

いつくしみ



地域包括ケア複合施設

ウェルネスタウン丘の上 開設

ウェルネスタウン丘の上 竣工式
橋北屋台囃子保存会のみなさんによる祝太鼓

CONTENTS

夏場の脳卒中予防

認知症を抱えて生きる人々と共に

病院からのお知らせ

時代はチーム医療 求められるスタッフの専門性

シリーズ職場紹介 「かお」の見える医療を 医療機器管理科

栄養科おすすめレシピ

地域包括ケア複合施設 ウェルネス

理事長ご挨拶

かねてより飯田市仲ノ町に建設いたしておりました地域包括ケア複合施設「ウェルネスタウン丘の上」がこのほど竣工の運びとなりました。この日を迎えることができましたのも、ひとえに皆様方の温かいご支援の賜物と深く感謝申し上げます。

多くの関係者の皆様の知恵とご尽力をいただき、歴史や趣のある街並みなどの財産を活かした、素晴らしい環境で質の高い施設が出来上がりました。この施設を地域の医療・福祉・介護・交流の拠点として、皆様の期待にお応えすべくなお一層努力してまいりますので、今後ともご高配ならびにご支援を賜りますようお願い申し上げます。

社会医療法人栗山会 理事長 千葉 恭



タウン丘の上 開設

施設長ご挨拶

住み慣れた地域や自宅等で、できる限り日常生活を送ることを望む方々の声にお応えし社会医療法人栗山会が構想から2年をかけて建設いたしました地域包括ケア複合施設ウェルネスタウン丘の上が完成いたしました。私ども社会医療法人栗山会職員は、当地域内で介護が必要な高齢者をサポートするために、ご家族や地域の医療機関、介護事業者の皆さまと連携し、「医療」「介護」「住まい」「生活支援」「予防」の5つのサービスを一体的に提供できるケア体制を構築してまいります。

地域における高齢者医療・福祉ネットワークの拠点として、地域福祉の街づくりに寄与してまいりたいと存じます。今後ともご指導・ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

社会医療法人栗山会 地域包括ケア複合施設
ウェルネスタウン丘の上 施設長 富田 勝彦



複合施設

仲ノ町診療所



飯田病院の医師が診療所に赴き、診療をさせていただきます。他医療機関と連携して皆様の健康に寄与できる医療を提供することを心がけていきます。

診療日：月曜日から金曜日

診療時間：9時から12時

診療所長：長沼 邦明

診療科目：内科、リハビリテーション科

複合施設

通所リハビリテーション丘の上



介護保険対象のご利用者に最新の運動機器をご使用いただきながら、ニーズに合わせたリハビリテーションを計画していきます。機械浴・個浴型介護浴槽を備えており、ご利用される皆様の状態に合わせた入浴サービスを提供していきます。

定員：30名

営業日：月曜日から土曜日

併設施設

ヘアサロン 丘の上 ゆず花



紳士と淑女のための美容室です。建物の2階に店舗があります。8月9日(水) オープン。以降は毎週水曜日に営業しております。また、ご予約優先・当日受付順になりますのでご了承ください。

ご予約・お問い合わせ
TEL 080-3913-4573

併設施設

カフェレストラン 「KURANO」



入居者ならびに通所リハビリテーション利用者への食事は『KURANO』から提供・配食されます。レストランでは自家焙煎のコーヒーを楽しむことができます。ぜひ、おいしいコーヒーを堪能してみてください。一般の方もご利用いただけます。



KURANO
飯田市仲ノ町1丁目3番地
TEL 0265-48-8121

複合施設

フィットネスクラブ丘の上



生活習慣病予防のための医師の処方箋に基づく運動療法のみならず、入居者・一般の方の健康維持・増進のためにお気軽にご利用いただけます。利用者には活動量計を持っていただき、日々の運動量を把握するとともに、クラブ内の機器利用データや体組成計・血圧計のデータをもとに「はかる→わかる→きづく→かわる」という健康づくりを支援していきます。

複合施設

交流サロン 「さろん おかのうえ」



入居者、地域の皆様の憩いの場・交流の場としてご利用いただけます。
カウンターキッチンならびにプロジェクター・スクリーンなどの音響設備がございますので、カフェ、勉強会、発表会やパブリックビューイングなど、様々なイベントにご利用ください。

