



長野県立信州医療センターだより

# かがやき 第7号

第7号 平成30年5月発行  
発行人:長野県立信州医療センター  
[院長 寺田 克]  
編集人:長野県立信州医療センター  
広報委員会  
[委員長 赤松 泰次]  
〒382-8577 須坂市大字須坂1332  
TEL(026)245-1650  
FAX(026)248-3240



## 平成30年度長野県立信州医療センターの取り組みのご案内

長野県立信州医療センター 院長 寺田 克



院外広報誌「かがやき第7号」をお届けいたします。当院では昨年度末に「平成30年度 年度計画達成のためのアクションプラン」を策定しました。今回はその中の地域医療に関係した取り組みを中心にご案内いたします。

昨年7月に稼働を開始した新棟(東棟)に関連した事業では、本年度より須高医師会、行政と連携した対策型検診での胃内視鏡検査が始まりますので、当院内視鏡センターでの受け入れも積極的に行っていきたいと思えます。また、同センターと健康管理センターとが連携した大腸内視鏡検査による大腸がんドック検診や治療環境の向上

した外来化学療法室でのがん治療を積極的に展開していきます。

産科医療に関しては、常勤医の増員と助産師の知識技術の向上を図り、安心して出産していただける環境の維持に努めます。常勤医不在のため中止していた分娩も昨年6月より再開し、本年4月からは産科常勤医3名、婦人科常勤医1名、非常勤医1名の診療体制となっております。また助産師を「信州大学院内助産リーダー養成コース」研修に派遣いたします。当院での里帰り出産は全分娩件数のおおよそ30%で、うち東京、愛知、神奈川、埼玉からの方が60%を占めています。里帰り出産も積極的に受け入れていますので、お考えの方はご相談いただけたら幸いです。産科医療に関連して、当院は須坂市、高山村、長野市から受託を受けた「産後ケア事業」として、宿泊型とデイサービス型の2種類を提供しており、この事業も継続してまいります。

地域包括ケア病棟の増床(3床程度)を検討します。同病棟は地域包括ケアシステムの中で、「在宅医療安心ネット」の後方支援病棟として医療介入を行う中核的な役割を果たしています。毎年晩秋から春先にかけて、入院患者さんの増加に伴い、病棟が満床となる日があり、入院の依頼に対応できず、大変ご迷惑をおかけすることがありますので、この解消を図りたいと思えます。

電子カルテの更新を行います。来年1月からの運用を目指します。この中では、大規模災害時に病院機能を早く再開・継続するための事業継続計画への対応や地域医療連携に対応した内容も組み込むことにしています。

以上、上記ご案内のほかにも地域医療に関係したその他の事業、政策医療に関係した感染症対策や医療職者教育に係る事業も策定しています。次号以降の「かがやき」でも情報提供させていただきますので、宜しくお願いいたします。



**私たちは患者中心のチーム医療を実践し、信頼される病院を目指します。**



## ☆妊娠から出産、そして育児支援まで

産科部長 南郷 周児



約10か月の分娩取扱い中止を経て、2017年5月末より出産取扱いを開始し、ほぼ一年が過ぎようとしています。その間に多くの新たな命の誕生に立ち会い、微力ながらそのお手伝いできたことに、私たち医師、助産師、看護師および病院職員は感謝と誇りを感じているこの頃です。



地域の総合病院の産婦人科としてまず求められていることは、『お産の時に近いところにあるから安心だ』、『妊娠中に合併症があるときにも総合病院だから一緒に診てもらえる』、『産後も、自分自身だけでなく赤ちゃんの具合が悪い時にもすぐに診てもらえるから安心』といった患者さんの声にすべて顕わされています。

妊娠は、無事であることが前提であるため、妊娠中の合併症が見つかったと時や、検査などで少しでも異常値を告げる時に妊婦さんは大きな不安を抱くことがよくあります。妊婦健診では特に何も異常

がなくとも、妊娠中には多かれ少なかれ妊婦さんは不安を抱えていることが多いようです。当然我々医師からも詳しく説明いたしますが、なかなか不安はぬぐえないように感じます。そのようなときに当院では、経験豊富な助産師や看護師から、医療面のみならず妊娠中の過ごし方や、授乳も含んだ育児支援、この地域での具体的な公的医療援助など多岐にわたり相談でき、育児支援を得ることができます。



私たちはチームとして、妊娠出産全般のお手伝いをさせて頂きたいと願っています。

## ☆女性医師1名増員！春日美智子医師から地域のみなさまへ

産科には、習熟した助産師が十数名もあり、チームワーク良く、共に自然で安全なお産を心がけています。加えて、小児科の南先生、鶴田先生にバックアップしていただける体制になっております。産科病棟は、時代の流れか、リフォームが進み、今後は個室が増える予定です。

