

きずな

特集

新任医師紹介・新入職員紹介

- 小児科シリーズ第2回 ～春の花粉症～
- 脳神経内科シリーズ第2回 ～認知症（神経変性疾患）の治療法～
- 宝の箱・P8担当医表の表記の仕方が変更になりました・おすすめレシピ
受けよう!乳がん検診・医療費口座振替を利用してみませんか?

発熱・かぜ症状のある
方は、まずはお電話を!
0261-62-3166

菜の花畑

公式Facebookはじめました



公式HP・当院の新型コロナウイルス対策はこちら

あづみ病院

<https://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

新任

医師紹介

①出身地 ②出身大学 ③趣味

4月より精神科に赴任いたしました荻原朋美と申します。あづみ病院は、若かりし頃に勤務し、精神科医としての礎となる貴重な体験をさせていただいた病院です。その当時よりは、精神科医として、また、人間として、多少は成長して戻って来られたのではないかと、僭越ながら自負しております。私を育てて下さった、大北地域の皆さんに、力の限りの恩返しをして参ります。どうぞ、よろしくお願い申し上げます。

①長野県 ②山形大学 ③旅行



精神科 こころのホスピタル事業部長
おぎ はら とも み
荻原 朋美



眼科
ます お し おり
増尾 史織

4月より眼科に赴任いたしました増尾史織と申します。長野県出身の私ですが、北アルプスの息を呑むほどの美しさにはいつも感動してしまいます。休日は自然豊かな国営アルプスあづみの公園などで体を動かすのが我が家のブームとなっております。地域の皆様のお役に立てるよう精一杯努力して参りますのでよろしくお願いいたします。

①東御市 ②信州大学 ③山歩き、美術鑑賞

4月からあづみ病院に赴任となりました外科の石坂と申します。もともと自然豊かな場所が好きで落ち着いた性格ですが、あづみ病院から見える自然豊かな風景には圧倒されました。この地で働けることに感謝し地域の医療に外科医として貢献できれば幸いです。精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。

①飯山市 ②日本大学 ③スポーツ全般、アウトドア



外科
いし ざか なお き
石坂 直毅



循環器内科
いの う え わたる
井上 航

4月より循環器内科に赴任しました井上航と申します。諏訪赤十字病院で初期研修をし、昨年度は信大病院に勤めていました。大北地域にはこれまで馴染みがなく、北アルプスの荘厳な山並みを間近で見られることに感動しています。若輩者でございますが、諸先生方のもと精進いたしますのでご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

①松本市 ②福井大学 ③バドミントン

4月から歯科口腔外科に赴任した西牧史洋と申します。私の父親の実家が池田町にあり、子どもの頃から毎年夏は池田町のお祭りに行くのが楽しみでした。そんな池田町で地域医療に貢献できる機会をいただいたことを非常にうれしく思っています。精一杯がんばりますのでよろしくお願いいたします。

①松本市 ②昭和大学 ③サッカー観戦、麻雀



歯科口腔外科医長
にし まき ふみ ひろ
西 牧 史 洋

初 期 研 修 医



初期研修医
かしわ せ ひとし
柏 瀬 仁

4月より研修医として勤務させていただくことになりました柏瀬と申します。私は群馬県の出身で、再受験で島根大学に入学し、今年の3月に卒業しました。長野県は私にとって初めての土地ですが、景色が素晴らしく、観光スポットも豊富で住むのが楽しみです。趣味はキャンプや散歩などアウトドアが好きでスノーボードも始めてみたいと思っています。初期研修では初心を忘れず謙虚に多くのことを学ばせていただく所存です。どうかご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

①群馬県 ②島根大学 ③キャンプ

新 しい 仲 間 が 加 わ り ま し た ！

保健師3名
看護師19名
看護補助者2名
臨床検査技師2名
理学療法士2名
調理補助者1名
事務2名

4月から31名の新入職員が入職いたしました。

院内研修後それぞれの職場に配属されましたので、よろしくお願いいたします。





小児科シリーズ

第2回

春の花粉症

発症者も多く、症状も強いスギ・ヒノキなどが原因の花粉症の場合、今頃は花粉の飛散量も減り、症状も落ち着いてきたころではないでしょうか。しかし、桜の花も散り、若葉が成長しているころになると再びくしゃみ、鼻水、鼻や目の痒みなどの症状が現れる方が増えてきます。この頃、ちょうどニセアカシアの白い花が咲き始めるため、この植物が原因だと思われがちですが、その花の下に地面に目を落とすとイネ科の植物が穂を出しているのを確認できることも少なくありません。

