

いっくしみ

- P2 新年のご挨拶
- P3 市民公開講座
- P4 人工関節手術5000例記念式典
- P6 入退院支援センター開設
病院からのおしらせ
- P8 医師紹介
- P9 ちよこつとトレーニング
- P10 職場紹介
- P11 栄養科おすすめレシピ

ご自由にお持ち
下さい

TAKE
FREE

市民公開講座 南信州いきいきライフ



2019年11月16日、当院循環器内科による『飯田病院第1回市民公開講座 南信州いきいきライフ』を南信州・飯田産業センター エス・バードで開催し、100名もの方に会場いただきました。

第1部は「心臓病予防と最新治療」と題した横田大介医師による講演、第2部は来場者100名を4グループにわけ、横田大介医師、竹内和航医師、馬場智子医師、その他コメディカルにより心筋梗塞や狭心症の検査（CAG）・治療（PCI）、不整脈

の治療（PMI）について、実際に使用する機械に触れ、最新治療の説明を行いました。普段触れることがない機械に参加者も興味津々で、実際にペースメーカーを挿入している方や、狭心症で治療を経験された方、通院中の方、介護施設で勤務されていて勉強にいられた方などから、積極的に質問がありました。

参加者からのアンケートでは、「心臓病について詳しい話が聞けて勉強になった」「今後もこのような会を続けて欲しい」等の声が寄せられました。地域の皆様を守る病院の役目として、今後も継続して開催したいと思えます。



人工関節手術 5000例記念式典

2019年11月30日、宮下一郎衆議院議員、宮島喜文参議院議員、他多くのご来賓のご出席を賜り、人工関節手術5000例記念式典がシルクホテルにて盛大に開催されました。2001年に当院で本格的に行われるようになった人工関節手術が、2019年7月に5000症例に到達した偉業を祝すとともに、院長より達成にあたりご協力、ご支援頂いた関係各位の皆様への御礼を挨拶として申し上げます。また、人工関節・リハビリテーションセンター長である鈴木健太郎医師より、「人工関節手術5000例までの経緯」と題し、19年間の治療実績や取り組み、そして未来への展望についてお話しするとともに、改めて関係各位に感謝の意を表しました。ご来賓の皆様からは、当院の取り組みに対し、お祝いと期待の言葉を数多くいただきました。

超高齢化社会を迎えている現代において、人工関節手術のニーズはよ



り高まっております。今後も患者さん一人一人と向き合い、病診連携をさらに強化し、病院としての使命を果していけるよう一層の努力を重ね、健康寿命の増進に寄与したいと思います。

新年のご挨拶

院長 原 栄志

けては地域連携や医療連携が益々大切となります。

そのような観点から昨年末には病院の一般的なサービス向上のために「入退院支援センター・患者相談窓口」を外来フロアに開設しました。チーム医療と言いますが、医療は多職種が一緒になって同じ目標に向かい働いてこそ良い結果が生まれます。そのような取り組みを進めて参ります。

さらに今年は、高度急性期医療に対応するための「HCU病棟」5床と、需要の増している「アレルギー科」も稼働し始めましたので、ますます専門性の高い医療が展開出来ると考えています。

昨年は台風による甚大な自然災害に心を痛め、私たちの快適な日常生活を守るためにはどうしたら良いか考えさせられました。絶対的な医療はないことも確かではありますが、いざという時にこそ地域の皆様に信頼される組織であるように、これからもチームワークを高めて精進して参ります。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

明けましておめでとうございます。皆様には健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

栗山会飯田病院の平成時代を振り返りますと、老健施設「アップルハイツ飯田」開所にはじまり、「訪問看護ステーションたんぼぼ」、「認知症疾患医療センター」、「地域包括ケア病棟」、「ウェルネスタウン丘の上」など、高齢化社会に対応し地域のニーズに応えられるよう、医療と介護の両面で活動を拡げてきました。

