

あした 元気に なあれ

Vol.
70

第69回 知っておきたい医療の知識

振り返ろう 自己流歯みがき

訪問看護ステーションが
開所20周年を迎えました!

長野市民病院は

AC長野パルセイロの
メディカルチェックを担当しています!

登録医紹介

しぶさわ耳鼻医院 [須坂市相森町]

長野市民病院広報誌 2017年4月発行



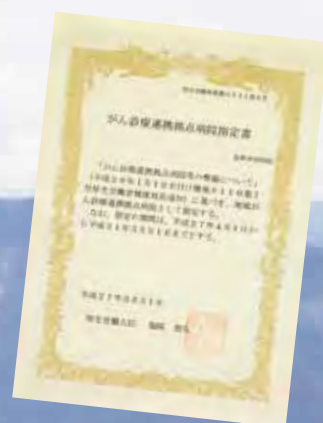
特集

Hospital Now.16

地域がん診療連携拠点病院として

果たすべき使命

果たすべく 使命



地域がん診療 連携拠点病院とは

全国どこでも質の高いがん医療を受けられる体制の確立をめざし、厚生労働大臣によって指定された病院です。平成29年4月1日現在、全国では地域がん診療連携拠点病院として348施設が指定されており、長野県では当院を含め7病院が指定されています。専門的ながん医療の提供、地域のがん診療の連携協力体制の構築、がん患者さんに対する相談支援および情報提供を行う役割を担っています。

緩和ケア認定看護師
しもや ゆきこ
下谷 由紀子

緩和ケアセンター科長
やまだ きょうこ
山田 響子

化学療法センター長
せきの やすし
関野 康

長野市民病院

「がんセンター」へ

長野市民病院は、平成7年の開院当初より、「がん診療」を大きな役割の一つに掲げており、高度で専門的な医療の提供に努めています。

平成19年1月には、厚生労働省より「地域がん診療連携拠点病院」の指定を受け、長野県北信地域のがん診療の中核病院としての役割を果たしてまいりました。

がんは急性心筋梗塞、脳卒中とならび、3大疾病の一つに挙げられ、昭和56年以降、死因の第1位となっています。男性の2人に1人、女性の3人に1人が生涯のうちにがんと診断されると言われており、私たちにとって身近な病気です。かつては不治の病という印象が強かったですが、近年では医療技術が向上したことで生存率も高まり、がんは根治をめざせる病気となってきました。

当院では、院内横断的な組織であ

る「がん治療センター」を中心として、手術療法、放射線治療、化学療法、緩和ケアを効果的に組み合わせた「集学的治療」を提供しています。また、多職種によるチーム医療によって、患者さん一人一人が直面する悩みにも寄り添いながら、切れ目のない診療を行っております。

本年4月からは「がん治療センター」を「がんセンター」と名称を変更し、がんの診断、治療に加えて、がん予防の啓発活動や研究にも一層力を入れてまいります。

世界的にもがん患者は増加傾向にあります。世界保健機関（WHO）は、平成27年には世界で880万人ががんで亡くなっており、3年前より60万人増えていると発表しています。さらにWHOは、がんで死亡した3〜5割の方は生活習慣の改善によってがんを回避できた可能性があるという見解を示しており、がん予防の啓発活動の重要性を訴えています。

西村 秀紀

にしむら・ひでき

長野市民病院 副院長

がんセンター長

呼吸器外科・乳腺外科部長

心臓血管外科部長

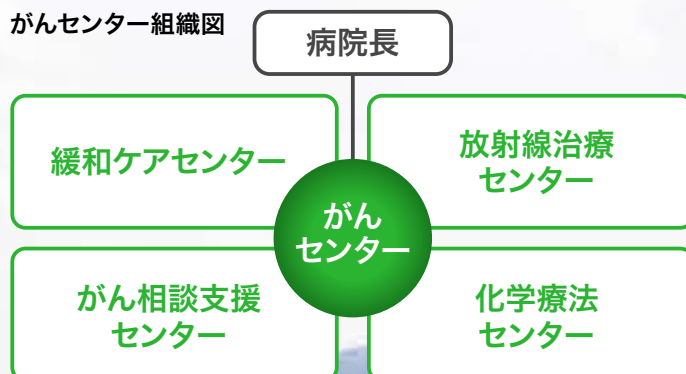
日本外科学会指導医・専門医

日本呼吸器外科学会指導医・専門医

日本乳癌学会専門医

日本臨床腫瘍学会暫定指導医

がんセンター組織図



放射線治療センター長

はしだ いわお
橋田 巖

がん看護専門看護師

よこがわ しほこ
横川 史穂子

がん化学療法看護

認定看護師
しおの やみつこ
塩ノ谷 美津子

がんセンター長

にしむら ひでき
西村 秀紀

正常組織の損傷を抑え

がんに集中照射

手

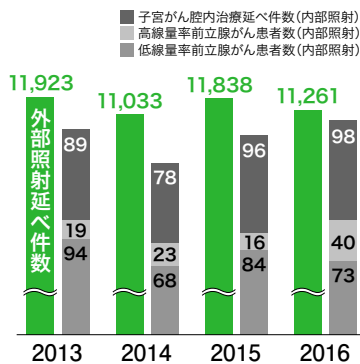
術、薬物療法と並ぶがんの3大療法の1つが放射線治療です。身体に傷をつけることなく、臓器を残し機能を維持したままがんの完治をめざす治療です。完治が望めない場合でも、症状の改善や疼痛緩和が得られます。当センターでは、より安心して治療を受けていただけるよう放射線治療専門医、放射線治療専門放射線技師、医学物理士、がん放射線療法

看護認定看護師といった放射線治療を専門とする多職種のチームで治療にあたっています。放射線治療には、身体の外から放射線をあてる「外部照射」、身体の中から照射する「小線源治療」（内部照射）、放射線医薬品を服用または注射して目的の臓器に集積させて治療を行う「内用療法」があります。

ライナックと呼ばれる放射線治療装置を使った治療です。強度変調放射線治療（IMRT）という特殊な技術により腫瘍だけに高い線量を集中させ、周囲の正常組織への線量を減らすことが可能になりました。これにより、副作用を抑えつつ、治療成績の向上が期待されます。

外部照射

近年の放射線治療件数（件）



チーム医療で 守備範囲を広く

薬

物療法（化学療法）には従来の抗がん剤治療のほか、ホルモン剤による内分泌療法や分子標的薬と呼ばれる薬剤による治療なども含まれます。これらのがん薬物療法を行うのが化学療法センターです。

