

# あした 元気に なあれ

Vol.  
68

## 糖尿病・腎センター開設

今年も開催します!

## 世界糖尿病デー記念イベント

第67回 知っておきたい医療の知識

## 糖尿病にかかわる 生活習慣あれこれ

登録医紹介

南谷整形外科 [中野市小田中]

長野市民病院広報誌 2016年11月発行

Hospital Now.14 | 特集

# 「地域包括ケア センター」開設



# 「地域包括ケア センター」開設

患者さんにも、ご家族にも、  
安心して退院していただくために。



# 「やっぱり、住み慣れた自宅で暮らしたい。」

それは、患者さんもご家族も同じ気持ちです。

しかし、「いろいろと不安が…」という気持ちも

また同じだけあると思います。

「自宅に戻ってからの生活やケアに

不安を残さないよう、ゆとりを持って退院したい。」

そんな声にお応えするために、長野市民病院では

## 「地域包括ケアセンター」を開設しました。

**長** 野市民病院は、国が進める地域包括ケアシステム構想のもと、平成28年8月1日に『地域包括ケアセンター』を開設しました。

これまでどおりの高度急性期医療を担うだけでなく、病状が安定しつつも、その後の退院に不安のある患者さんとそのご家族が安心して退院できるよう、リハビリ等を行いながら在宅復帰を支援する『地域包括ケア病棟』と、すでに開設している『訪問看護ステーション』とを併せて、急性期の治

療から在宅療養まで、切れ目のないサポートをしていきます。

また今後は、開業医の先生方の在宅医療をより一層支援していくために、往診などの際のちよつとした病状変化での入院にも対応することを検討しています。お気軽

にご紹介いただき、病状の不安定な患者さんは今までどおり急性期病棟で、比較的安定している患者

さんは地域包括ケア病棟で受け入れ、地域包括ケアシステムを支える地域基幹病院としての役割を果たしていきたく考えています。



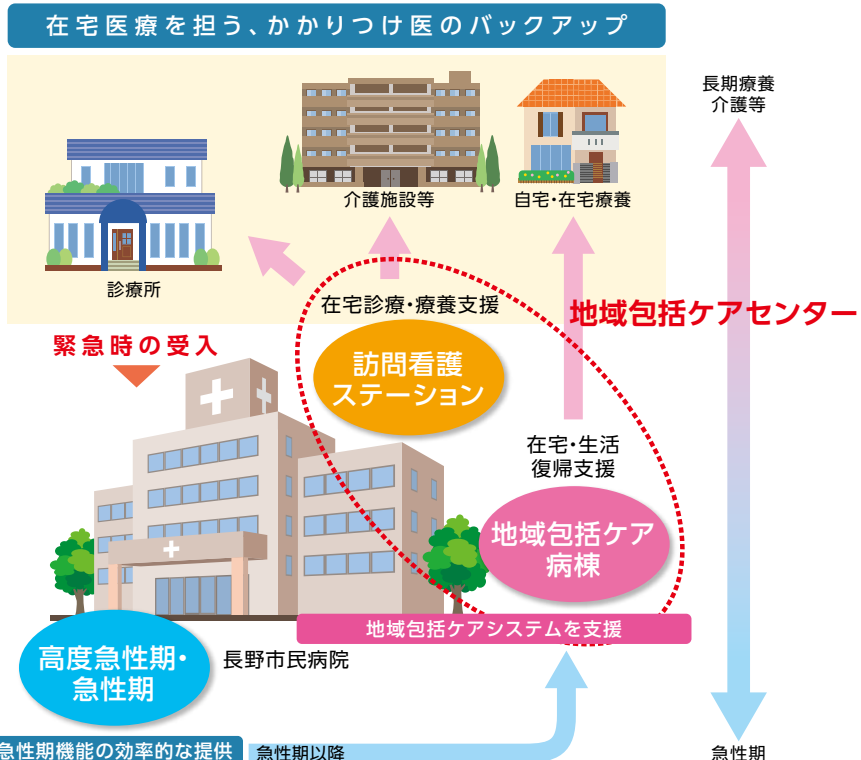
### 平井 一也

ひらい・かずや

長野市民病院  
地域包括ケアセンター長  
副院長 診療部長 呼吸器内科部長

82年信州大学医学部卒、同年信州大学医学部第一内科(現 呼吸器・感染症内科)入局。同大学附属病院、長野赤十字病院等で勤務。95年長野市民病院呼吸器科科長、07年同病院副院長。日本内科学会総合内科専門医・評議員、日本呼吸器学会専門医・指導医、日本肺癌学会中部支部評議員、インфекションコントロールドクター、がん治療認定医、信州大学医学部臨床教授。専門は肺がんの画像および内視鏡診断と治療、呼吸器感染症等。

