



IIDA MUNICIPAL HOSPITAL NEWS

飯田市立病院

News

NO. 88
2023. New year



2p 年頭所感

3p 感染症に対する予防

4p 5p ねっとわーく つかはらおやこクリニック
須田内科醫院

ボランティア委員会の活動について

6p がん相談支援センターからのお知らせ

7p 話題の広場 世界糖尿病デーの取組報告

8p 職場紹介 介護老人保健施設ゆうゆう
2階Bチーム

レントゲン博士の独り言

患者さんの声

新任医師の紹介

霜月祭り

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、患者さん中心の医療を実践します
- ③私たちは、地域の保健、医療、介護、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、医療水準の向上とともに、職員が誇りややりがいの持てる職場をつくります
- ⑤私たちは、公立病院として、よりよい医療を提供し続けるために、健全な経営に努めます

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

明けましておめでとうございます。今まで3年間、新型コロナウイルス感染症(コロナ感染症)に翻弄されてきましたが、ワクチン接種や標準的な感染対策も習慣化してwithコロナ、afterコロナへと世の中は歩みはじめ、社会活動や経済活動も回復基調にあります。しかし病院は、コロナ感染症によって患者さんの治療が中断や延期を余儀なくされたり、更には入院が出来ないことがないように、また病床がひっ迫して救急医療やがん診療、分娩、小児医療など本院が担っている地域の高度急性期医療が制限を受けないためにも、今後もコロナ感染症に対してきわめて厳重な対応をとり続けなければなりません。職員は感染予防と感染対策を意識して日々勤務にあたっております。皆様には入館や面会については、引き続き感染予防の規定に沿って実施していただいております。今後コロナ感染症がどのような扱いになるのか定かではありませんが、いましばらくご協力をよろしくお願いいたします。

コロナ感染症で社会経済活動の停滞がありましたが、その間も少子高齢化、労働力不足は確実に進み、対応は急務です。本院ではこの先、地域の医療サービスを維持するためには次のような取り組むべき課題が存在しています。

まず、かかりつけ医機能と紹介患者さんへの外来を基本とする医療機関の整備です。コロナ感染症拡大により全国的に在宅医療や地域医療のぜい弱性が明らかになり、病院の負荷は増大し医療ひっ迫や平時のような診療ができない事態が発生しました。そのため患者さんやご家族に継続的に関わり、必要に応じて入院を受けたり、退院後の診療を行ってくれるかかりつけ医機能の重要性がクローズアップされました。地域のかかりつけ医機能を主にした診療所や病院と、かかりつけ医からの紹介患者さんを主に診療する地域中核病院が連携しあう医療体制の構築が求められております。飯田市立病院はかかりつけ医から紹介された方の診療を中心に行い、治療後にはかかりつけ医に逆紹介して戻っていただく医療機



飯田市立病院 院長
堀米 直人

関としての機能をさらに充実いたします。

次に、働き方改革への対応です。我が国の医療保険制度の国民皆保険とフリーアクセスは世界に誇る金看板ですが、維持するために医師が長時間労働を行うことも多く、早急には是正する必要があります。具体的には医師個人が主治医となり担当していた診療を複数主治医制や当番制にかえる。多職種で診たり役割を分担するチーム医療やタスクシフト、ワークシェアを強力に進める。病状説明は平日時間内をお願いする、などであります。患者の皆様は心掛けていただきたいことは、「上手な医療のかかり方」として感染予防や新しい生活習慣を心掛け健康保持を意識して生活していただき、コンビニ受診を控え、当院受診の際は紹介状を持参する。休日夜間よりできるだけ日中、しかもかかりつけ医を受診していただき、休日時間外救急は輪番病院を受診する。信頼できる医療情報サイトや#8000、#7119を活用するなどです。どうかよろしくお願いいたします。

最後に、マイナンバーカードの健康保険証(マイナ保険証)の利用です。デジタル庁はマイナンバーカードの導入・普及を進めています。具体的には4月からマイナ保険証以外の従来の保険証の利用時には受診料が引き上げられ、更に現行の健康保険証は2025年までに廃止されてマイナ保険証に原則切り替える方針が打ち出されています。皆様にはご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

私共は皆様は日々健康に暮らしていけるよう精一杯お手伝いいたします。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

感染症に対する予防

インフルエンザの流行を予測する上で、南半球の発生状況が参考となります。

昨年は南半球での発生は極めて少数で、北半球に位置する日本でも同様に流行は見られませんでした。

しかしながら、今シーズンの南半球では報告数が増加し、例年を超えるレベルの流行となり、新型コロナウイルスとの同時流行で医療の逼迫が問題となりました。

今般は海外からの入国が緩和され人的交流が増加しているため、国内へのインフルエンザの持ち込みが予測されます。従って、日本においても今年はインフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行が懸念されます。加えて日本では過去2年間のインフルエンザの流行がなかったため、社会全体のインフルエンザに対する集団免疫が低下していると考えられ、一旦感染が発生すると、特に小児を中心に大きな流行となる恐れがあります。