信州医療センターには、母乳外来があります。ベテランの助産師が、母乳育児に自信がつくまで相談に応じています。どうか安心してご来院くださいませ。



## ☆退院後の母乳に関するご相談は「母乳外来」をご利用ください【予約制】

「母乳をあげているけど、足りているか心配」「赤ちゃんがおっぱいをうまく飲んでくれない」「乳腺炎になったみたい」など、授乳中の心配事やおっぱいのトラブルなどに対して産後、母乳育児に自信がつくまで対応しています。



**料金** 3,000円(税込) ※医師の診察や処方が必要な場合は、別途料金がかかります。

**ご予約・お問合せ** 産婦人科外来 TEL.026-245-1650 (予約日・予約時間をご相談ください。)

信州医療センター 出産

検索

(携帯電話・スマートフォン)「出産のご案内」はこちらから







## ☆新任医師紹介 4月から新たに4名の医師が加わり、新体制でスタートしました!!



あらき たいすけ  
**荒木 太亮 医師**

- 経歴**  
平成30年4月  
信州医療センター 入職
- 専門**  
呼吸器・感染症内科

### ○**専門を選んだ理由**

呼吸器内科が担当する疾患の範囲はとても多彩で、しばしば診断が困難であったりするのですが、そこに挑戦するやりがいを感じたため。

### ○**須高地区の印象**

まだ土地勘がなく車でしょっちゅう迷子になっています。長野市内とは違った趣があり暮らしやすい印象です。

### ○**地域のみなさまへ一言**

なるべくお待たせしないように迅速な診療を心がけたいと思っています。気になる事があれば何でもお伝えください。



ますお ひとし  
**増尾 仁志 医師**

- 経歴**  
平成30年4月  
信州医療センター 入職
- 専門**  
消化器外科

### ○**専門を選んだ理由**

自分の知識と技術で、患者さんに直接貢献できるという点に魅力を感じて外科を選択しました。特に消化器分野を選んだ理由としては、多種多様な疾患治療に携わることができると思ったからです。

### ○**須高地区の印象**

ベッドタウンといった感じで、穏やかな雰囲気だなと思いました。まだ赴任して間もないので、これから色々な場所を訪れたいと思います。

### ○**地域のみなさまへ一言**

病気は早期発見、早期治療が大事です。不調を感じた時には、早めに受診頂ければと思います。外科治療が必要な時には、全力で担当させていただきますので宜しくお願い致します。



かすが みちこ  
**春日 美智子 医師**

- 経歴**  
平成30年4月  
信州医療センター 入職
- 専門**  
産婦人科(更年期医学で博士号)

### ○**専門を選んだ理由**

人の誕生に、受精の瞬間から立ち会えること。

### ○**須高地区の印象**

歴史ある街並み  
標高が高く、澄んだ空気  
温泉に癒されますね。

### ○**地域のみなさまへ一言**

信州医療センター産婦人科は、男性医師3名、女性医師2名で対応できるようになりました。

私は、研修医の頃からお世話になっている南郷先生に誘われて、須坂に参りました。

未熟者ですが、よろしくお願い致します。



かいうめ ひろこ  
**貝梅 紘子 医師**

- 経歴**  
平成30年4月  
信州医療センター 入職
- 専門**  
血液内科

### ○**専門を選んだ理由**

非常にやりがいのある分野であり、さらに患者さんとじっくり向き合える専門分野だと感じたため選びました。

### ○**須高地区の印象**

坂が多い印象ですが、その分景色が良く、とくに山の景色が素晴らしいと思います。

### ○**地域のみなさまへ一言**

何かお困りのことがありましたらお気軽にご相談ください。どうぞよろしくお願い致します。





# ★平成30年度 出前講座のご案内

健康の保持増進に関する講座、ご家庭・職場のお役立ち情報、気になる病気・治療のお話など、豊富な品ぞろえでみなさまからのご注文をお待ちしております。(人気の講座を一部紹介します。)

## めざせ!ピンピンコロリ

健康に長生きするために

講師・・・健康管理センター 須藤 恭弘



講師の先生の実演を交えたお話がとても分かりやすかった。健康に長生きするために日常生活で意識したいと思う。(地区の健康講座参加者)

## 麻薬の効用

(薬物乱用防止について)

