



【撮影者】三浦泰明さん（飯田市在住）
撮影者コメント：凜とした空気に包まれた晴天の冬の朝、旧市内より望む風越山を撮影しました。

目次

●年頭所感 2010	2
●入院患者さんへの面会を制限しています	3
●ねっとわーく 竹村整形外科医院	4
小坂クリニック	5
●禁煙外来のご案内	4～5
●家庭でできる リハビリテーション 体を硬くしないために	6
●検査の窓 血液凝固検査	7
●話題の広場 禁煙学習会開催 情報発信用ディスプレイ設置 ブルーサークルでアピール	7
●皆様の声にお答えします	7
●ご案内 70歳以上の入院される方へ	8
●職場紹介 術前外来の紹介	8
●新任医師の紹介	8

飯田市立病院 基本理念

私たちは、地域の皆さんの健康を支え信頼される医療を実践します

飯田市立病院 基本方針

- 1 私たちは、安全・安心で良質な医療を提供します
- 2 私たちは、患者さんの権利と意思を尊重し、地域の皆さんに開かれた病院づくりを行います
- 3 私たちは、地域の保健、医療、福祉機関と密接に連携します
- 4 私たちは、教育・研修機能を高め、医療水準の向上と人間性豊かな医療人の育成に努めます
- 5 私たちは、公共性と経済性を考慮し、健全な病院経営に努めます

飯田市立病院 理念行動指針

私たちは、誠意 熱意 創意をもって医療を実践します

年頭所感 2010



飯田市立病院 院長 千賀 脩

2010年の新春を迎えるにあたりまして、皆様に謹んで新年のお慶びを申し上げます。

昨年は1月にバラク・オバマ氏が第44代のアメリカ大統領に就任し、着々とブッシュ前大統領とは異なる政策を打ちだしていますが、世界の経済危機はまだまだ回復していません。また、イラク問題を含めアフガニスタン問題は、第2のベトナム戦争といわれるほど泥沼化しています。

一方、日本の政治では8月の衆議院選挙で予想通り民主党が自民党に圧勝し、16年ぶりに政権交代が行われ新しい風が吹き始めました。昨年の流行語大賞には、この「政権交代」が、また漢字は「新」がさまざまな新しいことを期待して、それぞれ選ばれました。その他では、事業仕分けとして国の事業の見直しが公開の場で討論され、予算の執行中止や削減が行われました。これにより今まで見えなかった税金の使い道が公に示され、天下りに伴う無駄使いなどがはっきりしてきました。

昨年は新型インフルエンザが大流行し、6月には長野県の第1、2例目が飯田で発生しました。新型インフルエンザは一時おさまっていましたが、冬になるに従って勢いを取り戻し、大流行してきました。幸い強毒性のインフルエンザではなかったのですが、それでも日本全体で100人以上の死者がでました。新型インフルエンザワクチンの接種対象者や時期の問題など、いろいろ問題点が噴出しました。また、芸能界では大物歌手や俳優などの覚せい剤汚染でにぎわい、暗い年となりました。

その中でも明るい話題では、野球に関することが多く、3月にはWBC(ワールドベースボールクラシック)で、日本が苦戦の末に連続優勝し日本中が熱狂しました。また、大リーグでは、マリナーズのイチロー選手が前人未踏の9年連続200本安打の大記録を達成し、さらにワールドシリーズではヤンキースが優勝し、松井秀樹選手が大活躍してMVPを獲得しました。今年は6月にサッカーのワールドカップが南アフリカで開かれる予定です。日本は予選リーグで、強豪のカメルーン、オランダ、デンマークと対

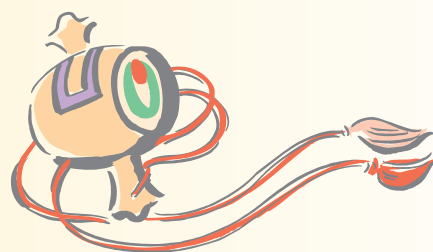
戦することが決まりましたが、目標のベスト4を目指して予選突破することを期待しています。