### 地域包括ケアセンターの主な役割





# 地域包括ケア病棟

長野市民病院では、平成28年8月1日に在宅復帰支援を目的とした「地域包括ケア病棟」を開設しました。



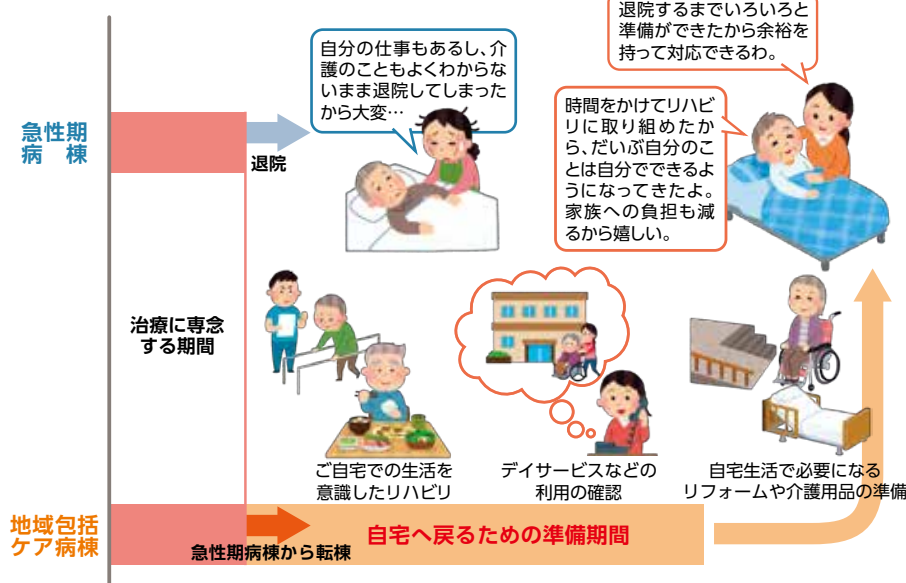
場所：4階東病棟 ベッド数：44床

**当**院は、これまで『高度急性期病  
院』という特性上、病院の機能

分化と連携の観点から、手術等の集中的な治療を終え病状が安定した患者さんには、原則として退院（もしくは別の回復期機能、慢性期機能を持つ病院等へ転院）していただくことになっていました。

しかし、今回この『地域包括ケア病棟』を開設したことで、急性期病棟での集中的な入院治療を終えた後も、この病棟へ移り、ご自宅へ戻る準備期間として、入院期間を延長することができるようになりました。これにより、ご自宅に戻られてからの生活を想定したりハビリを行いながら、デイサービスなどの社会資源の活用を検討や在宅改修、ケア用品の確保など、さまざまなご準備をしていただくことができます。これからは、患者さんとご家族にとって、ゆとりがあり安心してご自宅に戻れる在宅復帰支援を実践していきたいと考えています。

## 地域包括ケア病棟のメリット



**中野 順子**  
なかの・じゅんこ

長野市民病院  
地域包括ケア病棟(4階東病棟)  
看護師長



入浴



食事



**井上 正徳**

いのうえ・まさのり

長野市民病院  
リハビリテーション科 科長補佐  
地域包括ケア病棟 専従理学療法士

**地** 域包括ケア病棟での入院期間中は、ご自宅での生活をより意識したりハビリを中心に行います。退院までに時間的なゆとりがあります。退院まで、寝床から起き上がる、歩く、着替える、食事をする、トイレに行く、お風呂に入るといった、入院するまではごく普通にできていた何気ない日常動作を一つ一つ丁寧に確認していきます。

さらに、退院前には実際に患者さんやご家族、その他関係者同行のもと、病院スタッフがご自宅を訪問して『家屋調査（P5）』を行うこともあり、患者さんやご家族に対して生活における具体的なアドバイスをしています。そして、こうした事前訪問で得られた患者さんの実生活のイメージをその後のリハビリにも生かしています。このように、退院後の患者さんとご家族の生活を中心に考えたケアを実践していきます。

