

きずな

1月号
2022年

KIZUNA Vol.419

特集

令和4年(2022年)こそ自由を謳歌できる年に…P2

緑内障「早期発見・治療の継続・希望」…P3

- 小児科シリーズ第10回 ～熱傷ーやけどー～ ……P4
- 脳神経内科シリーズ第10回 ～めまい～ ……P5
- DPAT隊 総合防災訓練に参加・おすすめレシピ・小児科外来から
白馬診療所自費PCR検査のごあんない・求人情報 ……P6-7



あづみ病院と有明山 photo by h.Harai

発熱・かぜ症状のある
方は、まずはお電話を！
0261-62-3166

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



令和4年（2022年）こそ自由を謳歌できる年に



統括院長 はた ゆきひろ 幸彦

あけましておめでとうございます。

昨年はオリンピックイヤーであり、新型コロナウイルス感染症が蔓延して2年目を迎えた年でした。新型コロナウイルス感染症に対する切り札のワクチン接種が思うように進まず、世紀の祭典オリンピックも選手の皆さんの頑張りのお陰で一定の盛り上がりはありましたが、全体としては中途半端な形で終わり、直接応援できなかった不完全燃焼の感が残ったイベントとなりました。大方の予想通り、オリンピック後にはクラスター感染が勃発し、第5波により日本経済も医療現場もガタガタの状態になりました。

そこで当院としては大北医療圏が医療崩壊に陥らないように、感染症指定病院の市立大町総合病院を中心に大町保健福祉事務所や大北医師会の先生方の協力を得ながら医療現場の立て直しの一翼を担ってきました。具体的には、新型コロナウイルス感染症対策会議や発熱外来を設置・継続し、3月中旬からはCT検査を用いた新型コロナウイルス感染症陽性患者の重症度の振り分けに参加するなど努力してきました。

昨年春の学術集会は、次々に中止に追い込まれ、昨年の秋の学術集会もオンライン開催（インターネットを用いて自宅や職場などで学術集会に参加）やハイブリッド開催（オンライン開催と現地開催の併用）で行われていましたが、参加人数も少なく、今一つ盛り上がりには欠けていたのが現状です。やはり学術集会は現地会場で喧々（けんけん）^{がくがく}と討論してこそ参加する意味がある

と思っていますので、非常に残念に思いました。医療従事者が勉強する機会を大きく奪われた1年でもあったのです。

今年は3回目の新型コロナウイルスワクチン接種が行われますが、これによって私達がいろいろな制限から解放され、例年のようにさまざまなイベントが自由に行えることを期待しています。当院を例にとると、入職式、厚生連体育大会、暑気払い、病院祭・農業祭、忘年会を始め、部署ごとの会議や歓送迎会なども例年通り行えるように願っております。私達医療従事者はもちろん、地域の皆様も積極的にワクチン接種に参加していただき自由な日常生活を取り戻しましょう。

今年こそ、皆様にとりまして幸多い年となりますよう祈念しまして新年の挨拶とさせていただきます。今後ともこれまで通りのご支援とご協力をお願いいたします。



緑内障「早期発見・治療の継続・希望」

緑内障は、日本における中途失明原因の第一位です。

国内のとある疫学調査では40歳以上の人口のうち緑内障患者さんは50%、20人に1人と予想以上に多いことがわかりました。何らかの原因で視神経が障害され視野（見える範囲）が狭くなる病気で、原因はまだ不明な部分も多いですが、「眼圧」の上昇が病因の一つと考えられています。眼圧は、「房水」という目の中を循環する液体の産生と排出のバランスで決まります。この房水の循環によって目の形が保たれており、この圧力が「眼圧」です。