さて、新年にあたり昨年を振り返りながら、今年の病院事業の方針を述べ、年頭の所感とさせていただきます。昨年は自治体病院にとっての課題の一つである、公立病院改革プランを作成しました。4月にはDPC(診断群分類包括評価制度)が始まり、また5月から看護基準単位が10対1から7対1の手厚い看護体制になり、病院の経営も少しずつ改善してきています。

医療スタッフ、特に医師、看護師不足による地域医療の崩壊が相変わらず社会問題となっていますが、当院では昨年2月より新たに心臓血管外科医が赴任し、心臓の手術を再開することができました。医師の総数も一昨年より4名増加し、現在は93名の医師が働いており、あとは眼科の常勤医の確保が一番の問題点となっております。救命救急センターの充実や、産科医療を整備するための周産期センター及びがん関連施設の整備を図るため第3次整備計画を立てており、病院の中庭に新築する予定です。

今年1月に、当院にとって3回目の病院機能評価を受審する予定です。ハード面での充実だけでなく、人材などを含めたソフト面での充実を図り、長野県1の病院をめざして職員一丸となって頑張りたいと思います。

最後になりましたが、地域に信頼される病院をめざしてさらに頑張りたいと考えていますが、関係各位の皆様の深いご理解と、さらなるご支援をよろしくお願い申し上げます。本年が皆様にとって希望に満ちた明るい年となるよう心から祈念して新年のご挨拶といたします。

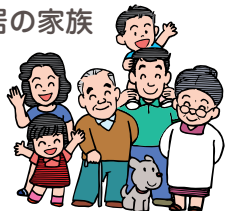


入院患者さんへの面会を制限しています

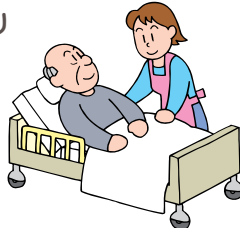
インフルエンザが流行しています。当院では感染予防のため、入院患者さんへの面会制限を行っております。ご理解とご協力をお願いします。

面会できる方は次の方とさせていただきます。

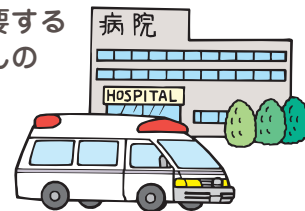
①同居の家族



②家族に代わり
常時在宅で
生活上の
お世話を
している方



③緊急を要する
患者さんの
関係者



面会についてのお願い

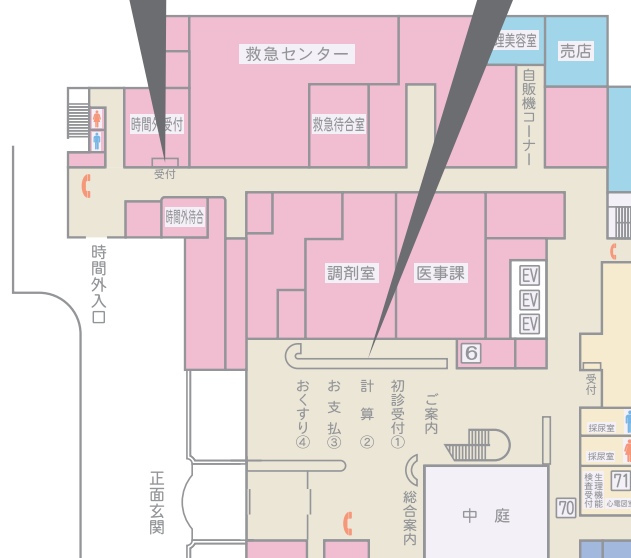
- 風邪症状等で体調のすぐれない方や、お子様連れの面会をご遠慮ください。
*特に小さなお子様は病気への抵抗力も弱く感染の心配もありますので、極力お控え下さるようお願いいたします。
- 患者さんの負担を考え、短時間・少人数でお願いします。
- 患者さんの病状やご希望により、面会できなかつたり、病室等のご案内ができない場合もありますのでご了承ください。
- 面会は原則として デイルーム でお願いします。

