

# いつくしみ



薬剤科 新人教育の様子

## CONTENTS

新任医師のご挨拶

足病変の予防・早期発見・早期治療

患者さんの快適な療養生活は職員の健康管理から

～ 職員の身体的問題とリハビリへの期待 ～

新入職員の抱負

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  
南5階病棟

栄養科おすすめレシピ



## 新任医師のご挨拶

循環器内科医長

### 横田 大介



日本内科学会認定内科医

日本循環器学会

日本心血管インターベンション治療学会認定医

腹部大動脈瘤ステントグラフト内挿術指導医

日本不整脈学会

日本高血圧学会

日本下肢救済・足病学会

4月から飯田病院循環器内科に赴任いたしました横田大介と申します。出身は飯田市今宮町です。飯田高校を卒業後に宮崎医科大学（現宮崎大学）に入学し暖かな環境で学生生活を過ごしました。その後は松本協立病院、豊橋ハートセンターにて主にカテーテルによる血管内治療を学びました。いつかは飯田で仕事がしたいと考えており、今はとても楽しみな気持ちでいっぱいです。

地域の皆様が安心してかけられる施設、物を言いやすいと思っただけの医師を目指して行きたいと思っております。宜しくお願い申し上げます。

# 足病変の予防・早期発見・早期治療 フットケアの日

糖尿病療養指導士 柴田美春

去る2月26日に、昨年に引き続き外来患者さんを対象に「フットケア」を開催し、多くの方の参加をいただきました。

「フットケアの日」イベントは、糖尿病看護検討委員会が中心となり、足病変の予防・早期発見・早期治療を目的に、各科外来を訪れた方々に啓発リーフレットやカロリーに気を配った甘味料などを直接手渡ししながら、目の届かない足への思いやりを訴え、足病変のある方にフットケアを行いました。

近年糖尿病などの疾患から、足病変の重症化で毎年1万人以上が下肢切断の治療を受けています。

糖尿病神経障害が進むと足の感覚がにぶり、痛みや痒みを感じにくくなり、キズや火傷にすぐ気付けなくなります。また、高血糖で身体の抵抗力が弱くなるために、細菌や真菌（水虫）などの感染症に対する抵抗力が低下し、キズの治りも遅くなります。このような状態を放置していると、潰瘍ができたり、足の形が変形したり、爪がボロボロになったりと、様々な足病変が起こってきます。

閉塞性動脈硬化症は、足の血管が詰まり、初期はしびれや冷感、だるさや痛みなどの症状が現れますが、新鮮な血液が足の末端に届けられないためにキズが治らず、感染を起こし、潰瘍から悪化すると壊疽（えそ）が起こり、足の切断にまで至ります。壊疽を予防するためにはフットケアが有効と言われています。

歩くとき、私たちの足には静止体重よりも約20%増の負荷重量がかかるといわれています。たとえば体重60kgの人の場合、1歩ごとに片足に72kgの重みがかかっているのです。これを1日で換算すると、1日あたり6,000歩位歩くとしても、両足に延べ432トンもの負荷がかかることとなります。これはジャンボ機以上の重さで、さらに急ぎ足になると片足1歩に約81kgもかかるそうです。足はそんな重労働を毎日行っていてくれるのです。

そんな働き者の足へのご褒美としてマッサージはいかがでしょう。マッサージを行うことで、皮膚に対しては保湿やなめらかさ、発汗の促進、筋肉に対しては、緊張をほぐす作用、そして循環器系には血液やリンパの流れをよくして血行を促進するという効果が期待できます。心身の緊張をほぐし、体に本来備わっている自己治癒能力を高める効果も期待できます。

足のふくらはぎ、足首、足裏、足指を手のひらで優しくさすったり、筋肉や腱、リンパ節を心地よい程度に押し揉んだり、長時間座っているとき、あるいは家事の合間などにマッサージを行えば、ストレッチ同様に、短時間でリラックスでき、異常の早期発見にもなります是非お試し下さい。





アンケートの結果は、看護師 41%、看護補助者 47%が何らかの身体症状があるとの回答でした。身体症状部位では、腰、肩、首、膝が上位を占め、それらの症状に対する対処・治療としてマッサージ、整体、接骨院などに通う職員が 40% ～ 50% でしたが、リハビリと回答した職員はゼロでした。今後についてはほとんどの職員が現状維持、受診しながら現状維持と回答しています。その中には、リハビリの希望者が 40% でした。

