

# あづな

K I Z U N A

特集

光を視る、未来を診る ..... P2-3  
診療放射線技師ってどんな仕事？

医療  
コラム

今、脳梗塞になりやすいか心配な方へ ..... P4-5

私は新潟県から長野県にUターン就職しました

おすすめレシピ「アジのムニエル・梅おろしソース」 ..... P6

おしらせ他 ..... P7



## 光を視る、未来を診る 診療放射線技師ってどんな仕事？

新芽が芽吹き、窓を抜ける風に新しい季節の匂いが混じる月。皆さんは今、どんな思いでこの春を迎えていますか？病院という場所もまた、新年度は独特の活気に包まれます。白衣に袖を通したばかりの新人が緊張した面持ちで廊下を歩き、ベテランは志を新たにす。そんな「始まり」の空気が満ちています。さて、今日は皆さんに、病院の中で少しでも不思議で、そして最高にエキサイティングな仕事についてお話ししたいと思います。それは、私たち「診療放射線技師」という職業です。

身体の「地図」を描き出すアーティストとしての私たちの主な仕事は、放射線や磁気、超音波を駆使して、肉眼では決して見ることでできない身体の内部を「可視化」すること。



### 診療放射線科

レントゲン、CT、MRIといった装置を操り、ミリ単位の異変を見つけ出す。それは、暗闇の中に光を灯し、医師が正しい治療へと進むための「地図」を描く作業です。

単にボタンを押して写真を撮るだけではありません。患者さんの不安に寄り添い、呼吸を合わせ、最適な角度とタイミングで「究極の一枚」を切り取る。そこには高度な物理学や工学の知識と、繊細なコミュニケーション能力の両方が求められます。理系的な論理思考と、文系的な人間理解。この両輪が揃ってはじめて、人の命を救う画像が生まれるのです。

## 進路に悩むあなたへ

さて、人生の大きな節目に立ち、自分の進むべき道を一生懸命に探している中高生の皆さん。特に高校3年生に伝えたいことがあります。「人の役に立ちたいけれど、自分ができるかわからない」「理系科目は好きだけど、それをどう社会



に繋がればいいのか」。もしそんな風を感じているなら、ぜひ「診療放射線技師」をその選択肢に加えてみてください。

この仕事の魅力は、技術の進化が止まらないことです。AI（人工知能）の台頭が騒がれる昨今ですが、診療放射線技師の世界では、AIは「最強の相棒」です。最新のテクノロジーを使いこなし、最終的に「人間だからこそ気づける違和感」をすくい上げる。知的好奇心が旺盛な人にとって、これほど飽きることのない職業は他にありません。医療の世界は、確かに厳しい側面もあります。命の重さと向き合う責任は小さくありません。けれど、自分が撮った一枚の画像が病気の早期発見に繋がり、一人の患者さんの未来を守れたときの震えるような達

成感、何物にも代えがたいものです。大学受験は、単なる通過点ではありません。あなたが「どんな大人になりたいか」を決める大切な対話の時間です。もし、あなたが「技術」と「心」の両方を磨き続けたいと願うなら、私たちはここ、病院の現場であなたを待っています。