面会時間

- 午後1時～午後8時
(集中治療室、新生児集中治療室は面会時間が異なります)

面会についてのお問い合わせ

- 中央受付 (休日・夜間は時間外受付) へどうぞ



これだけは知っておきたい

流行を防ぐ咳エチケット

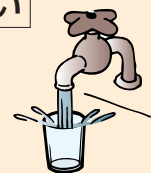
病院内には多くの患者さんがいますので、咳やくしゃみなどの呼吸器感染症状がある方は、インフルエンザを防止するためにマスクの着用をお願いします。ご自身の感染予防のためにも効果的です。



感染管理認定看護師
桜井 一彰

家に帰ったら手洗いとうがい

手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。外出後は必ず手洗いとうがいを習慣づけましょう。



インフルエンザに関する詳しい情報

厚生労働省ホームページ

<http://www.mhlw.go.jp/index.html>



竹村整形外科医院

(高森町吉田)



信頼される医療を

竹村整形外科医院 院長 竹村 通雄

当院は私の祖父・進が昭和35年に「竹村外科医院」として現在地に開設。私の父・憲が昭和49年に現在の「竹村整形外科医院」と改名、継承しました。

私は地元飯田高校を卒業後、栃木県の獨協医科大学入学。平成5年に同大学を卒業後、同大学整形外科学教室に入局。平成17年に当院を引き継ぎました。

私は当院で診療を始めて、栃木県と大きな違いに気がつきました。栃木県では定年を過ぎると仕事をしていない人がほとんどで、変形性関節症で膝が痛い、変形性脊椎症で腰が痛いなどの

60歳以降の患者さんの治療は、負担を減らし筋力訓練をして痛みを軽減していくことが第一でした。しかし、こちらでは70歳、80歳でも農作業を続けている患者さんが多く、負担を減らして仕事をしなければ、生活が出来なくなることを知りました。そのため、高齢者の患者さんの生活様式を把握した上で、少しでも生活・仕事の手助けができるような治療を心がけております。

今後も少しでも地域医療に貢献できるよう連携医療機関としての役割を果たし、患者さんが安心して生活・仕事出来るた

め信頼される医療を提供できるように努力していきたいと思えます。

最後に、飯田市立病院の先生方には日頃御忙しいになか御協力いただき心から感謝申し上げます。



竹村先生(前列中央)とスタッフの皆様

所在地	〒399-3102 下伊那郡高森町吉田471-3 ☎0265-35-2141
診療科目	整形外科、リハビリテーション科、リウマチ科
診療時間	9:00~12:30 15:00~18:30
往診	不可
休診	水曜日午後、土曜日午後、日曜日、祝日
駐車場	有



禁煙外来のご案内 “禁煙したいけど止められない” みなさまに

昨年10月より診療を開始した禁煙外来について、当院呼吸器内科塚平晃弘医師が質問形式で説明します。

タバコが体に悪いことは、知っちゃいるけど止められない。禁煙しようとしたが失敗した。こんな方はいませんか？ タバコには習慣性があるため、簡単には止められません。それでも、正しい知識とやる気があれば、禁煙は成功します。キーワードは、「環境ときっかけ作り」。一人では出来なかった禁煙を私たちスタッフと成功させませんか。



塚平晃弘 医師

問：禁煙外来ってなんだろう？

私は内科医で、呼吸器疾患の診療を行っており、毎年50名近い肺がんの患者さんに出会います。日本では過去20年間、喫煙の害の周知、禁煙に関係する疾患の一次予防がなされませんでした。その結果、肺がんは1985年以降、日本人のがん死の第1位となり、肺がん患者さんの約9割は喫煙と関係します。今回、禁煙外来を始めるに当たり、当院

登録医紹介

登録医とは共同診療、検査機器の利用、研修参加などを一緒に行なって、より良質な医療を地域の皆様に提供するため、協力いただいている医療機関です。

小坂クリニック

(飯田市座光寺)