お薬は正しく用いてこそ効果があります

講師・・・・・・薬 剤 科 薬 剤 師

## 感染対策について

家庭・施設での注意点

講師・・・・・・感染制御室 中島 恵利子  
青木 茂美

## 筋力を低下させないために

筋トレと生活の工夫～重力と仲良くつきあう～

講師・・・・リハビリテーション科 石沢 豪  
中嶋 翔



## 摂食嚥下障害について

- ・誤嚥性肺炎を防ぐために～安全に食事を摂る～
- ・安全においしく、楽しく、食べるための食事支援

講師・・・・リハビリテーション科 北田 将大  
看護部 山岸 里美

## 危険予知トレーニング(KYT)研修

危険予知トレーニングをやってみよう

講師・・・・医療安全管理室 中島 久美子

## 家庭でできる褥瘡予防と初期対応について

床ずれの予防、傷の手当て、栄養について

講師・・・・看護部 柴本 幸子

## 家庭でできる応急手当て(小児)

ケガ、やけど、蜂刺され、薬物中毒、頭部外傷等

講師・・・・看護部 救急外来



初めての子育てで、子供のケガや病気に不安があったが、具体的な対応方法を教えてもらったので、これからは落ち着いて対応できそう。(保育園の講習会参加者)

## 性教育について

小学生:赤ちゃん、いのち、思春期についてなど  
中学生:人を好きになること、相手を思いやることなど  
高校生:STD、10代の妊娠・中絶、性被害についてなど

講師・・・・看護部 助産師/思春期保健相談士



普段はなかなか聞くことも教わることもないとても貴重なお話を聞くことができてよかった。(中2女子)

「これから悩みがあったら私たちに相談してください」と言っていたときとても安心しました。(中1女子)



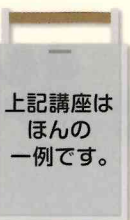
今回の話を聞いて、今の時期は性について悩みを抱え始める時だとわかり、悩んでいるのは自分だけではないと感じた。(中1男子)

お申込みは下記よりお問い合わせください。

TEL 026-246-6577 FAX 026-246-5530

お申し込みは、お電話またはファックスにより希望日の1か月前までをお願いします。

地域医療福祉連携室 詳しくは、ホームページをご覧ください。 信州医療センター 出前講座 検索







## ☆内視鏡検査のすすめ

内視鏡センター長 赤松 泰次



昨年7月に新棟(東棟)が開設され、内視鏡室(内視鏡センター)はその2階に移動しました。「内視鏡検査は苦しいから苦手」という方が多いと思いますが、本院では苦痛のない内視鏡診療を患者さんに提供できるように、ご希望によって静脈麻酔(眠った状態で内視鏡検査を行う)を行ったり、送気は空気に代えて吸収が早くお腹に優しい二酸化炭素を用いています。また、検査後にお休み頂くりカバリー室や広い待合室など、快適な環境で内視鏡診療を受けて頂くことができるようになりました。内視鏡はバリウムを用いたX線検査に比べて精度が高く、初期の食道がん、胃がん、大腸がんの診断が可能です。早期発見ができればがんは治療しやすし、初期の病変であればお腹を切らなくても内視鏡による治療で治ります。

今年から対策型胃検診(集団検診)の制度が変わり、従来のX線検査以外に内視鏡検査でも受けることができるようになりました。また当院では、人間ドックのオプションとして大腸内視鏡検査を選択することが可能です。胃がんや大腸がんは頻度が高い病気ですので、ぜひ定期的に内視鏡検診を受けましょう。

明るく快適な専用ロビー



苦痛のない眠った状態での検査も可能



最新設備・チーム医療で  
疾病の早期発見・早期治療



## ☆ロコモ健診のご案内

「ロコモ」  
って?

加齢とともに、骨、関節、筋肉の機能が衰えてくると、立ったり座ったりするのがつらくなり、ついには「歩く」ことさえままならなくなってしまいます。その危険性が高まった状態を「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」といいます。

右の7つのロコモチェックで該当する項目があった場合は、ロコモ健診をお勧めします。

こんな状態は要注意!  
チェックしよう

### 7つの ロコモチェック

- 1  片脚立ちで靴下はがけない
- 2  家の中でつまずいたりすべったりする
- 3  階段を上がるのに手すりが必要である
- 4  家のやや重い仕事が困難である
- 5  2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である  
※1リットルの牛乳パック2個程度
- 6  15分くらい続けて歩くことができない
- 7  横断歩道を青信号で渡りきれない

出典:ロコモパンフレット2015年度版



健診実施日時

月～金曜日 午後1時30分～

料金

5,400円(税込)

ご予約・お問合せ

健康管理センター TEL.026-246-5544 (直通)

人間ドックも受け付けております。

信州医療センター ドック

検索





# 長野県立信州医療センター・外来診療担当予定表(6月)

○午前の受付時間は8時30分～11時30分(自動受付機は7時30分～)

○午後の受付時間は各診療科、曜日により異なりますので、外来担当表にてご確認ください。

(平成30年5月29日現在)