**自宅での生活を想定したリハビリを。**



起き上がり



着替え



歩行



# 退院前家屋調査

高齢の患者さんなど特に支援が必要な場合には、退院前に、患者さんご家族と一緒に医療スタッフがご自宅を訪問させていただきます。退院後の実際の生活状態をシミュレーションして必要な支援について確認します。

## ● 降車の確認



車庫は少し斜面になっているからバランス感覚に気をつけて。ゆっくり降りましょう。

## ● 段差の高さ確認



つまづきやすい高さかどうか確認。



手すりがあったほうが良いかもしれませんが、そうすれば支えがなくても自立して出入りできるようにになりますよ。

## ● 玄関 靴の脱ぎ履き



段差があるので、腰掛けるのにちょうどいいように、低めの椅子を用意したほうが良さそうですね。

## ● 入口幅の長さを確認



歩行器を使ったまま入れる幅かどうか確認。

## ● 福祉用具の確認



歩行器はもう少し小さくて軽いものが良いと思います。

それでしたら、こちらのようなものもレンタル可能ですよ。お見積りは無料ですので、また後日料金をご提示しますね。

## ● お風呂場の確認



お風呂はデイサービスで利用するほうが多いみたいなので、また必要になったらご相談ください。

## ● トイレでの動作などを確認



歩行器のまま入れますか？ダメならもう少し幅の狭い歩行器を手配しますね。



その姿勢から立ち上がれますか？一人で大丈夫かな？

## ● 調査を終えて



これで色々安心ですね。

実際に患者さんご家族にお話を伺いながらシミュレーションしてもらい、院内外のさまざまな職種が関わってそれぞれの立場から専門的な意見を出し合うことで、患者さんご家族、どちらにとっても最適な生活状況となるよう支援します。



呼吸音のチェック



生活している中でぶつけてしまったけがについてもチェック



在宅酸素濃縮機のチェック



呼吸体操



訪問看護ステーションでは、退院されご自宅に戻られてからも看護が必要な患者さんに対して支援していきます。

# 訪問看護ステーション

退院してからできることもあります。  
がんばり過ぎなくても大丈夫。

**私** たちが関わるのは退院された後の患者さんですが、患者さんやご家族は退院までに完璧な状態を整えなければいけないと、つい頑張り過ぎてしまいます。本当に一生懸命で、こちらでも感心してしまうほどなのですが、がんばり過ぎて無理をしては何事も続きません。退院して生活してみないとわからないこともありますし、退院してからでも大丈夫なこと、生活していく中でできるようになることもたくさんあります。ですから、いろいろな不安は抱え込まずに、その都度相談していただければと思います。私たちも一緒に考えながら支援していきます。



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



# 糖

尿病は生活習慣の変化により、成人では5人に1人とごくありふれた病気になっていきます。糖尿病は進行するとさまざまな合併症を引き起こしますが、糖尿病自体では症状はありません。働き盛りの40代、50代の糖尿病患者さんは症状がないため40〜50%の人が治療を受けていないという現実もあり、我々病院スタッフだけでなく、健診施設、市の保健センター、企業の産業医、保健師、実地の開業医の医師、看護師なども連携をとっていく必要性を感じています。糖尿病・腎センターのスタッフ一人一人が、地域連携をキーワードにして、少しでも糖尿病の早期治療、重症化予防に役立てばと考えています。



## 西井 裕

にしい・ゆたか

長野市民病院 内分泌・代謝内科部長  
糖尿病・腎センター長

日本内科学会指導医・総合内科専門医・認定内科医  
日本プライマリ・ケア連合学会認定医  
日本内分泌学会指導医・専門医・評議員  
日本糖尿病学会指導医・専門医・評議員  
日本人間ドック学会指導医・専門医・認定医  
信州大学医学部臨床教授

# 糖尿病・腎センター開設

長野市民病院では、今年度より新たな柱として「脳・心臓・血管診療」を掲げ、心臓血管センターに続いて、平成28年10月1日に「糖尿病・腎センター」を開設しました。内分泌・代謝内科と腎臓内科の2科が中心となり、さまざまな血管障害を引き起こす糖尿病治療に加え、透析や脳卒中・心血管疾患の強い危険因子となる慢性腎臓病まで、多職種による専門性の高いチーム医療を実践していきます。

