



# いっくしみ

## CONTENTS

羽場地区のどんど焼き

新年のご挨拶

開設 「仲ノ町診療所」 — 栗山会の新たな展開 —

お子さんの事、気軽にご相談下さい ~小児外科~

「食は命なり」 口腔ケアは生きる意欲の向上

病院からのお知らせ

ストレス社会に求められる心のケア

シリーズ職場紹介 「かお」の見える医療を 外科外来

栄養科おすすめレシピ

# 新年のご挨拶

院長 原 重樹

明けましておめでとうございます。

平穏な中で新しい年を迎えることが出来、私たちは平和な日本に住む有難さを感じます。

日本は世界のなかでも最先端に行く長寿国であり、医療、介護政策を含め、今後どのようにやってゆくのかと世界中の注目的になっているようです。

その日本の中でも長野県は最長寿県となっています。長寿はめでたいことですが、その中に多くの問題点が含有されていることも事実です。

その最たるものが介護の問題です。誰もがいつかは介護を受けるようになる確率が高いのですが、長く患うのはいやですね。

在宅介護の約半数は老老介護であり、それに加え高齢化とともに認知症の人が増えてきて、介護する人もされる人もどちらも認知症で認認介護などという言葉も見受けられるようになりました。介護

される人は（特に男性）長年連れ添った伴侶にそれを強く求めます。しかし介護はなかなか大変で、老妻や認妻には荷が重いでしょう。

かと言って要介護者を病院や施設に入れるだけでは解決になりません。出来れば老妻のもとで安寧の日々を在宅にて送らせてあげたいものですね。そのお手伝いが介護保険の各種サービスです。これをうまく利用して出来るだけ在宅での生活を長く出来るように工夫していきましょう。ついでながら、妻に先立たれた高齢男性は余命が非常に短いというデータがありますので、こんな場合は精神的フォローアップが非常に大切です。

飯田病院は今まで同様に、癌、心臓病、口コモ等各種疾患や精神疾患の診療は積極的にやっていますが、上記のようなご相談もお待ちしております。本年もよろしくお願い致します。