2、その結果をふまえ、業務終了後に「リハビリ健康教室」と題し、腰痛体操や肩・頸部などを中心とした体操や生活指導を行いました。その効果を聞いた他職種職員からの要望もあり、身体的問題を持つ職員は看護師、看護補助者にとどまらないとして、リハビリ教室対象を全職員に拡大実行しました。

3、さらに「個別相談会」と題し、個別に体操や生活指導を行いました。しかし、神経症状・症状が重度と思われる職員に対しては、整形外科受診を促しています。

アンケートからは、職員が身体的問題を抱えていること、リハビリに対する期待は非常に高いものでしたが、現在の法律では「療養士の判断で行う治療やマッサージ等」は禁止されています。

しかしながら、様々な形で療法士として職員の健康指導等を行う方法を模索し、職員が健康でより快適に働ける環境づくりに療法士として参加することで、患者さんの快適・安楽な療養生活に寄与して行きたいと考えます。

# 患者さんの快適な療養生活は職員の健康管理から

## 職員の身体的問題とリハビリへの期待

近年リハビリテーション関連療法士（以下療法士）の企業への健康指導の積極的参入について、学会等で議論されています。しかし、当院も含め各企業などに、積極的に療法士が参入しているとは言い難いのが現状です。

当院でも職員より療法士へ、「腰が痛いんだけどどうすればいい？」など身体的な問題に対する相談が増加しています。

当院では、患者さんの食事やトイレなど日常生活の動作への介助量が、5年間で一般科では7%、精神科では1%増加していることも要因の一つと考えられます。

一方、看護職員の平均年齢の推移からは、ここ10年間で約5歳上昇しています。

そこで、療法士が看護職員の健康管理の支援することが、患者さんの快適な入院生活を提供することにつながると考えました。

1、看護師及び看護補助者全員に対して腰痛、肩や首などを中心とした身体問題と、業務の現状や療法士への期待等についてアンケート調査を実施しました。

1つ1つの行動に責任を持って取り組んでいきたいです。また初心を忘れず日々努力していきます。

薬剤科（薬剤師）木下 智文

ただ薬の説明をするだけでなく、患者さんの不安を取り除くことができる薬剤師になりたいです。

薬剤科（薬剤師）今井 優

常に相手の立場に立って物事を考え、求められる行動ができるよう頑張りたいと思います。

医療安全管理室（臨床工学技士）浅井 成美

食事の面から患者さんを支え、コツコツと一生懸命働きます！！

栄養科（栄養士）林 伊織

先輩方の知識を最大限に吸収し技術の向上に努めていきたいと思っています。

医療安全管理室（臨床工学技士）今井 友範

少しでも患者さんに笑顔になって頂けるように迅速かつ正確な検査データの提供に努めていきます。笑顔を絶やさず、常に学ぶ姿勢を大切に、技術の向上を図るため日々研鑽していきます。