## 掛川 哲司

かけがわ・てつじ

長野市民病院 腎臓内科  
糖尿病・腎センター副センター長

日本内科学会総合内科専門医・認定内科医  
日本プライマリ・ケア連合学会認定医  
日本腎臓学会指導医・専門医  
日本透析医学会指導医・専門医  
日本アフェレンス学会血漿交換療法専門医  
日本急性血液浄化学会認定指導医  
日本糖尿病学会専門医  
日本リウマチ学会専門医



## 慢

性腎臓病(以下CKD)は、脳卒中や心血管疾患を含むあらゆる血管病の危険因子になることが

明らかになってきました。つまり、CKDを多血管病として捉え、予防はもちろんのこと、悪化の抑制、さらに、なってしまったからのケアなど、いかなる状態においても、その中で患者さんをベストな状態へと導いていけるよう、糖尿病・腎センターが開設されたことで、さまざまなスタッフと連携してより一層専門性の高い治療にあたっていきたいと考えています。



フットケア外来



透析外来

糖尿病や腎臓病に関する  
チーム医療による専門性の  
高い治療やケアを行っています。

ほか、糖尿病療養外来、糖尿病教育入院、糖尿病 栄養・運動指導、人工臓器治療、個別腎臓教室 など



# 01 CDE (糖尿病療養指導チーム)

糖尿病とその療養指導に関する幅広い専門知識を持ち、患者さんが適切で無理のない自己管理のもと正しい生活習慣を身につけられるよう指導する、糖尿病療養指導士の有資格者で構成されたチームです。

多職種のスタッフが在籍しており、それぞれの専門的立場から意見を出し合うことで、より良い療養指導を提供できるよう定期的に勉強会や会議を開催しています。

【当院の糖尿病療養指導士有資格者スタッフ】

看護師、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士、管理栄養士など

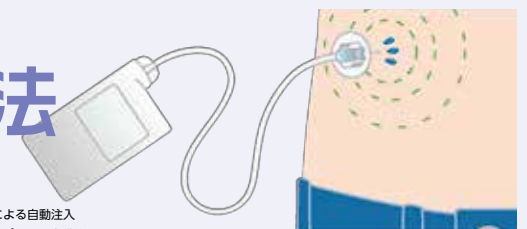
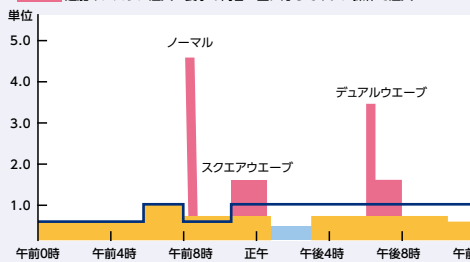


## 02 糖尿病の最新治療 インスリンポンプ療法

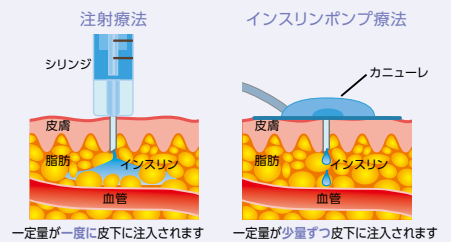
糖尿病患者さんの皮下に直接装着し、リアルタイムな血糖測定を行いながら、そのデータをもとにインスリンの入った携帯型ポンプから必要量を自動的に投与できる治療法です。注射器を使用するよりも注入の手間が少なく、インスリンも即効型や持効型など複数を組み合わせて、適正な量が適正な時間に自動投与されるため非常に便利です。

### ポンプによるインスリン注入のイメージ

- 基礎インスリン注入：血糖値傾向に合わせてプログラムしたポンプによる自動注入
- パターンA・B基礎注入：休日の生活に合わせてプログラムしたポンプによる自動注入
- 一時基礎注入：運動のために30分刻みで一時的に基礎注入量を変更
- 追加インスリン注入：食事の内容・量に応じてボタン操作で注入



