

いづくしみ









整形外科関節手術風景

特集

庭づくりを通じた
東北復興支援の取り組み

CONTENTS

-  新任医師のご紹介
-  新規医療機器の導入
-  関節拘縮に対する正しい知識と治療法
～関節ファシリテーションについて～
-  病院からのお知らせ
-  シリーズ職場紹介 「かお」の見える医療を
整形外科外来
-  夏のおすすめレシピ

整形外科 医長 小林 貴幸

5月より整形外科に着任しました小林貴幸と申します。

私は北安曇郡松川村の出身で、大学は栃木県にある自治医科大学を卒業しました。これまで大学附属病院、県立ならびに阿南病院に勤務しました。実は飯田病院とはご縁がありまして、4年間ほど非常勤医師として毎週の人工関節手術に参加させて頂いていました。このたび念願かない飯田病院整形外科の一員となることができ大変幸せに感じて

近年、股関節、膝関節の痛みや腰痛、神経痛などでお悩みになる患者様が増えています。歩行が困難となり閉じこもりがちになってしまうことが問題となっています。重症の患者様には手術治療が必要となり、当科でも人工関節ならびに人工関節手術は大変質の高い医療が行われています。今まで痛みのために不自由を強いられていた患者様が無事手術を終え、しっかりと足取りで退院されていく姿をお見かけすると、大変嬉しく思い、整形外科医としての責任の大きさを感

じを感じます。
痛みでお悩みの患者様が少しでも痛みから解放されお元気に過ごせるようお力になればと思っておりますので、お気軽にご相談ください。

◇出身大学

京都大学 平成5年卒

◇資格・所属学会

精神保健指定医

日本集団精神療学会



6月より、
大阪市の
ました。そ
お世話にな
私にとっ
所であり、
ご挨拶をし
れながら育
ていけるこ

精神科 医長 松田 あずさ

6月から、飯田病院精神科で勤務させていただくことになりました。生まれは兵庫県で、三重県で育ちました。山々の山々が大好きで三重県からしばしば出かけていた両親が、念願かない長野県に転居したことで、私も長野県に暮らすことになり、いつの間にか10年たちました。この春まではこちらの医療センター駒ヶ根に勤務していました。

これまで精神科単科の病院に勤めることが多かったのですが、飯田病院では他科の先生方のお力もお借りしながら、より質の高い精神科医療をめざしたいと思っております。

まだまだ不慣れなことが多くご迷惑をおかけいたしますが、1日も早く飯田地域の皆様のお役に立てるように努めてまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

のご紹介

立木曾病院
に関節手術
います。
こもりが
に脊椎手
、元気に
とやりが
、どうぞ



- ◇出身大学
自治医科大学 平成16年卒
- ◇専門領域
整形外科一般
人工関節
- ◇資格・所属学会
日本整形外科学会
日本人工関節学会
中部日本整形外科災害外科学会
日本整形外科学会専門医
日本整形外科学会認定スポーツ医

精神科 医長 柿田 充弘

飯田病院精神科に入職しました柿田と申します。

出身で、京都大学卒業後、兵庫県の日本海側にある公立豊岡病院という総合病院の精神科で10年あまり務めた後、長野県立駒ヶ根病院（現・こころの医療センター駒ヶ根）に移り、今回、ご縁あってここ飯田病院にすることとなりました。

ての信州は、中・高時代、毎年のように黒姫高原の山荘で「半強制的に」登山やスキーをさせられていた場まさか将来そこに住んでそこで働くとは夢にも思っていませんでした…などと、駒ヶ根に移ってきたときから6年。引っ越しと同時に小学校に入学した長女も、いまや中学生。アルプスの山々に柔らかく包まれている子供たちの姿を見ていると、私自身も、精神科医として少しずつでも成長しつつ、引き続き地域に貢献しとを目指したいとの思いを新たにしております。よろしくお願いいたします。

。信
県に住
。な
なが
がん



- ◇出身大学
鳥取大学 平成12年卒
- ◇資格・所属学会
精神保健指定医
日本精神神経学会専門医
日本医師会認定産業医
日本集団精神療法学会
日本精神科救急学会

