

# いづくしみ



## CONTENTS

薬剤科 無菌室での注射薬混合調剤の様子

スポーツの価値を損なわないために・・・

ご存知ですか？ 認知症リハビリテーション

看護の日 at Iida Hospital

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  
薬剤科

栄養科おすすめレシピ

# スポーツの価値を 損なわないために…

公認スポーツファーマシスト  
薬剤科 岡田 梢

みなさんは、ドーピングという言葉をご存じでしょうか？

**ドーピング**とは、アスリートや、スポーツ愛好家が競技力を高めるために禁止薬物や方法などを使用したり、それらの使用を隠したりする行為です。この行為は、フェアプレイの精神に反する、選手の健康を害する、反社会的行為である、などスポーツの価値を損なうとして、禁止されています。また、けがや病気で薬を使う時、意図せず、不注意でドーピング禁止薬物を使用してしまうことを「うっかりドーピング」といい、ドーピング違反となり、制裁をうける可能性があるのです。

**禁止薬物**は、風邪薬などの身近な薬に含まれていたり、サプリメント、栄養ドリンク等にも含まれている場合があります。禁止薬物を誰もが手にする可能性があるのです。

**オリンピック**をはじめとする世界大会で、ドーピング検査が行われていることは、みなさんもご存じかと思えます。もちろん、国内大会でもドーピング検査は、実施されていますが、2003年に国体でもドーピング検査が導入されたことをきっかけに薬剤師がドーピング防止活動に取り組むようになり、数年前より、公認スポーツファーマシストという認定資格をもつ薬剤

師も出てきました。公認スポーツファーマシストは、最新のドーピング防止規則に関する正確な情報・知識を持ち、アスリートや指導者の薬に関する相談に応じたり、薬の使用に関する指導、情報提供、ドーピング防止の啓発活動を行っています。県内では、約100名の公認スポーツファーマシストが活動しています。公認スポーツファーマシストがいる病院・薬局には、ステッカーが貼ってありますので、お気軽に声をかけてください。

2020年には、東京オリンピックの開催が決まり、ドーピング防止活動も急務になってきました。うっかりドーピングは、選手達の日ごろの練習の成果を一瞬にしてふいにしてしまいます。選手が安心して、安全、適切に薬を飲むことで、病気、けがを治療し、また、最善のコンディションでベストが尽くせるよう、少しでも、お手伝いのできたらと思っています。





ご存知ですか？

# 認知症 リハビリテーション

昨今よく耳にする「認知症」。平成22年時点で、わが国における認知症を有する高齢者（65歳以上）の人口は220万人を超えています。さらに今後、その数は増え続け、平成32年には325万人（65歳以上人口の約9%）まで達すると予想されています。

認知症は今や、高齢者人口の急増とともに大きな社会問題となつていきます。

そうした中、平成26年5月、飯田病院では、精神的・身体的に重度な認知症状がみられる入院患者さんを対象とした『認知症リハビリテーション』を開始しました。

## ✓ 認知症リハビリテーションとは？

認知症疾患医療センターなどに入院する重度認知症の患者に対して行う、短期集中的なリハビリテーションのことを言います。現在、飯田下伊那地区において、このリハビリテーションができるのは飯田病院のみです。

## ✓ 対象

著しい精神症状や周辺症状（暴力、徘徊、不穏、幻覚、妄想など）、あるいは重篤な身体症状がみられ専門医療を必要とする入院中の認知症の患者さん

## ✓ リハビリ内容

- 身体的な症状のある患者さんへのリハビリ（歩けなくなった患者さんの歩行訓練など）
- 軽体操やそれに準ずる運動（風船でバレーをする、ボールを蹴ってボウリングを行うなど）
- 精神症状に対する作業療法（絵などの美術品の作成、簡単な裁縫など）
- 興奮状態やせん妄などの強い患者さんは、散歩などの気分転換も

## ✓ 体制

飯田病院では、

- 身体的なリハビリテーションを行う部門
  - 精神的なリハビリテーションを行う部門
  - 認知症の患者さんのデイケアを行う部門
- に合わせたリハビリを行っています。

の専門スタッフが関わりながら、それぞれの患者さんの症状



## ✓ 認知症リハビリテーションスタッフより

認知症リハビリテーションでは、精神的・身体的に重度な症状がみられる方が対象となります。認知症状の進行は、加齢と相まって、今までできていた生活場面での動作や、簡単な作業ができなくなることにも繋がりがかねません。

私たち認知症リハビリテーションスタッフは、患者さんだけでなく、ご家族など介護をする方々が、少しでも安心して介護できるように、症状の軽減を目指してリハビリを行っています。

