

きずな

7月号
2023年

KIZUNA Vol.437

特集

夏の食中毒にご用心! P2

臨床工学科紹介 P3

●がん診療センターシリーズ Vol.4 P4-5

ほかにだいたいりょうほう
標準治療と補完代替療法(民間療法/未承認治療)について

●新任医師紹介、宝の箱、おすすめレシピ P6

●発熱・風邪症状のある方、医療費口座振替のご案内、 P7
がん患者サロン「てるてるサロンあづみ」、求人情報



コバイケイソウで休む photo by 猪股崇志

発熱・かぜ症状のある
方は、まずはお電話を!
0261-62-3166

公式Facebook



あづみ病院

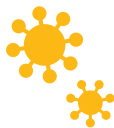


<https://www.azumi-ghp.jp/>



North Alps Medical Center Azumi Hospital

JJA長野厚生連 北アルプス医療センター
あづみ病院



夏の食中毒にご用心！

にしお こういち
感染制御室主任 感染管理認定看護師 西尾 孝一

食中毒の原因には細菌、ウイルス、寄生虫、毒キノコやフグなどの「自然毒」などさまざまですが、夏は高温多湿な状態が続く、細菌がもたらす食中毒が多く発生します。そこで今回は、夏に多い細菌による食中毒をクローズアップして説明します。



細菌名	特徴又は対策	潜伏期間	症 状	注意する食品の例
カンピロバクター	乾燥に弱く、加熱すれば菌は死滅します。	1日～7日	下痢、発熱、吐き気、腹痛、筋肉痛	加熱不足の焼鳥、洗っていない野菜、井戸水
サルモネラ菌	乾燥に強く、熱に弱い特徴があります。	6時間～48時間	吐き気、腹痛、下痢、発熱、頭痛	生卵、オムレツ、牛肉のたたき、レバ刺し
おうしょく 黄色ブドウ球菌	ヒトの皮膚や粘膜にいる菌、手で食べ物を触ると菌が付く。 毒素は熱に強いです。	30分～6時間	吐き気、腹痛	おにぎり、お弁当、サンドウィッチ
腸炎ビブリオ菌	生の魚や貝などの魚介類が原因。熱に弱いです。	4時間～96時間	激しい下痢、腹痛	刺身、寿司
腸管出血性大腸菌 (O157など)	十分に加熱すればふせます。	12時間～60時間	激しい腹痛、下痢、血便、命を落とすこともある。	加熱不足の肉、洗っていない野菜、井戸水やわき水
ウェルシュ菌	100度で 加熱しても死滅しない 。ゆっくり冷める時に増殖します。	6時間～18時間	水様下痢、腹痛	カレー、シチュー、スープ

予防の3大原則は「つけない」「増やさない」「やっつける」

食中毒を招く上記の細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず、匂いもしません。そのため、原則は細菌を「つけない」「増やさない」、加熱等で「やっつける」ことです。中には、熱に強い菌がいることも知っておいてください。黄色ブドウ球菌は「つけない」「増やさない」、ウェルシュ菌は「増やさない」ことが大切です。

夏の食中毒予防のために 家庭で特に注意するポイント

- ☒ 食材を購入した時、肉や魚は汁が漏れないようビニール袋などに入れ、できれば氷や保冷剤と一緒に持ち帰り、帰宅後すぐに冷蔵庫へ入れる。
- ☒ 調理の前、食事の前には石けんで丁寧に手を洗う。
- ☒ ふきんは清潔なモノを使用する。
- ☒ 野菜は流水できれいに洗う。
- ☒ 肉や魚は中まで十分に火を通す(中心部の温度75度で1分以上加熱)。
- ☒ 料理は長時間室温で放置せず、残った食品は小分けにし、粗熱が取れたら早めに冷蔵庫に入れる。





