焼く。
- ③2に残りのオリーブオイル、ニンニク、白ワイン、水を入れ煮立ってきたらアサリ、トマトを入れて蓋をして火にし、6分程蒸し煮する。
- ④蓋を開け、スープの味を見て、塩胡椒を適量加え更に3分ほど火を通す。
- ⑤最後にイタリアンパセリを散らして完成。

栄養科からの

おすすめ
レシピ



栄養素量 (1人分)

エネルギー	220Kcal
たんぱく質	15.6g
塩分	1.64g

調理師 はまさわ 濱澤 たつこ 竜彦

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)

2018 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	

2018 12月 December

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

お知らせ
休日緊急当番医

・11/4(日)
本院(大北南部地区)

・11/3(土・祝)
白馬診療所(大北北部地区)



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。

「おすすめの一冊」



「私たちのお弁当」

編集：クウネルお弁当隊

仕事の日のお昼ごはん、皆さんはどうしていますか？お弁当派の私は「明日のお弁当、どうしよう？」1日1度は考えます。近くでお弁当を広げている人の中身は興味津々、本当は覗き込みたくて仕方がない、だけど……黙々と食べます。そんな私の好奇心を満たしてくれるのがこの本です。ここには年齢や職業、生活が異なる様々な人のお弁当の写真とコメントが綴られています。皆、限られた時間や材料の中で工夫して作っている様子からお弁当に込められた思いが伝わり親しみがわきます。中にはおにぎりにコロケを入れる強者もあり、自分の発想にはない具材やレイアウトがとても新鮮です。私のように周りのお弁当が気になる方にぜひおすすめの一冊です。

図書部 高橋純子(地域医療連携課)

受けよう！乳がん検診

詳しくは→



専門資格を持った女性スタッフによる検査を実施。

予約不要・受付13:30~16:00
1階総合受付まで

乳腺エコー

料 金 3500 円
検査時間 約 15 分

マンモグラフィー

料 金 4200 円
検査時間 約 5 分



がん患者サロン「てるてるサロンあづみ」開催

がん患者さんやそのご家族が同じ体験をした仲間と語り合える場所です。

日 時 11月16日(金)、12月21日(金) 14:00~16:00
会 場 本館7階やまなみホール南

予約不要
参加無料
見学OK

11・12月糖尿病教室のご案内

会 場 外来棟 2 階会議室 西

時 間 14:00 ~ 15:00 (専門職種による各 20 ~ 30 分の講義)

開催日 11 月 8 日(木) 歯科医師・管理栄養士
27 日(火) 理学療法士・管理栄養士
12 月 13 日(木) 薬剤師・管理栄養士
25 日(火) 看護師・管理栄養士

予約不要
参加無料

求人情報

☎ 0261-62-3166

詳しくは→



・薬剤師・看護師・保健師・看護補助者募集中!!

・就労支援室 食器洗浄業務(院内給食食器洗浄業務)

詳しくはホームページをご覧ください。

編 集
後 記

朝晩は冷え込む日も増えてお鍋やおでんなど温かいものが恋しくなってきましたね。あと一か月とちょっとで今年も終わろうとしています。皆さんも温かいものを食べて風邪をひかないようにしましょう。(T.O)