検査科（臨床検査技師）湯沢 綾音

患者さん、患者さんの家族に信頼して声をかけていただけるように初心を忘れず笑顔で頑張ります。

看護部（看護師）小澤 美穂

笑顔と思いやりの心を忘れず患者さんと接し、信頼される職員になれるように頑張ります。

医事課（医療事務）佐々木 明日香

早く一人前の技士として働けるよう努力して、周りへの気遣いも忘れずに頑張っていきたいです。

医療安全管理室（臨床工学技士）松村 朋光

時間にも心にも余裕を持って、どんな状況や場面でも寄り添う看護が出来るように頑張ります。成功も失敗もフィードバックして、自分の成長につなげたいと思います。

看護部（看護師）藤城 奈都紀



## 4月より新たに約30名が栗山会の職員として笑顔と元気でがんばりますのでどうぞ

常に笑顔や思いやりの心を忘れず患者さん一人一人の気持ちに寄り添い、信頼されるよう日々頑張っていきたいと思っています。

医事課（医療事務）平松 優奈

笑顔を絶やさずに、患者さんへの思いやりを持ちながら行動していきたいです。毎日を勉強だと思い向上心を忘れず頑張りたいと思います。

医事課（医療事務）小林 奈緒美

常に患者さんの立場に立ち、患者さんから信頼される職員となれるよう日々精進していきます。

リハビリテーション科（理学療法士）大澤 勇貴

笑顔を忘れず、患者さんがいつでも話しかけやすく、思いを伝えやすい看護師になりたいです。

看護部（看護師）熊谷 美沙季

今までの経験を生かしつつ、さらに幅広い検査の知識と技術を身につけ、患者さんのためのより良い医療が提供できるよう日々研鑽していきたいと思います。

検査科（臨床検査技師）小原 勝良



員として働くことになりました。  
どうぞよろしくお願いいたします。

いつも笑顔で、温かい看護をさせていただける看護師になりたいと思います。

看護部（看護師）宮下 真理奈

患者さんに信頼される看護師となれるように、笑顔  
を忘れず、日々努力していきたいと思います。

看護部（看護師）安部 紗也加

利用者さんに対して思いやりの心を忘れずに、少し  
でも早く仕事に慣れるよう毎日努力して、頑張りたい  
と思います。

アップルハイツ飯田（栄養士）松下 美佳

日々努力を怠らず、新しい知識・技術を身につけ向  
上していきたいです。

スタッフや患者さん、地域の皆さんに信頼される医  
療人を目指します。

リハビリテーション科（理学療法士）北原 美佳

患者さん、ご家族の思いに寄り添い、担当されてよ  
かったと思って頂けるような看護師になりたいで  
す。

看護部（看護師）久保田 早貴

患者さんの心に寄り添い、一緒に笑いあえる時を作  
れる看護師になりたいです。

看護部（看護師）木下 真珠

患者さんが笑顔で過ごせて、信頼される職員になり  
たいです。

看護部（看護補助者）松島 みゆき

初心と笑顔を忘れず、一人一人の患者さんと向き合  
い、個別性のある看護を行っていきたいと思いま  
す。

看護部（看護師）宮下 花歩

患者さんの気持ちになって考えることを忘れずに、  
いつも笑顔で頑張りたいです。

放射線科（診療放射線技師）宮澤 友

広い視野を持ち、気づきを大切にしながら患者さん  
やその家族の思いに寄り添った看護が出来るよう  
日々笑顔を絶やさず頑張っていきたいと思いま  
す。

看護部（看護師）熊谷 澄香

思いやりを持った関わりを心がけ、患者さんやス  
タッフの方から信頼・必要とされる看護師になれる  
ように頑張ります。

看護部（看護師）小原 早貴

患者さん・ご家族の立場に立ち、物事を考え、行動  
し常に笑顔を絶やさず看護を行っていきたくと思  
います。

看護部（看護師）青木 柚佳

地域に住む皆さんをはじめ飯田病院を利用される皆  
さんに信頼されるあたたかい看護師になりたいで  
す。

看護部（看護師）宇佐美 和香

利用者さん1人1人の思いに寄り添い、その人らし  
い生活を支えることができるように頑張りたいで  
す。

アップルハイツ飯田（介護福祉士）野中 美華

# 病院からのお知らせ

## 病院機能評価認定のお知らせ

公益財団法人日本医療機能評価機構の病院機能評価における「書類審査」及び「訪問審査」の結果、機構の定める認定基準を達成していることが認められ、平成27年3月6日付けで認定証が交付されました。

病院機能評価とは、病院が組織的に医療を提供するための基本的な活動（機能）が、適切に実施されているかどうかを第三者により評価するものです。

この審査の結果、一定の水準を満たしていると認められた「認定病院」は、地域に根ざし、安心・安全、信頼と納得の得られる医療サービスを提供すべく、常日頃努力している病院とされています。



## 病院説明会開催のお知らせ（看護職対象）

看護学生さん、現役看護師さんを対象とした病院説明会を以下の日程にて開催します。病院内の見学や看護部の紹介など飯田病院を体感することができる機会ですので、ぜひ多数の方のご参加をお待ちしております。

日時：平成27年5月23日（土） 13:30～

場所：飯田病院東棟3階 講堂

内容：施設案内、病院概要、給与等条件、教育制度、認定制度等

尚、参加ご希望の方は下記の連絡先までご連絡をお願いします。

ご連絡先：看護部長 篠田 守

TEL 0265-22-5150



## 看護の日イベントのお知らせ

毎年5月12日は「看護の日」。そして、12日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」です。近代看護の基礎を築いたナイチンゲールの誕生日にちなみ制定されました。気軽に「看護」に触れていただける行事が全国で行われます。

