

# いつくしみ



女性診療放射線技師によるマンモグラフィ検査

健康はみんなの願い

ドック健診科

## CONTENTS

- コメディカル・カテーテル・ミーティングを終えて
- 患者・家族を支える認知症ケア
- 将来の職業を考える 高校生の一日看護師体験
- 第16回飯田病院いがぐり開催
- 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 放射線科
- 栄養科おすすめレシピ

# 健康はみんなの願い



ドック健診科は、今年5月に東棟2階から北棟1階に移動しました。新しくきれいになった環境と、同じ1階に各検査科があるという利便性の良さに、お客様からは大変好評を頂いております。

さて、当院のドック健診科では、人間ドック・生活習慣病健診・健康診断・認知症ドック・がん検診などを実施しています。企業をはじめ、一般の方も気軽に受け取れるよう各種コースをご用意させて頂いております。人間ドックや健康診断を受けることは、今自分の健康がどのような状態にあるのかを知るとともに、多くの疾患・がんなどの早期発見に繋がっています。当院では、外来と連携し、精密検査や治療が必要な場合には、スムーズに予約が取れるよう体制を整えています。

また、人間ドック・健康診断を受けることで、今までの生活習慣の見直しを行い、是正する機会にもなります。保健師による健康相談も実施しており、食事・運動・禁煙などの生活を見直すお手伝いもさせて頂いております。

ぜひ、皆様やご家族の健康管理にお役立て下さい。

実施日：月～土曜日（祝・祭日を除く）

日帰りコースのみ

完全予約制

申し込み先：飯田病院 ドック健診科

直通 TEL 0265-59-8150（10：00～17：00）

ドック健診科

看護師・保健師

大前 正恵



# 乳がん早期発見

乳がんの発症は、20才過ぎから認められ、年齢を追うごとにだんだん増加し、40才代後半から50才代前半にピークを認めます。乳がんは、早期に発見し治療を受ければ、治癒率も高いと言われています。しかし、乳がん検診の受診率は、全国的に見ても26.1%と、まだまだ高くありません。

当院では、乳腺超音波検査・マンモグラフィ検査をご希望や年齢に応じて実施しています。ドックや健康診断のオプションとして実施するのはもちろん、乳がん検診のみでも実施できます。この機会に是非、乳がん検診を受けましょう。

また、どちらを受けた方がいいの？など迷われている方は、お気軽にドック健診科スタッフへご相談下さい。



ピンクリボン  
(乳がん啓発のシンボル)

## 人間ドック コースのご案内

### 人間ドック 一般コース

38,000円+税

自分の健康度を知ると共に、高血圧・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病、がん・心臓病・肝臓病・腎臓病・貧血・呼吸器疾患など、種々の疾患を発見するためのコースです。

- 1)身体計測
- 2)視力測定
- 3)血圧測定
- 4)胸部X線検査
- 5)生理検査（眼底検査、心電図検査、肺機能検査、超音波検査）
- 6)血液検査
- 7)尿検査
- 8)便検査
- 9)胃部検査（胃内視鏡検査またはバリウム検査）

### 人間ドック 腫瘍専門 コース

47,000円+税

一般コースに胸部CT検査、腫瘍マーカー（血液検査）を加えたコースです。

- 1)胸部ヘリカルCT
- 2)腫瘍マーカー  
●PSA（男性のみ）…前立腺がん ●CEA…結腸がん・胃がん・すい臓がんなどの消化器系がん、肺がんなど ●CA19-9…すい臓がん、胆のう・胆管がん、胃・大腸がんなど ●CA125（女性のみ）…卵巣がんなどの婦人科系がん

### 脳ドック

クモ膜下出血の原因となる脳動脈瘤や、脳梗塞、脳腫瘍などの脳疾患を早期に発見するためのドックです。

- 1)身体計測
- 2)視力測定
- 3)血圧測定
- 4)頭部MRI・MRA検査
- 5)生理検査（眼底検査、心電図検査）
- 6)血液検査
- 7)尿検査

### 認知症 ドック

脳の各所における血流状態や脳の働きをみることで、認知症や脳血管障害など早期に発見・診断するためのドックです。

- 1)脳血流シンチ検査
- 2)脳MR検査・VSRAD（MRIによる診断）
- 3)改訂長谷川式簡易知能評価スケール
- 4)身体計測
- 5)血圧測定
- 6)血液検査
- 7)尿検査