●検査・治療方法

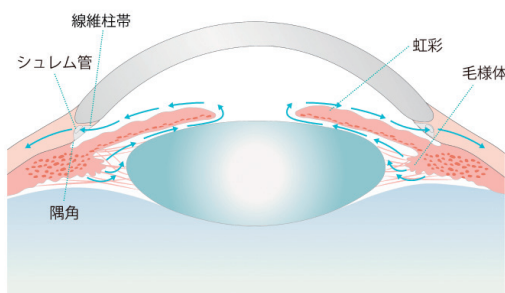
眼圧検査・眼底検査・光干渉断層計（OCT）
ひびかんしょうせんそうけい

視野検査などを行い、病状の評価や進行経過を確認します。適切なタイミングで治療介入していくために、長期的なデータの積み重ね、定期的な通院がとても重要です。治療の目標は眼圧を下げることににより、進行を止める、または遅らせることです。残念ながらひとたび障害されてしまった視神経を回復する治療はまだありません。眼圧を下げる治療方法として、薬物療法・レーザー治療・手術があります。

近年はOCTを含む眼底検査により極早期

の緑内障の診断率は格段に向上し、多くの点眼薬の登場により、より低い眼圧レベルに保つことが可能になっています。緑内障手術の進歩も著明です。したがって早期に診断された緑内障患者さんが高度視機能障害をきたす確率は、今後大幅に低下していくと期待されますが、問題も残っています。日常生活では両眼で見ている、多くの場合、病気の進行は緩やかなので、初期は視野障害はまったく自覚されず、結果多くの患者さんが診断されることなく未発見のまま進行している現状があります。また自覚症状が少ないことは、診療の継続が途切れる理由にもなります。さらに、緑内障と診断されたことで精神的なストレスや不安を抱えてしまう方がいます。長期間続けていく治療となりますので、その心の支えとなるのは緑内障に対する正しい知識と、主治医や仲間や家族とともに希望を持って病氣と向き合うことである、という考えのもと、日本緑内障学会は「早期発見・治療の継続・希望」をキーワードにした啓発活動を行っています。ご自身で目を守るという意識をお持ちいただき、発見の機会となる健康診断などを積極的にご利用ください。

眼圧を保っている房水の循環



出典：公益財団法人日本眼科学会ホームページ



世界緑内障週間（毎年3月上旬の1週間に、県内では2021年は善光寺、松本城が「緑内障」という名前に因んでグリーンにライトアップされました。

お問い合わせ
眼科外来
0261-6213166（14時～17時）

眼科医師

増尾 ますお

史織 しおり



小児科シリーズ

第10回

小児科部長
保刈 健ほかり たけし

寒さが厳しくなってくるとどうしても火を使うことが多くなり、それに伴いやけどのリスクも高くなってきます。突然大人ならあり得ないような行動をとるお子さんも居ますので注意を払いたいものです。

熱傷くやけどく

やけどになっちゃったら「火元から離してとにかく冷やす」ことが大切です。より早く熱傷部位を冷却できればよりよい予後が期待できるのです。

●対処法

服の上から熱湯がかかって、脱がせるのに時間がかかる場合は、とにかくシャワーなどで冷水をかけ続けるのがよいでしょう。服の上からかけたり、服と皮膚の間に流し込んだりしてとにかく冷やします。一旦冷えても止めてしまうと体温でまた温まりますから、冷たくて辛いでしょがしつかり冷やし続けます。細菌感染の恐れがあるので水ぶくれができていても受診まではつぶさない方がよいでしょう。

●状況確認

ストーブに触れてしまった、倒れ込んでしまった、座ってしまった、熱湯がかかってしまった、手を入れてしまった、かぶつてし

まったなどの状況がわかれば、やけどのおおよその深さを推測することができるからです。重症度は体表面積に対するやけどの面積の割合とその深さで決まりますので、重症度の目安を把握するために必要な情報をお聞きます。

部位…頭部・胴体（前後左右）・上腕・前腕・

手・大腿部・下腿部・足などの部位

広さ…各部位の半分程度・1／4程度などだいたいの割合

年齢…頭や手足の表面積の割合は成長によって変わっていきます。確認のため何度もお聞きする場合があります。

深さ…受傷の状況から大まかに推測しますが、受診時と翌日以降にも再評価します。

これらの情報から体表面積に対する割合（広さ）を計算し、程度（深さ）を見て重症度を評価します。的確な情報をいただければ、治療方針や必要な機材・人員などをあらかじめ準備することができるようになります。

