

いつくしみ



第17回飯田病院いがぐり祭

育良保育園の皆さんによる合唱

CONTENTS

世界アルツハイマー月間 飯田病院をオレンジにライトアップ

認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して。 ～RUN伴2017飯田大会 盛会に開催～

飯田病院での白内障手術について

最新式320列CT導入

知ってほしい緩和ケア ～緩和ケア週間のイベント実施～

手洗いで感染防止 感染予防の基本

病院からのお知らせ

第17回飯田病院いがぐり祭開催

シリーズ職場紹介 「かお」の見える医療を 認知症疾患医療センター

栄養科おすすめレシピ

世界アルツハイマー月間

飯田病院を **オレンジ** に ライトアップ

飯田病院認知症疾患医療センターでは、9月19日から28日までの1週間、世界アルツハイマー月間事業の一環として、飯田病院を認知症のシンボルカラーであるオレンジ色に飾るライトアップを行いました。

建物をライトアップするイベントは2013年に京都市が京都タワーをライトアップしたのがはじまりで、年々増えており、全国に広がっています。昨年、認知症の人と家族会飯田地区(わたの実会)から、飯田病院をライトアップして、認知症に対する

PRをしてほしいという要請を受けて、本年度から実施したものです。

長野県では初めて飯田病院がライトアップを実施したもので、認知症の方と家族会飯田地区(わたの実会)代表松川光子さんは、「このイベントが県下各地に広がり、認知症に対する関心が高まってくれば」と期待を寄せておりました。

そのほか、23日には大型店でアルツハイマーとRUN伴のチラシを配布するなど、認知症の理解に関する活動を行いました。

RUN伴とは、認知症の方や、その家族、支援者、一般の方が、日本中を少しずつタスキをつなぎながらゴールを目指すイベントです。2011年に北海道で始まり、長野県は昨年から参加。今年は北海道から沖縄、更には台湾までタスキをつなげることになっております。

2025年には軽度の認知症予備軍も含めて65歳以上の3人に1人が認知症になるといわれています。そこで「認知症になっても安心して暮らせるまち」にするため、RUN伴の活動を通じて幅広い世代に認知症について関心を持ってもらえることを目指しています。

飯伊地区では、今年も飯田病院が事務局となり、病院、介護施設、市、社協等の職員や認知症の方と家族の会、また、認知症の方とは普段関わりの少ない一般企業の方々が実行委員会を組織して、4月から準備をしてきました。

今年も飯田市のムトス助成事業の決定をいただき、より充実した取り組みが出来るようになりました。チーム数は25チームで150名の方が参加、

大会スタッフは60名と昨年より増えております。

今年のコースは、ゆっくり走る（歩く）短めの区間、しっかり走る長めの区間と、誰でも参加しやすい区間設定を行いました。

沿道では丘の上5地区のまちづくり委員会にも応援をお願いし、沿道ではオレンジの旗等で後押しいただき、ゴール地点の病院前では、南原苑の皆さんが太鼓演奏で最終走者を迎えてくれ大変盛り上がりました。

今年は、昨年の飯田から下伊那へRUN伴の輪が広がり、松川町・高森町・飯田市の3箇所で行われました。松川町では、町民運動会の会場を1週し、町民への啓発を行い、また高森町では、熊谷町長も一緒に走り、タスキを飯田市まで届けていただきました。

多くの皆様の参加やご協力のおかげで、盛大に開催できたことを嬉しく思います。来年も開催予定ですので、興味のある方は是非参加・応援して頂き、一緒にRUN伴を盛り上げましょう。

認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して。

RUN伴2017飯田大会 盛會に開催





白内障とは

白内障は眼球の中にある水晶体というレンズが主に加齢により濁り、矯正視力が出にくくなる状態です。混濁自体は悪性のものではないため、日常生活を送るうえで困らない程度であれば手術は急がなくても大丈夫です。ただし、運転免許証の更新を控えている場合、普通自動車免許では両眼で0.7以上の視力が必要のため、白内障により視力が0.7未満に低下しているときは手術が必要となります（大型免許などではさらに基準が厳しくなります。また、視力が良好であっても運転に支障が出るほど視野が狭い場合は更新できない可能性もあります）。

飯田病院での 白内障手術について

眼科部長

浅井 裕子

治療と手術

手術は水晶体の袋（水晶体嚢）を残して濁った中身を超音波で碎きながら除去（進行している場合は中身を丸ごと取り除く場合もあります）し、その後眼内レンズ（人工水晶体）を挿入します。