数年後の春、白衣に身を包んだあなたと、この「光を視る仕事」について語り合える日を心から楽しみにしています。新しいスタート、心より応援しています。



# 今、脳梗塞になりやすいか心配な方へ

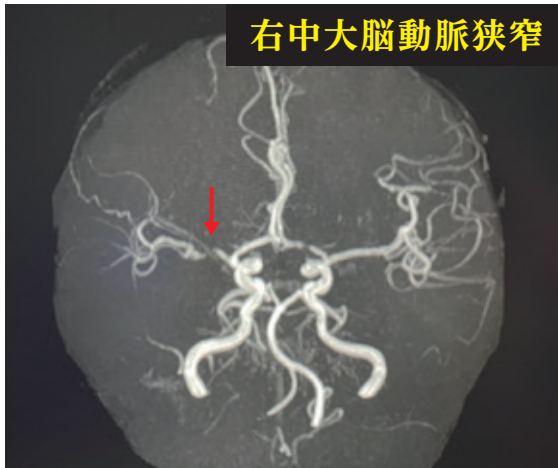
—脳梗塞の予防へつなげるために、脳梗塞のなり易さを判定しよう—



健康管理部 いしかわ まみ  
脳神経外科 石川 眞実

## MRアンギオ検査(脳血管を調べる検査)

### ② 脳主幹動脈の狭窄あり

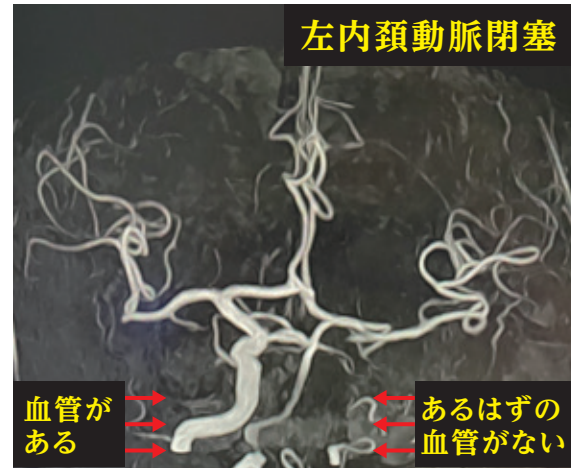


脳血管の狭窄は、手術の適応を検討します。頸部頸動脈の狭窄は、ステント留置術などが有効な場合があります。



脳血流検査や3DCTアンギオ検査などで狭窄率を正確に評価し、高次脳機能検査と合わせて、治療適応を検討します。

### ① 脳主幹動脈の閉塞あり



脳血管が閉塞していると今後、新たな脳梗塞になるかもしれません。



高次脳機能検査や脳血流検査を行い、手術などで脳梗塞を予防する必要があるか検討します。

### 外科的治療

### ④ 心房細動(心電図)

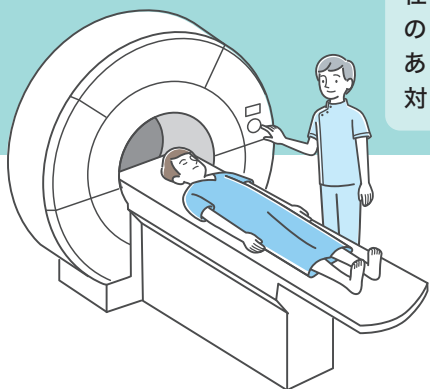


動脈硬化ではありませんが、脳梗塞の原因となる不整脈です。



心房細動の治療を行ったり、抗凝固薬を内服します。

脳梗塞は、患者さんの数も多く、なかなか減少せずに、後遺症が残れば、仕事や生活に支障をきたします。MRやエコー検査により、あなたの脳梗塞のなりやすさがわかります。あなたの検査結果は次の①から④のどこに該当しますか？今やるべき予防対策により、一生脳梗塞にならないための作戦を立てましょう。



### ③ 脳主幹動脈の閉塞も狭窄なし

頸動脈エコー検査のプラークとMRI検査の大脳白質病変から、**細い血管の脳梗塞のなりやすさ**を判定する。細い血管の閉塞で半身麻痺の後遺症を残すことがあります。



頸動脈エコー検査でのプラーク最大値による動脈硬化の判定と、頭部MR検査での大脳白質病変の程度を調べます。頸動脈プラークの厚さの最大値が2.5mm以上かつ、白質病変グレード2以上が、ラクナ梗塞になった患者さんの目安でした。