臨床工学科紹介

臨床工学技士 樋口 正廣
ひぐち まさひろ

① 臨床工学技士って？

臨床工学技士（クリニカル エンジニア…通称CE）と聞いて病院内でどんな仕事を行なっているのかわかる方はいますか？臨床工学技士は工学の専門知識を活かして医療機器を駆使し医療現場を支える仕事です。医師の指示の下に生命維持管理装置（医療機器）の操作、保守点検を行なっています。

② 当院の臨床工学科の特徴

当院の特徴として各分野を各人が幅広くこなせるということが挙げられます。透析室、手術室、機器管理、心臓カテーテル、ペースメーカー、内視鏡室など多くの分野での業務をシフト制で行っています。各分野での知識を深め、また共有しながらみんなが日々の業務に対応できるように研鑽を積んでいます。

③ 最近の当院での医療機器に関する動向

◆ 呼吸器について

高流量鼻カニュラ酸素療法（ネーザルハイフロー）導入によりマスク換気や気管挿管に移行する前の呼吸管理の選択肢が1つ増えました。これは高流量の酸素を鼻カニュラにより投与するもので呼吸不全を発症した患者さんの初期治療に用いることができます。高流量ですが加湿が十分にされるので、鼻が痛くなることなく安定した酸素濃度を維持できるのが特徴です。また酸素を吸入しながら会話や食事也有可能であるため患者さんのQOL（生活の質）を著しく損なうことなく使用可能であるということも利点です。当院ではAIRVO2という機器が2台活躍しています。



AIRVO2

◆ ペースメーカー管理について

当院でペースメーカー植込みを行われた多くの患者さんに対し、現在ペースメーカーの遠隔モニタリングを行っています。遠隔モニタリングとは、送信機をご家庭に設置していただくことにより、日々のペースメーカーの状態またペースメーカーに関連した心臓の動きのデータを送信し病院で確認することができるシステムです。これによりペースメーカーの植込みをされた方の不整脈のデータや心臓へ影響する水分の状態なども確認しています。データに異常値がみられる場合は循環器医師に報告し、場合によっては受診をお願いしています。多



遠隔モニタリングシステム

種多様な医療機器が出てくる中、臨床工学技士に求められるところも多くなっています。が、患者さんへ安全な医療を提供できるようにみんなが力を合わせてこれからも頑張っていきます。



がん診療センターシリーズ

vol. 4

標準治療と補完代替療法

ほかにないいろいろなほう

（民間療法／未承認治療）について

副院長

がん診療センター長

むらきたかし
村木 崇

皆さん、がんになったら、どんな治療を選びますでしょうか？インターネットでがんの治療法を検索するとたくさん情報が出てきます。

1. がんになったら、標準治療を選択すべきです。

標準治療とは許容される副作用の中で最高の効果が得られる治療のことです。これまで、世界中でたくさんのがん患者さんに様々な治療法が試みられてきました。その中で最も治療成績がよく、副作用が許容される治療法であり、すべての患者さんに行うべき治療法が標準治療です。標準治療とは、スタンダードセラピーの和訳であり、日本語にすると若干ニュアンスが異なりますが、すべての患者さんに行うべき最高の

治療法のことを示します。同等の効果を認めた治療法があれば副作用がより少ない方が標準治療となります。標準治療は、薬剤認可などで一部異なりますが、基本他の先進国と同じ世界共通の最善な治療法です。

世界で多数の患者さんに行った治療成績、副作用を評価して、十分な効果と安全性が証明されれば日本の政府は保険制度で補助してくれます。逆に医療保険が適用になっていない高額な治療法は、効果と安全性が証明されていないので政府は認可していないということです。高額だからいい治療法ということにはなりません。むしろ自己負担の少ない医療保険が適用されている治療法が効果と安全性が証明され

ている治療法ということです。

2. 補完代替療法（民間療法・未承認治療）

補完代替療法とは、通常、がん治療の目的で行われている医療（手術や薬物療法、放射線治療など）を補ったり、その代わりを行う医療のことで、健康食品やサプリメントの他、鍼灸、マッサージ療法、運動療法なども含まれます。がんリハビリテーションや適正な栄養療法は症状緩和効果など標準治療を補完しうる療法であり、健康保険が適用されますが、健康食品やサプリメントなど補完代替療法は、いわゆる民間療法と呼ばれるものであり、健康保険は適用されませんので費用はすべて自己負担となります。