そのため、同時流行に備えて私たち一人ひとりの自主的な感染予防行動の取り組みを行うことで、高齢者等重症化リスクの高い者を守り医療逼迫の防止や通常医療の確保に繋がります。

インフルエンザと新型コロナウイルスは同じ伝播経路(飛沫・接触)で感染します。従って新型コロナウイルス感染予防として今まで行ってきた行動がそのままインフルエンザ対策にも繋がります。

一人ひとりの基本的感染対策では、感染防止の3つの基本である「①身体距離の確保」「②マスクの着用」「③手指衛生」が重要となります。

日常生活を営む上での基本的な生活様式として、こまめな換気や「3密(密集、密接、密閉)」の回避、健康状態に応じた運動や食事、適切な生活習慣を実行することが大切です。

また、毎日、健康観察を行い、発熱や風邪の症状がある場合は無理をせず自宅で療養する。これらの対策が新型コロナウイルスやインフルエンザ感染の予防となり、延いては冬季に流行する感染症(感染性胃腸炎など)全般の予防にも繋がっていきます。

密集 **密閉** **密接**

三密を避ける

こまめな換気

間隔を空ける

会話は真正面を避ける

食事は横並びで

毎朝の健康チェック

買い物は
すいた時間に
少人数で

咳エチケットの徹底

帰宅後すぐに手や顔を洗う

これは新しい生活様式の一例です。
くわしくはこちらの2次元コードから
アクセスしてみてください。

出典：厚生労働省
「新しい生活様式の実践例」



つかはらおやかクリニック

- 診療科目** 小児科・アレルギー科・腎臓内科・内科
- 院長** 塚原 孝典
- 所在地** 〒395-0825 長野県飯田市松尾城3945
- 電話番号** 0265-49-0853
- 駐車場** あり



診療時間		月	火	水	木	金	土	日	祝
小児科	8:45~12:00	○	○	○	○	○	○		
	14:00~15:00	○	○	○	休	○	休		
アレルギー科	15:00~18:00	○	○	○	休	○	休	休	休
腎臓内科 内科	9:00~12:00	○	●	休	○	○	●		
	14:00~15:00	● 月のみ~16:00	●	休	休	●	休		

●は完全予約制

新規開院のご挨拶

この度、令和4年10月に飯田市松尾城で開院させていただきました。当院は、小児科医(院長)、内科医(副院長)の2名体制で診療させていただいております。院長は長野県上田市出身、副院長は大分県出身ですが、ご縁もあり、飯田の地で開院させていただくこととなりました。

前職(院長)では、飯田市立病院に勤務していたため、専門外に関しては、他科の先生にすぐに診ていただける環境でしたが、今は、さまざまな主訴で受診されるため、改めて勉強している日々を過ごしております。また、コロナ禍という特殊な環境でもあるため、どのように診療していくのが良いのか、スタッフとも相談しながら手探りしています。診療開始から3か月程度経ちますが、まだまだ落ち着かない生活が続いています。

飯田市立病院をはじめ、2次3次医療機関ともしっかりと連携を行いながら、より良い医療を提

供できればと思っております。地元の方々に信頼していただき、少しでもお役に立てるようにスタッフと力を合わせて頑張っていきますので、どうぞ宜しくお願いいたします。



塚原院長(左)と副院長(右)

飯田市立病院ボランティア委員会の取り組み

飯田市立病院ボランティア委員会では、12月23日に、入院中の患者さんにクリスマスの気分を味わっていただきたく、職員がサンタクロースに扮して「オリジナルメッセージカード」を配布いたしました。

メッセージカードには、スマホを繋ぐと、「産科医師・研修医によるリコーダー演奏」「看護部師長によるハンドベル演奏」の動画が閲覧できる工夫をいたしました。

今後も、患者さんの入院生活において、楽しんでいただけるような活動に取り組んで参ります。

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。

須田内科醫院

- 診療科目 内科
- 院長 須田 成彦
- 所在地 〒395-0001 長野県飯田市座光寺3440
- 電話番号 0265-21-1071
- 往診 可
- 駐車場 あり

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	休
15:00~18:00	○	○	休	○	○	休		



開業18年目を迎えて

飯田市座光寺の旧国道沿いに須田内科醫院を開業して18年が経ちました。現在3名の看護師、2名の事務員で小規模ながら診療をしています。

リニア新幹線構想で最初のルートは正に現在の医院付近に駅ができる計画でしたが、諸般の事情でルートが西側にずれたため、この場所を動かなくてすむようになりました。今となってはこの地に開業を決めた父の判断に感謝しております。