# 開設 「仲ノ町診療所」

## — 栗山会の新たな展開 —

仲ノ町診療所 事務長 横井 健太郎

栗山会は、平成29年9月、飯田市仲ノ町の地域包括ケア複合施設“ウェルネスタウン丘の上”1階に「仲ノ町診療所」を開設しました。

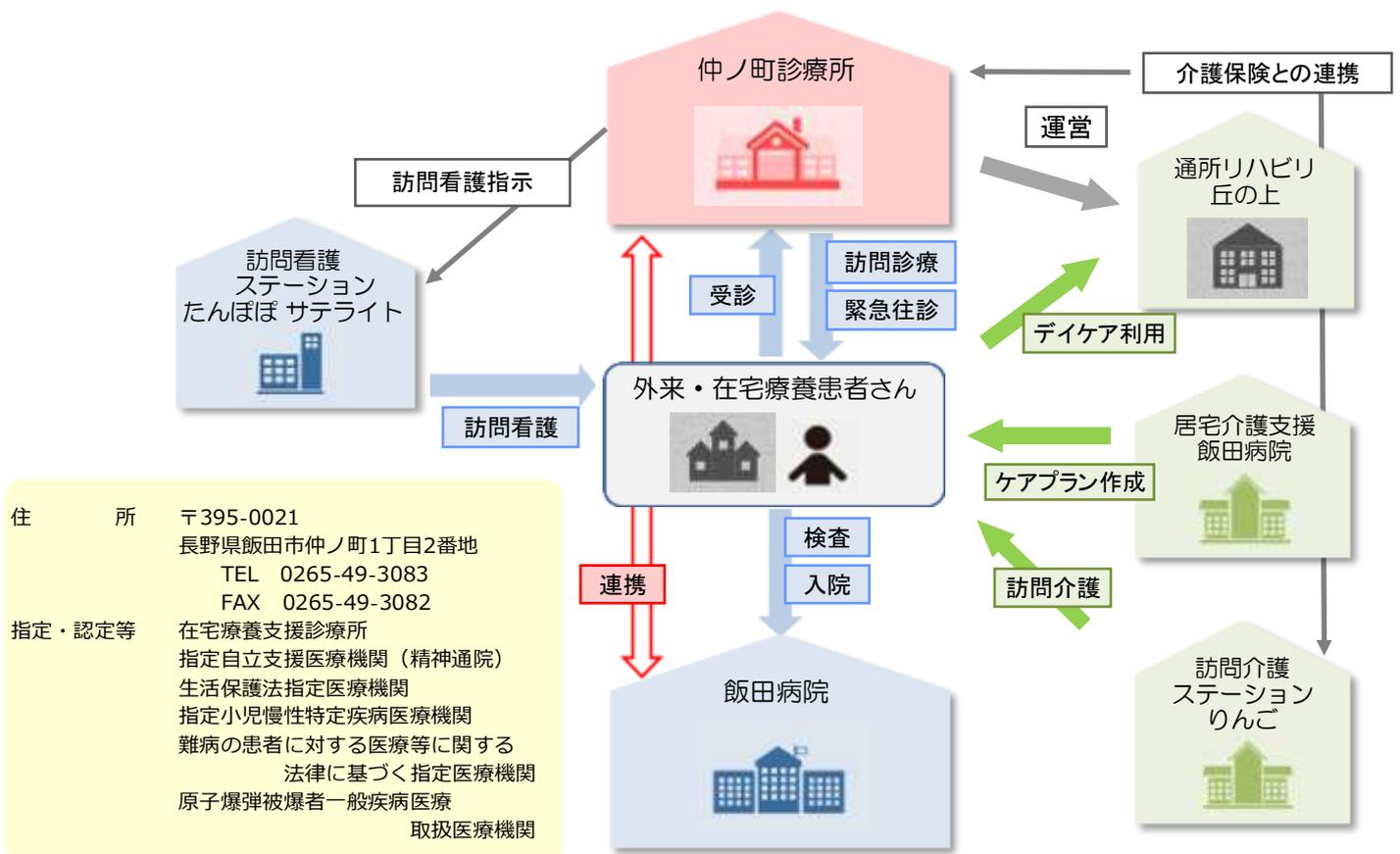
この診療所は、飯田市橋北（丘の上）地区の総合診療医として、地域住民の健康維持・増進、生活習慣病予防を行うことを目的とし、併設する「サービス付き高齢者向け住宅」、「通所リハビリテーション 丘の上」ご利用者の健康管理を行っています。

診療所長は、医学博士で小児科医の長沼邦明。その他、内科医で飯田病院長の原重樹と糖尿病を専門とする内科医で飯田病院内科副部長の佐々木成人が診療にあたります。

この診療所ではその機動力の高さを活かし、在宅で療養されている患者さん宅に赴く訪問診療にも力を入れており、飯田病院をはじめとする栗山会グループとの連携により入院医療や訪問看護、訪問介護にも幅広く対応しています。とりわけ、現状では飯田下伊那地域において取り組みが十分とは言えない“重症心身障害患者さんへの訪問診療”は特長的です。

また、小児からの予防接種や高齢者の肺炎球菌ワクチンの接種にも積極的に取り組み、幅広い世代の医療ニーズに対応可能です。

栗山会の理念『仁の心』を胸に、患者さんとそのご家族の社会的背景にも目を配り、“病”ではなく“人”を診（看）ることのできる、そんな診療所を目指していきたいと考えています。