# 看護の日 at Iida Hospital

南6階病棟看護師 田中 真千子

21世紀の高齢化社会を支えていく為には看護の心・ケアの心・助け合いの心を私たち1人1人が分かち合うことが必要です。こうした心を老若男女問わず誰もが育むきっかけとなるよう、近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ「看護の日」が5月12日に制定されました。

今年は、5月12日（日）から5月17日（土）までが看護週間でした。今年の看護週間中は、「看護の心をみんなの心に」というメインテーマのもと、気軽に看護に触れていただけるイベントが全国で開かれました。



飯田病院では、毎年看護部が中心となり「看護の日」を通してPR活動を行っています。

今年度は、5月14日に「看護の日」のイベントをエントランスホールで開催し、アロマハンドマッサージ、ハーブティーの配布、看護の日のグッズの配布、「糖尿病の豆知識」の展示をしました。アロマハンドマッサージには105名の患者・家族・地域の皆さんが参加し、ハーブティー・看護の日のグッズは約380名に配布しました。入院患者さんへは、看護の日のグッズに加え、お一人お一人にメッセージカードを配布しました。

イベント当日は、「毎年アロマハンドマッサージを楽しみにしていて、新聞でイベントを知って来ました。」という方や、「伊那から受診に来たら思いがけずマッサージしてもらって、気持ちよく帰れて本当にうれしかった。」という方、「透析をやっているので腕はだめだけど指先だけでもマッサージしてほしい。」と言って参加される方もいました。多くの入院患者さんも、リハビリスタッフや看護師に付き添われてマッサージを受け、笑顔で過ごされていた姿が印象的でした。待ち時間のハーブティーも「うれしかった、リラックスできた。」という声があり、効果や効能に興味を持って帰られる方が多くおられました。

今回の看護の日のイベントを通して多くの患者・家族・地域の皆さんと対話することができ、より看護を身近に感じてもらえたのではないかと思います。今後もナイチンゲールの精神のもと、患者・家族の皆さんが安心し、満足してもらえるような看護を行っていきたいと考えます。そして地域全体で患者・家族の皆さんを支えていけるよう働きかけていきたいと思ひます。



看護の心を  
みんなの心に

## ロビーコンサートのお知らせ



第138回 9月6日(土)	品川 聖(ヴィオラ・ダ・ガンバ)	ヴィオラ・ダ・ガンバという楽器をご存知でしょうか? 珍しく、そして美しいハーモニーを秋の夜長にお届けします。
第139回 9月27日(土)	山本 直人(オーボエ) 他	名古屋フィルハーモニー交響楽団首席オーボエ奏者の山本直人さんです。豪華な編成メンバーと共にロビーコンサート初登場です。

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。

## いがぐり祭 開催のご案内

日時:平成26年10月19日(日) 10:00 ~ 15:00  
 場所:飯田病院  
 内容:ドクター講演、健康チェック、コンサート、  
 アロマハンドマッサージ、模擬店、縁日 など  
 多くの皆様のお越しをお待ちしております。



## いいだ人形劇フェスタ2014 上演のご案内

日時:平成26年8月10日(日) 10:00開演  
 場所:飯田病院エントランスホール  
 出演:人形劇団ぼてとん、人形劇団とんかち  
 子どもから大人まで多くの皆様のお越しをお待ちしております。

昨年の様子



## 糖尿病教室のご案内

糖尿病教室を開催します。  
 糖尿病について正しい知識を取得し、安心して日常生活を送れるように、医師をはじめとする各スタッフが教室を担当します。  
 糖尿病患者さん、ご家族の方、糖尿病に関心のある方のご参加をお待ちしております。  
 時間:10:00~11:30 12月は11:30~13:00  
 場所:飯田病院  
 料金:無料 (昼食代、集団栄養指導料を頂く場合があります)  
 参加ご希望の方は、内科外来スタッフまでお問い合わせ下さい。 糖尿病療養検討委員会

開催日	内容	担当
9月4日(木)	病気/バランス食について	医師/管理栄養士
10月22日(水)	災害・病気の日/検査について	看護師/臨床検査技師
11月14日(金)	薬/生活について	薬剤師/看護師
12月4日(木)	食事について(ランチ付)	管理栄養士
1月21日(水)	運動/歯について	理学・作業療法士/
2月5日(木)	病気の時の食事/足について	管理栄養士/看護師



# 「かお」の見える 医療を

シリーズ  
職場紹介 No.8

# 薬剤科



薬剤科は、今年度新たな仲間が加わり、13名で日々業務にあたっています。

「飯田病院の薬剤師」というと、病院の目の前にある薬局で働いているのではないかとと思われる方も多いと思いますが、私たちは病院の地下で入院患者さんの薬の調剤や注射薬の混合を行っています。また、患者さんに安全に薬を使用していただけよう、各病棟で、薬の効果や副作用、注意事項などを説明したり、薬に関する相談にも対応しています。