当科では原則として2泊3日のスケジュールで白内障手術を行っています。手術日は月曜日または木曜日（担当医師により異なります）で、当日午前中に入院のうえ午後手術を受けていただき、その後2日間入院で経過をみて、

問題なければ3日目の午前中に退院となります。

術後2日目、3日目の診察は日帰り手術であっても欠かすことのできないものであり、さらに一人暮らしや遠方にお住まいの患者さんにも対応できるよう、あえて入院で行っています。また、乱視の強い方に対応する眼内レンズも取り扱っています。

ご不明な点などありましたらお気軽に眼科外来までお問い合わせください。

当院では、320列CT（東芝メディカルシステムズ）を導入し、8月中旬より稼働を開始しました。

CTとはComputed Tomographyの略で日本語ではコンピューター断層撮影といい、X線を360度全方向から照射して人体を輪切りにしたような画像を撮影することができる検査です。また、輪切りの画像を重ね合わせるにより水平断だけでなくいろいろな角度から画像を診たり、3D画像を作成することもできます。

320列CT導入以前は64列CT（東芝メディカルシステムズ）を使用していました。64列CTも様々な検査に対応できる装置でしたが今回導入した装置はさらに高機能な装置となっております。特に大きな違いとしては2つ挙げられます。

① 320列 + 高速スキャン

64列では1回転で体軸方向に3.2cm（0.5mm×64列）しか撮影できませんでしたが、320列では1回転で16cm（0.5mm×320列）の広範囲を撮影することができます。これにより心臓や頭部、関節部等16cm以内の範囲でしたら1回転で撮影可能です。また、1回転0.275secの高速スキャンも可能です。これらの組み合わせにより常に動いている心臓、静止状態の短い乳幼児、息止め不可の患者さん等でも例外もありますが精度の高い検査を行うことが可能となりました。



最新式 320列CT 導入

② 被ばく低減

CTではX線を照射するため検査ごとに僅かですが被ばくのリスクを負ってしまいます。この被ばくのリスクを負ってでも検査したほうが患者さんに有益であるためCT検査を行うわけですが、やはりリスクは少ない方が良いため、新しく付いたAIDR3Dという機能で被ばく低減に努めています。状況、検査法などにもよりますが以前の装置に比べて通常撮影で1/2、胸部撮影で1/4、心臓検査では1/10程度に線量を抑え、尚且つ画質も担保できています。

その他にも1回の検査で形態情報、機能情報の双方を得られる4D撮影等、新しい撮影にも対応しています。

これまで以上に精度の高い画像を提供できるとともに患者さんにもやさしい装置となっております。

質問、疑問などございましたら気軽に放射線科へお問い合わせください。



知ってほしい 緩和ケア

「緩和ケア週間」のイベント実施

緩和ケア認定看護師 木下 直美

10月11日(水)～13日(金)の3日間、当院の緩和ケア委員が中心となり、エントランスで「緩和ケア週間」と題し、緩和ケアについて啓発・普及活動のイベントを開催しました。

2006年度より日本ホスピス緩和ケア協会が「世界ホスピス緩和ケアデー (World Hospice & Palliative Care Day)」の一環で「ホスピス緩和ケア週間」とし、ポスターの掲示及びセミナーや見学会の実施などを通して、緩和ケアの普及啓発活動に取り組んでいます。また、日本緩和医療学会、日本死の臨床研究会とも協力し、本週間の活動を推進しています。2016年は、全国で124の関連したイベントが行われ、7,000人あまりの参加があり、年々このイベントに取り組む施設は増えています。

当院では4月より多職種による緩和ケアチームを発足しました。より多くの方にその活動を知って頂きたい、今年には緩和ケアチームの紹介を中心に行いました。また、栄養士による栄養補助食品の試飲、保湿剤や口腔ケア用品の試供、ポケットティッシュの配布などを行い、多くの方にイベントへお立ち寄り頂きました。通院中の患者さんご家族、面会者の方々と対話をさせて頂く中で、昨年以上に緩和ケアに対するご理解と意識が高まっていると感じ、緩和ケアチームのメンバー共々、日々研鑽し努力しなければと感じました。



緩和ケアって？

緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、痛みやその他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題を早期に発見し、的確なアセスメントと対処（治療・処置）を行うことによって、苦しみを予防し、和らげることで、クオリティ・オブ・ライフ（生活の質）を改善するアプローチである。