# お子さんの事、気軽にご相談下さい

## 小児外科

外科医長

柴田 祐充子

日本外科学会 外科専門医

日本小児外科学会 小児外科専門医



小児外科とは、16歳未満のお子さんを対象とします。もともと小児外科で治療された方や、疾患自体が小児外科疾患の性格を有する場合は、16歳以上でも診療の対象となります。小児外科で取り扱う疾患は多岐に渡りますが、当院で主に取り扱っている疾患は、鼠径ヘルニア(脱腸)、陰嚢水腫、停留精巣、臍ヘルニア(出べそ)、包茎・陰唇癒着、便秘、痔核・裂肛、肛門周囲膿瘍・痔瘻、急性虫垂炎、尿管遺残などです。

当院では、小児の入院・手術にも対応できる体制をとっています。

### 鼠径ヘルニア(脱腸)

小児で手術対象になるもので一番多いのが鼠径ヘルニア(脱腸)です。1歳前のお子さんは外来で経過観察し、1歳過ぎても改善しない場合は手術適応となり、基本1泊2日で行っています。

男の子



女の子

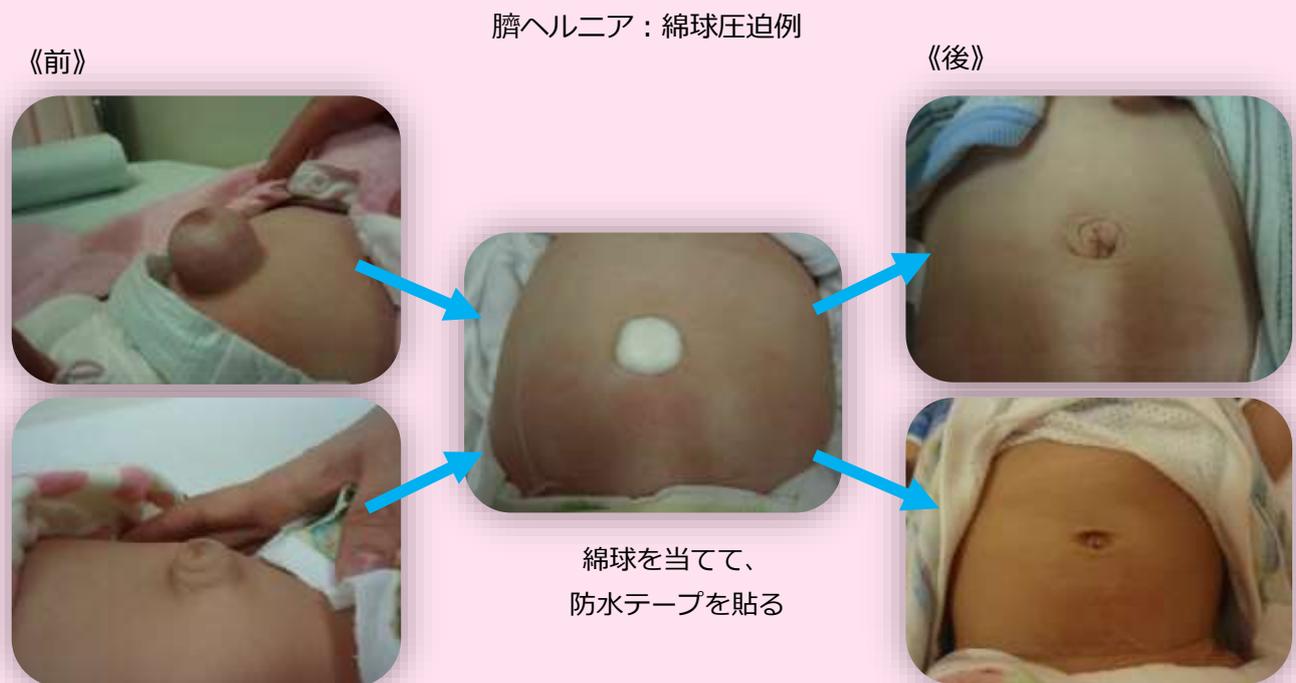


鼠径部が腫れる

おむつ替えやお風呂の時に気付かれる事が多い

## 臍ヘルニア（出べそ）

臍ヘルニア(出べそ)は、綿球圧迫による保存的治療を積極的に行っています。臍ヘルニアのヘルニア門(穴)は生後半年位までに自然に閉じる事が多いとされています。ただ、それまでの間飛び出るお臍を放っておくとお臍の皮膚が伸ばされ、せっかくヘルニア門が閉じても伸びた皮膚が余ったり、ポテツとした大きなお臍になってしまう事があります。皮膚伸展予防と、ヘルニア門の自然閉鎖促進を目的として綿球圧迫を行います。綿球圧迫はできるだけ早期に開始した方が効果の期待ができるので、気になる場合は早めに受診して下さい。