誰もが「高齢になっても健康に過ごしたい」という願いを持っていま

すが、それに少しでも貢献することが私たち医療人の目標であり喜びであります。

当院の「人工関節・リハビリテーションセンター」の取り組みをご紹介しますと、「年を重ねても元気に歩きたい」という想いに応えるため開催される患者の会はこれまで約1000名のご参加をいただきました。スタッフが勇気づけられることも多く、感謝申し上げます。整形外科の人工関節手術数は全国的にもトップレベルです。そして手術とリ

ハビリは両輪ですが、在宅復帰に向

飯田病院

入退院支援センターご利用の流れ

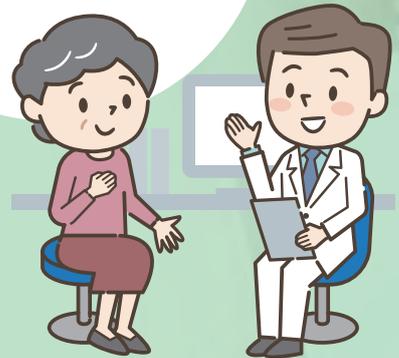
01

予定入院が決まる



02

入退院支援センターで
入院に関するご説明



03

必要に応じ薬剤説明、
栄養士相談、
医療福祉相談



04

入院準備に関する
問い合わせへの対応



05

入院当日の
入院受付





入退院支援センターを 開設しました

入退院支援センター
医療ソーシャルワーカー 市瀬 史織

入院するということは皆さんにとって生活が変わる大変なことです。入院生活に対する不安を少しでも軽減できるよう、当院ではこのたび1階エントランス総合案内の奥に「入退院支援センター」を開設しました。センター長の千葉隆一副院長をはじめとして看護師、薬剤師、栄養士、医療ソーシャルワーカー、事務と多職種が在籍しています。入退院支援センターは入院前から多職種で患者さん、ご家族の抱える様々な問題や不安を早期に解決し安心して医療を受けていただき、退院後も住み慣れた場所で安心して生活できるよう支援させていただくことを目的としています。

今までは入院が決まるとそれぞれの科で入院案内をしておりましたが、今後は予約入院に関する説明や準備、必要な手続きを一つの窓口で、さらに多職種でサポートさせていただきます。

診察で入院が決定すると入退院支援センターに来ていただけます。そこで入院に必要な書類の説明、持ち物について看護師からお話しさせていただき、入院生活に対しての不安などをお聞きし一緒に解決方法を相談いたします。お薬の説明は薬剤師が、食事に関することは栄養士が、経済的な不安がある方や介護についての相談は医療ソーシャルワーカーがそれぞれお話しさせていただきます。そして入院当日は入退院支援センターが入院受付の窓口となります。必要書類の確認、身長体重測定をして病棟へご案内いたします。

飯田病院の理念「仁の心」で、センタースタッフ一同、患者さん、ご家族に寄り添いながら今後も支援していきたいと思っております。

また、入退院支援センターには患者相談窓口も併設しております。入退院支援センターに関わるだけでなく、療養に対する不安や疑問、職員の対応に対するご意見等何でもお気軽にご相談ください。ご相談の内容によって看護師、医療ソーシャルワーカーが対応いたします。



飯田病院 ロビーコンサートのご案内

18:00開場 / 18:30開演

入場
無料

第192回
令和2年
3月28日(土)

富久田 治彦 (フルート)、井上 麗 (ハープ)

名古屋フィルハーモニー交響楽団のフルート奏者富久田さんが、およそ8年ぶりに飯田病院に登場。今回はハープ奏者の井上麗さんとの共演です。プログラムは後日発表。どうぞお楽しみに。

第193回
令和2年
5月30日(土)

