

きずな

K I Z U N A

特集

その薬、効きますか？ P2-3
～細菌検査室と薬剤耐性(AMR)～

医療
コラム

けいしつ
憩室出血ってこんな病気 P4-5

「緩和薬物療法認定薬剤師」を取得しました。

おすすめレシピ「小松菜とミニトマトのごまマヨおかか和え」・・・ P6

おしらせ他 P7



その薬、効きますか？ ～細菌検査室と薬剤耐性（AMR）～

臨床検査科

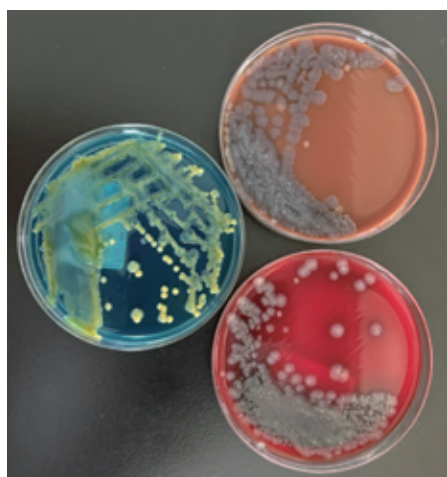
みなさんはAMRという言葉をご存じですか。日本語では薬剤耐性やくざいたいせいといい、細菌をやっつける薬、すなわち抗菌薬が効かなくなることをさします。なお、抗菌薬は「抗生物質」や「抗生剤」とも呼ばれ、いずれも同じ意味です。近年、この薬が効かない耐性菌たいせいきんが世界中で増え、対策をとらなければ2050年には世界で年間1000万人が命を落とすおそれがあるとも言われています。これは遠い国の話ではなく、膀胱炎や傷からの感染など、ふだんの治療にも関わる身近な問題です。

効く薬が減れば、ふつうの肺炎やちよつとした手術さえ危険になりかねません。今回は、その最前線にいる細菌検査室から、どの薬が効くのかをどう見極めているかをご紹介します。



培地に検体をぬっているところ

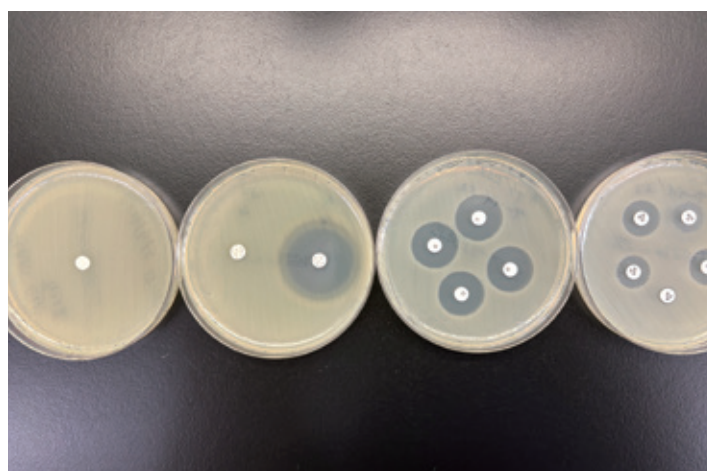
患者さんから提出された血液や痰たんなどを培地ぼいちにぬって菌を増やして、まずその菌が何者なのかを調べます。



培地に発育したコロニー

顕微鏡で形や色を観察したり、コロニー（菌のかたまり）の色や形を見分けたり、専用の装置で菌の名前を特定したりします。

こうした工程を同定^{どうてい}といいます。
菌の正体が分かったら、次は
薬剤感受性検査^{やくざいかんじゆせいけんさ}です。



薬剤感受性検査

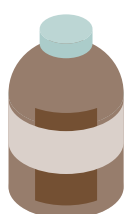


菌を一面に塗った培地^{ばいち}の上に、
いろいろな抗菌薬をしみ込ませた
小さな丸い紙を置いて一晚培養す
ると、よく効く薬のまわりだけ菌
が育たず、ぽっかりと丸い透明な
部分ができます。この円の大きさを
測ることで、その菌にどの薬
が効くか・効かないかが、目で見
て分かるのです。結果は主治医
に伝えられ、患者さん一人ひとりに
合う薬が選ばれます。