診療科		月	火	水	木	金	
総合診療科		中村 真一郎 宮島 正行/植原 啓之	小沢 幸恵 小泉 正幸/関 年雅	原田 輝和 貝梅 紘子(6・20日) 原田 美貴子(13・27日)	赤松 泰次 木畑 稔	鈴木 一史 岩波 直弥	
内科	呼吸器 感染症	午前	荒木 太亮	山崎 善隆 岩波 直弥	岩波 直弥	山崎 善隆	荒木 太亮(15・29日) 久保 惠嗣(8・22日)
		午後	山崎 善隆	荒木 太亮	山崎 善隆		
	消化器内科	午前	下平 和久	赤松 泰次	中村 真一郎	下平 和久	宮島 正行
		午後				植原 啓之	
	循環器	関 年雅 原田 美貴子	丸山 隆久 原田 美貴子(12・26日)	臼井 達也 (長野赤十字病院医師)	関 年雅	丸山 隆久	
	血液	貝梅 紘子		小泉 正幸	貝梅 紘子(7・21日)	小泉 正幸	
	腎臓		市川 透(5・19日) 原田 真(12・26日) (長野赤十字病院医師)				
	糖尿病/生活習慣病	小林 永幸		長澤 武志(終日)	小林 永幸 高山 昇平(終日)	小林 永幸	
	肝臓				山崎 智生(28日)		
	漢方(終日)			布施 修 (6・20日)			
	ペースメーカー外来				関 年雅 (13時30分～)		
	ピロリ菌専門外来	赤松 泰次 (13時30分～)					
	嚥下機能評価外来	山崎 善隆(14時～)	山崎 善隆(午前)	山崎 善隆(14時～)	山崎 善隆(午前)		
	フォローアップ外来					須藤 恭弘(14時～)(予約制)	
貧血外来		小泉 正幸(14時～)					
脳神経内科(午後)		小平 農(5・19日)					
海外渡航者外来		交代制(13時30分～) (4・18日)					
外科 (午前)	1 診	古澤 徳彦	久保 直樹	交代制	久保 直樹	古澤 徳彦	
	2 診	寺田 克	増尾 仁志		寺田 克	増尾 仁志	
血管外科(午前)		上沢 修			上沢 修		
呼吸器外科(午前)			坂口 幸治			坂口 幸治	
禁煙外来(午前)				上沢 修			
形成外科		高清水 一慶 (14時～16時)(予約制)					
整形外科 (午前)	初診・予約外	山岸 佑輔	西村 匡博	吉田 和薫 (信大医師)	三井 勝博(紹介・下肢)	上原 将志(脊椎) 西村 匡博(8・22日) 山岸 佑輔(1・15日)	
	予約	三井 勝博		西村 匡博	三井 勝博 山岸 佑輔	三井 勝博(1・15日)	
脳神経外科(午前)		銭坂 英生(11・18日)			伊東 清志(21・28日)		
皮膚科(午前)				三宅 知美		小口 真司	
小児科	午前	鶴田 悟郎	南 勇樹	南 勇樹(6・20日) 鶴田 悟郎(13・27日) 信大医師(交代制)	鶴田 悟郎	南 勇樹	
	午後 (予約)	予防接種(14時30分～)			小児循環器外来(14時～)	予防接種(14時～)	
		慢性外来(16時～)		乳児健診 (14時～)	慢性外来 (14時～)	発達・心理外来(15時～)	慢性外来(15時～)
産科	午前	南郷 周児	堀田 大輔	南郷 周児	交代制	堀田 大輔	
	午後	春日 美智子					
婦人科	午前	飯高 雅夫 堀田 大輔	飯高 雅夫 南郷 周児	飯高 雅夫 堀田 大輔	春日 美智子	飯高 雅夫 交代制	
	午後	交代制					
泌尿器科	午前	上野 学 (11・25日)	上野 陽子	宮下 大輔			
	午後		上野 陽子(12・26日) (13時30分～)	上野 陽子 (14時～)			
眼科	午前	山田 哲也 山口 晋太郎	山田 哲也 山口 晋太郎(5・26日)	山田 哲也 山口 晋太郎(5・26日)	手術	山田 哲也 山口 晋太郎(1・29日)	
	午後	山田 哲也 山口 晋太郎(4・25日) (予約のみ)(13時30分～)	手術	山田 哲也 山口 晋太郎 (検査・予約)(13時30分～)		山田 哲也 山口 晋太郎 (予約)(13時30分～)	
耳鼻咽喉科	午前	清水 勝利	清水 勝利 (新患紹介来院11時まで)	清水 勝利	清水 勝利 (新患紹介来院11時まで)		
	午後			清水 勝利 (14時30分～16時30分)			
麻酔科(ペインクリニック)		清水 俊行			清水 俊行	清水 俊行	
漢方東洋医学外来(予約制)(午前)			水嶋 丈雄				
精神科(午後)					長峯 清英(14日)(14時～)		

(診療情報提供書の送付先)長野県立信州医療センター・地域医療福祉連携室 FAX 026-246-5530・TEL 026-246-6577(直)  
外来診療担当表は、内容が変更になる可能性がありますので、当院ホームページ等でご確認ください。