がん薬物療法専門医、がん専門薬剤師、がん化学療法看護認定看護師など、専門知識をもつ多職種のスタッフが協力してチーム医療を行っています。ベッド5床とリクライニングチェア15床を整備し、専任看護師8人の体制で1日平均25人の患者さんに治療を行っています。

副作用に対するサポート

がん薬物療法の進歩に伴い、がん患者さんの生存期間は確実に延長しています。がん薬物療法とい

うと「副作用がきつい」というイメージを持っている方も多いと思います。薬によっては「食欲が落ちる」「毛が抜ける」「手先がしびれる」などの副作用があり、患者さんの日常生活において不快な面があるのも事実です。当院では副作用に対し、緩和ケアチーム（P6図2）などが患者さんのQOL（生活の質）が向上するようサポートしています。主治医一人では見落とすかもしれない副作用や患者さんの不満も、チーム医療であればカバーできる範囲が広がります。

コミュニケーションを大切に

最近では「オプジーボ」に代表される免疫療法が登場し、注目を浴びています。オプジーボとは、人間が本来持っているがん細胞を排除

橋田 巖

はしだ・いわお

長野市民病院 放射線治療科部長
 がんセンター 放射線治療センター長
 日本医学放射線学会日本医学放射線
 治療専門医
 日本がん治療認定医機構暫定教育医



小線源治療(内部照射)

小線源治療は、県内では当院を含む4施設のみで行われており、症例数ならびに治療内容は県内随一です。平成16年に早期の前立腺がんに対して、I-125(ヨウ素)という非常に小さな線源を、前立腺内に刺入する永久挿入密封小線源療法を開始しました。現在1、100例を超え、国内でも有数の治療施設になっています(全国で5番目に1、000例を達成)。平成25年には、ラルスと呼ばれる高線量率の小線源治療が可能な装置が導入され、子宮頸がんに対する腔内治療や前立腺がんに対する組織内治療を開始しました。どちらも照射直前にCTを撮影し、画像から腫瘍や周囲の正常組織の処方線量を計画する画像誘導放射線治療という最新かつ安全な方法で行っています。

がんセンター



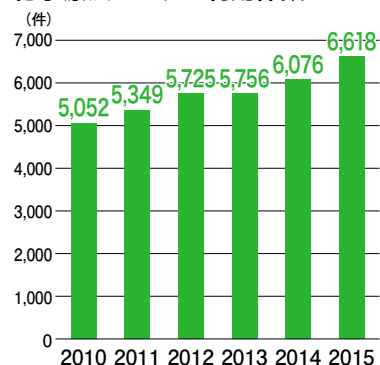
関野 康

せきの・やすし

長野市民病院
 がんセンター 副センター長
 化学療法センター長
 外科・消化器外科副部長
 日本外科学会指導医・専門医・認定医
 日本消化器外科学会指導医・専門医・
 消化器がん外科治療認定医
 日本内視鏡外科学会技術認定医
 日本臨床腫瘍学会がん薬物療法専門医
 日本消化器病学会専門医
 日本がん治療認定医機構がん治療認定医

「がん免疫細胞」の働きを活性化する薬剤です。今までの治療では無効だった疾患で劇的な効果を示すこともあったため、「副作用が無い夢の万能薬」のように報道されていますが、すべてのがんに有効なわけではなく、時には重篤な副作用をもたらすこともあります。いつの時代も万能薬などではなく、患者さんと医療者のコミュニケーションの中で副作用の管理を行うことが大切であると考えています。

化学療法センター利用件数



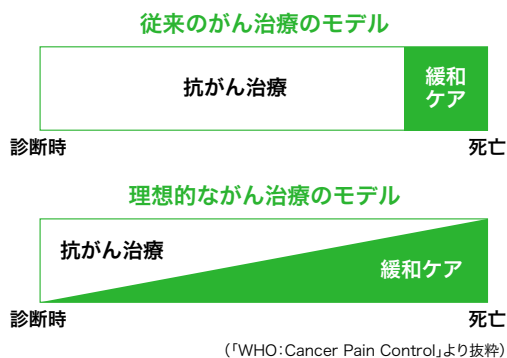
世

世界保健機関（WHO）では、緩和ケアの対象を、「生命を脅かす疾患に伴う問題に直面する患者と家族」としています。緩和ケアは、がん患者さんやそのご家族に限らず、がん以外の患者さんにも提供します。

緩和ケアを受ける患者さんの中でも、がん患者さんはいろいろな問題を抱えています。それは身体の痛み、息が苦しいこと、眠れないこと、がんに対する不安、お金のことなど、人それぞれです。ただ、不安を抱えながらも仕事を続けたい、家族と良い時間を過ごしたいなど、希望をお持ちの方がいるのも事実です。

緩和ケアは、苦痛を軽減し、「良

図1 がんの治療と緩和ケアの関係



当院では、医師をはじめがん性疼痛看護認定看護師、薬剤師、医療ソーシャルワーカーなどで構成された緩和ケアチームで緩和ケアを提供しています。緩和ケアを必要とされている患者さんを診察し、話を聞き、何が必要かチームで考えます。痛み止めや睡眠薬など薬