イネ科の植物は、葉が細長く、先がとがり、葉脈は縦に走っていて稲の葉によく似ているのですぐに分かると思います。花粉を飛散させている時期は穂が出ているのでそれぞれの種の穂の付き方で見分けます。カモガヤは細く長い穂が横に並んで多数実っていて、オオアワガエリは先端の丸まった円柱状のような形で、ホソムギは穂の先端に突起は無く、ひらたく並んでいます。

●検査診断方法

原因となる植物の候補がはっきりしない場合一度に多種類の抗体の有無を検査する方法で調べますが、調べた抗体が上昇していないことも少なくありません。

原因となる植物の種類を見分けられれば検査の項目を絞り、血液採取量や検査回数を減らすことができます。

●治療方法

治療は抗アレルギー剤の内服に加え、目の症状には抗アレルギー点眼薬を、鼻の症状には抗アレルギー点鼻薬やステロイド点鼻薬を使用します。症状が強い時にしっかりと内服しても、症状が収まっている時に飲まないというのでは十分な効果が期待できません。

内服により症状が抑えられても、次の症状を予防するつもりで花粉の飛散が収まるまでしっかりと内服を継続しましょう。

●対策

イネ科植物の花粉症はスギなどの場合と違い、目で確認して近寄らないだけでも症状の軽減が期待できます。

だからこそ検査を行い、薬を使用するだけでなく、本人が原因となる植物を覚え、見分けることをお勧めしているのです。

小児科部長
保刈 健
ほかり たけし



オオアワガエリ



ニセアカシア



カモガヤ



ホソムギ



お問い合わせ

小児科外来

0261-62-3166 (14時～17時)



脳神経内科シリーズ

第2回

認知症（神経変性疾患）の治療法

認知症の治療法は分類ごとに異なっています。頻度として多い、神経変性疾患や脳血管性認知症に対しては認知機能そのものを回復させる有効な治療法は確立されていません。一方で頻度は少ないながらも代謝性疾患（甲状腺機能低下症やビタミン欠乏）、正常圧水頭症などによって生じる認知機能低下は、特に病気の初期であれば回復する可能性があります。そのため、これらの認知症は「治る認知症」とも呼ばれており、診断時にはこうした疾患を見逃さない事が重要になります。神経変性疾患に対しては図2の治療法が主体となります。

図1 認知症の進行経過のイメージ

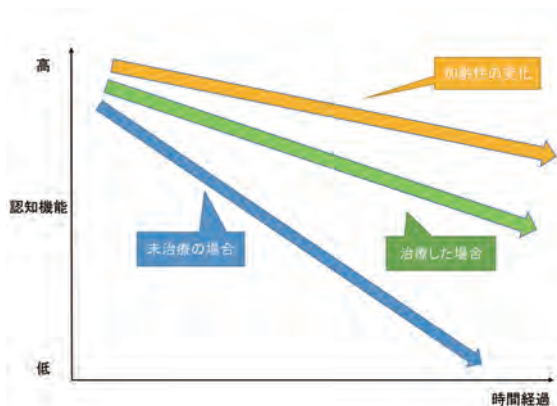


図2

薬物療法	副作用	効果
①認知症の中核症状（記憶力や見当識の低下）の進行を抑制するための抗認知症薬 【コリンエステラーゼ阻害剤】 国内では脳内の神経伝達物質の量を増加させる。 【抗NMDA受容体阻害剤】 過剰に興奮した神経を抑えるアルツハイマー型認知症とレビー小体型認知症に認可されています。	・吐き気 ・めまいなど多く見られる。	いずれも認知症そのものを止める、改善させるデータはなく、進行を数年遅らせる対症療法の薬。
②認知症による周辺症状（興奮や易怒性、昼夜逆転、抑うつ症状など）に対しては 【抗精神病薬】 【 眠剤 】 【抗不安薬】 【 漢方薬 】などが使用されることもあります。	・転びやすくなる。 ・誤嚥を起こしやすくなる。 ・活動性が極端に低下するなど。	これらの薬剤も認知症そのものを止める効果はない。
非薬物療法 治療法	メリット・副作用	効果
【認知機能リハビリテーション】 ゲームのような頭を使う作業を行なう。 【生活リハビリテーション】 料理や掃除などの日常生活を通じて機能維持を図る。 【音楽療法・園芸療法・回想法】 昔のでき事などを振り返る、他の人に話していく。アルツハイマー型認知症は中期までは昔の記憶が保持される事が多いです。	・薬剤に見られる副作用がない点。 ・筋力維持を通じて生活力維持が期待できる点。	認知症を根治できる訳ではありませんが、薬物療法と同様に進行抑制の効果があるとされます。