登録医としての役割

小坂クリニック 院長 小坂 秀

昨年8月、父の開院した診療所の老朽化により、座光寺駅前に小坂クリニックを新規に開業いたしました。早いもので、平成10年に父が体調を崩したため診療所を引き継ぎ11年目になります。私自身は、当地に暮らしたことはありませんでしたが、地域の方たちに温かく迎えていただき診療を続けていくことが出来ました。私は、昭和60年、聖マリアンナ医科大学卒業後、東京の国立国際医療センター、東芝病院で消化器内科を中心とした専門臨床に携わり、その後3年間北海道で僻地医療に携わって参りました。その時の経験を財産として、内科専門医・消化器内視鏡専門医として以外にも、小児から高齢者の患者さんを診

療できるように心掛けて参りました。

必要があれば、的確に専門医への紹介が行え、当院での消化器内視鏡の検査は、年々増えて参りました。残念なことに、未だ内視鏡検査に対するの恐怖心を持つ患者さんが多く見られます。当院で内視鏡検査を受けることにより内視鏡検査に対するのイメージが変わり、少しでも早く内視鏡検査を受けられるようになっていただければと思っています。

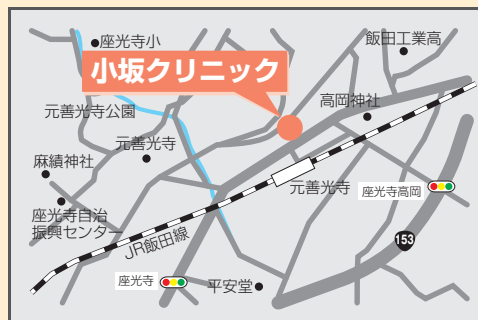
地域に専門医療が行える中核病院として飯田市立病院があることは、当院でも内視鏡的治療を行っておりますが開業医としての治療には限界があるため、大変心強く感じております。ま

た、内科、小児科、外科の先生方には急患の紹介の時などは、随分ご無理をお願いしておりますが、快くお受けいただき、詳細なご報告もいただき大変感謝しております。これからも、飯田市立病院と連携を取ることで地域医療に貢献していきたく思います。



小坂先生(前列中央)とスタッフの皆様

所在地	〒395-0001 飯田市座光寺3496-1
	☎0265-24-3933
診療科目	消化器内科、内科、小児科
受付時間	9:00~12:00 15:00~18:00
往診	可
休診	水曜日午後、土曜日午後、日曜日、祝日
駐車場	有



は病院敷地内を禁煙にしました。愛煙家からの批判もありましたが、積極的に地域の健康活動を行うことは、病院として当然の役割であると考えています。

問：3ヶ月で5回の受診をする価値はあるのかな？

予算は、一日一箱300円のタバコを2ヶ月吸い続けた値段とほぼ同じ。禁煙補助剤、当院専用テキスト、COアナライザーを使用します。成功すれば、タバコ代が浮き、さらに健康を手に入れられると思えば安いものです。

問：長年喫煙していたし、もう手遅れでは？

禁煙開始に遅すぎはありません。肺の機能は、加齢によって緩やかに低下しますが、喫煙は肺の老化を早めます。禁煙は、開始したその日から肺の老化を穏やかにします。このため、60歳でも酸素ボンベが必要な方もいれば、80歳でもゲートボールに出かける方もいます。再生できない臓器(肺)のいたわりに、決して遅すぎはありません。

問：禁煙したら何か良いことがあるのかな？

私も若い頃はスモーカーでした。私の経験では、禁煙により痰が無くなり、体が軽くなり、今では、私はエレベーターに乗ることがありません。味覚が繊細になり、例えばご飯や味噌汁など微妙な味の違いが分かるようになりました。

禁煙外来に関するお問い合わせ

市立病院人間ドック検診室
受付時間 平日14:00~16:00
(☎21-1255 内線2250)

体を硬くしないために

脳卒中などで体が硬くなったり、動かしにくくなったりすることがあります。体が硬くなると転倒・転落しやすくなります。体を硬くしないためのケアについて、ご紹介いたします。