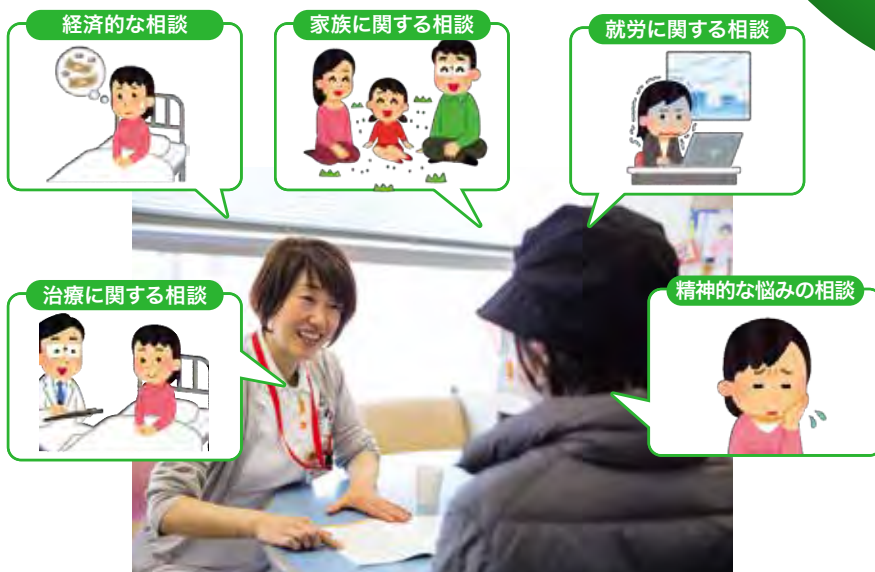


がんセンター

当

院が、がん相談支援を通じて実現したいことは、がんになった方が意味のある生き方や日々充実した生活を送ることができるよう支援することです。

平成19年にがん相談支援センターが設置されたばかりの頃、がん患者さんやそのご家族のがんに



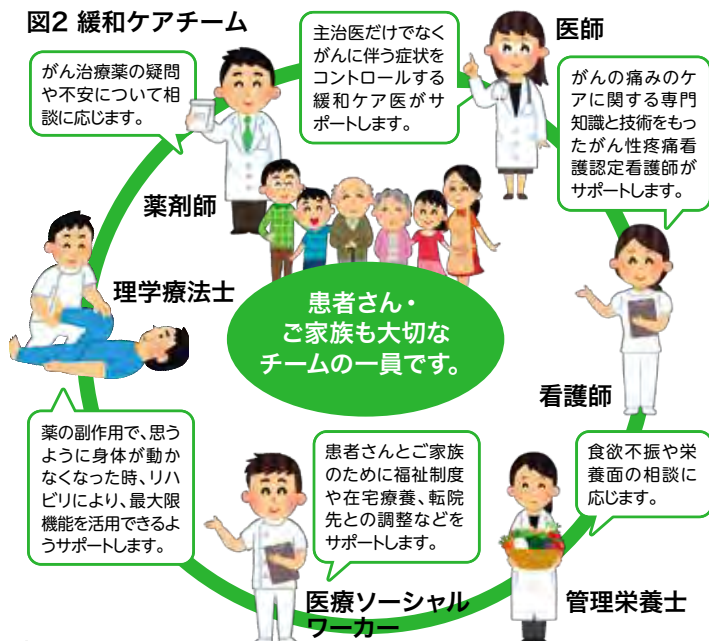
がん相談支援センターは、長野市民病院内に設置されていますが、当院に通院している方だけでなく、他院にかかっている方や市民の方々も無料でご利用いただけます。

関する相談支援は病院の中ではなじみがなく、院内の理解を得ることも難しい状況がありました。徐々に院内の理解を得ながら、センターとしてがん教室などのさまざまな取り組みを行い、今では年間1,000件を超える相談支援を提供しています。当センターの特

緩和ケアセンター

想いの共有を

図2 緩和ケアチーム



山田 響子

やまだ・きょうこ

長野市民病院 緩和ケア内科科長
 がんセンター 緩和ケアセンター科長
 日本外科学会外科専門医
 日本呼吸器学会呼吸器専門医
 日本呼吸器外科学会呼吸器外科専門医

剤の使用、理学療法士によるリラクゼーションなど個々の患者さんで緩和ケアの内容は当然違います。また、状況は日々変化しますので、経過を見ながら、それに応じた

対処ができるよう努めています。
 患者さんやご家族と想いを共有し、何が大切なのかを一緒に考え、支える。緩和ケアチームの使命は、そこにあると考えています。

がん相談支援センター

人間の持つ力強さ

徴として、患者さんが社会での役割を果たしながら治療と仕事の両立ができるよう、常勤の社会保険労務士が就労に関わる相談に対応をしています。
 がん診断された時、多くの患者さんは、はじめはショックな思いをします。しかし、これまで多くの患者さんと出会い、支援する中で感じたことは、可能な限り家庭や社会の役割を果たしながら治療をしたいという患者さんの思いでした。相談員として、患者さんの目線でがんの総合的な相談や情報提供を行ったり、がん患者さん同士の交流の場をサポートしたりすることを通して、患者さんが失っていた自信を取り戻し、意味のある生き方を送ることができるようになった姿には、いつも人間の持つ力強さを感じています。これからも患者さん一人一人に寄り添う相談員と

しての使命をまっとうしていきたいと考えています。
 がん患者さんには医師を中心に、チームで医療を提供します。しかし、今はがん治療の選択や決定は、患者さんが主体的に行う時代です。自分のがんについて知り、患者さん自身で適切な判断ができるようこれからも支援してまいります。

横川 史穂子

よこかわ・しほこ

長野市民病院
 がんセンター
 緩和ケアセンター ジェネラルマネージャー
 がん相談支援センター看護主任
 がん看護専門看護師



長野市民病院 がん予防の啓発活動

一般市民向け

出前講座

地域の方々との交流、健康づくりのお手伝いの一環として、当院の医師や看護師などが地域の方々のところにお伺いし、無料で講演を行うもので、普段の生活に役立つ講座をご用意しています。「がん」がテーマのものには以下の講座があります。

- がん細胞ってどんな顔 ～検診のすすめ～
- がんを予防する健康的ライフスタイル
- がんと共に暮らす社会 ～もしもがんになった時～
- がん教育(学校向け)「がんは本当に怖い病気…なの?」
- がん教育(学校向け)「がんを体験した患者さんの話を聞いてみよう」

お問い合わせ先 長野市民病院 地域医療連携室 TEL.026-295-1199(代)

市民健康講座

地域がん診療連携拠点病院として、地域の方々が病気の予防や最新の医療について知識を深め、健康増進、維持に役立てていただけるよう、当院の医師が講師となり、講演会を開催しています。平成29年5月には市民健康講座とは別に須坂市や小布施町の病院と連携し、がんやその他の疾患をテーマにした講演会の開催を予定しています。



地域医療従事者向け

がんセンター公開講座

地域がん診療連携拠点病院として、がんに関するさまざまなテーマについて、年に数回、院内にて公開講座を開催しています。このような講座を開催することは、長野市のみならず、北信地域のがん診療の質を向上するために大切なことであると考えています。詳しくは、当院のHPにてご案内します。



がん寺子屋勉強会

各種がんの早期診断やさまざまな治療法、化学療法や放射線治療など、当院のがん治療についてテーマごとに専門の医師やスタッフが講義を担当します。平成29年度からは、地域医療従事者の方々が参加しやすいよう、これまでの早朝開催から夕刻の開催に変更しました。