●まとめ

認知症（神経変性疾患）は根治療法がない疾患であり、図2で紹介した治療法も個人差が大きくみられます。他の方に有効であった治療が別の方に効く保証はなく、現在有効であった治療が半年後には効かなくなる事もあります。前述の抗精神病薬や眠剤などの使用は窒息や骨折のリスクを増加させる一方で、介護者の負担を減らすために使用せざるを得ないケースもしばしばあります。また日々変動し、徐々に機能が低下する患者さんと接する介護者さんの負担が大きくなることも問題になります。認知症の対応に正解はなく、完璧を求め過ぎず、認知症に対して医師だけで対応できる場面は限られており、地域のケアマネジャーさん、ソーシャルワーカー、訪問看護、リハビリテーションスタッフなど多くの医療機関や関連団体、地域社会を巻き込んで、多くのの人々とともに認知症と歩んでいくことが重要です。当院脳神経内科では患者さん含め多くの関係者と相談しながら、「今」「目の前にある」状態にあった対処法を探していきたいと考えています。



お問い合わせ

脳神経内科外来

0261-62-3166（14時～17時）

脳神経内科医師

藤原 ふじわら

舜也 しゅんや



「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	お返事
<3階病棟> 技能ばかりでなく、どの患者に対しても公平公正で、親切的な声掛けができる看護師さんたちでした。患者に不安を感じさせない受け答えで笑顔がいいですね。食事もおいしくいただきました。まだまだ続きそうなコロナ禍ですが、今まで通り病院が機能し、無事に収束を迎えられるように。また、どうか看護師さんたちが健康で元気でいられますように。	あたたかなご意見ありがとうございました。今後、さらに患者さんが安心して入院できる環境が作れるように努力を重ねてまいりたいと考えます。 (看護部責任者)
急な息苦しさで受付時間を過ぎての来院でしたが、受付・検査から入院・手術へと手際よく進めていただきました。担当していただいた先生・看護師さんに感謝です。5日間の入院生活でしたが、すべての看護師さんの対応のやさしさ、技術的確さで安心の日々でありました。業務の大変さも知りました。新型コロナ禍、医療関係者に本当に感謝いたします。	ご意見ありがとうございました。当院を利用される患者さん、すべての方に満足していただける対応を目指しております。まだまだ行き届かないところも多いかと存じますが、努力してまいりたいと思います。 (看護部責任者)

その他のご意見は、正面玄関に入って左手の返答コーナーに掲載しております。

P8 担当医表の表記の仕方が変更になりました

旧)

診療科目	曜日	月	火
内科	専門診察 (予約制)	田中榮司 (第2・3・4) (肝臓)	西井郁生 (糖尿病 13:30~)

新)

診療科目	曜日	月	火
内科	専門診察 (予約制)	田中榮司 (10.17.24日) (肝臓)	西井郁生 (糖尿病 13:30~)

お間違えのないようにお気を付けください。

旬野菜を手軽に食べるレシピをご紹介します。

ポイントは野菜に火を入れすぎず、シャキシャキ感を残す事です。火が強すぎるとマヨネーズが焦げてしまうので注意して下さい。

春キャベツと菜花のマヨネーズ炒め

材料(2人分)

春キャベツ	250g	マヨネーズ	大サジ3
菜花	200g	塩、こしょう	少々
鶏ササミ肉	50g		

作り方

- (1) 春キャベツ、菜花は食べやすいようにザク切りにする。
- (2) 鶏ササミ肉は筋を取りそぎ切りにする。
- (3) フライパンにマヨネーズを入れ、溶けたら(1)(2)を入れ中火で炒める。
- (4) 塩こしょうで味を整えて盛りつければ出来上がり。



栄養素量 (1人分)

エネルギー	218Kcal
たんぱく質	12.0g
塩分	0.87g

●調理師 えんどう 遠藤 まさき 昌樹

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)

2021 5月 May
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
②③/③① 24/③① 25 26 27 28 ②⑨