こわい耐性菌が見つかったとき
は、すぐに院内の感染対策チーム
に連絡し、ほかの患者さんへ広が
らないよう手を打ちます。さら
に、当院でどの薬がどれくらい効
いているかを定期的にまとめ、医
師が薬を選ぶときの目安として
役立てています。検査の結果を
1日でも早くお届けすることが、

患者さんの回復と、必要な薬を
必要なだけ使うことの両方につ
ながります。

耐性菌を増やさないために、
ご家庭でできることもありま
す。処方された薬は、医師に言
われた分を最後まで飲みきりま
しょう。自己判断で残った薬を
飲んだり、人に譲ったりしないこ
と。そして、こまめな手洗いで感
染そのものを防ぐこと。一人ひ
とりの小さな心がけが、地域の
医療を守ります。



憩室出血ってこんな病気

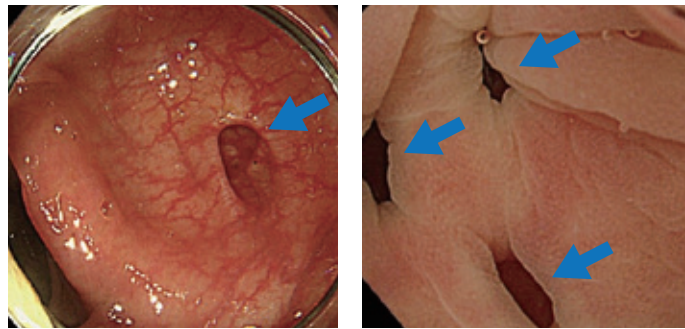
消化器内科医師 天野 仁至

ある日ある朝トイレに行ったら真っ赤、そんなおっかなびっくりの病気、それが憩室出血です。痛くもなんともないのにとくさん血が出て文字通り血の気が引いてしまいます。

出血する憩室、さて、憩室とはなんぞやと言うと、胃や腸など消化管の一部が袋のように外側に飛び出ている状態をいいます。内視鏡でみるとたくさんの穴として見えます。

・たまに血が出る！

日本においては成人の5人に1人が大腸憩室を持っているそうです。さらに10年で10%の確率で出血することです。



①左:矢印のくぼみが憩室。
右:憩室はたくさん、何十個もあります。

結構ありふれた病気と言えるかもしれませんが。

憩室の粘膜はほかの正常粘膜と比べると弱点になるのでしよ、突然、傷ついて憩室から出血することがあります。

大腸の粘膜そのものには痛覚神経がないので痛くもなんともありません。いきなり真っ赤な便がどんどん出るので驚きます。

・でも止まる？

内視鏡医としては腕の見せ所のはずですが、止血成功率は数えたくないです。憩室出血の経験者さんなら、「せっかく大変な思いをして下剤を飲んで検査もしたのに出血した場所すら分からないなんて!?このヤブ医者め!」と思ったことがあるかと思っています。

それもそのはず、このたび2026年に発行されたガイドラインによると70〜90%は自然に止まるとされています。人体は素晴らしい！自然に止まりはしますが病院には来てくださいね。あくまで入院して点滴や輸血、食事を止めて傷が広がらないようにしている間に止まるということです（保存療法という立派な治療です）。

では自然に止まらないのはと言いますと、動脈硬化や不整脈などのために血が固まらないようにする薬を飲んでいる場合などはリスクが高くなります。ほかにも年齢や栄養状態などから血を止める能力が落ちている場合にも要注意です。

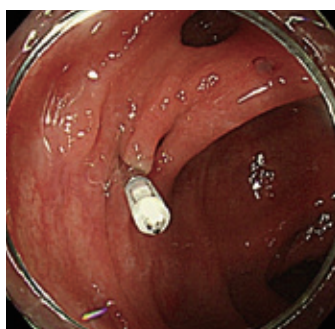
血圧が下がるほどの酷い出血の時も自然に止まるのを待てないの内視鏡検査をお勧めします。

・止まったのにまた出る!?