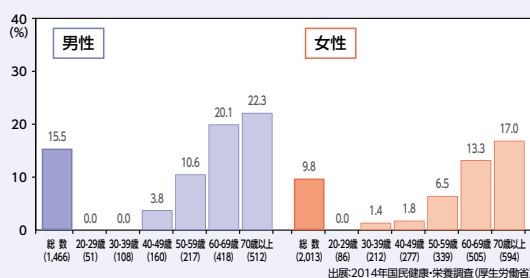
### インスリン注入イメージ



## 03 高齢者糖尿病の血糖コントロール目標 (HbA1c値※)を作成 ※過去1~2ヶ月間における血糖コントロール状態の平均値。

糖尿病は高齢者ほどなりやすく、また日本では超高齢社会を迎えたことで、高齢者糖尿病は増加の一途を辿っています。高齢になるほど健康状態には個人差があり、その対応は皆一様ではないため、それぞれに合った血糖コントロールが必要になります。そこで、日本糖尿病学会と日本老年医学会は、合同で高齢者糖尿病の血糖コントロール目標を定めました。

### 糖尿病有病者の割合 (20歳以上、性・年齢階級別)



### 高齢者糖尿病の血糖コントロール目標 (HbA1c値)

患者の特徴・健康状態	高齢者糖尿病の血糖コントロール目標 (HbA1c値)		
	カテゴリーI	カテゴリーII	カテゴリーIII
①認知機能正常かつ ②ADL自立	7.0%未満	7.0%未満	8.0%未満
①軽度認知障害～軽度認知症 または ②手段的ADL低下、基本的ADL自立	7.0%未満	7.0%未満	8.0%未満
①中等度以上の認知症 または ②基本的ADL低下 または ③多くの併存疾患や機能障害	7.0%未満	7.0%未満	8.0%未満
重症低血糖が危惧される薬剤(インスリン製剤、SU薬、グリニド薬など)の使用	なし	7.0%未満	8.0%未満
	あり	7.0%未満	8.0%未満
	なし	7.0%未満	8.0%未満
	あり	7.0%未満	8.0%未満
	なし	7.0%未満	8.0%未満
	あり	7.0%未満	8.0%未満



当院エントランス ブルーライトアップ風景

記念イベント①

エントランスライトアップ  
(ツリーの飾り付け)

場所 ● エントランス付近  
期間 ● 11/7 (月) ~11/14 (月)

平成28年11月14日(月)

# 世界糖尿病デー 記念イベント



世界糖尿病デーとは、世界規模で増え続けている糖尿病に対する注意喚起を目的として、国際糖尿病連合 (IDF) と世界保健機関 (WHO) が1991年に開始し、2006年に国連総会で公式に承認された国際記念日。インスリンの発見者:フレデリック・バンティングの誕生日に因んで制定されました。



記念イベント②

パネル展示による  
啓発活動

場所 ● 本館1階 情報ラウンジ前  
期間 ● 11/7 (月) ~11/14 (月)



記念イベント③

簡易血糖測定、糖尿病に  
関するパンフレット配布

場所 ● 本館1階 情報ラウンジ  
時間 ● 10:00~11:30



記念イベント④

糖尿病講演会

場所 ● 本館2階 市民健康ホール  
〈第一部〉11:30~12:00  
演題 ● 「糖尿病の基本から最新トピックスまで」  
講師 ● 長野市民病院 内分泌・代謝内科医師 樋渡 大  
〈第二部〉12:00~12:30  
演題 ● 「糖尿病の薬物療法」  
講師 ● 長野市民病院 薬剤部 林部 千寿



記念イベント⑤

栄養相談、健康相談

場所 ● 本館2階 市民健康ホール  
時間 ● 13:00~14:00

講師 ● 運動コーディネーター **松井 浩** 先生

まついひろし 運動コーディネーター  
(有限会社ヒューマンモア 代表取締役)  
1961年生まれ。京都府在住。航空自衛隊員、消防職員を経て、自身の数度の事故をきっかけに、フィットネスインストラクターとして運動指導の道に進む。独自のユニークな指導法を確立し、現在は全国各地でさまざまな運動療法教室を精力的に展開している。



## 世界糖尿病デー特別イベント開催

# これなら続く! 運動療法

今年も  
やります!