縦・横ともに2mのものを組み立てました。システムファームの花壇は煉瓦を組み立てるようなもののため現場で相談しながら形を決めていく楽しみもありました。

深町さんや私たちの「足を運んでも、病棟から眺めても、双方から楽しめるような空間に」との思いが現実になりました。

両日とも天候に恵まれましたが、春の嵐のような風が、ただでさえビル風の強い屋上での活動を妨げることもありました。しかし、屋上庭園から見える南アルプスの頭にかかる雪景色と、風越山の黄緑色に変化してきた初夏の景色は心地よさを運んできてくれているように思えました。

今後この庭園が、精神科と一般科（内科、外科、整形外科、耳鼻咽喉科、眼科、泌尿器科など）を標榜する当院の患者さん、家族の方々の「癒しの場」として利用していただければ嬉しいと思っています。

この活動を通して感じたことは多職種構成の医療従事者が個人単位で心地よい感触を持ちながら「つながる」、NPO法人日本園芸療法研究会の皆さんと意思を一つにして「つながる」、患者さんが庭園で安らぎ

を求めて「つながる」、地産地消で地域と「つながる」など「つながる」が隠しテーマだった気がします。まさに澤田先生の「人とひと、ひとと自然の関わりを、植物や植物のある環境、園芸作業から再生することを目的に」が実施されたと感動しています。

当院では東北大地震の医療チームとして、精神科スタッフが東北支援に参加した経緯があります。今度はNPO法人日本園芸療法研究会のみなさんと園芸活動を通し東北復興支援の輪が広がればいいなと思います。

この計画に参加していただいた澤田先生をはじめ、深町さん、NPO法人日本園芸療法研究会の関さん、佐野さん、森さん、高木さん、原田さん、職員のみなさんお話になりました。ありがとうございます。

特集

庭づくりを通じた東北復興支援の

飯田病院の屋上庭園プロジェクト その風を再



事の発端は平成24年10月 第5回日本園芸療法学会（岐阜大会）における澤田みどり先生の教育講演でした。東北復興支援としての庭造りの活動に感銘を受けました。もしかしたらその時から我々のプロジェクトも動き出していたのかもしれない。

年が明け、飯田病院の屋上庭園の改修の話が持ち上がりました。当院の屋上庭園は2001年（平成13年）の病院建て替えの際にNPO法人日本園芸療法研修会の事務局長である深町康志さんに手掛けてもらったものでした。深町さんをはじめ、いくつかの業者による入札の結果、今回も深町さんをお願いすることになりました。

深町さんから東北で支援活動をしているボランティアの皆さんも庭造りに参加するという企画が提案されました。園芸療法学会での澤田先生の講演と飯田病院庭園プロジェクトが繋がった瞬間でした。単なる庭園の改修ではなく、それが東北の支援につながっていくという提案に夢が広がっていくように感じました。

そこで平成25年4月22日に当院

の職員向けに澤田先生の講演と深町さんのプロジェクトのプレゼンテーションを企画しました。澤田さんからは『庭づくりを通じた東北復興支援の取り組み 飯田病院の屋上庭園プロジェクト その風を再び東北へ』と題し「人とひと、ひとと自然の関わりを、植物や植物のある環境、園芸作業から再生することを目的に南三陸のガーデンづくり」「病院生活において自然に五感を開き、季節感を楽しみ、将来への希望を持ち、コミュニケーションのきっかけを作る植物との関わりは大きな役割を担う」と発信していただきました。

大型連休中の後半5月5日、6日に中央棟屋上庭園の改修工事が行われました。深町さん、NPO法人日本園芸療法研修会より5名、病院職員62名、大学生1名の協力が得られました。

老朽化したレイズドベッド（周囲に柵やブロックなどを組んで、床面を高くした花壇。車椅子や立位での作業にも適している。）を撤去した450㎡の庭園は普段より広く見えました。そこにシステムファームを利用した花壇を8基とウッドデッキ2基、地元の根羽杉を利用した