保険適用されない補完代替療法の注意すべき問題点として、3つあります。

①健康被害…自然、天然は安全性を意味しているわけではありません。いずれも健康被害の危険性があります。

②経済被害…有効性、安全性が科学的に証明されていないため、健康保険対象外であり全額実費になります。高額なほど効果が高いというわけではありません。前述のように日本では自己負担の少ない医療保険が適用されている治療法が、効果と安全性が証明されている治療法です。

③機会損失…「抗がん剤は毒ですよ」「放射線治療は放射線をあびて余計がんになっちゃいますよ」などと標準治療を否定した上で、自身が推奨・実践している補完代替療法を勧めてくるようなケースがあります。標準治療を拒否したり開始が遅れてしまうことがあります。

2018年「JAMA Oncology」という医学雑誌に、補完代替療法を

行っていた患者さんで行っていなかった患者さんの生存率に違いがあるかどうか検討された論文が掲載され、補完代替療法を使っていた患者さんの方が5年生存率が低かった、つまり寿命が短かったことが報告されています。

しかし、科学的証拠がないから補完代替療法を行ってはいけないということではありません。患者さんご本人が心地よい刺激を受けることができるのであれば取り入れてよいのではないかと思います。がんによる身体的、精神的苦痛の弱みに付け込んだ悪徳商法も多数見受けられます。

・患者さんが補完代替療法を利用するきっかけとしては、「家族・知人からの勧め」が最も多く、患者さんだけではなく、その家族や知人に対しても、適切な情報提供が必要と考えられます。
・補完代替療法を検討している際は、必ず主治医と相談するようにしましょう。

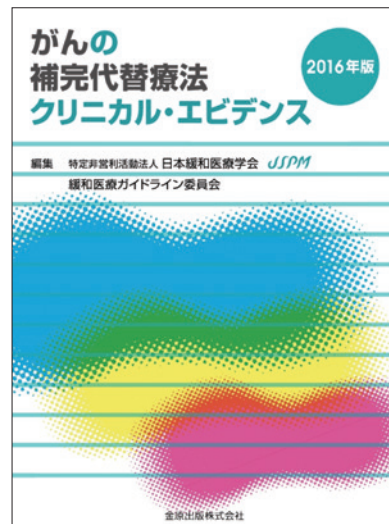
出典…厚生労働省eJIM(イージム)「統合医療」情報発信サイト



出典…がんの補完代替医療ガイドブック第3版…日本補完代替医療学会



出典…「がんの補完代替療法クリニカル・エビデンス2016年版」…金原出版株式会社 編集…特定非営利活動法人日本緩和医療学会 緩和医療ガイドライン委員会

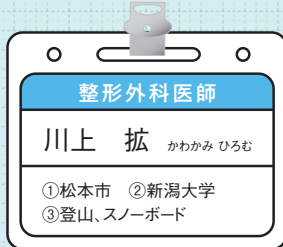


新任



医師紹介

- ①出身地
- ②出身大学
- ③趣味



整形外科の川上と申します。趣味の登山やスノーボードで北アルプスへ向かう道中で池田町を通り、綺麗な景色や街並みを見ていつか住んでみたいと毎度思っておりまして。念願叶い、7月から当院で勤務させていただくことになりました。池田町での生活を楽しむと同時に整形外科医として地域の方々のお役に立てるように一生懸命働かせていただきたいと思います。

「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

白馬診療所スタッフの皆さん、急な痛み到手早く処置・検査で入院の手配をしていただきありがとうございました。あづみ病院に来ても、医師はじめ全スタッフの皆さんのおかげで治療が進み、退院することができます。病棟での洗髪や清潔に関するケアも注意を払いながら行っていたいただき、本当にありがとうございました。又おいしい食事を作っていたいただき、栄養科の皆さんにも感謝いたします。