クニ三上 トリオ

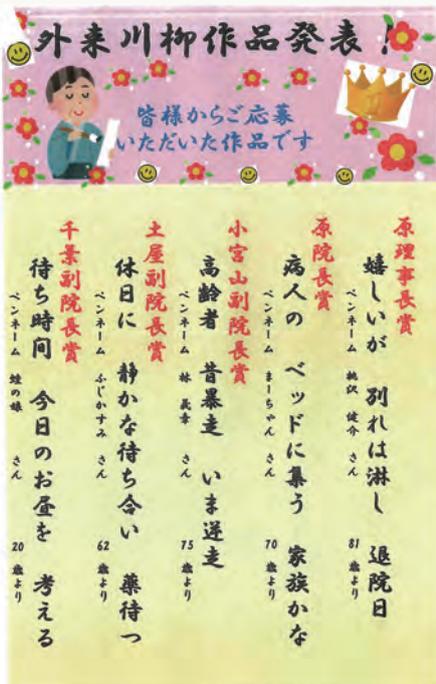
ニューヨークテイストのジャズをそのまま直輸入。ジャズピアニストのクニ三上さんがおよそ5年ぶりに飯田病院へ登場します。詳細は後日発表。どうぞお楽しみに。

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もありますので予めご了承ください。

【お問い合わせ】

ロビーコンサート委員会 0265(22)5150(代)



外来川柳作品発表
たくさんのご応募ありがとうございました

【内容】
足のセルフケアについての
ポスター展示・糖尿病や足
に関する啓発グッズの配布



「フットケアの日」 イベント

令和2年
2月10日(月)
9:30~11:00

飯田病院
エントランスホール

病院からのお知らせ

冬季流行感染症感染防止のための

入院患者さんへの

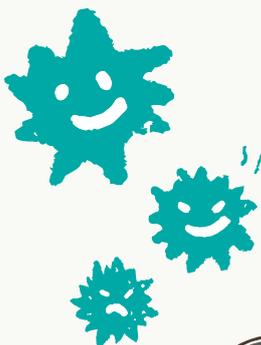
面会禁止ご協力をお願い

飯田下伊那地域感染防止対策連携医療機関では、インフルエンザおよび感染性胃腸炎の流行期間（2020年1月6日～3月31日）において、入院治療中の患者さんに感染を広げないための対策としまして、**全病棟を面会禁止**とさせていただきます。

面会の出来る方

ご家族の方、身の回りの世話をされる方、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致します。



これ以外の方には、面会を禁止させていただきます。特に学齢期（中学生以下）のお子様を連れたる面会をご遠慮下さいませよう、お願い申し上げます。

入院患者さんへの感染防止のため、ご理解、ご協力のほどお願い申し上げます。

小宮山徳太郎副院長が 厚生労働大臣表彰を 受けました



このたび、当院副院長である小宮山徳太郎医師が、令和元年度精神保健福祉事業功労者に対する厚生労働大臣表彰を受けました。

「当地域における精神保健福祉事業において長年助言を行うとともに、精神障害者の人権擁護と保護に努めてきた。また、長野県認知症施策推進協議会の委員として、認知症患者の保健医療水準の向上に尽力してきた。」などの顕著な功績が認められ、今回の受賞に至りました。

令和元年10月24日





腰痛予防 ぽっこりおなか解消 のための腹筋

鍛えられる筋肉 腹筋群



①

おへそを覗きこむ



②

息を止めない
ように
注意して
ください

呼吸は止めない



③



④

まずは10秒かけてゆっくり寝ていき、少しずつ時間を延ばしていきましょう！

起き上がる時は手をついて起き上がりてもかまいません。安全に起き上がりましょう。

『腹筋』と聞くとイメージするのは、寝転がって起き上がる腹筋ですが、腰への負担が大きいこと、そもそも起き上がってこれないという方も少なくないと思います。腰を痛めずに腹筋を鍛えていくには、体操座りからゆっくり寝ていく腹筋をおすすめします！息を吐きながら、おへそを覗きこむように寝ていきます。

フィットネスクラブ丘の上

入会金 4,000円 (税別)
月会費 5,000円 (税別)