③-3 プラークも白質病変もなし

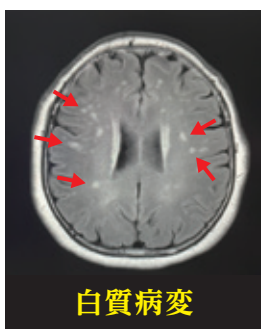


脳梗塞になりにくい

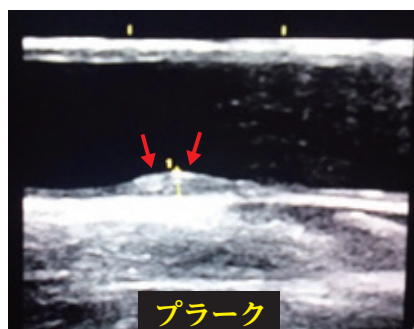
③-1 頸動脈プラーク最大値2.5mm以上、大脳白質病変グレード2以上



症候性の細い血管の脳梗塞に注意



白質病変



プラーク

③-2 両者の中間  
プラークと白質病変が軽度あり



プラークや白質病変が悪いほど、小さな脳梗塞になりやすい



脳梗塞の危険因子や生活習慣の注意をより一層厳しく！

#### 内科的治療

動脈硬化の危険因子、血糖値・血圧・コレステロール値を正常値で維持し、内服薬も検討しましょう。できれば基準値の中央値を目指しましょう。食事に注意して体操や運動を心がけましょう。結果が悪い程、厳しい管理が必要です。

## 私は新潟県から長野県に Jターン就職しました

看護師  
稲家嵩也 (いなけ しゅうや)

### Q1. 看護師を志したきっかけは何ですか？

国家資格の職業であり、様々な場面でスキルを発揮できる職業のため。また、人の役に立つ職業に就きたいと思い、医療職の中から一番患者さんとのかわりのある看護師を選びました。

### Q2. どのようなときに当院の魅力を感じますか？

夏や冬で景色の変わる北アルプスの景色を病棟からみることができるところです。

### Q3. 当院での働きがいやギャップはありますか？

病棟では、看護実習を通し、日々の業務を見る機会がありましたが、手術室に配属になり、学生ではみることのできなかった手術室内外での業務にギャップを感じました。手術を無事に終えた患者さんが元気になり退院していく時に働きがいを感じます。

### Q4. 就職先として当院を選んだきっかけは何ですか？

JA長野厚生連の看護学校を卒業し、厚生連病院への就職支援があったのと、地域で暮らす方々の生活を支えるための地域連携の医療に携わりたいと思いました。アルプスの麓の自然の地域に近く趣味のスキーで白馬エリアを滑るのに近かったからです。



オペ室のスタッフ・医師(執筆者最後列)



医師のガウンをセットする執筆者

### Q5. オフの過ごし方は何ですか？

冬は、スキーをしに白馬まで行きます。また、地域でやっているバドミントンの大会へ病院の職員とペアを組んで出場することもあります。



## アジのムニエル・梅おろしソース

春から夏にかけてが旬のアジ。アジを焼くときにおからパウダーを使うと食感も良く、小麦粉を使うよりも糖質カット、食物繊維プラスになります。ごま油で香ばしく焼いて、梅おろしでさっぱりと召し上がってください。

### 材料 (1人分)

アジ …………… 70g (三枚おろしにした1枚分)	梅干し …………… 1/2~1個 (種を取って包丁の背で叩いておく)
塩コショウ …… 適量	おからパウダー …… 適量(衣用)
大根 …………… 100g	ごま油 …………… 適量

### 作り方

- 1 梅おろしソースを作る。  
大根は皮をむいてすりおろし、軽く水気を絞ってから叩いた梅干しとよく混ぜる。
- 2 アジに塩コショウをして下味をつける。
- 3 フライパンにごま油を薄くひき、2のアジにおからパウダーをまぶして両面をこんがり焼く。
- 4 焼き上がったアジを器に盛り付け、1の梅おろしソースをかけて完成。



### 栄養量(1人分)

エネルギー …… 199Kcal  
たんぱく質 …… 15.7g  
塩分 …………… 1.2g

のみぞ としあき  
● 調理師 野溝 俊昭

## ウィッグ相談会

- ◆日程:6月17日(水)、8月19日(水)
  - ◆時間:11:00~14:00
  - ◆場所:2階 外来化学療法室
- 男性女性ウィッグの試着・お手入れ方法などご相談ください。