背中を伸ばしましょう

座った状態で両手を組み、体を曲げながら組んだ手をつま先に向かって伸ばしていきましょう。無理をしないで、出来る範囲で体を曲げていきましょう。



*両手を組めない場合や、麻痺した側の手が伸びない場合は、麻痺していない方の手で行ってください。

体をひねりましょう

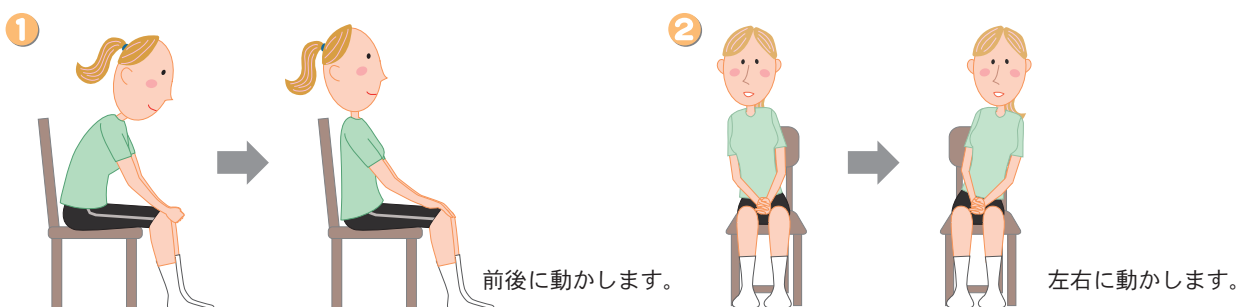
座った状態で手を組み、体をひねりましょう。無理をしないで、出来る範囲で体をひねりましょう。



*両手を組めない場合や、麻痺した側の手が伸びない場合は、麻痺していない方の手で行ってください。

腰をうごかしましょう

座った状態で腰を左右前後に動かしましょう。



検査の窓

その14

血液は体外に出ると(出血)、固まる性質がありますが、この機能が正常に働いているかを調べる検査が血液凝固検査です。この検査の目的は大きく分けて、次の4つになります。

- ①出血が止まりにくい患者さんに手術をすると非常に危険ですので手術前検査として実施されます。
- ②血管内で、血液が固まり易くなって血栓ができ血管をふさいでしまう心筋梗塞や脳梗塞な

血液凝固検査

どの病気の治療時に、血栓予防の薬(ワーファリンなど)の効果調べます。

- ③血友病に代表される先天性凝固因子欠損症の診断に用いられます。
- ④凝固因子は大部分肝臓で造られています。このことから肝機能検査のひとつとして利用されます。



話題の 広場



禁煙学習会開催

10/23(金)

タバコが健康に及ぼす影響や、ニコチン依存症の治療について考える職員禁煙学習会が開かれました。

昭和電工塩尻・大町事業所専属産業医松澤幸範さんを講師に迎え、禁煙治療をめぐる最近の動向について、分かりやすい講義を受けました。

禁煙外来での具体的な治療方法の解説もあり、有意義な学習会となりました。参加者は81名。当院は「地域がん診療連携拠点病院」であり、職員の禁煙に対する関心の高さがうかがえました。



講義をする松澤幸範さん

ブルーサークルでアピール 世界糖尿病デー

11/14(土)

11月14日は国連が定める「世界糖尿病デー」。

世界各地で糖尿病の予防、治療、療養のための啓発活動が行われました。当院ではこの運動のシンボルカラーでもあるブルーのイルミネーション「ブルーサークル」でこの世界的な運動をアピールしました。



鮮やかなブルーのイルミネーション

情報発信用ディスプレイ設置

11/16(月)

外来待合に、当院からのお知らせや医療情報、その他必要なニュースを提供するための情報発信用ディスプレイを設置しました。これは、デジタルサイネージと呼ばれる情報発信システムで、公共機関でも新たなメディアとして今注目を集めています。