放っておいてヘルニア門は閉じたが、皮膚が余ってしまった例



## 急性虫垂炎

急性虫垂炎は、腹腔鏡を使用したお臍の中だけを切る方法での手術を積極的に行っています。術後のキズが目立たず、美容上也優れています。

2017年11月末現在、長野県内には小児外科専門医が13人しかいません。飯田・下伊那では唯一の小児外科専門医が当院に在籍しています。「不必要な手術は行わない」をモットーに、一人一人のお子さんと真摯に向き合い、適切な処置や手術を行うべきだと考えています。また、親御さんにも寄り添い、不安な気持ちを少しでも解消するよう心掛けています。お子さんの事、気になる事があればお気軽にご相談下さい。

# 「食は命なり」

## 口腔ケアは生きる意欲の向上

「食は命なり」

私が口腔ケアを始めた頃に、ある施設の入所者の方が、書道の時間に書かれた言葉です。それから私は、この言葉を心に留め口腔ケアを行ってきました。

口腔ケアは、口の中の歯や歯の周りの歯肉、舌などの汚れや細菌を取り除く事を言います。

近年、虫歯や歯周病が様々な全身疾患と関係があることがわかってきました。そして、口腔ケアを積極的に行う事により、口腔疾患と関連のある全身疾患を予防したり、改善したりすることが明らかになってきました。口腔ケアの目的は、口腔の状態を良くする事で全身の状態も良くしようという事です。

口の中は、温度や湿潤状態、繁殖に必要な栄養分、PHなど細菌が繁殖するのに格好の住みかです。歯磨きができなくなりそのままの状態ですと、細菌は繁殖し身体の中で一番汚い場所となります。

高齢者の方は、飲み込みの力が低下し喉の反射も鈍くなってしまう為、細菌を含む食べ物や唾液を気管に入れてしまうことがおきます。免疫力が落ちていると容易に誤嚥性肺炎を起こしてしまいます。その予防として、誤嚥しないようにすることも大切ですが、誤嚥しても肺炎に移行しないように口の中の細菌数を減らしておくことも大切です。また、心臓の病気の1つである感染性心内膜炎は、血管の中の細菌が心臓の膜や弁に付着して起こす病気ですが、原因の菌の4割は口の中の細菌とされています。

その他、歯周病などの慢性的な炎症病巣で産生されるサイトカインという物質が動脈硬化・糖尿病・早産など関係していることがわかっており、当院でも積極的に手術前の口腔内診査や歯科治療への推進・口腔ケアなどを行っております。

NST科  
歯科衛生士  
福島 昭子



当院は、いち早く口腔の健康に着目し、6年前より歯科の無い当院に歯科衛生士を採用しました。口腔ケアや入院中でも歯科治療が受けられる体制をつくり、歯科との連携にも力を入れています。

バージニア・ヘンダーソンは著書「看護の基本となるもの」の中で、「患者の口腔内の状態は看護のケアの質もよく表わすものの1つである」と記述しており、口腔ケアは古くから人間的交流を通して行われる看護実践の1つとされてきました。