【WHOの定義より】



手洗いで**感染**防止 **感染**予防の基本

秋も深まりめっきり涼しくなってきました。これからの季節は、インフルエンザやノロウイルス感染症など冬季流行性疾患が気になる時期でもあります。

普段から気を付けているつもりでも、毎年なぜか感染してしまう風邪やインフルエンザ。もしかしたら、普段の対策方法が、どこか間違っているのかも知れません。病気を引き起こす感染症の多くは、“手を介して体内に侵入する”ことが多いと言われています。例えば、風邪やインフルエンザの流行期には、ドアノブや電車のつり革など、様々な場所にウイルスが付着しています。そういった場所を触った手で、自分の目や鼻、口を触ったり、食事をしたりすることで、ウイルスが体内に侵入します。

このような状況では、手にウイルスが付着することを未然に防ぐことは困難です。そのため、様々な感染症から身を守るためには、手からの侵入を遮断する「手洗い」がとても大切になります。手洗いは、帰宅時や食事前だけでなく、共有のパソコン、階段の手摺りや会社の入り口など、不特定多数の人が触るようなものに触れた後にも可能な限り行うことが大切です。少し神経質に思われるかもしれませんが、風邪やインフルエンザなどの感染予防のためには、頻繁に手洗いを行うことが何よりも効果的です。

10月15日は「**世界手洗いの日**」

世界で、5歳の誕生日を迎えずに、命を終える子どもたちは年間590万人。その原因の多くは、予防可能な病気です。私たちの生活には、当たり前にある水やトイレ、そして食事・・・それらが不足しているために、不衛生な環境や生活習慣を強いられ、下痢や肺炎にかかって命を失う子どもたちが年間約150万人もいます。

正しい手洗いを広めるため、国際衛生年であった2008年に、毎年10月15日が「世界手洗いの日」

(Global Handwashing Day) と定められました。

毎日する手洗いを通じて、自分の健康や世界の子どもたちのことを、いっしょに考えてみませんか。



感染管理認定看護師

福地 明子

病院からのお知らせ

飯田病院ロビーコンサート

第170回 11月18日 (土)	桑原利彦と音楽仲間たちⅢ 加藤木 朗 (舞&和太鼓) 桑原 利彦 (ギター&ウクレレ) 野村 梧童 (尺八) 河野 繁子 (大正琴) 石橋 裕二 (ベース)	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。今回は加藤木朗さんをお招きして、日本舞踊や神楽など日本の伝統芸能を表現したステージとなる予定です。
第171回 12月2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)	もはや飯田の風物詩となった広田さんのロビーコンサート。毎回飯田病院限定のプログラムにて皆様をお待ちしております。
第172回 平成30年 1月13日 (土)	新春寿寄席 立川 吉笑	立川談笑さんの一番弟子として活躍されている立川吉笑さんがロビーコンサート初出演です。古典落語的世界観の中で、現代的なコントやギャグ漫画に近い笑いを表現する「擬古典」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。

第17回飯田病院いがぐり祭開催のご報告

いがぐり祭当日は晴れると信じながら4月より計画してきましたが、その想いは通じず10月15日(日)に開催した第17回飯田病院いがぐり祭は生憎の雨模様となってしまいました。急遽、前日から屋外イベントの場所変更等の雨対策を行いました。小雨降る中でも駐車場が一杯となり対応に追われるほど多くの方々にご来場して頂くことができました。これも飯田病院が地域に根ざした医療活動を行っていることや職員の手で作り上げたいがぐり祭を達成できたお蔭だと感じています。

エントランスホールイベントは仏教保育園をはじめ育良保育園、飯田高等学校の生徒さんや各種団体の発表により盛り上がり、好評のドクター講演では神経内科後藤由也医師と整形外科小林貴幸医師による講演に真剣にメモを取る姿も見られました。催し物では骨密度測定に214名、ABI検査に80名、健康増進コーナーに280名と多くの方々にご来場して頂きました。人気のあまぐり薬局とプラバンキーホルダー作成では多くの子ども達が体験し楽しんでいる姿が見られ、東北物産販売にはリピーターの方を含め多くの方に来て頂き、東日本大震災での被災者の方々に義援金として協力することができました。また、今年初めて行ったLED電飾によるイルミネーションには、足を止めて見て下さる方や「きれい」と言う声も漏れていました。

今年もたくさんの方にお越しいただき、無事にそして盛大に開催すること出来ました。当日の準備不足や急なトラブル対応などがありました。反省し改善をしながら来年もより良いいがぐり祭を目指していきたいと考えています。