■会場／長野市民病院 市民健康ホール

■時間／18:45～19:30

■一部ですが内容を紹介します。日程、テーマは変更になる場合もあります。詳しくは、当院HPにご案内します。

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 5/17(水)「悪性リンパ腫」 | 長野赤十字病院 血液内科副部長／住 昌彦 先生 |
| 6/ 7(水)「大腸癌(基礎知識と内視鏡治療)」 | 消化器内科副部長／原 悦雄 |
| 6/21(水)「肺癌(外科治療)」 | 呼吸器外科副部長／砥石 政幸 |
| 7/ 5(水)「前立腺癌(ダヴィンチ手術)」 | 泌尿器科副部長／飯島 和芳 |
| 7/19(水)「乳癌(病診連携バスの現状)」 | 副院長・乳腺外科部長／西村 秀紀 |
| 8/ 2(水)「頭頸部癌」 | 頭頸部外科部長／横溝 道範 |
| 8/23(水)「肝癌」 | 肝臓・胆のう・膵臓外科部長／関 仁誌 |

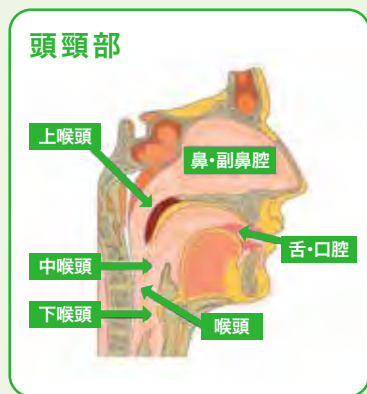
平成29年4月

新たな医師を迎え、 33診療科へ

頭頸部外科開設

長野県内では2人目である日本頭頸部外科学会の暫定指導医の資格を持つ横溝道範医師が着任し、頭頸部外科を開設しました。頭頸部とは、顔面から首（頸部）までを指し、おおよそ脳の下から鎖骨までの範囲で、耳、鼻、副鼻腔、のど（咽頭、喉頭）、口腔（舌など）、甲状腺、耳下腺などが含まれ、主にこの領域のがん治療を対象にしています。

頭頸部は、食事、会話、呼吸に直接影響する部位であるため進行がそれほど発声、咀嚼、嚥下（飲み込み込むこと）、風貌（外観）に大きな後遺症を残す傾向があります。そのため、早期発見、治療の選択が重要です。診療は耳鼻いんこう科と一体となつて進め、形成外科、歯科口腔外科、放射線治療科などと連携し、質の高い治療を提供します。



横溝 道範

よこみぞ・みちのり

長野市民病院 頭頸部外科部長

日本耳鼻咽喉科学会 耳鼻咽喉科専門医

日本頭頸部外科学会 頭頸部がん専門医制度暫定指導医

心臓血管外科開設

長野市民病院は、診療の柱の一つである「脳・心臓・血管診療」のさらなる強化を図るため、平成28年5月に心臓血管センターを開設しました。そして今年4月には、信州大学より中原孝医師を迎えて心臓血管外科を開設し、外科的治療を開始します。

心臓を動かす筋肉、心臓に酸素と栄養を供給する血管、送り出した血液の逆流を防止するために心臓の中についている一方向性の弁など、どの部位も正常に動いてい

なければ、健康を維持することはできません。
心臓血管外科で扱う疾患は患者さんの生死に関わるものが多い分、患者さんを第一に考え、適切なタイミングで適切な治療を行い、健康な生活を取り戻すことができます。よう治療にあたります。



中原 孝

なかはら・こう

長野市民病院 心臓血管外科医長

心臓血管センター医長

日本外科学会専門医

心臓血管外科専門医

日本脈管学会専門医

腹部ステントグラフト実施医

下肢静脈瘤血管内焼灼術実施医・指導医

振り返ろう 自己流歯みがき

歯みがきは、いつの間にか自己流になり、「正しく歯みがきができています」と自信を持って言える人は少ないと思います。歯のどこに汚れがたまりやすいかを含め、虫歯や歯周病になりにくい歯みがきを解説します。自分の歯みがきを振り返ってみましょう。

インプラントを埋入している方や入れ歯をお使いの方は歯みがきのやり方が異なるので、かかりつけの歯科に相談するようにしましょう。

中沢 侑香

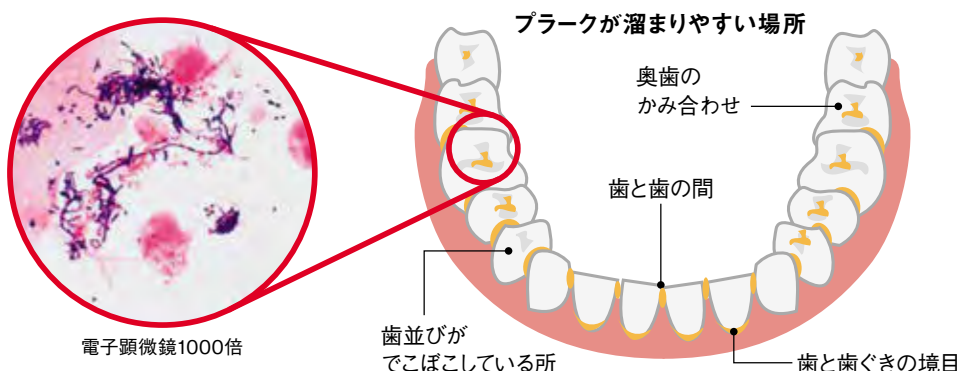
なかざわ ゆか

信州大学医学部附属病院
歯科衛生士



口の中は細菌がいっぱい

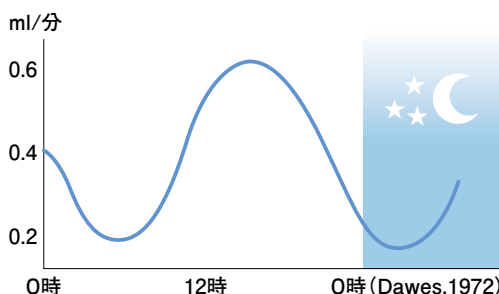
口の中の細菌は、虫歯、歯周病だけでなく、胃潰瘍、糖尿病、肺炎などの疾患にも関わりがあるとされています。その細菌のかたまりをプラークといい、たった0.001gのプラークだけでも、細菌はおよそ1億個も含まれています。口の中は細菌にとって適した温度と湿度のため、細菌が増殖し、さまざまな病気の原因となってしまいます。