取り組み

び東北へ





医療は日進月歩

関節拘縮に対する正しい知識と治療法 ～関節ファシリテーションについて～

宇都宮初夫 先生をお迎えして

飯田病院の基本方針の1つに『私たちは、良き医療者となるために日々研鑽します。』というものがあります。去る3月30日、31日に長野県のリハビリテーションの職員（理学療法士、作業療法士）が集まり、飯田病院を会場に研修会を開催しました。研修会参加者は約50名で飯田下伊那だけでなく、北信や東信からも参加者があり活気あふれる研修会になりました。

講師にお迎えした宇都宮初夫先生は、大阪でお仕事されている理学療法士の方で、毎週北は北海道から南は沖縄まで研修会の講師に飛び回っておられる有名な先生。東京や大阪などの大都市での研修会では100名を超す受講生が先生の知識と技術を勉強しに集まります。

研修会の内容は『関節ファシリテーション』という、先生の考え出された治療技術です。

リハビリテーションというと、立つ練習や歩く訓練を行うイメージがあると思いますが、ただ動作の訓練を行っているだけではありません。動けないのは「痛みがあるせいかな?」、「関節が固いせいかな?」、「筋力が弱いせいかな?」、「運動麻痺があるせいかな?」など考え、手足や体幹の運動を行いながら、関節の可動範囲を改善し、筋力を強くするといった治療を行います。そして、体の悪い部分を改善しながら立てるように、歩けるように、トイレや食事といった日常生活に必要な動作が行えるように訓練を行っていきます。

『関節ファシリテーション』という技術では、関節の構造を正しく理解して負担のないように動かすことで、関節可動範囲を拡大することができます。また、痛みが軽減したり、力が出し易くもなり、その結果歩行などの動作が楽にできるようになります。

『医療は日進月歩』。日々、新たな技術、考え方が生まれています。患者様に少しでも良い医療が提供できるように、職員は日々研鑽を重ねています。

ロビーコンサートのお知らせ



第127回 7月20日(土)	アンサンブルリベルタ 竹田 和子(箏) 山田 典山(尺八) 西脇 良(フルート) 松山 登(シンセサイザー・打楽器) 棚橋 俊幸(コントラバス)	昨年飯田公演もされたアンサンブルリベルタの皆さんです。 当院ロビーコンサートに初登場です。和楽器と洋楽器の美しいアンサンブルと迫力のある演奏をお楽しみください。
第128回 8月3日(土)	三森 未来子(チェロ) 三浦 健一(ヴァイオリン) 三浦 佳代子(ピアノ)	「もっとも大きなピアノリオとは？」 ベートーヴェンの三重協奏曲などをお届けします。
第129回 9月21日(土)	篠山 大明(ヴァイオリン) 篠山 由紀子(ヴァイオリン) 藤井 悠希(ピアノ)	秋の夜長にしっとりとしたクラシックはいかがが でしょうか。 2年ぶりのご出演になります。

いずれも、○開場 午後6時 ○開演 午後6時30分 ○入場無料

ご家族、ご友人お誘い合わせてお気軽にご来場ください。出演者等の都合により日時が変更になる場合があります。詳しくは飯田病院までお問い合わせください。

総合内科部長 千葉隆一医師 がTVに出演しました

6月22日(土) NBS PM2:00~2:30放送の
健康教育番組「健康ばんざい」に、
「リウマチ」をテーマとして
当院総合内科部長 千葉隆一医師が出演しました。
詳細は次号掲載予定です。



(NBSホームページ番組情報より)

看護学生を対象とした「病院説明会」を行います

- ・開催日時: 第1回 7月13日(土) 13:30~16:00
第2回 8月17日(土) 13:30~16:00
- ・場 所: 飯田病院
「院内見学の他、入職後の処遇説明、充実した新人教育システムや制度などについて詳しくお話します。」
- ◆上記の他、看護師対象の職場体験 [インターンシップ] も行っています。
- ・日 程: 平成25年7月1日~平成25年8月31日まで(日曜祭日除く)
「実際の現場をもっと知りたい! 看護師ってどんな毎日を過ごしているの? 就職する前に、体験してみませんか」