笑って動いて健康管理 ~今日からできる簡単な運動~

日 時 ● 平成28年11月26日(土) 12:30~15:00  
場 所 ● 長野市民病院 会議室4・5・6  
対 象 ● 糖尿病の方に限らず、どなたでもご参加いただけます  
定 員 ● 70名 (※定員になり次第、申し込みを締め切らせていただきます)  
参 加 費 ● 無料  
申 込 み ● 長野市民病院 地域医療連携室 TEL.026-295-1611 (平日10:00~17:00)  
服 装 ● 軽く運動ができる服装でお越しください。



# 糖尿病にかかわる生活習慣あれこれ

糖尿病は生活習慣病を代表する病気です。健康は、やはり日々の食事と運動から！

## 食事編

### 話題の「低糖質」って？

#### なぜ「糖質を控えると痩せる」の？

糖質を摂取すると、血糖値が上昇します。つまり、血液中のブドウ糖が増えると、それを下げるためにインスリンというホルモンが分泌されます。このインスリンによって糖は肝臓や筋肉に運ばれ、必要に応じてエネルギーに変換されます。それを上回る量は脂肪に変換され蓄えられます。つまり、糖質を過剰摂取しなければ肥満にはならないとも言え換えることができます。



極端な糖質制限では、糖質さえ控えればあとは何を食べても大丈夫と言われていました。しかし、実際に体重を決めるのは総摂取エネルギー量です。脂質やたんぱく質も、過剰に食べると脂肪に変換されてしまうことをお忘れなく。



小池 泰子

こいけ・やすこ

長野市民病院 栄養科主査  
管理栄養士

#### 糖質の適正摂取量を知り、その量まで抑えることは有効だと言える

ご自分の1日の糖質摂取量を見直してみることは非常に大切です。適正量を超える糖質は肥満につながりますので、その範囲内に抑え、バランスの良い食事になるよう心がけましょう。

### 極端な糖質制限の“安全性”は確立されていない

現在話題の糖質制限食にも諸説あります。例えばまったく糖質を食わずにおかずだけを食べる低炭水化物ダイエットとか、ある程度糖質も食べるローカーボなどです。しかし、糖質制限の長期的な効果と安全性に関するエビデンス(科学的根拠)は現時点では存在しません。さらに日本糖尿病学会では2013年に、「糖質だけを制限した食事は推奨しない」という声明を出しています。糖質の過剰摂取を避け、適正エネルギー量で、かつ栄養バランスのとれた規則正しい食生活を送るほうが、安全かつ確実であると言えます。

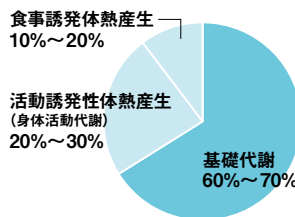
## 運動編

### 無理なく「基礎代謝の高い体」を目指そう！

#### 基礎代謝とは？

消費エネルギーのうち、もっとも多く消費されるのが「基礎代謝」です。基礎代謝は、何もせずじっとしていても、生命活動を維持するために自動的(生理的、無意識)に行われている活動に必要なエネルギーのことです。この基礎代謝量を上げることで、安静時のエネルギー消費量を増やすことができます。つまり、運動していない時でもエネルギー消費量が増えます。

【1日に消費されるエネルギー量の割合】



#### 基礎代謝量を上げるには？

基礎代謝が使われる部位でもっとも多いのは筋肉です。つまり、筋肉を鍛えることで、基礎代謝量を上げることができます。

#### 【基礎代謝量アップのポイント】

- ① **体の中でも大きな筋肉(お腹、太もも、背中など)を鍛える!**  
大きな筋肉を鍛えることで、より効率的にエネルギーを消費することができます。
- ② **インナーマッスを鍛える!**  
インナーマッスルとは、その名の通り体の奥にある筋肉のことです。この筋肉を鍛えることで、体幹筋が活動しやすい体になり、他の筋肉にまで良い影響を及ぼします。