院内スタッフの口への関心は高まり、口腔ケア手技は向上しています。

口腔を通して、「笑顔が出た」「口が気持ちよくなった」「食事が美味しい」「うまく噛めるようになった」などが患者さんから聞かれると、大変嬉しく元気をいただきます。

このような声が1人でも多く聞かれるように、患者さんを取り巻く多職種、家族、介護職、歯科医院と連携をし、取り組んで行きたいと思います。

### 実際の口腔ケア



ケア前



ケア後

ケア前は、口腔内は乾燥し、痰も貼りついていました。これでは食べることはもちろん、声も出ません。

ケア後は、口腔内は潤い、舌・口唇が動くようになり、表情も表せるようになりました。

### <歯科衛生士活動内容>

口腔ケア：月延べ140人

院内口腔トラブル対応、歯科治療の歯科医院への依頼・立会い・予後確認など（病院⇄歯科のパイプ役）、手術前の口腔内観察、糖尿病教室、アップルハイツ口腔ケアなど。

# 病院からのお知らせ

## 飯田病院ロビーコンサート

第173回 3月10日 (土)	古川 展生 (チェロ)	東京都交響楽団の首席チェロ奏者で、映画「おくりびと」のソロチェロでもおなじみの古川展生さんがロビーコンサート初出演です。バッハの無伴奏チェロ組曲をはじめとしたプログラムで皆様をお迎えいたします。
第174回 5月19日 (土)	丸田 悠太 (フルート) 他	東京佼成ウインドオーケストラのフルート奏者の丸田さんがこちらロビーコンサート初出演です。当日の編成やプログラムは後日発表します。

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。

## 面会禁止ご協力のお願い

### 冬季流行感染症感染防止のための入院患者様への面会禁止ご協力のお願い

飯田下伊那地域において、インフルエンザ感染者数が急増し、感染が拡大しております。そのため、入院治療中の患者様にインフルエンザ感染を広げないための措置としまして、**平成29年12月27日～平成30年3月31日まで、全病棟面会禁止**とさせていただきます。

#### 【面会のできる方】

- ご家族の方
- 身の回りのお世話をされる方
- 入院・退院に関する手続き、病状説明、手術前後など特に必要と認める方

※ご面会の際にはマスクの着用と手指衛生をお願いいたします。

上記以外の方には、面会を禁止させていただきます。特に学齢期（**中学生以下**）のお子様を連れてのご面会をご遠慮願います。

入院患者様への感染防止のため、ご理解、ご協力をお願い申し上げます。

## 特殊疾患病棟のご紹介

12月1日より北病棟4階を「特殊疾患病棟」として届出しました。「特殊疾患病棟」とは主に重度の障害状態にある患者さんを対象に作られた病棟で、特に日常生活の多くの場面で介助が必要になる患者さんがその適応になります。当院では精神科病棟に設置されましたので、何らかの精神的な疾患を持つ方が対象になります。病棟には寝たきりで入浴できる「機械浴槽」を設置し、長期の療養生活にも対応できるように作られています。現在、国の政策が長期入院を減らし、早期に自宅へ戻れるよう進められていますが、病気の内容によっては医療から離れられない方もおられます。無理なく時間をかけながら在宅復帰を目指す患者さんのお役に立てるよう、病棟づくりを行っています。

現代のストレス社会において、うつ病や自殺の増加が社会問題として取り上げられ、精神障害だけでなく、様々なこころの問題が浮き彫りになっています。誰もがストレスや悩みから、心のバランスを崩す時代です。また、高齢社会に伴う認知症への対応、家庭環境の変化による子供たちのこころの危機など精神科医療の多様な変化に対応し、幅広い領域での精神科看護の専門的知識や技術が求められています。私も看護学生の頃、親友との突然の別れを体験し、精神科看護に携わるようになりました。永年、精神科に勤務する中、自分の技術や知識をもっと高めなければと考え精神科認定看護師になりました。

## ストレス社会に求められる心のケア

精神科認定看護師としての活動は毎週木曜日に精神科リエゾンチームとして精神科医や精神保健福祉士、作業療法士と一般科病棟をラウンドし、回診とともに相談業務にあたっています。