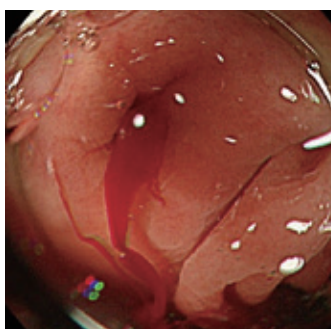
わけもわからず急に血便が出て、自然に血が止まったから退院だと言われても困るかとは思いますが。また出るのではと不安にもなるでしょう。実際の数字としては1年後で19〜35%の方が再出血するそうです。5年で30%ぐらいとの報告もあります。でもこれ、合格率7割の試験と考えるなら割と平気な気がしませんか？

せめてなにか予防法があると良いのですが、飲酒と肥満が憩室出血のリスクとされています。喫煙も憩室ができることと関連

があるようです。結局、医者が言うのは昔から「酒とタバコを控えて適度な食事と運動をしない」と言う身もふたもない正論になつてしまうようです。うーん、私自身も耳が痛いです。せめて患者さんの出血は止めるように頑張ります。



③止血クリップ(5mmほどの小さなクリップ)で直接挟んで血を止めます。



②出血している場所が見つかれば、現行犯逮捕のチャンス。

「緩和薬物療法認定薬剤師」を取得しました。

緩和薬物療法認定薬剤師
かまくら あいこ
鎌倉 藍子

2025年「緩和薬物療法認定薬剤師」を取得しました。緩和ケアとは、「生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者さん」とご家族の様々な苦痛を予防し和らげることを通して、QOL(クオリティー・オブ・ライフ:生命の質)を向上させるアプローチ」です。私は当院の緩和ケアチームに所属しています。苦痛とは痛みや呼吸困難など身体的なものだけではないため、社会的・精神的な面など様々な視点で寄り添い関わっています。

緩和薬物療法認定薬剤師は、必要な薬を効果的に用いて苦痛を予防・改善し、患者さんが自らの人生を積極的に生きていけるよう支えていく役割を担っています。QOLの向上とは希望と可能なことのずれ幅を狭くすることであり、できる限り患者さんにご家族の目標に添える関わりができればと考えています。

私は子供の頃に祖父をがんで亡くし、当時は緩和医療が進んでいなかったこともありお腹が膨れて苦しむ姿をただ見守ることしかできませんでした。このことがきっかけで苦痛を和らげることは患者さんだけでなく家族のケアにもつながると思い、緩和医療の道を進んできました。資格を取得した後も悩みながら携わる日々ですが、緩和ケアの対象はがんだけではないため今後も幅広い知識の取得が必要です。患者さんにご家族、周りの大切な方達とのかけがえのない時間に関わらせていただきその経験を生かすことで、より多くの方の苦痛を和らげられるよう努力していきたいと思います。



小松菜とミニトマトのごまマヨおほかか和え

あと一品欲しい時に電子レンジの加熱だけで作れる野菜の和え物はいかがですか？
加熱後の小松菜の水気をしっかり絞ることでマヨネーズが薄まらず美味しくできます。

材料 (2人分)

小松菜 …… 1/2束(100g) Aマヨネーズ・白すりごま… 各大さじ1
ミニトマト …… 5個 Aポン酢・砂糖 …… 各小さじ1
Aかつお節 …… 3g

作り方

- 1 小松菜は根元を落とし、3センチ幅に切る。
ミニトマトは洗ってヘタを取ったら半分に切る。
- 2 耐熱ボウルに小松菜を入れてラップをし、600Wのレンジで3分加熱する。
- 3 加熱後、冷水にとって冷ましたら、水気をぎゅっとしぼりボウルに戻す。
(ポイント:ここでよく水気をきる。加熱に使用したボウルは熱くなっているので粗熱を取る)
- 4 3に1で切ったミニトマトとAの調味料を加えて和えたら完成。



栄養量(1人分)

エネルギー …… 119Kcal
たんぱく質 …… 2.4g
塩分 …… 0.3g

おしざわ ようこ
調理師 押澤 陽子

新任医師紹介

①出身地
②趣味

ウィッグ相談会

- ◆日程:8月19日(水)
10月21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10月28日(水)
- ◆時間:14:00-16:00
- ◆予約・お問い合わせ: 参加無料
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。