### 乳がん ドック

乳腺超音波検査・マンモグラフィどちらでもお選びいただけます。

オプション追加や料金についてはお問い合わせください





## コメディカル・カテーテル・ミーティングを終えて

循環器内科医長 横田 大介

7月30日、当院で第1回コメディカル・カテーテル・ミーティングを開催いたしました。県内4施設より循環器疾患に対するカテーテル治療に従事するスタッフ（医師、カテーテル室看護師、病棟看護師、臨床工学技士、放射線技師、臨床検査技師等）が一同に集まり、各職種の目線からカテーテル業務における自施設の取り組みや工夫について、実際の治療を見学しながら議論するというワークショップ形式をとりました。

循環器疾患に対するカテーテル治療に対しては、ライブデモンストレーションという形式で多くの会が開催されております。私自身もこれまで国内外で開催される多くのライブデモンストレーションに関わってまいりましたが、基本的には多くが医師向けの企画であり、治療の難易度や治療法の特異性を披露するような趣旨のものでした。本会は対象をコメディカルスタッフとし、カテーテル室への入室前の患者さんへの対応から始まり、カテーテル室の準備、治療中の注意点、片付け、帰室後の対応に至るまで、カテーテル検査・治療を一つのパッケージとして捉え、どうすれば効率良く安全に患者さんに対応できるかを議論することを目的として企画いたしました。

午前には冠動脈形成術、末梢血管形成術を各1例ずつ行い、出棟時から他施設の看護師に見学いただきながらお互いの施設の工夫を議論いたしました。カテーテル室では治療中の物品の場所、機材取り扱いの工夫などについて自主的な議論が行われ大変有意義でした。その中で、当院が行っている術前カンファレンスが他施設の参加者より大変高く評価されました。昼はランチョンセミナーとして、午前の症例レビューを行い、病変に対する医師の治療方針について説明し、病気に対する知識も高めることができました。午後は分科会としてペースメーカーのプログラマー操作法とモニター心電図学習会に分かれて、それぞれの職種にあった勉強会を企画いたしました。最後のセッションではカテーテルの効率化を目指し、各施設から事前に提出いただいたクリティカルパスの資料や記録物について活発な議論を行い、それぞれの良いところをお互い持ち帰り今後の業務に反映することで会を終了いたしました。

このような形式の会は全国的にも珍しく県内では前例が無く、手探りで始めた企画でしたが、当院スタッフの努力もあり大変有意義な会になりました。今後も継続していきたいと考えております。

# 患者・家族を支える認知症ケア

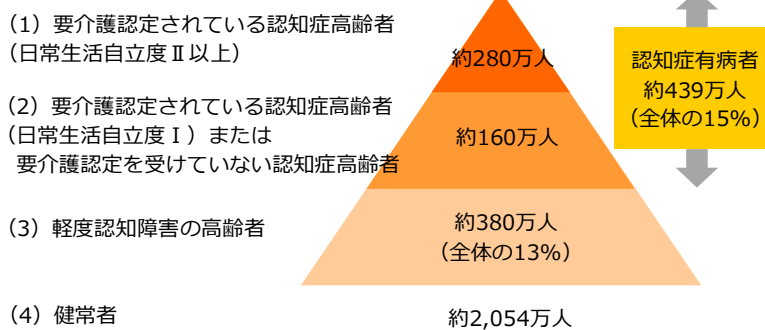
最近、認知症という言葉聞く機会が増えてきました。認知症高齢者は認知症の予備群も含め約800万人とも言われ、2025年には65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になる時代を迎えようとしています。それだけ、認知症は身近な病気になってきています。年齢を重ねると誰でも“もの忘れ”を自覚することがあると思います。認知症の方も“もの忘れ”を認め徐々に生活にも支障が生じます。進行

を遅らせるためにも早いタイミングで受診をして、きちんと診断を行うことが大切になります。当院にも、もの忘れ外来があり、早期診断と認知症の治療や予防に努めています。

認知症高齢者は、他の病気を併発し、身体的な治療が必要となり病院に入院することもあります。入院による環境の変化は、認知症の人に対して大きなストレスを引き起こし、混乱を招きます。認知症の症状は、健康状態や心理的ストレス、環境や関わり方によって変化します。入院した認知症の患者さんが安心して入院生活を送ることができ、早期に退院できることを目的に今年の8月から認知症ケアチームの活動を開始しました。私もチームの一員として、医師、ソーシャルワーカー、薬剤師、作業療法士、病棟スタッフなどと連携し、患者さんに合わせた環境を整えることや持っている力を発揮できるような支援をしていきたいと考えています。認知症になると、できないことや分からないことも増えますが、感情は保たれています。病気によって大切な記憶を失う不安や辛さ、自分の思いが上手く表現できない気持ちに寄り添い、歩んできた人生を大切にしながら、患者さんの意思を尊重し笑顔が少しでも増えるような看護を提供していきたいです。