今後も職員一丸となって取り組んでいきますので、いがぐり祭に多くの方のお越しをお待ちしております。



第17回

2017/10/15

飯田病院いがぐり祭開催

たくさんの方のご来場ありがとうございました。



「かお」の見える 認知症疾患医療センター

医療を シリーズ 職場紹介 No.15



認知症疾患医療センター長 澤柳 忠夫

認知症疾患医療センターは平成21年4月に長野県初の指定を受け、保健医療・介護機関などと連携を図りながら、以下の事業を行っております。

1. 認知症疾患に関する鑑別診断、周辺症状(不安・焦燥、うつ状態、幻覚・妄想、徘徊、興奮・暴力、せん妄等の精神症状)と身体合併症に対する急性期治療
2. 認知症に関する専門医療相談
3. 地域保健医療・介護者関係への研修など

専門医療相談は、認知症に関する相談窓口で、精神保健福祉士が電話または面接などにより、ご本人、ご家族、医療・介護関係機関等から様々な相談に応じています。

平成27年7月に、もの忘れ外来を設置し、内科（神経内科）で毎週水曜日に予約制で診察を行っており、症状によっては精神科外来で診察を行います。

ご相談の内容によっては、検査(頭部MRI・CT・SPECT・神経心理検査等)を行い、その結果をもとに医師の診察による鑑別診断を行います。なお、神経心理検査は、臨床心理士、作業療法士が担当しています。

認知症に関する理解を深めるため、医療関係者や、介護保険事業所の職員、認知症に関心のある方を対象に年2回の研修会または講演会の企画をしています。その他、地域の関係機関との連携を図るため、飯田市、地域包括支援センターとの連携会議で、認知症施策の検討や困難ケースの対応・意見交換を行っています。

高齢者人口が増え、認知症の患者さんの増加が予想される中、信頼される医療機関として、これからも努力していきます。

ハロウィン かぼちゃのサラダ2種

栄養科
おすすめ
レシピ

日本でもおなじみとなった秋の行事「ハロウィン」。

今回は、「かぼちゃ」を使ったサラダを2つ紹介します。つぶさずにコロコロサイズで召し上がってください。

かぼちゃの皮をむき、種をくりぬき、小さめ一口大に切って電子レンジで柔らかくなるまで加熱して冷ましておきます。玉ねぎをスライスしておきます。



エネルギー・・・150kcal
脂質・・・10g
塩分・・・0.2g

パンプキンサラダ		分量(4人分)
材料		
かぼちゃ		下準備の分量
玉ねぎ		
レーズン		10g POINT!
A	マヨネーズ	大さじ4 POINT!
	プレーンヨーグルト	大さじ1 POINT!

【作り方】

- ①レーズンはぬるま湯でもどし、水気を切ります。
- ②Aを混ぜ合わせます。
- ③②に具材を加えて和えます。
- ④器に盛り付けて完成です。

材料

下準備	
材料	分量(4人分)
かぼちゃ	1/6個 (約400g)
玉ねぎ	20g



エネルギー・・・100kcal
たんぱく質・・・5g
塩分・・・0.6g

かぼちゃのカレーサラダ		分量(4人分)
材料		
かぼちゃ		下準備の分量
玉ねぎ		
むきえび		60g POINT!
A	カレー粉	適宜 POINT!
	酢	大さじ1
	サラダ油	大さじ1
	塩	ひとつまみ
	こしょう	少々

【作り方】

- ①むきえびは茹でて、水気を切って冷まします。
- ②Aでドレッシングを作ります。
- ③②に具材を加えて和えます。
- ④器に盛り付けて完成です。

調理担当者より一言！！

どちらも簡単に作れます。かぼちゃは茹でずに電子レンジを使うことで水っぽくならず、おいしく仕上がります。

調理師 村松



飯田病院 外来診療予定表

平成29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	
	②	原重樹	原重樹	千葉恭	荒木寛司 (岐阜大学)	後藤由也		
	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	後藤由也	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			佐々木成人			
	午後	糖尿病外来 長沼邦明	長沼邦明 渡部秀雄	佐々木成人	糖尿病外来	唐澤光治		
神経内科		大橋信彦 (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		
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
仲ノ町診療所		長沼邦明	長沼邦明	佐々木成人	長沼邦明	原重樹		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年秋号 (第55号)
 ■発行 社会医療法人栗山会
 ■編集 広報委員会