現在、日本で承認されている薬が約15,000種類あると言われるうち、約1,800種類が当院にあります。それだけの薬があるので、飲み合わせに注意が必要な薬剤も数多くあります。他院で出された薬などをお薬手帳で確認し、飲み合わせのチェックをすることも薬剤師の大事な仕事です。

そんな薬剤師の仕事ですが、一昔前まで調剤がメインでした。しかし、今日では、薬の説明などでより患者さんと密に関わる仕事に変わってきました。中でも病院の薬剤師は、医師と患者さんを繋げる重要な役割を果たしています。忙しい医師や、看護師に相談しづらい・・・という方は多いはず。そこで、薬の説明に来た薬剤師にポロっと本音を言ってもらえれば、それが重要な情報になるかもしれません。私たちは、患者さんとそんな関係を築けるよう、日々の関わりを大切にしています。

病院の地下という暗い・・・というイメージもありますが、私たち薬剤科は明るく働いていますので、薬のことで分からないこと、聞きたいことがあればスタッフに声をかけてください。薬剤師が快く対応いたします！

今後も、薬に対する不安や疑問をなくし、より患者さんに身近な薬剤師を目指して日々研鑽していきたいと思っています。



# 揚げなすのみょうが醤油

栄養科  
おすすめ  
レシピ

暑い季節は食欲が落ちてしまう事もありますね。

今回は、暑い季節にさっぱりおいしく食べられる料理を紹介します。



## 材料（4人分）

なす	4本
油	適量
みょうが	3~4個
酢	小さじ2
うす口しょうゆ	小さじ2

エネルギー・・・94kcal たんぱく質・・・0.9g 脂質・・・8.5g 食塩・・・0.5g （1人分あたり）

## 【作り方】

- ① なすはへたをとり、皮を2カ所くらいむき、タテ半分に切ったものを3~4つに切る(お好みの大きさで)。
- ② みょうがは小口切りにし、熱湯でさっとゆでてお湯を切り、熱いうちに酢・うす口しょうゆを合わせたものに漬けておく。
- ③ ①のなすを油で揚げて器に盛り、②のみょうが醤油をかけて出来上がり。



## 調理師より一言！！

みょうがをゆでた後、熱いうちに調味液につけるときれいな色に仕上がりますよ。



調理師 熊谷



# 飯田病院 外来診療予定表

平成26年7月現在

診療科		月	火	水	木	金	土	
内科	①		羽生修治			羽生修治		午後休診
	②	原重樹	原重樹	千葉恭	糖尿病外来	原重樹	(交替制)	
	③			渡部秀雄		石坂香世		
	④	糖尿病外来	渡部秀雄	羽生修治	山路研二	渡部秀雄		
	⑤	千葉隆一	唐澤光治	千葉隆一	千葉隆一	唐澤光治		
	⑥	原栄志	佐々木成人	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)		羽生修治		(交替制)
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
	③		柴田祐充子		柴田祐充子	柴田祐充子		
整形外科	①	鈴木健太郎		鈴木健太郎		鈴木健太郎	田中厚誌 (信大)*	午後休診
	②	矢嶋秀明		矢嶋秀明		矢嶋秀明		火・木曜休診
	③	小林貴幸		小林貴幸		小林貴幸		*土曜不定期診療
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
精神科		松澤富男 松本武典 松田あずさ	小宮山徳太郎 木下守	南風原泰 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	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

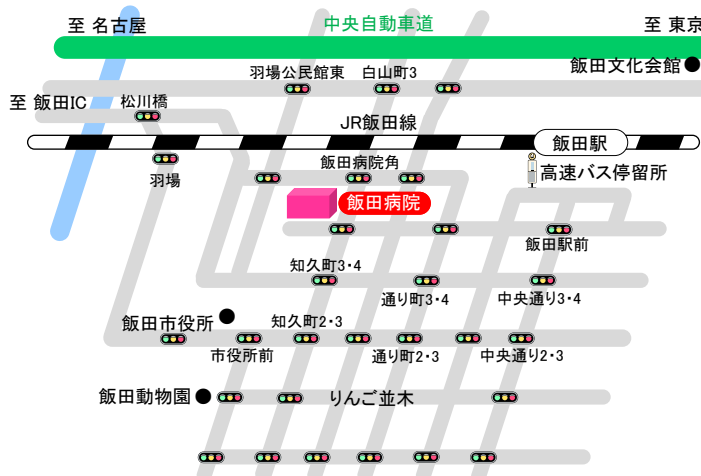
※ 内科、神経内科、外科、整形外科、眼科、泌尿器科、耳鼻咽喉科は午前11:00までの受付となります。

※ 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IC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26年夏号(第42号)  
 ■発行 社会医療法人栗山会  
 ■編集 広報委員会