要予約

【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「緩和ケアについて」

- ◆講師:緩和ケア認定看護師
- ◆8月24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

①松本市②アウトドア
7月より呼吸器外科医として勤務することになりました。2023年、産後半年だけ外科専攻医としてお世話になりました。父が池田町出身であり、この地域は幼少期からよく遊びにきた場所のため、沢山の思い出のある場所です。馴染み深い地で医療に関わることができ大変光栄に思います。地域医療に貢献できるよう精一杯頑張ります。



呼吸器外科 かつの まり
医師 勝野 麻里

①松本市②登山、スノーボード
7月から勤務させていただきました。このことになりました整形外科の川上 拡と申します。今回は2度目の赴任となりますが、またあつみ病院で働けることを心待ちにしております。池田町での生活を楽しむと同時に整形外科として地域の方々の役に立てるよう一生懸命働かせていただきます。



整形外科 かわかみ ひろむ
医師 川上 拡

①宮田村②釣り、野球
2026年7月1日から整形外科に赴任しました小田切 優也と申します。1年ぶりにあづみ病院に戻ってくるとなりました。あづみ病院、また大北地域の素晴らしい環境の中でまた勤務できることを嬉しく思います。前任時同様、整形外科全般並びに特に肩疾患を中心に地域の皆様のお役に立てればと考えております。どうぞよろしくお願いいたします。



整形外科 きたぎり ゆうや
医師 小田切 優也

会社の健康診断の“足りない部分”を補完

気になる“もしも”を
しっかり検査

～ 単 独 ド ッ ク ～



脳ドック 予約	充実 (MRI、MRA撮影、頸動脈超音波検査、知的機能検査、診察) 高血圧、脂質異常症、糖尿病がある方	¥41,800
	簡易 (MRI、MRA撮影のみ) 結果は後日郵送になります	¥27,500

乳がん検診 予約	触診+2Dマンモグラフィ	¥6,600
	触診+3Dマンモグラフィ	¥8,800

※上記以外の単独ドックはHP「人間ドック・項目別料金」をチェック。
【お問い合わせ】健診センター 0261-61-1181

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

8/9(日)

あづみ病院(大北南部地区)

8/30(日)

白馬診療所(大北北部地区)

表紙のひとこと

「親子のきずな」
撮影者:猪股 崇志(いのまた たけし)
天敵や寒さから子供を守りながら、高山という厳しい環境の中で育て真っ最中のお母さんライチョウ。お母さんが守ってくれているんだという子供の安心感が写真を撮っていても伝わってきました。

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り、地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

8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。

2026年8月1日現在

診療科目		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(6.20日) 原田 美貴子(13.27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~)(14.28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	再開	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	
	リウマチ・膠原病内科 (予約制)			松田 正之	杉本 州(5.19日) 倉科 淳一(12.26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		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	
	(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・消化器外科	NEW	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 勝野 麻里	小野 祥太郎	花岡 孝臣	
	脳神経外科		石川 真実(10.24日) 8:45~9:45 (受付8:30まで)	石川 真実 8:45~9:45 14:00~(受付16:00まで)	石川 真実 8:45~9:45 (受付8:30まで)	石川 真実 8:45~9:45 14:00~(受付16:00まで)	石川 真実 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(12.26日) 大場 崇臣(5.19日)				
	甲状腺 (予約制)						伊藤 研一(14.28日) 金井 敏晴(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						
	初診 (受付10:30まで)		太田 浩史 (下肢) 川上 弘	太田 浩史・狩野 修治 (下肢・輪番) 政田 啓輔	狩野 修治(下肢) 小田切 優也	渡邊 柊	信 大 脊椎外来 (PM予約・紹介のみ)	小林 博一	
	再診 (予約制)		狩野 修治 小田切 優也	渡邊 柊 高橋 淳(18日)	太田 浩史 川上 弘	石垣 範雄 (13.27日午後)	政田 啓輔	村上 成道 (スポーツ障害・予約制)	
整形外科	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(5.19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(12.26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)		
内科	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	久根下 紀香	長汐 沙千穂
	緩和医療外来 (予約制)			間宮 敬子(25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8月号 vol.474 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:P0印刷(株)