歯みがきのタイミングは？

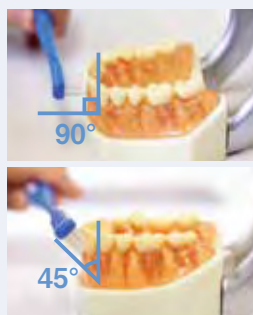
食事のあとは毎回歯をみがくのが一番理想です。毎食後に歯をみがくことが難しければ、必ず夕食後または就寝前にはしっかり時間を取ってみがきましょう。就寝中は、唾液の分泌量が減り、口の中が乾燥するため、細菌が繁殖しやすく、虫歯や歯周病などのリスクも高まります。

1日の唾液分泌量の変化



◆みがき方のきほん

- ① 歯の表面は、歯と歯ブラシが直角にあたるようにして、歯ブラシを大きく動かさず5～10mmの幅を目安に1～2本ずつみがきましょう。
- ② 歯と歯肉の境目の歯周ポケットは、歯ブラシの毛先が入るように45度の角度をつけて優しくあててみがきましょう。横に小刻みに動かし、マッサージするようなイメージでみがきましょう。

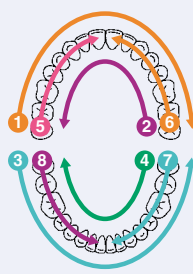


◆歯ブラシは優しく当てる

力を入れてみがくと歯ぐきを傷つけてしまうおそれがあるので、気をつけましょう。力の強さは歯ブラシの毛先が広がらない程度(150～200g)がベストな力加減です。ご家庭にあるはかりを使い、普段どのくらいの力でみがいているかチェックしてみてください。

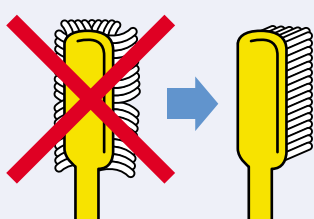
◆歯をみがく順番を決める

右に行ったり、左に行ったりどっちつかずの歯みがきになってしまうとみがき残しがでてしまいます。みがく順番は図の順番ではなくても良いので、自分なりにみがく順番を決めておきましょう。



◆歯ブラシは1カ月に1回は交換する

歯ブラシは毛先が開くと、歯にしっかり当たらなくなり、ブラシの毛も劣化して効果的にプラークを落とせなくなります。目安として、1カ月に1回は交換しましょう。



◆歯ブラシ以外の補助用具も有効活用

歯ブラシでブラッシングしただけでは歯と歯の隙間は十分にみがけず、プラークや食べかすが残ってしまうこともあります。歯ブラシの他にフロスや歯間ブラシを使うことでプラークの除去率がアップします。



訪問看護ステーションが開所20周年を迎えました！

この度、長期間にわたって当院の訪問看護研修にご協力いただいた方に対して感謝状授与を行いました。

当

院の訪問看護ステーションは、長野市民病院開院の1年半後の平成8年11月に開所し、平成28年11月で20周年を迎えました。訪問看護ステーションに関わるすべての方々に心より感謝申し上げます。

訪問看護ステーションでは、看護師が利用者のご自宅を訪問し、



病状の観察や看護ケアを行っています。ときには後輩の指導、育成のために、訪問看護師と一緒に多くの研修医、新人看護師、看護学生が利用者のお宅に訪問させていただいております。また、昨年開設した地域包括ケア病棟の看護師も在宅支援の勉強のために訪問看護に同行しており、利用者の方々には、いつも快く受け入れていただき、大変感謝しております。

この度、訪問看護の研修などの受け入れを長期間にわたりご協力いただいている利用者の方々へ、感謝の気持ちを伝えるため、感謝状の授与をさせていただきました。

これからも利用者の方々が住み慣れた家や地域で自分らしく暮らすことができるように支援を行ってまいります。

訪問看護は、訪問看護を必要と

する方ならどなたでも利用することが出来ます。まずは、かかりつけ医やケアマネージャー、お近くの地域包括支援センターにご相談ください。

柳澤 淳子

やなぎさわ・じゅんこ
長野市民病院
訪問看護ステーション所長
看護師長





長野市民病院は

AC長野パルセイロの メディカルチェックを 担当しています!

A C長野パルセイロは、長野市を中心とした長野県北信地域をホームタウンとするプロサッカークラブです。平成2年に創設された長野エルザサッカークラブが前身となっており、現在創設から27年目になります。「AC長野パルセイロ」の「パルセイロ」はポルトガル語で「パートナー」を意味しており、長野市民病院も「パートナー」として、AC長野パルセイロのさらなる活躍を応援しています。

前に選手のメディカルチェック報告書の提出が義務付けられており、心電図、レントゲン検査、血液検査といった検査を行うことが定められています。当院ではAC長野パルセイロのトップチームとレディースチームのメディカルチェックを担当しており、今年1〜2月にかけて選手が当院の健診センターにてメディカルチェックを受けました。

い攻撃を展開するアグレッシブな「サカースタイル」のもと、現在のJ3からJ2への昇格をめざしています。レディースチームは、なでしこリーグの1部に属しており、5年目を迎える本田美登里監督のもとリーグ戦、カップ戦、皇后杯いずれもトップ3をめざしています。またレディースチームには、なでしこジャパンに選出されている横山久美選手も在籍しており、さらなる活躍に期待が高まっています。

©2008 PARCEIRO



院長 **渋沢 三伸** 先生



1 診察台 2 聴力検査機器 3 広々とした待合室 4 耳と鼻専用の内視鏡システム
で正確な診断と治療が可能

「開業医の立場として日々大切にしていることは、重症な患者さんや腫瘍が発見された患者さんがいた場合は、開業医レベルで引きとめておくのではなく、長野市民病院をはじめ

先生の治療を求めて、多くの方が来院されます。平成13年4月に開院した「しづさわ耳鼻医院」は、平成29年4月で開院から16年を迎えました。現在では、須坂市、小布施町、高山村といった近隣の地域の方々はもちろん、野沢温泉村や佐久市など県内各地、さらには東京や新潟など県外からも渋沢先生の治療を求めて、多くの方が来院されます。