お返事

嬉しい「声」を聞かせていただき、ありがとうございました。今後も、職員全員が病院を利用される方々に心配りができるよう努めさせていただきます。

その他のご意見は、正面玄関入った返答コーナーに掲載しております。

脂の少ない鶏の胸肉もパサつかずしっとり仕上がる低温調理。
鍋のお湯はしっかり沸かして、鶏肉を入れたら沸騰直前に火を止めるのがポイントです。
暑い季節もまったりとタンパク質が食べられる優秀献立です。

低温調理で簡単ヘルシー！鶏むねチャーシュー巻き

材料（4人分）

鶏むね肉（皮なし）	2枚（400g程度）	人参	50g（4～5cmの千切り）
塩	大1	胡瓜	1本（4～5cmの千切り）
水	1リットル	レタス	4枚（1cm幅程度に切って水はマダシ、パリッとしたり水気を切っておく）
生姜	1かけ		
長葱	2本（青い部分のみ使用）		

作り方

- ① ぴったりとフタのできる厚手の鍋に分量の水と塩を入れて火にかけて沸騰させる。
- ② 沸騰したら鶏むね肉と厚めにスライスした生姜、長葱の青い部分を入れる。
- ③ 再度沸騰する直前で火を止め、フタをして粗熱がとれるまで放置し、密閉容器に茹で汁ごと移して冷蔵庫でしっかり冷やす。
- ④ 材料が冷めたら薄くスライスしてお皿に盛り、切って準備した野菜も一緒に盛り付ける。
- ⑤ お好みのタレを用意し、鶏肉で野菜を巻いて食べる。

栄養科からの

おすすめ
レシピ



ボン酢やごまだれ、ドレッシングなどお好みのタレをかけて♪



栄養素量（1人分）（タレは除く）

エネルギー 85Kcal
たんぱく質 23.7g
塩分 0.2g

こうさか たかひろ

●調理師 高坂 卓宏

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)

2023 7 月 July

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					

2023 8 月 August

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		

発熱・風邪症状のある方

7月3日(月)から

発熱・風邪症状のある方の

受付時間 **13:00** までになります。
まずは、電話で連絡をお願いします。
ご理解ご協力をお願いします。



医療費口座振替のご案内

口座振替利用で快適に！

- メリット① 会計の待ち時間がゼロになります！
(現在5分～10分ほどお待ちいただいています)
- 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(月額)ご負担いただきます)

お申し込み: 1階総合窓口にて承っています。

※白馬診療所では対応しておりません。

お知らせ
休日緊急当番医

・7/9(日)23(日)

本院(大北南部地区)

・7/17(月)

白馬診療所(大北北部地区)



がん患者サロン「てるてるサロンあづみ」

がん患者さんやその家族が
同じ体験をした仲間と語り合える
場所です。

- ◆テーマ「語り合い」
- ◆7月24日(月)14:00～15:30
- ◆7階やまなみホール



予約不要
参加無料
見学OK



年間スケジュール

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。

求人情報

お問い合わせ 総務人事課

☎ 0261-62-3166

自然ゆたかな環境で働きませんか?あづみ病院・
白馬診療所では、私たちと一緒に働いてくれる方を
募集しています。長野県にUターン・リターンを考えている方。
田舎への移住を考えている方。

【勤務地】

- 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白馬診療所



夏季
インターンシップ
募集中



募集職種は
こちらから



編集
後記

4月から、きずな製作のメンバーが新しくなりました。よりわかり易
い広報誌になるように、みんなで協力していきたいと思います。

(C.Y)