2021 6月 June
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
②① 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。

受けよう！乳がん検診

詳しくは→



40歳以上の方は、2年に1回の問診およびマンモグラフィが推奨されています。検査は、専門資格を持った女性スタッフが実施します。

予約不要・受付13:30~16:00 1階総合受付まで

●マンモグラフィ

触診では発見できないごく小さなしこりや、早期がんの組織の変化もとらえることができます。

【方法】

乳房専用のX線撮影による検査方法で、乳房をプラスチックの板で圧迫します。それにより病変を見やすくし、X線被ばく量を減らす効果があります。

料 金 4,400 円
検査時間 約 5 分

●乳腺エコー

手で触れただけでは判別しづらいしこりを発見することができます。

【方法】

ベッドに仰向けに寝て、ゼリーをぬって検査します。痛みはありません。またX線を使わないので被ばくの心配がありません。

料 金 3,630 円
検査時間 約 15 分

*無料クーポンの利用や医師の触診をご希望の方は要予約
お問い合わせ 0261-62-3166 (代表)

医療費口座振替を利用してみませんか？

診療終了後、医療費支払いでお待ちいただいておりますが、口座振替にすることで

メリット① 会計の待ち時間が不要に！

メリット② 一口座につき、ご家族何人でもご利用いただけます

メリット③ JA（農協）口座は手数料無料
(JA以外ご利用の方は、手数料88円ご負担いただきます)

お申込み 1階受付カウンターにてお申し込みください。
※白馬診療所・あるぶすメンタルクリニックでは対応していません。

【がん患者サロン・糖尿病教室】各教室は、現在開催が中止になっております。再開は、当院ホームページまたは院内掲示板にてご案内させていただきます。

新規職員採用情報

詳しくはこちらから→



編集
後記

「新しい生活様式」「マスク生活」にも慣れてきましたが、Withコロナの生活はまだ続きそうです。感染対策をしっかりとしながら、楽しみを見つけて春の陽気を楽しみましょう。(C.Y)

5月担当医表

受付時間：平日 7:30～11:30
第1・3土曜 7:30～11:00
問い合わせ：0261-62-3166

予告なく変更されることがありますので、ホームページの休診案内をご確認ください。
※診療科により受付時間が異なります。※青字は、信大医師又は非常勤医師が診察します。