開業医として

登録医紹介 しづさわ耳鼻医院

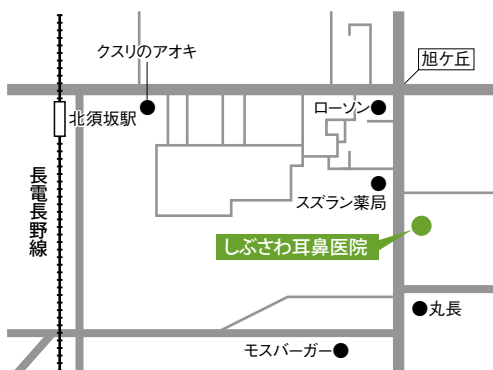
〔須坂市相森町〕
●耳鼻咽喉科



とした設備の整った大きな病院へ直ちに紹介し、詳しい検査や効果的な治療を受けてもらうようにしています。これからの患者さん第一の姿勢を忘れず診療にあたっています。」

スギ花粉症に対する舌下免疫療法

「花粉はさまざまな種類があるため、季節を問わずいつでも飛散していますが、長野県では春先にスギ花粉のピークが訪れます。既に花粉症に悩まされている方もいるのではないのでしょうか。花粉症の対処法として、マスクや花粉症対策専用のめがねも有効ですが、花粉症の症状が出る前から薬による初期療法を始める、症状の発症を遅らせたり、飛散シーズン中の症状を和らげたりすることができると。現在では、スギ花粉症に対して舌下免疫療法という治療法があり、当院でも昨年の6月から治療を開始している患者さんがいます。舌下免疫療法は、舌下にアレルギーの素（低量の医療用のスギ花粉抽出物）を含み、安全性と反応を見ながら徐々に量を増やし、抵抗力を高める治療法です。治療を開始する前に適応を決める検査があるので、まずは近くの耳鼻咽喉科に相談を試みるのがいいでしょう。」



しづさわ耳鼻医院

所在地／須坂市相森町4300-3
TEL／026-242-7646
診療時間／
平日：AM 9:00～12:00
PM 3:00～ 6:00
〔休診〕木曜・日曜・祝日

第11回
病院祭

ふれ愛デー開催

場所／長野市民病院 入場無料・申込不要。ぜひお気軽にお越しください。

2017
6.10(土)
9:30～15:00

特別講演会

●14:00～15:00 (体育館)

リオ五輪銅メダリスト はこやま あいか 箱山 愛香さんによる講演会

【講師】リオ五輪 シンクロナイズドスイミング代表 箱山 愛香さん

リオデジャネイロ五輪シンクロナイズドスイミング日本代表選手。1991年、長野市生まれ。小学校2年生のときにシンクロナイズドスイミングを始め、長野日本大学高等学校から日本体育大学に進学。大学卒業後、地元長野に戻り、栗田病院で働きながら長野シンクロクラブに所属し競技生活を送る。2010年、FINAシンクロワールドカップで日本代表入りし、2012年、ロンドン五輪に出場しチームで5位入賞。2016年、リオデジャネイロ五輪でチームで銅メダルを獲得。



第30回 市民健康講座

●テーマ「脳卒中」(会議室4・5・6) 10:30～11:30

「時間との闘い!脳卒中の正しい対処法と最新治療」

【講師】長野市民病院 脳卒中センター長 草野 義和

「脳卒中の早期リハビリテーション ～長野市民病院の取り組み～」

【講師】長野市民病院 リハビリテーション科 作業療法士(SCU専従作業療法士) 丸山 真寛

「“簡単”“続けられる”減塩食生活のすすめ」

【講師】長野市民病院 栄養科 管理栄養士 春原 ゆかり



●AC長野パルセイロ特設ブース

キックターゲット/グッズ販売等

●手術支援ロボット「ダ・ヴィンチ」展示

●古里小学校合唱部による合唱

●骨密度測定

●脂肪肝チェック

●各種体験コーナー

ギプス・車いす体験/歯型をつくってみよう/創部縫合体験/手洗い体験/潤いぶるぶるスキンケア体験/お菓子分包体験

●施設見学ツアー

普段見ることのできない、病院の中をスタッフがご案内します!

●がん・すまいるサロン

●セラピードッグとのふれあい

●災害救助犬デモンストレーション

●愉快的道化師 89ちゃんの

コメディーパーフォーマンスショー

●フリーマーケット(無くなり次第終了)

長野市農業公社による農産物・加工品販売等/
ボランティア「はづきの会」によるバザー

●病院部門紹介コーナー@ホスピタルモール

●各種お食事、軽食コーナー

その他にも楽しいイベントや各種体験が盛りだくさん!!
ぜひお気軽に足をお運びください。

お問い合わせ：長野市民病院 企画財務課 TEL.026-295-1199



寄附へのお礼

長野市民病院に対する
平成28年度も多くの方々から長野市民病院へ貴重なご寄附をいただきました。
この場をお借りして、感謝申し上げます。

ブルーベル様
竹前 紀樹様
橋田 明様
森 雄吉様
落合 咬児様
長谷川 明扇様
公益社団法人生命保険ファイナンシャル
株式会社 本久様
アドバイザー協会様

この他、多くの方々からも貴重なご寄附をいただいております。
寄附につきましては、地域の方々の健康づくり、人材育成や医療機器の整備など病院の機能強化に使用させていただきます。
これからも当院のミッションである「医療を通して市民・地域社会に貢献する」ため職員一同努めてまいります。



お問い合わせ：長野市民病院 企画財務課 TEL.026-295-1199(代表)

VOICE

みなさまの声

長野市民病院では、外来・入院の患者さん、お見舞いなどで来院された方から病院に関するさまざまなご意見、ご要望をいただいております。一部ではありますが、定期的にこの広報誌の中でご紹介し、お応えしていきたいと思っています。

入院患者さんのご家族

5階病棟ラウンジの自動販売機ですが、同じようなコーヒーばかりのため、種類を増やしてください。2階南病棟では野菜ジュースなどがあり、病人にやさしそだった記憶があります…。

お応え

企画財務課長

ご要望に沿えていなく申し訳ございません。以前は、5階病棟ラウンジのコーヒーを3階南病棟にも設置していただきたい旨の要望をいただき、患者さんの要望がさまざまございます。多くの種類を揃えることで要望に応えたいと考えており、納入業者も1社に絞っておりません。しかしながら、患者さんご自身の病棟にご希望のものが揃えられないことも生じてしまいますが、どうかご理解をいただきたいと思います。