当院では5月13日（水）9：00～11：30 エントランスホールにてイベントを開催いたします。お気軽にご来場ください。

内容：アロマハンドマッサージ、ハーブティーのサービス、看護の日グッズ配布

糖尿病療養検討委員会による『健康についての豆知識～メタボ予防のコツ指導～』



## 飯田病院ロビーコンサートのお知らせ

第145回 5月16日 (土)	「桑原利彦と音楽仲間たち」 桑原 利彦 野村 梧童 塩原 良 河野 繁子 石橋 裕二 井口 明美 青木 実奈	洋楽と純邦楽の垣根を越えた様々な音楽活動の中から得た大切な仲間たち！ それぞれが奏でてきた音が紡がれたときに生まれる南信州の新たな音をお届けします。
第146回 6月6日 (土)	「クニ三上・ジャズピアノトリオコンサート」 クニ 三上 有明 のぶこ 橋本 学	ジャズピアニストのクニ三上さん。 飯田病院ロビーコンサートへ2年ぶりの出演です。本場ニューヨークテイストのジャズをお届けします。
第147回 7月18日 (土)	サクソフォンコンサート 堀江 裕介 ほか	オケ友音楽祭でもおなじみのサクソフォン奏者の堀江さん出演のコンサートです。詳細や編成などは後日お知らせします。
第148回 8月1日 (土)	「スタンダード・ジャズ・コンサート」 ジオ・ガイド ヤヒロトモヒロ ほか	詳細は後日お知らせします。

いずれも、開場午後6時、開演午後6時30分、入場無料となっております。

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。

## 冬季流行感染症予防のための面会制限解除のお知らせ

3月31日をもちまして、冬季流行感染症予防による「面会制限」を解除いたしました。

感染対策にご協力頂き誠にありがとうございました。

尚、引き続き、発熱・咳・鼻汁・嘔吐・下痢症状等のある方のご面会は、ご遠慮いただきますようお願いいたします。

今後も咳エチケットと手指衛生へのご協力もお願いいたします。

## 南病棟改修工事のお知らせ

現在、南病棟3階から5階まで改修工事を行っています。

改修期間は5月下旬までの予定となっております。

この間、各病棟のデイルームの一部が使用できませんのでご承知おきください。

ご迷惑をおかけ致しますが、ご理解の程よろしくお願いいたします。

「笑顔で・温かく・優しい言葉がけ」  
をモットーに



南5階病棟では内科全般の入院患者を受け入れており、疾患も循環器・消化器・呼吸器・脳血管・腎臓疾患等多岐にわたっています。

4月から初々しい新人が2名配属され、看護師32名・看護補助者5名・病棟クラーク1名で日々の看護を提供しています。

平成24年8月、循環器内科の医師の着任により心臓カテーテル検査が行われるようになりました。年々検査件数は増加し治療内容も高度化しています。この4月からは、循環器内科の医師がもう1名増えたことで昨年度よりさらに検査・治療件数が増えています。私たちもより専門的な知識技術を身につけるため勉強の毎日です。

平成26年9月、飯田病院では、国の推進する医療機関における医療機能の分化により1病棟を地域包括ケア病棟としたことで当病棟は急性期患者を受け入れる病棟となりました。予定・緊急の検査処置を行いながら、昼夜問わず内科全般の緊急入院を受け入れる病棟となり、以前よりも日々の煩雑さが増しています。そんな中でも患者さん・家族の方々とのコミュニケーションが一番大切だと考えています。

患者さんの治療をチームで支えるため、いろいろな職種のスタッフが出入りしています。

より良い医療・看護の提供を目指して、ゆっくり時間をとって話ができるよう努力をする中で、南5階病棟で作られたのが「ファミリーレコード」です。

患者さんやご家族の療養生活に対する想い、病気や治療に対する不安、今後の生活への心配事等の情報を書き込んだ「ファミリーレコード」を用いることで、受け持ち看護師だけでなく他職種チームのスタッフも情報共有でき、その情報をもとにチームでカンファレンスを行い「患者さんに今一番必要な支援は何か、退院に向けての方向性はどうか」等、検討を続け、実践しています。