そして、介護されているご家族の不安や悩みを少しでも軽減できるように、ご家族の力になればと思います。認知症の方やご家族が、住み慣れた地域で、できるだけ長く生活できるようにサポートしていきたいと思っています。

65歳以上の高齢者における認知症の現状  
(平成22年時点の推計値)



資料：厚生労働省

認知症看護認定看護師

千村 恵理



# 将来の職業を 考える

## 高校生の一日看護師体験

「一日看護師体験」が当院で行われ、地元高校生24名が参加しました。この看護師体験は、これからの社会を担う高校生に実際の看護業務を体験してもらうことで、生命や思いやりの大切さを実感してもらうこと、また将来の職業選択の一つにしてもらうために毎年行われています。生徒さんたちはグループに分かれて、病棟で食事のお世話、足浴、シーツ交換、車椅子での散歩等を体験しました。皆さんは、真剣な表情で取り組み、患者さんに声をかける姿や患者さんから話しかけられ笑顔で受け答える様子も見られました。



一日看護師体験を終えて、参加された高校生から感想をいただきましたので、ご紹介させていただきます。

飯田女子高等学校 熊谷 紗都羽さん

一日看護師体験をしてみて、「看護師」という職業を違う視点でみることができ、とても充実した時間になりました。一番驚いたことは、シーツ交換にもやり方があり、テストにも出てくるということでした。シーツ交換は手早く行われていましたが、シワがなくホテルのベッドのようになっていました。また、清拭を体験させていただいた時に、こんなに強く体を拭いたら痛いかなと思うくらいに強く拭くと、患者さんが気持ちが良いということも分かりました。看護師さんがおっしゃっていた、「ベッドは患者さんの生活の場である」という言葉が強く印象に残りました。今の自分にベッドだけで生活する空間を想像することは難しいですが、想像することで患者さんがより心地よくなる空間を生み出すことができるんだと思い、強く印象に残りました。看護師さん同士の雰囲気もとても良いもので、キラキラしていました。一日ありがとうございました。





## 第16回 2016/10/16 飯田病院いがぐり祭開催

カテーテル治療体験、唾液によるストレスチェック、手術室での電気メスの使用体験、病理診断室公開などの新たなコーナーも加わり午前午後も絶えることなく大勢の方に来院していただきました。





# 病院からのお知らせ

## 第64回長野県透析研究会学術集会

第64回長野県透析研究会学術集会を、10月2日（日）に飯田文化会館にて、当院内科部長（人工透析室室長）の渡部秀雄医師が大会長を務め開催されました。

長野県透析研究会は、長野県内の66の透析施設が加入しており、最近は毎年秋に透析全般に関する学術集会を開催しています。医師、看護師、臨床工学技士、栄養士、臨床検査技師、ケースワーカーなど、透析診療に関わる医療関係者が参加するもので、544人も参加登録者を迎え無事盛況のうちに閉会することができました。



## 第46回 信州NST研究会

第46回信州NST研究会を、9月24日（土）に飯山市・文化交流館「なちゅら」にて当院総合内科部長の千葉隆一医師が当番世話人を務め開催されました。

また、当院からはNST専門療法士の検査技師として検査科の水野正洋がミニ講座・講師を務め、「NSTに関するR-CPC ～臨床検査データから 病態を推定する～」と題して、検査データから病態や予後を推定する手法の説明とデータを見る時のポイント等を講演しました。

また、翌日には日本静脈経腸栄養学会第4回関東甲信越支部学術集会も開催されました。



## RUN<sup>とも</sup>2016飯田地区開催

当院の認知症疾患医療センターが中心となり飯田市・社会福祉協議会・各病院・介護保険事業所等で実行委員会を結成し、9月25日（日）15:00より飯田地区でラン伴が開催されました。ラン伴とはオレンジのTシャツを着て認知症の方、家族、支援者、一般の人がリレーをしながら、「認知症になっても安心して暮らしていける地域づくり」をめざし、北海道から沖縄までを5ヵ月かけてゴールを目指すイベントです。飯田地区は市内6.5キロ8区間をタスキでつなぎゴールを目指しました。タスキをつないだ皆さんの表情はとても輝いていました。