ご意見



アクセス

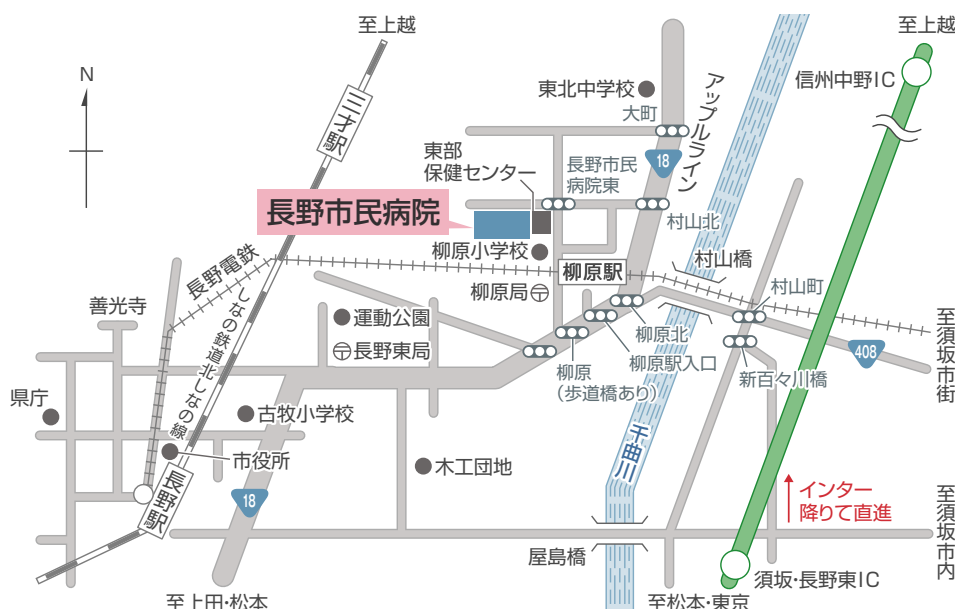
■公共交通機関をご利用の場合

【JR長野駅から電車】
しなの鉄道北しなの線に乗換え10分 三才駅下車 長野電鉄バス(三才線)バス停「三才駅(県道)」乗車10分

長野電鉄(長野線)に乗換え15分 柳原駅下車
柳原駅より徒歩15分、もしくは長野電鉄バス(平林線)バス停「柳原駅」乗車5分、もしくは長野市乗合タクシー(長沼線)バス停「柳原駅」乗車5分

【JR長野駅からバス】
善光寺口(西口)より長野電鉄バス(のりば⑤平林線 もしくは のりば⑥三才線)で長野市民病院下車

【しなの鉄道北長野駅からバス】
長野東北市街地循環バス「東北ぐるりん号」で15分



当院では、「地域医療連携」を推進しております。

当院を受診される場合、かかりつけ医等からの紹介と予約が必要となります。

皆さまのご理解とご協力をよろしくお願い致します。 お問い合わせ（紹介予約センターまで）TEL.026-295-1199（平日8:30～18:30）

長野市民病院外来診療担当日一覧

記号の説明 ○：初診担当 ◎：完全予約制 △：午前のみ ☆：午後のみ ▼：11時診療開始 ◆：紹介のみ ▲：紹介、救急のみ
■：第1・3・5週 □：第2・4週 ★：第3週のみ ▽：第3週は午後のみ