(○日)は、今月の診療日を表しています。

2021年5月1日現在

診療科目	曜日	月	火	水	木	金	第1土	第3土
内科	内科	川上裕隆	川上裕隆	川上裕隆(初診)	川上裕隆	浅井麻理子(初診) 川上裕隆	川上裕隆	川上裕隆(初診)
	循環器内科	井上 航(初診) 富田 威 麻生真一 東方壮男	東方壮男 富田 威(予約制・午後) 桑原宏一郎(予約制)	富田 威(19日) 麻生真一 東方壮男 井上 航(予約制・午後)	神津亮輔 (予約制)	東方壮男(初診) 富田 威 麻生真一	井上 航 (初診) 東方壮男	東方壮男 (初診)
	消化器内科	中村麗那(初診)		村木 崇	中村麗那	村木 崇(初診)		
	呼吸器内科	池川香代子	岡田光代	岡田光代(初診) 花岡正幸(10:00～・予約制)	池川香代子 岡田光代	松原美佳子 (予約制)	岡田光代 (初診)	岡田光代
	脳神経内科	林田研介	藤原舜也(初診) 林田研介	林田研介	藤原舜也(初診)	林田研介 藤原舜也	林田研介 (初診)	林田研介
	血液内科	仲村彩子(予約制・午後)	仲村彩子(初診) 武岡康信	川上裕隆(初診)	武岡康信(初診) 松澤周治(予約制・午後)	武岡康信(予約制・午後)		武岡康信 (初診)
	総合内科		林田研介					
	専門診療 (予約制)	田中榮司(10.17.24日) (肝臓)	西井郁生 (糖尿病 13:30～)	高松良太 (リウマチ・膠原病)	上條祐司 (腎臓内科)		岸田 大 (リウマチ・ 膠原病)	高松良太 (リウマチ・ 膠原病)
精神科・心療内科	循環器病センター (予約制・午後)				心不全外来(6.20日)・看護 デバイス外来(13.27日)・専門外来			
	精神科 心療内科 (予約制)	中村伸治 岡田知徳 岡田文美子 春原隆史 樋端佑樹(24日)	荻原朋美 岡田知徳 岡田文美子(午前11.25日) 春原隆史 古屋昌宏	中村伸治 岡田知徳 岡田文美子 鬼頭 恒(午前)	荻原朋美 中村伸治 岡田知徳 春原隆史 村田志保	荻原朋美 中村伸治	中村伸治 春原隆史 公家里依	
小児科	初診(午前)／認知症診療 (予約制)	輪 番	輪 番	輪 番	輪 番	輪 番		
	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(10:30～)(予約制)	小口弘子 又は 保刈 健	信 大	
外科	午 後 (予約制)	小口弘子 (慢性疾患)	予防接種・乳児検診		予防接種 小口弘子(慢性疾患16:00～)	保刈 健 (慢性疾患)		
	一般外科	高畑周吾	本山博章	石坂直毅	本山博章	高畑周吾	石坂直毅	
	専門診療 (心臓血管外科以外 予約制) (心臓血管外科受付 15:00まで)			前野一真(12.26日)(乳腺) 大場崇旦(19日) 信大(心臓血管外科 14:00～)		伊藤研一(14.28日)(甲状腺) 金井敏晴(7.21日)		
		ストーマ外来(予約制)※看護専門外来						
整形外科	呼吸器外科	花岡孝臣	手術日 (急患対応は要相談)		花岡孝臣	手術日 (急患対応は要相談)	花岡孝臣	
	形成外科 (受付15:00まで)		常川主裕(13:00～)					
	初診 (受付10:30まで)	中村恒一(手・肘) (9:30～) 白山輝樹	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) 政田啓輔(9:30～)	太田浩史(下肢) 信 大	信 大	
	再診 (予約制)		向山啓二郎 白山輝樹 高橋 淳(18日)	向山啓二郎 太田浩史 政田啓輔	中村恒一	狩野修治	村上成道 (スポーツ障害・予約制)	
皮膚科	肩関節治療センター (受付10:30まで)	日野雅仁(初診) 石垣範雄(予約制) 畑 幸彦(予約制)	手術日		手術日	石垣範雄(初診) 畑 幸彦(予約制) 日野雅仁(再診)		畑 幸彦 (予約制)
	皮膚科 (受付10:00まで)	信 大	信 大		信 大	信 大		
泌尿器科			平林直樹(予約制)		信 大 (初診受付10:30まで)	平林直樹(予約制)		
		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 (予約制)				西澤 理(12.26日)				
	産婦人科(予約制)	田中泰裕			布施谷千穂			
眼科		太田いづみ (初診受付10:00まで)	増尾史織 (初診受付10:00まで) (9:15～)		太田いづみ (初診受付10:00まで)	太田いづみ 増尾史織 (初診受付9:30まで) (再診受付10:00まで)	増尾史織 (初診受付9:30まで) (9:15～)	
	耳鼻咽喉科 (平日受付16:00まで)		信 大 (14:00～)			信 大 (14:00～)	信 大	
放射線科					深松史聡			
	麻酔科 (予約制)	小林浩一 (ペインクリニック)	小林浩一(輪番) 田中成明 (手術前診察)	小林浩一 (ペインクリニック)	新倉明和 (手術前診察)	小林浩一 (ペインクリニック)		
リハビリテーション科 (予約制)		日野雅仁	畑 幸彦	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	
	歯科口腔外科	西牧史洋 矢島淳一	手術日 (急患対応は要相談)	西牧史洋 矢島淳一	西牧史洋 矢島淳一	西牧史洋 矢島淳一	西牧史洋	矢島淳一
緩和医療外来 (予約制)			花岡孝臣(11日) 武岡康信(18日) 間宮敬子(25日)					
	在宅支援科(予約制)	仲村彩子 (13:00～)			池川香代子 (13:00～14:00)			

白馬診療所

問い合わせ

TEL:0261-75-4123 FAX:0261-75-4182

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 木村知子	下里修一 木村知子 整形外科(26日15:00～)	下里修一	下里修一 木村知子	下里修一 木村知子
--------------------------	------------------	--------------	---------------------------------	------	--------------	--------------

あるぷすメンタルクリニック

問い合わせ TEL:0263-39-6868

精神科・心療内科 (予約制)	小笠原紘輔	中村伸治(18日) 11.25日休診	小笠原紘輔	小笠原紘輔	小笠原紘輔	小笠原紘輔
-------------------	-------	-----------------------	-------	-------	-------	-------