予約  
不要

## 社会保険労務士による 相談会

がんと診断され働き方に  
悩まれている方  
(両立支援相談会)

- ◆日程:2026年6月24日(水)
- ◆時間:14:00-16:00
- ◆予約・お問い合わせ:  
がん相談支援センター  
※上記日程以外でも、  
個別相談は随時受け付けています。

参加無料  
要予約

# 予約不要 乳がん検診

## 「おてがるマンモ」 3Dマンモグラフィ導入

**受付  
時間  
13:30~16:00**

2025年3月に最新のマンモグラフィ装置が導入され、3Dマンモグラフィ(トモシンセシス)が撮影できるようになりました！  
乳腺構造の重なりにより発見が難しかった病変の観察をさらに容易にしました！検査は、専門資格を持った女性スタッフ対応。

**NEW**

- 3Dセット ▶ 7,700円(税込)  
通常のマンモグラフィ(2D)+3Dマンモグラフィ
- マンモグラフィ ▶ 4,400円(税込)  
通常のマンモグラフィ(2D)
- 乳腺エコー ▶ 3,630円(税込)



北アルプス医療センターあづみ病院  
長野県北安曇郡池田町池田3207-1  
受付:1F総合受付  
☎0261-62-3166(代表)

詳細はコチラ / 

【毎月第4月曜日開催】

## がん患者サロン「てるてるサロンあづみ」

テーマ  
「薬物療法の副作用」

- ◆講師:がん化学療法看護認定看護師
- ◆6月22日(月)
- ◆時間:14:00~15:30
- ◆場所:7階やまなみホール



予約不要  
参加無料  
見学OK

## 求人情報

お問い合わせ 総務人事課  
☎0261-62-3166

募集職種は  
こちらから



自然ゆたかな環境で働きませんか？  
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1ターン・Uターンを考えている方。地方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

休日  
緊急当番医

6/14(日)

あづみ病院(大北南部地区)

## 表紙のひとこと

「朝焼けのブナ林 飯山市開田峠」  
撮影者:林 春男(はやし はるお)  
雨上がりのあと、朝日がブナ林に差し込みブナの新芽と残雪が輝きはじめた。長野県全日写真写真コンテストで最優秀賞受賞作品