病院勤務以外では市町村において高齢者の精神障害へのかかわり方についての講演会、初級介護福祉士の講座など研修や講演会の講師を行っています。認知症だけでなく、地域で暮らすお年寄りのケアやかかわり方、生活や生き方などの相談を受け、地域や家族が抱える悩みや苦勞をお聴きするだけでとても勉強になります。

また、精神障害者の家族会の相談業務や精神科看護の知識の発展を目的に『精神看護』という雑誌や精神科の専門書籍の執筆なども取り組ませていただいています。『精神科看護』には当院の精神科リエゾンチームについて、『精神科の身体的ケア』という専門書籍には、身体合併症や当院のフットケア外来について川手皮膚・排泄ケア認定看護師の助言を受けながら紹介させていただきました。

今後もこうした実践活動を通して、病院や地域で精神科医療や看護ケアを提供していきたいと思っています。

ご家族や友人、精神疾患だけでなくメンタルヘルスなど何かあればご相談していただければと思います。

**精神科看護認定看護師  
(老年期精神障害看護)**

**南風原 智子**





外科外来 桐生 洋子

外科外来は、火・木・金曜日の午前中に、3人の医師が診察を行っています。

0歳の赤ちゃんから90歳代まで、幅広い年齢の様々な疾患の患者さんが受診に来られます。『外科』と聞くと、少しこわい印象をお持ちの方もいるかもしれません。不安を持って受診される方も多いことと思います。そんな患者さんが、安心して診療を受けられるようにお手伝いできれば、と日々考えて診療に当たっています。

がん治療中の患者さんには、緩和ケア認定看護師や化学療法認定看護師も診療に立ち会いご相談をお受けしています。気になることがありましたら遠慮なくおっしゃってください。

火・水曜日の午後は、フットケア外来を行っています。痺れや冷え、なかなか治らない傷に隠れた閉塞性動脈硬化症や、静脈瘤が見つかる方もいます。足の症状でお困りのことがあれば、一度ご相談ください。

寒い日が続きますが、自らの健康管理をしっかりと行い、笑顔で患者さんをお迎えできるように努めていきたいと思っています。



## 鮭の粕煮

寒い冬にあたたまるメニューの1つが「酒粕」を使った「粕煮」や「粕汁」。当院の「鮭の粕煮」は伝統の味であり好評です。なかなか自宅で作る機会はないと思いますので紹介します。

栄養科  
おすすめ  
レシピ



### 材料

分量(4人分)		
生鮭		4切れ
板粕		70g
A	味噌	大さじ1+小さじ1
	砂糖	大さじ1+小さじ1
	醤油	小さじ2
大根		1/4本
人参		1/2本
絹さや		8枚

エネルギー…200kcal たんぱく質…20g 塩分…1.2g (1人分)

### 【作り方】

- ① 鮭を水で洗います。  
大根はいちょう切りにし、下茹でします。  
人参はいちょう切りにします。  
絹さやは茹でておきます。
- ② 板粕をサイコロ状にカットします。
- ③ 鍋に少なめに湯を沸かします。沸騰したら②を入れしっかり溶かします。
- ④ 溶けたらAを煮溶かします。
- ⑤ 大根・人参から先に煮ます。
- ⑥ 野菜が柔らかくなったら鮭を入れ、鮭に火が通るまで煮ます。
- ⑦ 器に盛り、絹さやを飾って完成です。

### ポイント!

- 板粕をサイコロ状にカットしておくことによって煮溶けやすくなります。
- 煮汁のお湯の分量は、「鮭を入れた時にひたひた」になるように。多めに入れすぎないようにします。煮詰めるとしょっぱくなります。

### 調理担当者より一言!!

じっくりコトコトと煮ることによってコクも出ます。身体があたたまる一品です。脂ののったブリでもおいしく召し上がれます。

調理師 井坪



# 飯田病院 外来診療予定表

平成30年1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		
	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)	
	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30年冬号 (第56号)  
 ■発行 社会医療法人栗山会  
 ■編集 広報委員会