●治療法

全身管理およびステロイド・抗生剤の使用、

植皮しげひ（別の健康な皮膚を移し植えること）などを行います。

重症の場合は素早く応急処置を行い、適切に連絡し、最善の治療を行っても必ずしもよい結果が得られるとは限りません。治療には限界があるのです。

範囲が狭かったり、広くてもごく浅ければ小児科でも処置は可能ですが、やけどが全身に及んだり、深いやけどの場合は速やかに外科を受診することが必要です。熱傷の深さは診てみないと判断できません。また広範囲の熱傷が浅いという可能性は低いと考えられます。そのような場合にまず家でできる応急処置をお話ししてから外科受診をお勧めします。

重複しますが、お子さんがやけどを負ってしまった場合、慌てずに、まず冷やすことを心がけましょう。同時に速やかに医療機関に連絡し、治療を受けてください。

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10回

めまい

「めまい」は非常に頻度の多い症状で、外来受診患者の0.7%がめまいを主訴とし、一生でめまいを経験するのは8%程度、1年間では1.5%の人がめまいを発症すると言われています。

●めまいの症状

さまざまな症状が見られます。自分やまわりがぐるぐる回る、ふわふわしている、気が遠くなりそうな感じ、眼前暗黒感(目の前が急に暗くなる感じ)、物が二重に見える、不安感、動悸、吐き気などが代表的です。

●めまいの原因

症状は強いものの、比較的良性の末梢性めまい(耳の奥にある平衡感覚をつかさどる三半規管や前庭機能の障害由来)が最も多く見られます。頻度はまれですが、中枢性(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血などの脳の病気由来)や心臓疾患など重篤な疾患によるめまいも見られます。また薬剤性、高血圧症、脱水症、不整脈、起立性低血圧症、熱中症、各種神経難病、低血糖症、貧血、外傷性頸部症候群、首からくる頸性めまい、鼻性めまい、心身のストレスなどもめまいの原因に

なります。正確なデータはありませんが、末梢性めまいが40~60%、中枢性めまいは5%前後、心因性めまいが10~20%程度、原因が特定できないものも10~20%あると言われています。

めまいの原因

めまいの原因となる病気を大きく分けると、下記の3つに分けることができます。

耳の病気

- ・良性発作性頭位めまい症
- ・メニエール病
- ・前庭神経炎
- ・聴神経腫瘍
- ・めまいを伴う突発性難聴など

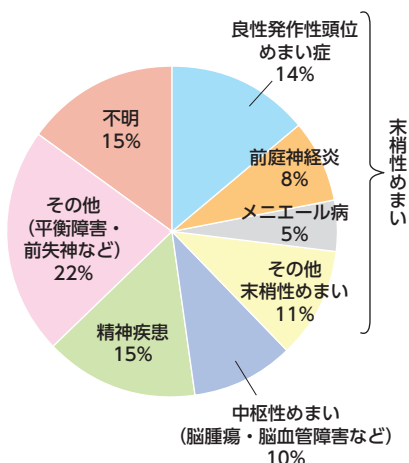
脳の病気

- ・脳梗塞
- ・脳出血
- ・脳底動脈循環不全症
- ・小脳腫瘍

その他のめまい

- ・不整脈
- ・血圧
- ・低血糖症
- ・貧血
- ・心因性めまい
- ・頸性めまい

めまいの原因疾患



●中枢性めまい

めまいのほかに激しい頭痛、ろれつが回らない、片側の手足が動かない、しびれ、意識障害が急に生じた場合は、脳の病気の疑いがありますので

●末梢性めまい

中高年以降に発症する最も頻度の多い疾患です。末梢性めまいの中でも最も頻度が多いものは、三半規管にある耳石と呼ばれる石の位置がずれて生じる良性発作性頭位めまい症で、他に前庭神経炎やメニエール病などが続きます。いずれもすぐに命に関わることはまれとされますが、症状が強く日常生活への影響は大きいとされます。飲み薬で症状の緩和を試みることも多いですが、なかなか改善しないことも多く、耳鼻いんこう科での診察を勧めることもあります。