今回イベントにご支援、ご協力いただいた皆さんに感謝とお礼を申し上げます。





## 飯田病院ロビーコンサート

第160回 11月12日 (土)	オーボエコンサート 広田 智之 (オーボエ) 上川 佳連 (ピアノ)	毎年恒例、秋の夜長に広田さんのオーボエの音色はいかがでしょうか。今回はシューマンを中心のプログラムにて皆様をお迎えいたします。
第161回 12月17日 (土)	サクソフォンコンサート 田中 靖人 (サクソフォン) 他	東京佼成ウィンドオーケストラコンサートマスターを務める傍ら、大学講師として後進の指導にもあたっているサクソフォン奏者の田中さんが3年ぶりに登場です。
第162回 平成29年 1月21日 (土)	新春寿寄席 立川 寸志	「遅すぎた落語少年」と称される立川寸志さんが当院初登場です。立川流古典落語で初笑いはいかがでしょうか。

いずれも、開場18:00、開演18:30、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。

## インフルエンザの予防接種について

インフルエンザの感染力は非常に強く、日本では毎年約1千万人、約10人に1人が感染しています。インフルエンザは流行性があり、いったん流行が始まると短期間に多くの人へ感染が広がります。本格的な流行が始まる前に、インフルエンザ予防接種を受けることをお勧めします。インフルエンザの予防は、流行の前に予防接種を受けることが基本です。予防接種を受けてから、予防効果があらわれるまでに約2週間かかりますので、流行の始まる前、12月中旬までに接種を完了しておきましょう。

当院では10月6日よりインフルエンザ予防接種の受付を開始しました。予防接種を希望される方は予約期間内にご予約ください。

予約期間	10月6日(木)～12月3日(土)
予約場所	総合案内・総合受付
実施期間	11月4日(金)～12月22日(木) <u>この期間の木曜日・金曜日のみ</u>
受付時間	14時30分～15時30分
予約なしの実施期間	11月1日(火)～12月22日(木) (混雑回避のためできるだけ事前予約をお願いします)
接種費用	65歳以上は市町村による(市町村発行の予診票持参のこと) 13歳以上64歳まで 4,860円
接種対象者	13歳以上(妊婦は除く)



※医師より許可がある場合は、受診時にその科で接種することが可能です。

(内科・精神科・泌尿器科・外科・耳鼻咽喉科)

眼科・整形外科に受診中の患者さんは木曜日・金曜日に受診が必要となります。

不明な点は各外来窓口か医事課受付までお問合せください。

# 「かお」の見える 医療を

シリーズ  
職場紹介 No.13

# 放射線科



放射線科科长 村松 敏孝

放射線科は、10名の診療放射線技師と1名の助手で日々の業務に当たっています。

当院には、一般撮影2室・ポータブル撮影2台・CT・MRI・X線TV・マンモグラフィ・骨密度測定検査・血管造影検査・核医学検査とさまざまな検査ができる機器があり、最近導入した機器と検査の一部を紹介させていただきます。

一般撮影（レントゲン撮影）とは、胸腹部や骨のX線撮影を行なうものです。昨年導入したフラットパネルは撮影後すぐ（約2～3秒）にPCモニターに画像送信され確認ができるため、撮影時間と待ち時間が短くなり業務の効率化に繋がりました。また、放射線量が従来の約半分程度で撮影出来るようになり、患者さんの被ばく低減にも繋がりました。

X線TVは、平成25年にトモシンセシス（断層撮影）の検査も行なえる最新機器となりました。トモシンセシスとは、1回の撮影で診断したい部位の画像を数十枚得られる検査で、主にTHA（人工股関節手術）の術後患者さんの経過観察に用いられています。

また、平成27年4月に循環器内科医師が3名となり、冠動脈病変に対する心臓CT・心臓カテーテル検査・心筋血流シンチなどの検査が増えました。狭心症が疑われる場合心臓CTにて検査、緊急性が高いものは心臓カテーテル検査にて検査・治療を行ないます。必要に応じて心筋血流シンチを行ない、心機能の確認も行なっています。このような冠動脈病変に対しての検査も対応しています。