※[病院説明会] 又は [インターンシップ] に参加希望の方は事前にご連絡ください。

・連絡先: 0265-22-5150 看護部長 篠田まで



5月より体制が 変わりました。

こんにちは 整形外科外来です。

平成25年5月より小林医師が着任し医師が3人体制となりました。

平成23年5月以来約2年にわたり診療制限を余儀なくされ、皆様方には多大な御迷惑をおかけしました事をお詫びいたします。外来診療日は従来通り、月・水・金曜日になります。

この2年間、受診の相談のお電話を幾度となく受けてきましたが、痛みを抱えている患者さんの多さをつくづく実感させられました。

整形外科は、運動機能に発生する痛みや障害を担当しています。そのほとんどが痛みを主訴とする病気です。痛みというものは人によって感じ方がまちまちなもので、長期化すると気持ちまで落ち込んでしまう様な経験をされた方も多いと思います。実際のところ、目に見えない痛みを他人が理解するのは困難な事です。

そんな中で私たちに求められる事は、今一番つらい症状を理解する事、そしてその時期を少しでも楽に過ごせるように助言し、その苦痛を少しでも軽減する様に援助する事かと考えています。

また急性期の安静についてもよく説明する事があります。皆さんが日々忙しく生活している中で、それらを中断し、ある一定期間休む事には抵抗があり勇気がある事だと思います。安静も大事な治療のひとつです。急性期にしっかり安静にする事で功を奏する事もあります。

自分の身体です！！「いたわってあげて下さい」という気持ちで患者さんには説明させていただいています。

現在外来には12名のスタッフがいます。病気と無縁とはいえませんが皆元気で明るいスタッフばかりです。患者さんの苦痛に向き合って誠実に対応しようと頑張っていますのでよろしくをお願いします。

栄養科
おすすめ
レシピ

茹で豚盛合せ

気温も上がり、暑い日が続いています。体調を崩されてはいないでしょうか。さっぱりとしたお食事がすすむ季節です。さっぱりとしながらも、おいしく食べられる、当院のメニューの1つを紹介します。