営業日 月曜日～土曜日
営業時間 17:30～21:00

健康運動指導士が1人1人のニーズに合わせたメニューを作成し、皆さんの健康をサポートします。見学・無料体験、随時受付しています。

飯田市仲ノ町1-2 ウェルネスタウン丘の上1階 ☎0265-49-3080 担当:中野・平澤



認知症看護認定看護師

上原 章 看護師



認知症を診る

神経内科

高木 隆助

神経内科医長

高木 隆助 (たかき りゅうすけ)

- ・日本神経学会 神経内科専門医
- ・日本認知症学会 認知症指導医・専門医
- ・日本内科学会 認定内科医

認知症は初期から後期のどの段階でもご本人の不安や苦悩、そしてご家族の介護における身体的・精神的な負担との戦いです。アルツハイマー型認知症をはじめとして多くの認知症は現時点では根治療法は無いため、症状に合わせた対症療法が主です。その症状も様々であり、また体調や

環境によって日々症状は大きく左右されます。その中でもちよっとしたサポート、工夫、薬物治療で症状の緩和を図れる症例も経験します。認知症の方は自分の体調不良に気づかない、訴えることができない方も多く、便秘や不眠、軽い脱水でも精神的に不安定となり、暴言や暴力、徘徊、夜間のせん妄の原因となります。一生懸命介護している家族にとって『殺すぞ』『出ていけ』と言われたり、夜中に起こされることは身体的だけでなく精神的に計り知れない負担となり、ご本人との関係の悪化につながりかねません。しかしそれは認知症の症状でありご本人が責められるべきものでは決してありません。そのため日々の診察で低栄養や脱水、便秘などの体調不良は無いかをチェックし、環境調整、薬物調整を行うことで週に一回だった徘徊が月に一回に減ったり、暴言がな

くなるだけで介護するご家族の負担はとも減ります。症状の軽減でご家族とご本人との関係性も改善され、ご家族の笑顔がご本人の笑顔につながります。認知症という病気と一生をかけて戦っていく中で少しでもご本人・ご家族の力になれるように微力ながらお手伝いさせていただいております。

症状の軽減を図るための一つの工夫として当院では火曜日の午前に認知症看護認定看護師（認知症看護の専門的な知識を有する）上原章さんに家族からの日常の様子の聞き取り・介護の悩み相談を含め、家族へ環境調整のアドバイス、介護のアドバイスなど多方面からサポートできるようになしております。認知症の方が笑顔で暮らすこと、家族から『本当に助かった』『とっても楽になった』との声をいただくことを目標に日々奮闘中です!!

レンコンサラダ

レンコンは冬が旬の食材の1つです。レンコンは腸内環境を改善する「食物繊維」や皮膚や骨の合成や風邪予防に効果のある「ビタミンC」を多く含みます。煮物や揚げ物が定番ですが、サラダでいただいてみてはいかがでしょうか。



《1人分》
エネルギー…… 96kcal
塩分……………0.6g

作り方

- ①レンコンは2mm程度に薄くスライスします。
- ②レンコンをさっと茹でます。
- ③茹でたレンコンとしめじを少量の水とAの調味料で下煮して味付けし、冷ましておきます。
- ④きゅうりはスライスし、塩もみしてしんなりさせておきます。かにかまぼこは適当な大きさにほぐします。
- ⑤ボウルによく冷ましたレンコンとしめじ、きゅうり、かにかまぼこを入れ、Bの調味料で和えて完成です。
(辛子の粉は水で練っておいてください。)

<ポイント>

- ・レンコンは下茹の際、酢を少し入れると白くきれいに仕上がります。

調理担当者より一言

レンコンは煮しめ、きんぴら、天ぷらなど様々な料理に使えます。シャキシャキの食感をお楽しみください。

材料

分量(4人分)

レンコン	100グラム
しめじ	40グラム
きゅうり	1/2本
塩	少々
かにかまぼこ	40グラム
A	かつおだし 少々
	淡口醤油 小さじ1
B	マヨネーズ 大さじ2
	辛子・粉 適宜