社会医療法人 栗山会
ウェルネスタウン丘の上

建物の特徴

建物の内外装に地域産材である根羽村産の木材をふんだんに使用

外観) 外壁面、バルコニーの柱に根羽スギを使用

歴史ある街並みや敷地内にある蔵に調和したデザイン

内観) 各フロアの共用部、1階の通所リハビリテーションの腰壁に根羽スギを使用

2階・3階の居室の床は、全面 根羽ヒノキを使用

あたたかさ、さわやかさ、肌触りのよさが感じられます

屋根に太陽光パネルを設置

太陽光パネル設置にて得られた収益を地域に還元し、自治会活動等に役立てていただきます

環境への配慮

木材の利用、太陽光パネルの設置により、CO₂の削減に貢献しています



夏場の脳卒中予防

脳卒中ってどんな病気？

脳卒中は、がん、心臓病に次いで日本における死因の第3位にあげられます。脳卒中にはいくつかの種類がありますが、脳の血管が急に詰まったり破れたりして様々な症状が起こる病気です。大きくは脳の血管が詰まる「脳梗塞」と、脳の血管が破れて出血する「脳出血」「くも膜下出血」に分けられます。脳卒中になると、脳内の血流が滞ることで必要な酸素や栄養素が行き渡らなくなり、脳細胞が死んでしまう可能性があります。そのためなるべく早く治療を受けて、一刻も早く血流を再開させなければなりません。

夏場の予防法は？

脳卒中は多少の季節性があり、夏は脳梗塞（脳血栓）が増加し（図1）、脳出血は減少します（図2）。

つまり夏は脳卒中の中でも特に脳梗塞に注意が必要です。

私は外来で脳梗塞の予防のため、脱水に注意するように患者さんに指導しますが、では『水分を多くとれば脳梗塞が予防できる』のでしょうか。実は水分を多くとれば脳梗塞が予防できるという報告はありません。夜のコップ一杯の飲水は、早朝の血液粘度（血液のドロドロ具合）を改善する報告はあるものの、脳梗塞を予防する明らかな証拠は無く、つまり脱水でもない高齢者の方が過度の水分摂取を行えば、夜間頻尿などでQOL（生活の質）の低下を招くだけです。しかし、高齢者は夜間のトイレの回数を気にして、水分摂取を自分で制限したり、口渇感を感じにくくなったりでどうしても脱水傾向になりやすく、それに加え、気温の低い冬に血圧を140/90mmHg以下に調整すると、気温の高い夏にはどうしても低血圧気味になる人も多く、脱水が重なるとさらに血圧の低下をきたし、脳循環不全で脳梗塞を起こしやすくなると考えられます。低血圧による脳循環不全の例



脳卒中データバンク2015より引用

では、入浴後や食事後に一過性の低血圧による失神で運ばれてくる高齢者の頭部MRIを撮影すると、小さな無症候性脳梗塞（かくれ脳梗塞）を起こしている方が多々見られます。

『夏場の脳卒中予防』で大切なことは、血圧は高過ぎず、低過ぎず、丁度いい範囲にコントロールすることと考えます。

これらはあくまで夏に脳梗塞が多いという話であり、季節を問わず脳卒中の予防で一番大切な事は、高血圧、高脂血症、糖尿病、喫煙などの動脈硬化の原因となる生活習慣病の予防です。脱水予防のため水分摂取を行うことよりも塩分制限、禁煙するほうが何倍も予防効果があることは言うまでもありません。

神経内科

高木 隆助



認知症を抱えて生きる人々と共に

『今、「認知症」という言葉は、病気の種類も進行の度合いも無視して、十把一絡げに病名のように使われています。病気の種類によって、症状も治療もケアの注意点も違いますが、ほとんど無視されています。「認知症」は深く誤解された言葉だと私は思います。それは、「認知症」と診断された誰をも絶望させ、悪化させ、混乱させます。…（中略）…私は、認知症をめぐる今の問題の多くは、病気そのものが原因ではなく、人災のように感じます。』これは、レビー小体型認知症と診断された樋口さんの言葉です。

残念ながら、世の中の多くの人たちは「認知症になると何にもできなくなる」「認知症になると何もわからなくなる」「認知症になると人に迷惑をかける」といったようなイメージを多く持っているのではないのでしょうか。認知症の人に関わる人が、このようなステレオタイプであると、樋口さんが言うように、認知症の人は不安と苦悩の中で混乱し、

地域や社会の中で孤立してしまいます。まさに、認知症の人がこのような経験をする事がないように、専門職として、認知症に対する古く誤った認識を無くすこと、認知症の人たちが本来持っている輝く力の発揮と自立の支援をすること、そしてどのような状況であってもその人が主体となり、物事を選択し、生活を創り上げていくお手伝いをすることです。

現在、国の施策では、盛んに地域包括ケアシステムの構築が謳われ、その中で、認知症の人であっても、住み慣れた地域で安心して暮らせる社会の実現に向けて取り組みが行われています。ここに述べたような理想的なケアは私1人の力では到底実現することはできません。認知症の人とその人に関わる全ての人と共に、考えながら行動していきたいと思えます。何かありましたらお気軽に声をおかけください。