材料（4人分）

豚ももブロック 300g
サラダ油 8ml

生姜 20g
A 長ねぎ 40g
濃口醤油 8ml

大根 100g
大葉 4枚
トマト 1個

味噌 7g
B 砂糖 3g
酢 4ml
辛子 適宜

（たこ糸）

（1人あたり） エネルギー 160kcal たんぱく質 14.3g 脂質 7.2g 食塩 1.2g

【作り方】

- ① 豚もも肉をたこ糸で結びます。
- ② 熱したフライパンに油をひき、ブロック肉を焼きつけ、全体に焼き色がついたら取り出します。

👉 Point 肉のうま味を閉じこめるため、肉の全面をしっかり焼きます

- ① 大きめの鍋に湯を沸かし、20分ほど肉を茹でます。

👉 Point 茹でて、余分な脂を抜きます

- ① 新たに湯を沸かし、Aとともに煮て、味をしみ込ませます。

👉 Point 肉の臭みを抜くため、生姜・長ねぎとともに味をつけます

- ① 大根はかつら大根にします。
- ② Bの調味料を混ぜ合わせ、辛子味噌を作ります。
- ③ 肉を薄く切り、かつら大根・大葉・トマトと盛り付けて完成！！。

👉 Point 煮上がった後熱が冷めるまで煮汁の中に漬けておきます



調理師より一言！！

「ポイントをおさえれば、家庭で簡単に作ることができます。見た目も豪華なのでぜひ作ってみてください！！

たこ糸で豚肉を結ぶひと手間で、煮崩れを防ぐことができます。肉用のネットで代用できます。」

これからの季節、冷しゃぶもおススメです。
さっぱりと、梅ドレッシングや、わさびドレッシングもおいしくいただけますよ。

飯田病院 外来診療予定表

平成25年7月現在

診療科		月	火	水	木	金	土	
内科	②	原 重樹	原 重樹	千葉 恭	糖尿病外来	原 重樹	(交替制)	午後休診 火・木・金曜 14:00-16:00 市橋(予約のみ)
	③		唐澤光治			唐澤光治		
	④	渡部秀雄	渡部秀雄	羽生修治	山路研二	渡部秀雄		
	⑤	糖尿病外来	千葉隆一	千葉隆一	千葉隆一	石坂香世		
	⑥	佐々木成人	原 栄志	佐々木成人	原 栄志	佐々木成人		
神経内科		木下朋実 (信大)	羽生修治	関島良樹 (信大)	日根野晃代 (信大)	羽生修治	(交替制)	午後休診
外科	①		田中穂積		田中穂積	田中穂積		午後休診
	②		森田誠市		森田誠市	森田誠市		月・水・土曜休診
整形外科	①	鈴木健太郎		鈴木健太郎		鈴木健太郎		午後休診
	②	矢嶋秀明		矢嶋秀明		矢嶋秀明		火・木・土曜休診
	③	小林貴幸		小林貴幸		小林貴幸		
眼科	①	浅井裕子	浅井裕子	浅井裕子	浅井裕子		(交替制)	
	②	中澤哲治		中澤哲治	中澤哲治	中澤哲治		
泌尿器科		梅田俊一	深澤瑞也 (山梨大)	梅田俊一		神家満学 (山梨大)		午後休診 木・土曜休診
精神神経科		松澤富男 松本武典 稲増研之介 松田あずさ	小宮山徳太郎 木下 守 稲増研之介	南風原 泰 山本 孝 柿田充弘 松田あずさ	神庭靖子 杉浦 琢 松本武典	小宮山徳太郎 南風原 泰 松澤富男 柿田充弘	稲増研之介 柿田充弘 【隔週】	
耳鼻咽喉科		堀口茂俊	堀口茂俊		堀口茂俊		堀口茂俊	土曜日予約制
上部内視鏡		原 栄志 石坂香世		(交替制)	(交替制)	原 栄志	市瀬 博	
下部内視鏡		原 栄志		(交替制)	伊東一博	原 栄志 伊東一博		
阿智診療所		羽生修治	(交替制)	原 重樹	石坂香世	千葉隆一		午後休診 土曜日休診

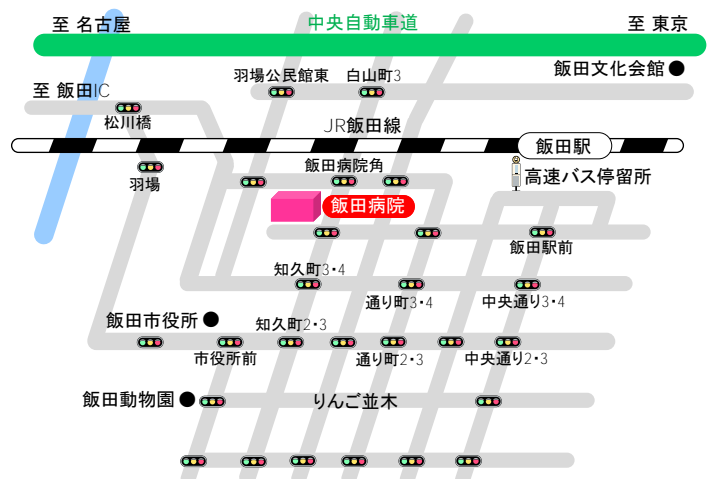
※ 内科、神経内科、外科、整形外科、眼科、泌尿器科、耳鼻咽喉科は午前11:00までの受付となります。

※ 土曜日午後は全科休診となります。



〒395-8505 長野県飯田市大通1丁目15番地
 TEL 0265-22-5150 FAX 0265-22-3988
 URL <http://www.iida.or.jp/>
 医療連携課
 TEL 0265-56-0031 FAX 0265-56-0032

- ◎JR飯田線 飯田駅より徒歩5分(約300m)
- ◎中央自動車道 飯田I.Cより車で10分(約5km)
- ◎飯田市市民バス 飯田病院前バス停下車
- ◎信南交通 飯田病院前バス停下車
飯田病院角バス停下車



広報誌 平成25年夏号(第38号)
 ■発行 社会医療法人栗山会
 ■編集 広報委員会