7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。

2023年7月1日現在

診療科目		曜	月	火	水	木	金	第1土	第3土
内科	内科 午後 受付13:00～15:00		仲村彩子	岡田光代(4.11.18日) 富田 威(25日)	東方壮男	林田研介	村木 崇		
	循環器内科	麻生真一(初診) 富田 威 東方壮男 百瀬智康	富田 威 東方壮男 桑原宏一郎(予約制)	東方壮男(初診) 富田 威(5.19日) 百瀬智康 麻生真一	大熊ゆかり (予約制)	百瀬智康(初診) 富田 威 東方壮男 麻生真一	百瀬智康 (初診) 東方壮男	東方壮男 (初診) 麻生真一 (初診)	
	消化器内科	天野仁至		村木 崇	天野仁至(初診)	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)	池川香代子(初診) 岡田光代	花岡正幸(10:30～)(14:28日) 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(初診)	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介 (初診)	林田研介	
	血液内科	仲村彩子 (予約制・午後)	武岡康信(初診) 仲村彩子(初診)		武岡康信(初診) 浅井麻理子(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)		西田大晃 (糖尿病13:30～)	高松良太 (リウマチ・膠原病)	上條祐司 (腎臓内科)	田中榮司 (肝臓)	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)				心不全診療(6.20日) + 看護 デバイス診療 専門外来					
精神科	精神科 (予約制)	中村伸治 由井寿美江 春原隆史 樋端佑樹(24日)	荻原朋美 春原隆史 岩切啓太	中村伸治 由井寿美江 小野昌大 鬼頭 恒(午前)	荻原朋美 中村伸治 春原隆史	荻原朋美 中村伸治 山崎横一 村田志保	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	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 (事前TEL必須) 受付14:00～16:00 (予約制)	輪 番 小口弘子(慢性疾患)	輪 番 予防接種・乳児検診	輪 番	輪 番 予防接種 小口弘子(慢性疾患16:00～)	輪 番 保刈 健(慢性疾患)			
	一般外科	江原毅人	本山博章	本山博章 又は 江原毅人	本山博章	江原毅人	本山博章	江原毅人	
外科	呼吸器外科	花岡孝臣	手術日(急患対応は要相談)	小野祥太郎	花岡孝臣	小野祥太郎	花岡孝臣		
	形成外科(予約制)		常川主裕(13:00～)						
	専門診療 心臓血管外科 (受付15:00まで)	乳腺 (予約制)		網谷正統(12.26日) 大場崇旦(5.19日)					
		甲状腺 (予約制)					伊藤研一(14.28日) 金井敬晴(7.21日)		
心臓血管外科 (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)	太田浩史 (下肢) 川上 拡	中村恒一(手・肘) 太田浩史(下肢 輪番) 狩野修治	狩野修治(下肢) 輪 番	向山啓二郎(脊椎) 伊藤横太郎	中村恒一(手・肘) (9:30～) 信 大	信 大		
	再診 (予約制)	狩野修治	向山啓二郎 伊藤横太郎 高橋 淳(18日)	太田浩史 向山啓二郎 川上 拡	中村恒一	小田切優也	村上成道 (スポーツ障害・予約制)		
	肩関節治療センター (紹介状なし受付10:30まで) (紹介状あり受付11:00まで)	石垣範雄(予約制) 畑 幸彦(予約制)	手術日	輪 番	手術日	石垣範雄(初診) 畑 幸彦(予約制)		畑 幸彦 (予約制)	
	皮膚科 (受付10:00まで)	小口美抄枝	佐竹宏介			小川英作			
泌尿器科			平林直樹 (再診の予約のみ)	塩崎政史(5.19日) (初診受付10:30まで)	小川典之 (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)			小野元紀			時光亜希子			
眼科			太田いづみ (初診受付10:00まで)	信 大 (初診受付10:00まで) (9:15～)		太田いづみ 寺島紀子(9:30～) (初診受付10:00まで)	太田いづみ 寺島紀子 (初診受付9:30まで) (再診受付10:00まで)	信 大 (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			鈴木孝司	鈴木孝司	鈴木孝司	一戸記人(午後)			
麻酔科 (予約制)			新倉明和 (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)				
リハビリテーション科(予約制)			畑 幸彦	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			長汐沙千穂 西牧史洋	手術日 (急患対応は要相談)	長汐沙千穂 西牧史洋	長汐沙千穂 西牧史洋	長汐沙千穂 西牧史洋	長汐沙千穂 西牧史洋	
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)			