これからも患者さん・ご家族の気持ちに寄り添い、安心して療養生活が送れるような病棟づくりを目指して参ります。

# 三色丼

栄養科  
おすすめ  
レシピ

食事の基本は主食・主菜・副菜を揃えてバランス良く食べることです。三色丼はごはん、タンパク質、野菜を一度に摂取する事ができ、見た目もきれいな春にピッタリのメニューです。

材料（4人分）

米		2カップ
A	酒	小さじ2弱
	濃口しょうゆ	小さじ2
卵そぼろ	卵	小3個
	砂糖	小さじ1弱
	酒	小さじ1弱
	グリーンピース(冷凍)	適宜
	油	小さじ1
鶏そぼろ	鶏ひき肉	160g
	砂糖	小さじ4
	しょうゆ	大さじ1弱
	生姜	少々
	ごぼう	30g
ほうれん草		100g
だし汁		適宜
しょうゆ		小さじ1強
紅生姜		適宜

エネルギー・・・455kcal たんぱく質・・・20.7g 脂質・・・6.6g 食塩・・・1.9g （1人分あたり）

## 【作り方】

### <さくら飯>

- 炊飯器に洗った米、分量の水、Aの調味料を入れ、普通に炊きます。

### <卵そぼろ>

- ボールに卵を割り、溶いたところへ砂糖、酒を加えます。
- フライパンに油を熱し、①を流し入れ、箸で混ぜながらそぼろ状にし、最後にグリーンピースを加えます。

### <鶏そぼろ>

- ごぼうはみじん切りにし、水にさらしてからザルにあげ、水を切っておきます。
- 鍋に鶏そぼろの材料と水を適宜加えて混ぜます。
- ②を箸で混ぜながら火にかけ、そぼろ状にします。

### <ほうれん草>

- ほうれん草はゆでて一口大に切り、だし汁としょうゆで和えます。

### <盛り付け>

- 丼にさくら飯を盛り、卵そぼろ、鶏そぼろ、ほうれん草、紅生姜を彩り良く盛りつけます。

## 調理担当者より一言！！

- ・盛りつけもおいしさの1つです。きれいに盛りつけましょう。
- ・鶏そぼろは、水分を加えてふわっと仕上げるのがおいしさのコツです。



調理師 川上



# 飯田病院 外来診療予定表

平成27年5月より

診療科		月	火	水	木	金	土	
内科	①		羽生修治		近藤恭史(信大)	羽生修治	(交替制)	午後休診
	②	原重樹	原重樹	千葉恭	糖尿病外来	原重樹		
	③	福岡秀樹	福岡秀樹	福岡秀樹		石坂香世		
	④	糖尿病外来	渡部秀雄	渡部秀雄	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		
	⑦		横田大介	羽生修治		横田大介		
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)	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
	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	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		小宮山徳太郎 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	南風原泰 柿田充弘	(交替制)	
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

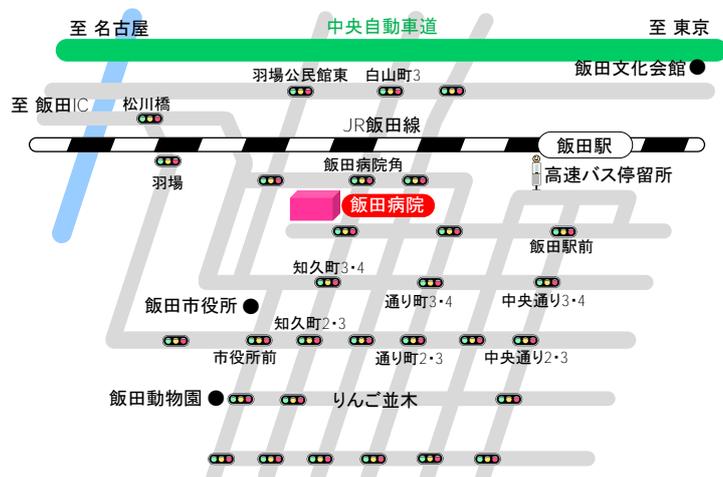
※ 内科、神経内科、外科、整形外科、眼科、泌尿器科、耳鼻咽喉科は午前11:00までの受付となります。

※ 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27年春号(第45号)  
 ■発行 社会医療法人栗山会  
 ■編集 広報委員会