調理師
沢柳



栄養科
おすすめ
レシピ

安らぎの空間をめざして

シリーズ 職場紹介



No.
23

精神科外来

精神科外来には5歳前後から100歳を超える幅広い年齢層の方々が受診されています。その中には季節を楽しめずに代り映えのしない日々や、味気ない日々を過ごされている方もいらっしゃいます。待合室を安らげる場所にしたいと、12年前から季節の飾りものや花を展示してきました。そして、3年前より中待合室が「ホットできる空間」になることを願い、受診される方々と一緒に「壁アート」を作り上げています。

「壁アート」とは、馴染みある風越山を背景に、移りゆく季節を折り紙で描いた風景画です。スタッフが季節の花を折り紙で折り、それを受診される方々に貼っていただきます。変化して

いく風景画を楽しみにされている方々からは、「気持ちホットなごみまます」「色々あったけど、皆さんと作った風景とてもいいです」「見ているだけで癒されます」などの言葉をいただいています。「壁アート」は受診される方と医療スタッフの関係をつなぐ架け橋になっています。

目まぐるしく変化していく社会情勢の中、日々の生活に疲れを感じている方々が診察を待つ時間に、少しでも安らぎを持てる空間になってほしいと願っています。

「壁アート」は、精神科外来の外待合室と内科外来の廊下にも展示しています。ぜひご覧ください。



飯田病院 外来診療表

2020年1月現在

		月	火	水	木	金	土	
内科	①	高木 隆助	高木 隆助	高木 隆助		後藤 由也	福岡 秀樹 (第1・3・5週)	
	②		原 重樹	佐々木 成人	荒木 寛司 (岐阜大学)	大原 慎司	高木 隆助 (第1・3・5週)	
	③	横田 大介	横田 大介	唐澤 光治	唐澤 光治	横田 大介	竹内 和航 (第3・5週)	
	④	千葉 隆一	竹内 和航	渡部 秀雄	千葉 隆一	渡部 秀雄	横田 大介 (第2・4週)	
	⑤	竹内 和航	福岡 秀樹	北原 順一郎 (信州大学)	山路 研二	山路 研二	馬場 智子 (第2・4週)	
	⑥	原 栄志	佐々木 成人	千葉 隆一	原 栄志	佐々木 成人		
	⑦		市川 智英		福岡 秀樹	馬場 智子		
	午後	原 重樹 長沼 邦明	渡部 秀雄 長沼 邦明	福岡 秀樹	佐々木 成人	唐澤 光治 後藤 由也		
神経内科		高木 隆助	高木 隆助	高木 隆助	関島 良樹 (信州大学)	大原 慎司 後藤 由也	信州大学より 交替制	
ふるえ・ふらつき 外来	午後				大原 慎司		完全予約制	
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・土曜休診 火・金曜:電話連絡必要	
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		
フットケア 外来	午後		横田 大介 柴田 祐充子 竹内 和航 馬場 智子	横田 大介 柴田 祐充子 竹内 和航 馬場 智子			完全予約制	
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・木曜休診 土曜:不定期 電話連絡必要
	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	原田 喜比古	木下 守	南風原 泰	原田 喜比古	南風原 泰		
	③	松本 武典	高橋 和史	神庭 重信	松本 武典	高橋 和史		
	④		杉浦 琢		神庭 重信	長田 亮太		
眼科		浅井 裕子 中澤 哲治	浅井 裕子	浅井 裕子 中澤 哲治	浅井 裕子 中澤 哲治	中澤 哲治	交替制	
耳鼻咽喉科		堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊		堀口 茂俊	水曜午後・金曜休診 平日午後・水・土曜予約制
アレルギー科		堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊		堀口 茂俊	完全予約制
補聴器外来	午後		堀口 茂俊					完全予約制
もの忘れ 外来	神経内科		○高木 隆助	○大原 慎司				完全予約制 ○:午後のみ
	精神科	交替制	交替制		交替制	交替制		

※泌尿器科、外科、整形外科、眼科、耳鼻咽喉科は予約を除き、午前11:00までの受付となります。
※土曜日午後は全科休診です。