診療は専門である糖尿病患者さん中心ですが、高齢化社会を反映して様々な患者さんがこられます。一人の開業医としてできる医療には限界と感じられる症例もありその状況に応じて病院へ紹介しますが、紹介患者を快く引き受けていただきとても感謝しております。

病診連携が叫ばれる中、飯田市立病院では地域連携室を経由したスムーズな紹介システムにより、患者さんを紹介できることは大変心強いこと

です。受診後詳細に書かれた返書を提供いただき診療に関わった先生方にはとても感謝しております。病診連携における逆紹介を受けるにふさわしい医療機関として日々自己研鑽が必要と考えております。

今後ともよろしくお願いたします。



須田先生(前列中央)とスタッフの皆様



がん相談支援センター からの お知らせ

2022年度がんサロン結の中でおこなわれたミニがん講座についてご紹介します。

毎回がんサロンのはじめ20分ほどの時間は院内の職員からがんに関わることをお伝えしています。今年度は6月から開始し、令和5年1月現在、8回開催しております。

ピアサポート＝自身・家族としてがんを経験した人が同じ体験をした人を支援すること。がんの体験を共有し、ともに考えることで一人じゃないと感じられることも。

副作用で食欲が低下しても一時期を過ぎれば戻ることが多い。脱水、絶食にならなければ大丈夫。

6月	がん相談支援センターの案内・ピアサポーターについて	がん専門相談員
7月	無理なく食事をするために	管理栄養士
8月	がん薬物療法について	薬剤師
9月	日常における新型コロナウイルス感染対策	感染管理認定看護師
10月	ストレスへの対処法 ～気持ちと体を すっきりさせるために～	臨床心理士・ 認定心理士
11月	がんと放射線治療	がん放射線看護 認定看護師
12月	皮膚を守る予防的スキンケア	皮膚・排泄ケア 認定看護師
1月	がんに関わる検査について	臨床検査技師

《最近の治療》

・副作用を抑える方法が開発されている。
・がん細胞の特徴に合わせそこを攻撃する治療をしている。

家庭用洗剤に含まれる界面活性剤で除去。拭き掃除は一方向に拭いて効果的に。

リラクゼーション法をみんなで実践。
①体の各部位10秒力を入れる。
②力を抜いて20秒その感覚を味わう。

放射線治療は治療の効果も副作用もあてる部分だけ。多くの場合は外来通院で治療できる。できるだけ今の生活を続けながら治療できるよう、サポート。

①清潔(泡で洗う)
②保湿(量よりも回数と継続が大切)
③保護(部屋の加湿、日焼け予防など)

がんサロン結として初めて検査をテーマに講座を開催。腫瘍マーカーについてや、病理検査がどのような流れでされるのか、免疫チェックポイント阻害剤と検査の関係など興味深いお話がされました。

がんサロン結

- 開催日時 毎月第1水曜日 15時～16時
 - オンライン(ZOOM)で開催中。ご自宅などからお気軽にご参加いただけます。ZOOMの使い方は相談員がお教えできますので、ご連絡ください。
 - がん患者さん、ご家族、他院におかかりの方など、どなたでもご参加いただけます。
 - 今後の予定 ◇2月1日(水) 15:00～16:00 自宅でできるセルフケア 講師：言語聴覚士
◇3月1日(水) 15:00～16:00 口腔ケアのこと 講師：歯科衛生士
- ※令和5年度の日程については、今後、飯田市立病院ホームページ等でお知らせします。

「話をきいてもらいたい」「こんなときいてもいいのかな」と思われることでも、ぜひお気軽にお声がけください。ご相談は無料で秘密は厳守いたします。

がんに関するご相談や就労相談、就職相談のご予約・お問い合わせは・・・

飯田市立病院 がん相談支援センター

受付時間 平日 8:30～17:15 直通電話 0265-21-2010

場所 130 がん診療・緩和ケアセンター内



話題の 広場

11月14日は世界糖尿病デー、11月13日～19日は全国糖尿病週間でした

★世界糖尿病デー、全国糖尿病週間って？

糖尿病デーは、インスリンを発見したフレデリック・バンティング博士の誕生日から制定されました。糖尿病週間とは、各都道府県糖尿病協会や患者会が主体となり地域単位で啓発活動を行う週間です。

★11月9日～21日にかけて、ライトアップとポスター掲示を行いました

ライトアップは糖尿病デーのシンボルであるブルーサークルをイメージして正面玄関横に設置しました。ブルーサークルは「どこまでも続く青い空」と「団結を表す輪」からデザインされています。