とにかく、続けることが大切です！気づいた時に“すぐ”できますので、継続していきましょう！

佐藤 佑耶

さとう・ゆうや

長野市民病院  
リハビリテーション科  
理学療法士

### 簡単インナーマッスルエクササイズ



- ① 姿勢を良くして、鼻から息を吸い込む。
- ② 吸い切ったところで、腹筋を意識しながら力強く口から息を吐き出す。
- ③ これを5セット繰り返す。



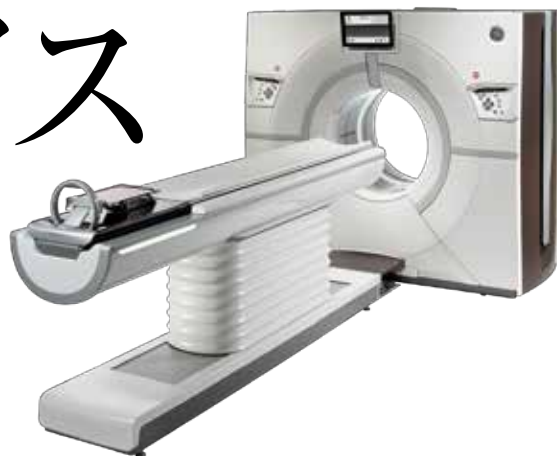
- ① イスに腰掛けて姿勢を良くする。(正しい姿勢でない運動効果が半減)
- ② そのまま片膝をゆっくり上げて、約10秒間静止する。
- ③ これを左右10セット繰り返す。

腹部に手を当てて、力が入っていることを確認しましょう。できる人は、実際に風船を使って膨らませてみましょう！インナーマッスルを使う感覚がよくわかります！

上げ下げをゆっくり行うことでより筋肉を使うので、運動効果もアップします。デスクワークや長距離運転手の方でも仕事の合間にできます！歩行が難しい高齢の方にもオススメです！

# 最新の マルチスライス CTを導入しました。

甲信越地区で  
初導入!

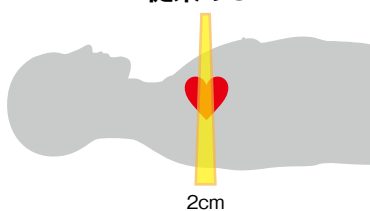


長野市民病院は平成28年11月1日に最新型CTの稼働を開始します。  
今回導入されたCTは、GEヘルスケア社の最上位機種である  
レボリューション「Revolution CT」で、甲信越地区では初の導入となります。

## 撮影時間の短縮による患者さんの負担の軽減

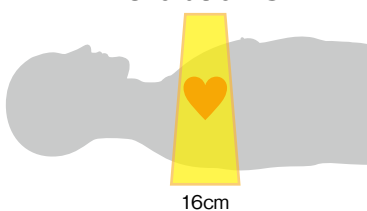
一度にたくさんの断面を撮影できるため、撮影時間・回数的大幅な短縮が期待でき、それに伴って被ばく量も低減させることができます。

従来のCT



2cm

レボリューション Revolution CT



16cm

### 心臓を わずか0.28秒で撮影

脈動が早く、意識的に止めることのできない心臓も、瞬間的に撮影できてしまいます。これにより、脈拍を抑える薬剤の投与も不要になります。



### 息止めの苦痛を軽減

広範囲に及び撮影でも、息を止めている時間が短くなるので、患者さんの息苦しさが軽減されます。

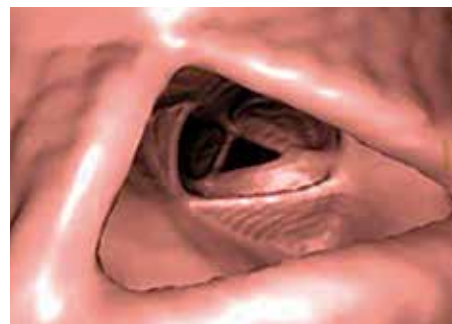
### 小児の撮影も短時間で終了

じっとしていることが難しいお子さんの撮影にも有用で安心です。

## 安全・安心な検査の拡充 (心臓CT、大腸CT)

これまで心臓カテーテル検査や大腸の内視鏡で行っていた検査もマルチスライスCTで行う場合があります。心臓CT検査は、心臓カテーテル検査と異なり非侵襲的に冠動脈評価が得られる検査法です。X線撮影した体内の画像をコンピューターを使って立体的に見たり、血管の性状を見ることで心臓の状態や働きを詳しく検査します。

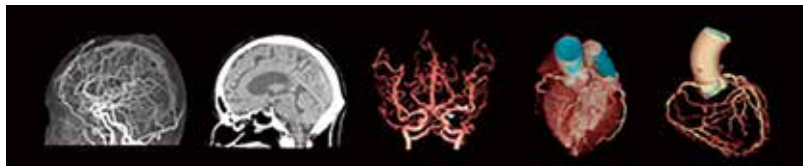
大腸CT検査は、大腸に内視鏡を入れずにCTの画像を元に大腸がんやポリープなどを発見する検査です。腸の中を観察したかのように調べることができるため、苦痛が少なく検査時間も短くてすみます。