現在、院内広報はそのほとんどが張り紙形式ですが、今後はこれらを整理し、今ご覧いただきたい情報はこのディスプレイを通してお知らせしていきます。



外来待合に設置されたディスプレイ

皆様の声にお答えします



食堂に小さな子ども用のイスがある
といいと思います。目の高さのテーブルでご飯を食べており、お母さんも大変そうでした。



貴重なご意見ありがとうございます。早速、食堂へ小さな子ども用のイスを用意させていただきました。今後も病院をご利用いただく皆さんへのサービスの向上に努めてまいります。



70歳以上の入院される方へ

ご存知ですか

入院時自己負担限度額および食事代減額制度のご案内

医療費が自己負担限度額までになり、食事代も減額される制度があります

●入院中における自己負担限度額、食事代の自己負担は、表の区分のようになっています。

●Ⅰ・Ⅱに該当すると思われる方は、申請してください。

区分	対象者	食事代	自己負担限度額
Ⅰ	70歳以上の方で、市民税が非課税、かつ所得が一定基準を満たす世帯の方(世帯員全員について)	1食につき100円	15,000円
Ⅱ	市民税が非課税世帯の方(世帯全員が非課税)	90日を越える入院(過去12ヶ月間の入院日数)	1食につき160円
		90日までの入院	1食につき210円
	Ⅰ・Ⅱ以外の方	1食につき260円	44,000円

申請方法

①必要なもの **保険証、印鑑**

(90日を超える入院の場合は入院期間のわかる領収書や証明書)

②申請の場所 **国民健康保険の加入者は市町村役場**

(国民健康保険以外の方は、各保険証発行機関へお問い合わせください)

③医療機関への提示

発行された認定証は毎月1回、病院窓口へご提示ください。

シリーズ ● 職場紹介 ● その23

【術前外来の紹介】

平成20年10月から、手術室看護師による術前外来を開始しました。手術を控えた患者さんに対し、看護師の視点による問診、麻酔・手術に関する説明などを行っています。現在、術前外来の対象としているのは、婦人科、泌尿器科、耳鼻科、口腔外科の患者さんです。術前外来は予約制となっており、手術が決まった時点で各科から予約が入ってきます。

術前外来では、主に麻酔別のDVDを見て頂いたあと、手術室看護師が問診を兼ねた面談を行います。1週間に10人前後の患者さんが術前外来でのオリエンテーションを受け、「麻酔や手術に対する恐怖心が少なくなった」「説明が丁寧で分かりやすかった」などの声を頂戴しています。

医師とは違った視点で患者さんにアプローチし、そこで得た情報は麻酔科

医師や外科系医師、他の看護師へ提供し、患者さんがより安全に周術期を過ごすことができるよう支援しています。



あ と が き

新型インフルエンザが大流行となり、毎日ニュースが流れています。『死者も出ているから怖いんだに』と言われながらも、ニュースを見ているし、手洗い・うがいもばっちり、健康な自分だけは大丈夫。そんな根拠のない自信を持っていました。実際に体験すると、実は何も知らず不安で、何より自分が感染源で広めていないかが気がかりでした。そして日頃の不摂生を改めようと決意しました。周りに多大な迷惑をかけたことに反省をしつつも、生活の見直しのできた事だけは良い機会だったと感じました。 編集委員 秋山真紀

新任医師の紹介 平成21年10月1日～12月28日



循環器内科
赤沼 博
(あかぬま ひろし)
平成8年卒業
平成21年10月1日着任
前勤務病院
福山循環器病院



外科
代田 智樹
(しろた ともし)
平成18年卒業
平成21年10月1日着任
前勤務病院
信州大学医学部付属病院



歯科口腔外科
大久保雅基
(おおくぼ まさき)
平成15年卒業
平成21年10月1日着任
前勤務病院
小諸厚生総合病院



近くの「かかりつけ医」を持ちましょう。市立病院へ初診で来院される場合、かかりつけ医からの紹介による事前予約があると待ち時間が短縮されます。