ロビーには花紙でブルーサークルを作り、ポスターと一緒に展示しました。ポスターは「糖尿病ってどんな病気？」「運動しましょう」などの4枚を掲示しました。

★できる範囲の消費活動をしてみよう

下の絵は、特に人気のあった「消費エネルギー」ポスターの一部です。

ウォーキング20分を70日間続けると1kgの減量が見込まれます。しかし、毎日20分の運動はとてハードルが高いです。運動の時間を取りにくい時は日常生活活動を増やすことで体重増加を予防していきましょう。



※筋肉量や動きのスピードによっては個人差があります。

※生活活動はエネルギー消費にはなりますが、減量や体力向上・健康増進目的にはなりません。



ライトアップ



ポスター掲示



シリーズ ● 職場紹介 ● その74

【介護老人保健施設ゆうゆう2階Bチーム】

2階Bチームは、主に長期入所サービスを利用しながら在宅復帰を目指す26名の利用者さんへ、排泄・食事・入浴・移乗等のサービスを提供させていただいております。

日常生活の中で、生活機能の維持・向上を目指す「生活リハビリテーション」を重視し、安心して在宅生活をお送りいただけるよう支援すると共に、利用者さんが、施設生活の中で楽しみを持ち、生き甲斐を感じる事のできる時間を提供できるよう取り組ませていただいております。

ご家族や利用者さんから、昔の様子、趣味や特技等を教えていただき、その方に合った余暇の過ごし方を提案し、職員が寄り添いながら、楽しみのある生活を提供させていただけるよう心がけて

おります。

これからもご家族や利用者様に寄り添いながら、心のこもった温かい支援をさせていただきます。在宅の生活で困ったこと等ありましたら、お気軽にご相談ください。





RI検査とは？

核医学検査には大きく分けてRI検査(核医学検査)とPET検査(陽電子放出断層撮影)の二種類の検査があります。今回はRI検査で代表的な骨シンチグラフィ検査と心筋シンチグラフィ検査についてお話ししたいと思います。

●骨シンチグラフィ検査

がんが骨へ転移していないかを確認するために行われることが多い検査です。この検査に用いられる放射性医薬品(少量の放射線を放出する薬)は骨の代謝や反応が盛んなところに集まる性質があります。この性質を利用して骨転移や骨の炎症、骨折の診断ができます。骨のRI検査は、乳がん、肺がん、前立腺がんなど骨に転移しやすいとされるがんの治療前や治療後の経過をみる上で欠かせません。またX線検査よりも早期に骨の異常を発見することができます。



当院のRI検査で使用するSPECT装置

●心筋シンチグラフィ検査

心筋(心臓の筋肉)の血流や心筋の代謝といった心臓の機能をみるための検査で、狭心症、心筋梗塞、心筋症などの心臓の病気の有無や程度を診断することができます。

放射性医薬品には様々な種類があり、目的にあった薬を用いることで、脳や肺、腎臓や甲状腺など様々な臓器の病気の診断が可能です。当院では専門の医師と診療放射線技師が安全に配慮して行っています。患者さんの病状を正確に把握し、より適切な治療方針を決定するためや治療後の経過を的確に観察するために、核医学検査が必要となります。



今回はRI検査についてお話しさせていただきました。

次回はPET検査について詳しくお話しさせていただきます。

骨シンチグラフィ検査 全身像
(成人正常例)

当院のご意見箱に
頂戴した内容
をご紹介します

患者さんの声



Q 自動支払機を見たところ、支払いが現金とクレカだけでしたが、今のご時世、電子マネーやQR決済など様々な支払い方法があるので、ある程度それらの支払い方法に対応していただきたい。

A 自動支払機は、R4年1月から現在の機種になっております。当該機種で電子マネーやQR決済を設定することは可能であり、この機種を導入する際に検討しました。しかし、コスト面で見るとクレジットカードより高くなることや、同規模病院で導入しているところはないことから、見合わせました。ご意見のとおり電子マネーやQR決済が普及してきているため、今後は他院の導入状況も考慮しながら検討してまいります。

～皆様からのご意見を真摯に受け止め改善に努めます～

新任医師の紹介 (令和5年1月1日)



皮膚科

小佐野 めぐみ

(こさの めぐみ)

平成31年卒業

令和5年1月1日着任

前勤務病院

信州大学医学部附属病院

あ と が き

行動制限が緩和されて、旅行や美味しい物を食べに出かれるようになり、楽しみを増やしたい所ですね。ただ、今シーズンは3年ぶりにインフルエンザが流行すると報道されています。楽しみを持ちつつも、引き続き気を付けながら過ごしていきましょう。

編集委員 棚田麻衣