外来診療担当表は、5月1日現在で作成されております。担当医師が変更となっている場合もございますので、お問い合わせください。

診療科		月	火	水	木	金	常勤医(専門)	
内科	呼吸器内科	■平井 一也 ○吉池 文明 □後藤 憲彦	滝澤 秀典 ○鈴木 祐介	○滝澤 秀典 —	吉池 文明 ○平井 一也 —	○後藤 憲彦 鈴木 祐介 —	平井一也 (呼吸器、がんの画像および内視鏡診断と治療・ARDSなどの透過性気管支肺病) 吉池文明 (呼吸器) 滝澤秀典 (呼吸器) 後藤憲彦 (呼吸器) 鈴木祐介 (呼吸器)	
	消化器内科	○原 悦雄 越知 泰英 ☆関 亜矢子 ○北畠 央之	金井 圭太 ○宮澤 鷹幸 藤森 尚之 —	○長谷部 修 ○越知 泰英 櫻井 晋介 —	★宮林 千春 ○金井 圭太 北畠 央之 山崎 智生	長谷部 修 原 悦雄 ○櫻井 晋介 ☆宮澤 鷹幸	長谷部修 (消化管および胆道疾患・内視鏡) 原 悦雄 (消化器・胃腸・内視鏡) 越知泰英 (消化器・内視鏡) 関亜矢子 (消化器・内視鏡) 櫻井晋介 (消化器) 金井圭太 (消化器) 北畠央之 (消化器) 宮澤鷹幸 (消化器)	
	循環器内科	○笠井 俊夫 ○☆翁 佳輝 —	○滝 美波 — —	○池田 宇一 ☆小林 隆洋 笠井 俊夫	○☆三浦 崇 — —	三浦 崇 ○小林 隆洋 ☆翁 佳輝	池田宇一 (循環器) 笠井俊夫 (循環器) 三浦 崇 (循環器) 小林隆洋 (循環器) 滝 美波 (循環器) 翁 佳輝 (循環器)	
	腎臓内科	休診	掛川 哲司 ☆山崎 大樹	休診	○掛川 哲司 —	○山崎 大樹 —	掛川哲司 (腎臓) 山崎大樹 (腎臓)	
	内分泌・代謝内科	○西井 裕 ☆佐野 麻美	○渡邊 貴子	西井 裕 —	渡邊 貴子 ○▽佐野 麻美	☆西井 裕 —	西井 裕 (糖尿病、内分泌・代謝疾患) 佐野麻美 (内分泌・代謝疾患) 渡邊貴子 (内分泌・代謝疾患)	
小児科		新川 一樹 浅岡 麻里 —	浅岡 麻里 青沼架佐賜 —	新川 一樹 青沼架佐賜 —	新川 一樹 浅岡 麻里 —	新川 一樹 青沼架佐賜 ▼浅岡 麻里	青沼架佐賜 (発達・神経・循環器・心身症) 浅岡麻里 (小児科一般) 新川一樹 (小児科一般) 森田舞子 (小児科一般)	
外科 消化器外科 肝臓・胆のう・脾臓外科		○高田 学 ○林原 香織 —	○岡田 正夫 関 仁誌 ○高橋 祐輔 —	宗像 康博 ○佐近 雅宏 ○下平 悠介 —	○古谷野靖博 ◆宗像 康博 —	○関野 康 仁誌 —	宗像康博 (消化器 ※食道・胃・大腸 内視鏡外科) 関 仁誌 (消化器 ※肝臓・胆道・脾臓) 高田 学 (消化器) 佐近雅宏 (消化器) 関野 康 (消化器) 岡田正夫 (外科) 高橋祐輔 (消化器 ※肝臓・胆道・脾臓) 下平悠介 (外科) 古谷野靖博 (外科)	
整形外科		○藤澤多佳子 ○中村 功 松田 智 —	○藤澤多佳子 橋本 瞬 ▲松田 智 藍葉宗一郎	○新井 秀希 中村 功 藤澤多佳子 ☆◆藍葉宗一郎	新井 秀希 △橋本 瞬 ○松田 智 —	新井 秀希 ○藍葉宗一郎 ▲中村 功 —	松田 智 (上肢・末梢神経・マイクローサージャリー・肩関節疾患・難治性骨折) 中村 功 (脊椎脊髄疾患) 新井秀希 (骨・軟部腫瘍) 藍葉宗一郎 (整形外科) 橋本 瞬 (整形外科) 藤澤多佳子 (リウマチ)	
形成外科		○倉島 侑希 滝 建志	○滝 建志 倉島 侑希	○滝 建志 ○相坂 哲也	○滝 建志 倉島 侑希	○倉島 侑希 滝 建志	滝 建志 (形成外科全般) 倉島侑希 (形成外科) 相坂哲也 (形成外科)	
脳神経外科 (脳血管内治療科)		○草野 義和 荻原 直樹	○脳外科医師 兒玉 邦彦	草野 義和 ○脳外科医師	草野 義和 ○兒玉 邦彦	○脳外科医師(交替制)	草野義和 (脳血管障害・脳血管内治療・脳神経外科) 兒玉邦彦 (脳腫瘍・脳血管障害・脳神経外科・神経生理学的モニタリング) 荻原直樹 (脳神経外科)	
皮膚科		村田 浩	村田 浩	村田 浩	村田 浩	村田 浩	村田 浩 (皮膚悪性腫瘍)	
泌尿器科		加藤 晴朗 山本 哲平 —	小口 智彦 下島 雄治 —	加藤 晴朗 飯島 和芳 —	■小口 智彦 □下島 雄治 ◆加藤 晴朗	飯島 和芳 山本 哲平 —	加藤晴朗 (悪性腫瘍手術・尿道尿路再建術) 飯島和芳 (悪性腫瘍・腹腔鏡手術) 小口智彦 (泌尿器科一般・神経因性膀胱) 山本哲平 (泌尿器科一般) 羽場知己 (泌尿器科一般) 下島雄治 (泌尿器科一般) 塩崎政史 (泌尿器科一般)	
眼科		○風間 淳 —	風間 淳 ○中村 さち子	風間 淳 ○黒川 徹	○風間 淳 —	○風間 淳 —	風間 淳 (眼科)	
耳鼻いんこう科 頭頸部外科		大塚 明弘 横溝 道範	大塚 明弘 横溝 道範	休診	大塚 明弘 横溝 道範	大塚 明弘 横溝 道範	大塚明弘 (耳鼻いんこう科) 横溝道範 (頭頸部外科)	
放射線治療科 放射線診断科		松下 大秀	○橋田 巖	松下 大秀	休診	交替制	橋田 巖 (放射線治療 ※メタストロン外来) 松下大秀 (放射線治療) 今井 迅 (画像診断・IVR) 松下 剛 (画像診断)	
歯科／歯科口腔外科		○酒井 洋徳 野池 淳一 —	○☆酒井 洋徳 久保紀莉子 ○△野池 淳一 —	○野池 淳一 (第2・4週は午後のみ) ○酒井 洋徳 (第1・3・5週は午後のみ)	○△非常勤医師(信州大学) ☆酒井 洋徳 ☆久保紀莉子 —	☆久保紀莉子 ○野池 淳一 (第1・3・5週は午後のみ) ○酒井 洋徳 (第1・3・5週は午後のみ)	酒井洋徳 (口腔がん・デンタルインプラント・歯科口腔外科一般) 野池淳一 (歯科・歯科口腔外科) 久保紀莉子 (歯科・歯科口腔外科)	
血液内科		休診	休診	休診	☆住 昌彦	休診	第2外来	
神経内科		山本 寛二 ○大橋 信彦	山本 寛二 ○田澤 浩一	田澤 浩一 ○大橋 信彦	○山本 寛二 大橋 信彦	山本 寛二 ○田澤 浩一		
呼吸器外科		○砥石 政幸	○境澤 隆夫	○砥石 政幸	○境澤 隆夫	交替制		
乳腺外科		○小沢 恵介	西村 秀紀	○小沢 恵介	○西村 秀紀	○西村 秀紀		
心臓血管外科		休診	休診	休診	△中原 孝	休診		
婦人科		○佐近 普子 — —	○佐近 普子 — —	☆西澤千津恵 ○森 篤 ☆高木 偉博 村中 愛	○佐近 普子 — —	西澤千津恵 (13:30まで) 森 篤 ☆高木 偉博	森 篤 (悪性腫瘍) 西澤千津恵 (不妊症・悪性腫瘍) 高木偉博 (婦人科内視鏡手術)	
緩和ケア内科		休診	◎△山田 響子 (第3・5週のみ)※1・2・4週は交替制	休診	休診	休診	山田響子 (緩和ケア内科)	
(膠原病外来)		休診	休診	休診	休診	☆加藤 修明	南澤育雄 (関節リウマチ)	
(リウマチ科)		休診	休診	南澤 育雄	休診	休診	坂口 治 (救急科) 佐藤貴久 (救急科) 片山 延哉 (救急科)	
救急科 8:30～17:30 担当医		片山 延哉	片山 延哉	片山 延哉	片山 延哉	片山 延哉	長野市民病院 救急センター	

お問い合わせ

地域がん診療連携拠点病院／地域医療支援病院／病院機能評価認定病院／認定臨床研修病院／二次救急病院／人間ドック健診施設機能評価認定病院

地方独立行政法人

長野市民病院 〒381-8551 長野市大字富竹1333番地1

TEL.026-295-1199 FAX.026-295-1148

長野市民病院・医師会 急病センター TEL.026-295-1291 (19:00～翌6:00)

長野市民病院

検索

■発行人：池田宇一 ■編集：長野市民病院広報委員会 バックナンバーは当院ホームページでもご覧いただけます。

<http://www.hospital.nagano.nagano.jp/>



長野市民病院
モバイルサイトは
こちらから