脳神経内科医師 藤原 舜也

お問い合わせ

脳神経内科外来
0261-62-3166 (14時~17時)

DPAT 隊 総合防災訓練に参加

駒ケ根市内において開催された「令和3年度長野県総合防災訓練」に当院 DPAT 隊が令和3年11月14日（日）参加をしました。

今回の訓練では、長野県 DPAT としても初めて他機関（行政、消防、警察、自衛隊など）と共同した実動訓練となり、南海トラフ巨大地震（マグニチュード9.0）により駒ケ根市内各地で建物が倒壊し負傷者が発生した状況を想定しての訓練を行いました。

当院 DPAT 隊は、被災現場で多数傷病者の対応を行っていた DMAT 隊から、精神的対応が必要な患者がいることが判明し、応援要請があり現場へチーム派遣。現場にて患者トリアージ、治療を DMAT 隊と連携を図りながら対応するものでした。緊張感がある中、医師を中心に各隊員がそれぞれの役割を確認しながら訓練を行いました。また、活動報告の手段として大規模災害の発生時に災害対策本部と被災地の医療従事者が診察概況の情報をリアルタイムに共有できる『J-SPEED+ システム』を用いて県対策本部への報告も実際に入力しながら訓練を行いました。今回の訓練では、普段ともに活動する機会がない DMAT 隊とも意見交換ができて、大変有意義な訓練であったと感じています。

※ DPAT：自然災害や航空機・列車事故、犯罪事件などの集団災害の後、被災地域に入り、精神科医療および精神保健活動の支援を行う専門的なチームです。

※ DMAT：大規模災害や多傷病者が発生した事故などの現場に、急性期（おおむね48時間以内）から活動できる機動性を持った、専門的な訓練を受けた医療チームです。



▲当院から参加したメンバー



▲ドローンを使って現場状況を確認している様子



▲負傷者が運ばれチームで活動している様子



▲警察、自衛隊による埋没車両・家屋から被災者を救出し、応急救護所へ搬送する訓練

当院

DPAT
出動歴

・2011 東日本大震災 ・2014 長野県神城断層地震
・2016 熊本地震 ・2019 台風19号長野県災害 などです。

「しりしり」とは沖縄の方言で「千切り」を指します。
だしの効いた味付けが誰かにも好まれる沖縄の郷土料理です。
ツナ缶の汁（油）を使うので魚のうま味も加わりぐっと美味しく仕上がります。

人参しりしり

材料(4人分)

人参	2本 約300g	塩コショウ	少々
卵	2個	昆布だし(顆粒)	小マじ1
ツナ缶	70g	鰹節	約3g

作り方

- ①人参は約5cmの長さの千切りにする。（人参はよく洗って皮付きのまま使用するのがおすすめです。）
- ②フライパンにツナ缶の油を入れて人参を炒める。
- ③人参に火が通ったらツナ缶を入れてさっと炒める。
- ④塩コショウ、昆布だしを加え全体に味をなじませる。
- ⑤卵を溶き④のフライパンに加えて、全体を混ぜ、卵にさっと火を通す。
- ⑥⑤を器に盛って、最後に鰹節を振りかけて完成。



栄養素量（1人分）

エネルギー	122Kcal
たんぱく質	7.0g
塩分	1.1g

●調理師 わたなべ としふみ 敏文

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)

2022 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 22
23 24 25 26 27 28 29

2022 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 19
20 21 22 23 24 25 26
27 28

お知らせ
休日緊急当番医
・1/1(日・祝)16(日)
本院(大北南部地区)
・1/10(月・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。