認知症看護認定看護師

上原 章



病院からのお知らせ

第17回飯田病院いがぐり祭開催

第17回飯田病院いがぐり祭を開催いたします。

日時：10月15日（日） 10:00 ～ 15:00

内容：ドクター講演、健康チェック、コンサート、模擬店、縁日など

皆様と気軽にふれあえる企画をご用意しています。多くの皆様のお越しをお待ちしております。

RUN伴2017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、10月9日（月）15:30より飯田地区でRUN伴が開催されます。RUN伴とは認知症の方や家族、支援者、一般の方が少しずつリレーをしながら一つのタスキを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。飯田地区は飯田市役所をスタートし、市内約6.4キロをタスキでつなぎゴール（飯田病院）を目指します。

世界アルツハイマーデー オレンジライトアップ

9月21日は世界アルツハイマーデーです。認知症に対する理解を深めていただく機会として、その前後1週間、飯田病院をシンボルカラーのオレンジライトアップを行います。

飯田病院ロビーコンサート

第168回 8月26日 (土)	「二台のチェロ ～8弦で奏でる色彩の音楽～」 石塚 俊 松本 愛子	京都で活躍する2人のチェロ奏者による演奏会です。クラシックからタンゴやシャンソンなど彩り豊かなプログラムをお届けします。シンプルな編成だからこそ味わえるチェロの魅力をお楽しみください。
第169回 9月30日 (土)	Dos Orientales ウーゴ・ファルトーソ ヤヒロトモヒロ	2016年ウルグアイにて在外公館長表彰を受賞したドス・オリエンタレスが当院2回目の出演です。ますます磨きのかかる天才×奇才のステージをお楽しみください。
第170回 11月18日 (土)	桑原利彦と音楽仲間たちⅢ 桑原 利彦 (メンバーは後日発表)	飯田を拠点に県内はもとより全国で音楽活動を展開する桑原利彦さんが、ロビーコンサートに再出演されます。毎回様々なジャンルの音楽仲間と共演し好評を得ていますが、果たして今回のメンバーは！？

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。

時代はチーム医療

求められるスタッフの

専門性

循環器内科医長 横田 大介

当院循環器内科ではコメディカルスタッフとともにチーム医療の構築が進み、より専門性の高い確実な医療が可能となっております。

私見ですが、地域における飯田病院の役割は患者さんを総合的に診る医療、いわゆるプライマリケアを基盤とし、さらには専門性の高い医療も提供できることではないかと考えております。また、病気の重症度に関わらず、患者様に適切な医療を提供することは我々医療従事者の義務であり飯田病院の使命であると考えます。

医療の“専門性”についてですが、最近では医師のみならずコメディカルスタッフにも専門性が求められております。当院でも2016年4月より三沢俊和臨床工学技士がこれまでのカテーテル治療の経験をもとに心血管インターベンション技師（Intervention Technical Expert ; ITE）の資格試験に合格したのを皮切りに2016年11月には下平弘樹臨床検査技師が血管診療技師認定機構より血管診療技師（Clinical Vascular Technologist ; CVT）を取得、2017年4月には熊谷栄看護師がインターベンションエキスパートナース（Intervention Nursing Expert ; INE）の資格試験に合格しそれぞれ認定されております。いずれの資格も循環器の基本的知識はもちろんのこと、専門性の高い高度な知識、技術を問われる試験にクリアし取得できるものであり各専門試験をクリアしたスタッフが揃う病院は県内でも非常にめずらしく誇れることでしょう。

2016年1月（いつくしみ第48号）に唐澤光治循環器内科部長が飯田病院心臓血管診療第二章のはじまりと紹介しました。当院の循環器診療は少しずつですが前進を続けております。

※インターベンションとは、心臓、血管などの病気に対して、カテーテル（直径2～3mm程度のチューブ）を皮膚に開けた穴から血管に挿入して行う治療法の総称です。





医療機器管理科 主任 下平 昭房

昨今の高度な医療機器の進歩に伴い、医療機器の高度化・複雑化が一層進む中、臨床工学技士の活躍が期待されるようになり、医療機器の安全に力を入れる病院が増えてきました。当院では、平成29年4月より医療機器管理科が発足しました。臨床工学技士は10名になります。

臨床工学技士とは、1987年に制定された医学と工学の両面を兼ね備えた国家資格です。“医師の指示の下に生命維持管理装置の操作および保守点検を行う事”を業とします。医療職唯一の保守点検を生業としています。

当院での主な業務は、血液浄化業務、手術室業務、内視鏡検査業務、医療機器管理業務等を行っております。血液浄化業務には主に水質管理、透析液の作成、透析機器の操作と点検、治療のための穿刺、血液データからダイヤライザーの選定、治療の方針立案を、医師・看護師と共に行っています。手術室では、心臓カテーテル検査、ペースメーカー業務、自己血回収装置の操作等、手術によって使用される機器の事前の準備・点検・管理を行います。緊急時にはIABP（大動脈内バルーンポンピング：心機能を補助する圧補助循環装置）やPCPS（経皮的心肺補助装置）の操作も行います。最近では内視鏡室での業務にも参入しました。医療機器管理業務では、様々な分野で使用される医療機器の性能が維持できるよう保守・点検を行っており、安全性確保と有効性維持に貢献しています。