近年、放射線被ばくに対する関心が増えています。当院でも被ばく線量の低減を目指し、日々進歩していく機器と技術を取り入れ、スタッフ一同技術の習得に努めています。

検査について分からないことがありましたら放射線技師までお気軽に声をおかけください。



## さんまの揚げ漬け

栄養科  
おすすめ  
レシピ

暑い夏も終わり、過ごしやすい季節になりました。食欲の秋の到来です。秋といえば、『さんま』です。さんまにはEPA、DHAなどの多価不飽和脂肪酸が含まれ、血液サラサラといわれるように、動脈硬化予防に効果が期待できます。

### 材料（4人分）

材料		分量(4人分)
さんま	3枚おろし	20g×12枚
しょうが		1片
酒		小さじ2弱
しょうゆ		小さじ2弱
片栗粉		大さじ2強
油		適宜
玉ねぎ		120g
A	酢	大さじ1強
	砂糖	小さじ1強
	しょうゆ	小さじ4
	ごま油	小さじ1/2



エネルギー…257kcal たんぱく質…12g 脂質…18.3g 食塩…1.3g （1人分あたり）

### 【作り方】

- ① さんまは、しょうがのすりおろし、酒、しょうゆに30分くらい漬け、下味をつける。
- ② 玉ねぎは薄くスライスしておく。
- ③ Aの調味料をボールに入れて混ぜ合わせ、②の玉ねぎと合わせておく。
- ④ 鍋に油を熱し、①のさんまの水気を切り、片栗粉を薄くまぶして揚げる。
- ⑤ 揚げたての熱いさんまを③の合わせ調味料に漬ける。



### 調理担当者より一言！！

・熱々のさんまを合わせ調味料に漬けると味がしみておいしくなりますよ

栄養士 松澤



# 飯田病院 外来診療予定表

平成28年10月現在

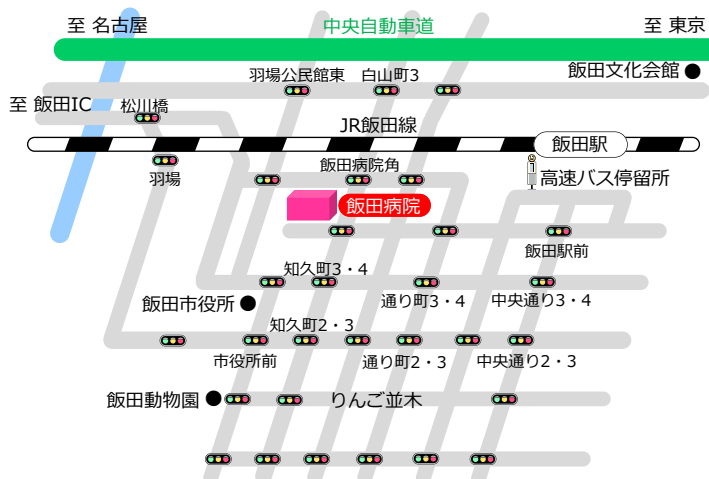
診療科		月	火	水	木	金	土	
内科	①		羽生修治	高木隆助		羽生修治	(交替制)	午後休診 ①月曜午後 糖尿病外来 ⑥水曜午後 佐々木成人
	②	原重樹	原重樹	千葉恭	荒木寛司	唐澤光治		
	③	横田大介	横田大介	唐澤光治	唐澤光治	横田大介		
	④	千葉隆一	渡部秀雄	渡部秀雄	千葉隆一	渡部秀雄		
	⑤	糖尿病外来	福岡秀樹	福岡秀樹	山路研二	山路研二		
	⑥	原栄志	佐々木成人	千葉隆一	原栄志	佐々木成人		
	⑦	高木隆助	後藤由也	羽生修治	佐々木成人	後藤由也		
神経内科		近藤恭史 (信大)	羽生修治		関島良樹 (信大)	羽生修治	(交替制)	午後休診
外科	①		田中穂積		田中穂積	田中穂積		午後休診 月・水・土曜休診
	②		森田誠市		森田誠市	森田誠市		
	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 火・木曜休診 ※土曜要電話確認
	②	矢嶋秀明		矢嶋秀明		矢嶋秀明		
	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	中澤哲治	(交替制)	
	②	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)	土曜午後休診
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		福岡秀樹	原栄志	(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	福岡秀樹	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 (月～土 8:30～17:30)  
 TEL 0265-56-0031 FAX 0265-56-0032



- ◎ J R 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28年秋号 (第51号)  
 ■発行 社会医療法人栗山会  
 ■編集 広報委員会