小児科外来からのお願いです。
前日から発熱がある場合は、
まず電話にてご相談ください。



当日、熱が下がっていても電話相談をお願いします。

北アルプス医療センターあづみ病院 小児科外来

白馬診療所自費PCR検査のご案内 ☎0261-75-4123

北アルプス医療センター白馬診療所では、新型コロナウイルスの検査は、抗原定性検査に加え PCR 検査 (NEAR 法) が可能になりました。
無症状の方で PCR 検査 (NEAR 法) をご希望の方は、上記までご連絡ください。

また、症状のある方は、医師の判断により検査を保険適用で行います。

自費PCR検査 要予約	検査法	PCR (NEAR法)
	結果	判定まで約20分
発熱外来 要事前電話相談	費用	15,000円税込 (検査結果文書代込)
	月～金 土(第1・3)	11:30～12:30 11:00～12:00

求人情報

☎ 0261-62-3166

詳しくは→



応募を希望される方は、当院ホームページから募集要項をご覧ください。

【令和4年度新規採用】

- 薬剤師 ●看護師・保健師 ●看護補助者
- 言語聴覚士 ●管理栄養士 ●外来クラーク

【中途採用】

- 看護師・保健師 ●看護補助者
- 食器洗浄業務(パート・アルバイト)
- 外来クラーク

【勤務地】

- 北アルプス医療センターあづみ病院



【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。

編集
後記

新年の幕開けです。新型コロナウイルス、インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症の予防対策をしっかり行い、いいスタートを切りましょう。

今年もよろしくお願いいたします。

(M.C)

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

1 月 担 当 医 表

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下さい。
※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。

2022 年 1 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	麻生真一(初診) 富田 威 東方壮男 井上 航	東方壮男(初診) 富田 威(予約制・午後) 桑原宏一郎(予約制)	富田 威(5.19日) 麻生真一 東方壮男 井上 航(予約制・午後)	神津亮輔 (予約制)	井上 航(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(予約制 10:30～)	岡田光代 池川香代子	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	林田研介 藤原舜也	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(17.24.31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)
	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	精神科 心療内科 (予約制)	中村伸治 春原隆史 樋端佑樹(24日)	荻原朋美 春原隆史 古屋昌宏	中村伸治 鬼頭 恒(午前)	荻原朋美 中村伸治 春原隆史 村田志保	荻原朋美 中村伸治 大林康之	中村伸治 春原隆史 白石 健	
	初診(午前)／認知症診療 (予約制)	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		予防接種 小口弘子(慢性疾患 16:00～)	保刈 健 (慢性疾患)		
外科	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	
	呼吸器外科	花岡孝臣			花岡孝臣		花岡孝臣	
	形成外科 (受付 15:00 まで)		常川主裕(13:00～)					
	乳腺外来 (予約制)			前野一真(12.26日) 大場崇臣(5.19日)				
	甲状腺外来 (予約制)					伊藤研一(14.28日) 金井敏晴(7.21日)		
専門診療	心臓血管外科外来 (受付 15:00 まで)			信 大 (14:00～)				
		ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来						
整形外科	初診 (受付 10:30 まで)	中村恒一(手・肘) (9:30～) 中井亜美	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 太田浩史 高橋 淳(4.18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)	
	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)		芦田敦子	小口美抄枝			勝家志歩		
泌尿器科			平林直樹 (再診の予約のみ)		岸陸貴裕(6.13.20日) 石塚 修(27日) (初診受付 10:30 まで)	平林直樹 (再診の予約のみ)		
		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)		品川真奈花			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 松澤紀利子	手術日 (急患対応は要相談)	西牧史洋 松澤紀利子	西牧史洋 松澤紀利子	西牧史洋 松澤紀利子	西牧史洋	松澤紀利子
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
--------------------------	------------------	--------------	----------------------------------	------	--------------	--------------

あづな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(4.18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
-------------------	-------	--------------------------	-------	-------	-------	-------

きずな

2022年
1月号 vol.419
毎月1日発行

発行 〒399-8695 北安曇郡池田町池田32071 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 畑幸彦 編集 きずな編集作業部会 <https://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。