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 ※青字は、信大医師又は
非常勤医師が診察します。

担当医表

予告なく変更されることがありますので、ご了承ください。

平成 30 年 11 月 1 日現在

診療科目	曜	月	火	水	木	金	土
内科	内科新患	岡田光代 中村麗那	東方壮男 村木 崇	馬渡栄一郎 木全博己	川上裕隆 中村麗那	東方壮男 岡田光代	川上裕隆 馬渡栄一郎
	内科再診 (予約制)	川上裕隆 東方壮男 林田研介	川上裕隆 東方壮男 岡田光代 林田研介	川上裕隆 東方壮男 岡田光代 林田研介	林田研介	川上裕隆 林田研介 木全博己(13:30～)	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	東方壮男	田畑裕章	富田 威 馬渡栄一郎	
	消化器内科	中村麗那	村木 崇	木全博己	村木 崇 中村麗那		
	呼吸器内科	岡田光代	岡田光代	岡田光代 花岡正幸(10:00～)(予約制)		松原美佳子(第1・3・5) 池川香代子(第2・4)	藤本圭作(第1)
	神経内科	林田研介 坂口典子(第2・4)	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介
	腎臓内科				上條祐司(予約制)		
	リウマチ・膠原病 (予約制)			牛山 哲			岸田 大(第1) 上野賢一(第3)
	総合内科		林田研介		林田研介		
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 岡田知徳 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 岡田文美子	中村伸治(第1・3・5) 岡田知徳 古屋昌宏 小椋京子 雨宮光太郎 小笠原紘輔 春原隆史 岡田文美子	村田志保 鬼頭 恒(午前) 中村伸治 岡田知徳 小笠原紘輔(第1・3・午前) 春原隆史 岡田文美子	村田志保(午前) 鬼頭 恒 中村伸治 古田 康(第2・4) 古屋昌宏 雨宮光太郎 春原隆史 樋端佑樹(第1)	村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 岡田知徳 古屋昌宏 小笠原紘輔 春原隆史 岡田文美子	鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 春原隆史
	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	小口弘子 保刈 健(10:30～)	保刈 健	小口弘子	保刈 健 小口弘子(予約制,10:30～)	小口弘子 又は 保刈 健	信 大
	午 後 (予約制)	小口弘子 (慢性疾患)	予防接種・乳児検診 インフルエンザ予防接種	インフルエンザ予防接種	予防接種	保刈 健 (慢性疾患)	
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(予約制)	唐澤文寿	石曾根 聡
	専門診療 (予約制)		石曾根 聡(肛門) (13:30～)	前野一真(第1・3・5) 小野真由(第2・4)(乳腺)		伊藤研一(第1・3・5)(甲状腺) 金井敬晴(第2・4)	
		ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来					
	呼吸器外科	花岡孝臣 藏井 誠(13:00～)	手術日 (急患対応は要相談)	藏井 誠 (第1・4・5)	花岡孝臣	手術日 (急患対応は要相談)	花岡孝臣
整形外科	形成外科 (受付15:00まで)		細見謙登(13:00～)				
	新患 (受付10:30まで)	磯部文洋(手・肘) 中村恒一(その他 新患)	中村恒一(手・肘) 太田浩史(下肢 輪番) 狩野修治	輪 番 狩野修治(下肢)	向山啓二郎(脊椎) 新津文和	太田浩史(下肢) 信 大	信 大
	再診 (予約制)		向山啓二郎 高橋 淳	向山啓二郎 太田浩史 新津文和	中村恒一 磯部文洋	狩野修治	
	肩関節治療センター (受付10:30まで)	松葉友幸(初診) 畑 幸彦(予約制) 石垣範雄(予約制)	手術日		手術日	石垣範雄(初診) 松葉友幸(再診) 畑 幸彦(予約制)	
	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(15:00～17:00) 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 北原 梓(第1・3)	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
		ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来					
	女性骨盤底医学センター		西澤 理	西澤 理(予約制)	西澤 理	山ノ井万里子	
	産婦人科(予約制)	倉石美紗子	曾根原衛雄		小野元紀		
	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 予約制)	太田いづみ (受付10:00 まで)	今井玲子
	耳鼻咽喉科 (受付 16:00 まで)		信 大 (14:00～)			信 大 (14:00～)	信 大
	放射線科				柳澤 新		
	麻酔科(予約制)	小林浩一		小林浩一		小林浩一	
	リハビリテーション科 (予約制)	松葉友幸	畑 幸彦	石垣範雄	松葉友幸	石垣範雄	松葉友幸
	歯科口腔外科	飯島 響 中野僚子	手術日 (急患対応は要相談)	飯島 響 中野僚子	飯島 響 中野僚子	飯島 響 中野僚子 中島 哲	飯島 響 中野僚子
	緩和医療外来 (予約制)		木全博己(第1) 西澤 理(第3) 間宮敬子(第4)				

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)	下里修一	下里修一 整形外科(第4) (15:00～)	下里修一	下里修一	下里修一
--------------------------	------------------	------	------------------------------	------	------	------