また、職員への医療機器の使用説明会を行い、医療事故防止に努めています。我々の職業は患者さんの前に出ることはありませんが、職の特徴をいかして、これからも医療の質の向上に努めてまいります。

香り寿司

栄養科
おすすめ
レシピ

長野県民になじみの深い「塩いか」。普段は和え物にすることが多いと思いますが、塩いか独特の塩分をいかしてお寿司にすると意外と新食感でおいしくいただけます。さっぱりとしているので、これからの暑い季節にぴったりです。新生姜が店頭に出ています。市販品は便利ですが、家庭で漬けてもいいでしょう。



エネルギー・・・300kcal たんぱく質・・・10g
塩分・・・1g (1人分)

材料

	材料	分量(4人分)
	米	2合
	だし昆布	1/4枚
あわせ酢	すしのこ	8g
	酢	大さじ3
	砂糖	大さじ2弱
	塩	ひとつまみ
	酒	大さじ1
具	塩いか	1/2杯
	にんじん	30g
下味	だし汁	80ml
	酢	小さじ1
	砂糖	小さじ2
	塩	少々
天盛り	大葉	4枚
	甘酢生姜	40g
	白炒りごま	適宜

【作り方】

- ① だし昆布を入れて炊飯します。
- ② 塩いかを細切りにし、塩を抜きます。
にんじんはいちょう切りにし、茹でます。
塩いかとにんじんを下味で漬けます。
- ③ あわせ酢を作ります。
- ④ 天盛り用の食材を準備します。
大葉・甘酢生姜はせん切りにします。
- ⑤ ご飯が炊き上がったらあわせ酢で味をつけて②を加え、切るように混ぜます。
- ⑥ お皿に盛り、天盛りを飾り付け完成です。
(甘酢生姜をご飯に混ぜ込んでもおいしいです)

調理担当者より一言！！

塩いかの塩を抜きすぎてしまうと、うま味も一緒に出てしまいます。抜きすぎに注意しましょう。

調理師 中津



飯田病院 外来診療予定表

平成29年8月現在

診療科		月	火	水	木	金	土	
内科	①	○糖尿病外来	羽生修治	高木隆助		羽生修治	交替制	○：午後のみ
	②	原重樹	原重樹	千葉恭	荒木寛司 (岐阜大学)	唐澤光治		
	③	横田大介 ○長沼邦明	横田大介 ○長沼邦明	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 ○佐々木成人	原栄志	佐々木成人		
	⑦	高木隆助	後藤由也		佐々木成人	後藤由也		
神経内科		近藤恭史 (信州大学)	羽生修治		関島良樹 (信州大学)	羽生修治	信州大学より 交替制	
泌尿器科		梅田俊一	深澤瑞也 (山梨大学)	梅田俊一		神家満学 (山梨大学)		午後休診 木曜休診
外科	①		田中穂積		田中穂積	田中穂積		午後休診 月水土休診
	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		
フットケア 外来			○横田大介 ○柴田祐充子	○横田大介 ○柴田祐充子				完全予約制 ○：午後のみ
整形外科	①	鈴木健太郎		鈴木健太郎		鈴木健太郎	*田中厚誌 (信州大学)	午後休診 火木休診 *土曜日電話確認
	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		
精神科	①	小宮山徳太郎	小宮山徳太郎	松田あずさ	神庭靖子		土曜休診	
	②		木下守	南風原泰	杉浦琢	南風原泰		
	③	松本武典	高橋和史	柿田充弘	松本武典	高橋和史		
	④				柿田充弘	飯沢美文		
眼科		浅井裕子	浅井裕子	浅井裕子	浅井裕子		交替制	
		中澤哲治		中澤哲治	中澤哲治	中澤哲治		
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
補聴器外来			○堀口茂俊					○：午後のみ
もの忘れ 外来	内			羽生修治 ○高木隆助				完全予約制 ○：午後のみ
	精		交替制	交替制		交替制		
上部内視鏡		福岡秀樹	原栄志	*交替制	*交替制	原栄志	市瀬博	*飯田市立病院、 昭和大学横浜市 北部病院より
		*交替制	*交替制			*交替制	*交替制	
下部内視鏡		*交替制	原栄志	*交替制	*交替制	原栄志	*交替制	
			*交替制			*交替制		
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・土曜休診

※ 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



広報誌 平成29年夏号 (第54号)
 ■発行 社会医療法人栗山会
 ■編集 広報委員会