## 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おし、地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

# 6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。

2026年6月1日現在

診療科目	曜日	月	火	水	木	金	第1土	第3土
内科	初診	東方 壮男 天野 仁至 松田 正之	松山 有隆 松田 正之	岡田 光代 松田 正之	松山 有隆 松田 正之	風間 信太郎 松田 正之	林田 研介 岡田 光代 風間 信太郎	林田 研介 麻生 真一 松山 有隆
	循環器内科	東方 壮男 麻生 真一	桑原 宏一郎(予約制)	東方 壮男 麻生 真一	大熊 ゆかり(4.18日) 原田 美貴子(11.25日) (予約制)	東方 壮男 麻生 真一	東方 壮男	東方 壮男 麻生 真一
	消化器内科	天野 仁至		村木 崇	天野 仁至	村木 崇		
	呼吸器内科	池川 香代子	岡田 光代	岡田 光代	池川 香代子 岡田 光代	花岡 正幸(予約制) (10:30~)(12.26日) 松原 美佳子(予約制)	岡田 光代	岡田 光代
	脳神経内科	林田 研介	林田 研介	林田 研介	林田 研介	林田 研介	林田 研介	林田 研介
	血液内科	仲村 彩子	仲村 彩子 風間 信太郎	風間 信太郎	仲村 彩子 風間 信太郎	風間 信太郎	風間 信太郎	
	リウマチ・膠原病内科 (予約制)		松田 正之	杉本 州(3.17日) 倉科 淳一(10.24日)			岸田 大	杉本 州
	総合内科	松山 有隆	林田 研介 松山 有隆		松山 有隆			松山 有隆
	専門診療 (予約制)		山崎 雅則 (糖尿病13:30~)		上條 祐司 (腎臓内科)	田中 榮司(肝臓)		
	循環器病センター (予約制・午後)				デバイス診療			
精神科	精神科 (予約制)	中村 伸治 由井 寿美江 武田 宣真	荻原 朋美 竹下 孝平	中村 伸治 由井 寿美江 小出 温 武田 宣真	荻原 朋美 中村 伸治 由井 寿美江 小出 温	荻原 朋美 中村 伸治 古橋 遊	中村 伸治 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 (予約制)	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	
		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・消化器外科	吉川 健太郎	本山 博章	中村 聡	本山 博章	江原 毅人	本山 博章又は江原 毅人	
	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	
	脳神経外科	石川 眞実(8.22日) 8:45~9:45 (受付8:30まで)	石川 眞実 8:45~9:45 14:00~(受付16:00まで)	石川 眞実 8:45~9:45 (受付8:30まで)	石川 眞実 8:45~9:45 14:00~(受付16:00まで)	石川 眞実 8:45~9:45 (受付8:30まで)		
	形成外科(予約制)		常川 主裕(9:00~)					
	乳腺 (予約制)			森川 大樹(3.17日) 大場 崇日(10.24日)				
	甲状腺 (予約制)					伊藤 研一(5.19日) 金井 敬晴(12.26日)		
	心臓血管外科 (受付15:00まで)			信 大(14:00~)				
整形外科	初診 (受付10:30まで)	太田 浩史 (下肢) 百瀬 陽弘	太田 浩史・狩野 修治 (下肢・輪番) 政田 啓輔	狩野 修治(下肢) 秋元 郁恵	渡邊 柊	三村 哲彦	小林 博一	
	再診 (予約制)	狩野 修治 渡邊 柊	向山 啓二郎 秋元 郁恵 高橋 淳(16.30日)	太田 浩史 向山 啓二郎 政田 啓輔	百瀬 陽弘 石垣 範雄(11.25日午後)	政田 啓輔	村上 成道 (スポーツ障害・予約制)	
	肩関節治療センター (予約制)	村上 成道 畑 幸彦	手術日	畑 幸彦	手術日	畑 幸彦		畑 幸彦
	上肢再建外科センター (手・ひじ/受付10:30まで)		中村 恒一・磯部 文洋 (初診・輪番)		磯部 文洋(初診) 中村 恒一(予約制)	中村 恒一(初診)(9:30~) 磯部 文洋(予約制)		
	皮膚科 (受付10:00まで)		信 大			信 大		
	泌尿器科		平林 直樹 (予約制)	塩崎 政史(3.17日) (受付10:30まで)	小川 典之 (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(10.24日)				
	産婦人科(予約制)	塩谷 優太			塩沢 丹里			
	眼科	太田 いづみ 信 大 (初診受付10:00まで)	信 大(9:15~) (初診受付10:00まで)		太田 いづみ 寺島 紀子(9:30~) (初診受付10:00まで)	太田 いづみ 信 大 (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	信 大(午後)	鈴木 孝司(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)	狩野 修治	狩野 修治	狩野 修治	狩野 修治	狩野 修治		狩野 修治	
歯科口腔外科	長汐 沙千穂 久根下 紀香	手術日 (急患対応は要相談)	長汐 沙千穂 久根下 紀香	長汐 沙千穂 久根下 紀香	長汐 沙千穂 久根下 紀香	長汐 沙千穂	久根下 紀香	
緩和医療外来 (予約制)		花岡 孝臣(9日) 間宮 敬子(23日)						
在宅支援科(予約制)	仲村 彩子 (9:30~12:00)	仲村 彩子 (9:30~12:00)		池川 香代子 (13:00~14:00)	仲村 彩子 (9:30~12:00)			

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 精神科	下里 修一	下里 修一 木村 知子	下里 修一 木村 知子	下里 修一 荻原 朋美(第1.予約制)	下里 修一 木村 知子	下里 修一 木村 知子
------------------------------	-------	----------------	----------------	------------------------	----------------	----------------



2026年6月号 vol.472 毎月1日発行 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 松田正之 編集:さずな編集作業部会  
https://www.azumi-ghp.jp/ 印刷:PO印刷(株)