大腸CTイメージ

## 画質の向上による精度の高い診断

高速撮影によるブレが少ない画像や、幅広い撮影によるズレやつながり目のない鮮明な画像が取得でき、腫瘍や病変なども見つけやすくなります。また、高い補正機能により画像のノイズが低減されるため、精度の高い診断が可能になります。



## かかりつけ医からの 単純CT検査のご依頼に対してより速くご報告

今回のマルチスライスCTの導入と、従来型CTとを併用することにより、かかりつけ医から緊急単純CT検査のご依頼があった患者さんには、当日検査ができるようになりました。



横田 憲一  
よこた・けんいち  
長野市民病院  
診療技術部副部長  
診療放射線科科長  
診療放射線技師





院長 南谷 信義 先生



1 大きな採光窓のある明るいリハビリ室。2 靴の脱ぎ履きも、無理をせず腰を下ろしてゆっくり行えるよう玄関にはソファが置かれています。また、院内全体がバリアフリーとなっています。3 電気治療コーナー。4 整形外科では珍しく、鍼灸師のスタッフが2名在籍されています。お灸や鍼治療などを行い、ツボを刺激することで痛みをやわらげます。5 骨密度検査機器。

中野市は、斑尾や竜王などのスキー場から近く、土地柄、冬場はスキーやスノーボードによる外傷の患者さんが多くいらっしゃいます。当院では初期診療を担っていますが、できる範囲のことはある程度決まっていますので、その後は患者さんが切れ目のない適切な治療が受けられるように、よく症状を見極め、より専門性の高い総合病院等へスムーズにご紹介できるような心がけています。とくに重症の場合には緊急性が高い場合も多く、長野市民病院さんでは救

症状を見極め、的確な判断を。最適な治療へ「つなぐ」役割

## 登録医紹介 みな 南谷整形外科

〔中野市小田中〕  
● 整形外科、リウマチ科、リハビリ科



スタッフの方が「患者さんのために」と、手書きで描いたというオリジナルの体操ポスター。

急科へのご紹介も多数受け入れていただいている、大変助かっています。今日からできる健康法 普段から肩こりをやわらげる意識を 肩こりの原因はじつにさまざまです。以前はストレッチなどの運動指導をしていたこともありましたが、一人一人効果もちがいます。ですから、「こうするのが正解」ということではなく、ご自分なりに普段の生活の中でほんの少し体の使い方を「意識する」ことが大切になってきます。たとえば、普段使わない肩甲骨まわりの筋肉を意識して使うようにする、無理な姿勢をしないようにするなど、ちょっとした意識でだいぶ変わってくると思います。また、お風呂に浸かって筋肉をやわらげ血行を良くすることも効果的です。さらに、肩こりには鍼や灸が有効なこともあります。他の治療で効果がない方や薬が使えない方などに勧めています。



### 南谷整形外科

所在地／中野市小田中462-1  
TEL／0269-22-7722  
診療時間／  
平日：AM 8:30～12:15  
PM 3:00～5:45  
〔休診〕木曜・土曜PM・日曜・祝祭日

平成28年  
11月11日 **金**  
9:00~12:00

場所:情報ラウンジ



顕微鏡体験コーナーです。  
臨床検査技師が解説します!

【テーマ】  
ミクロの世界を  
見てみよう!



「検査で守るあなたの健康」  
11月11日は  
臨床検査の日。  
今年もイベントを開催します。

そのほか、パネル展示や臨床検査に関する小冊子の配付なども行います。  
ご興味のある方は、ぜひお立ち寄り下さい!

## 臨床検査技師とは?

病院などの医療機関において、病気の診断に必要なさまざまな検査を行う専門家です。たとえば、超音波検査や血液検査、細菌検査、細胞検査など、じつに幅広い分野があります。普段は検査室にいることが多く、患者さんと直接関わるスタッフはごく一部ですが、診断結果という正確性や迅速性が求められる医療の現場において、なくてはならない“縁の下の力持ち”のような存在です。



血液検査

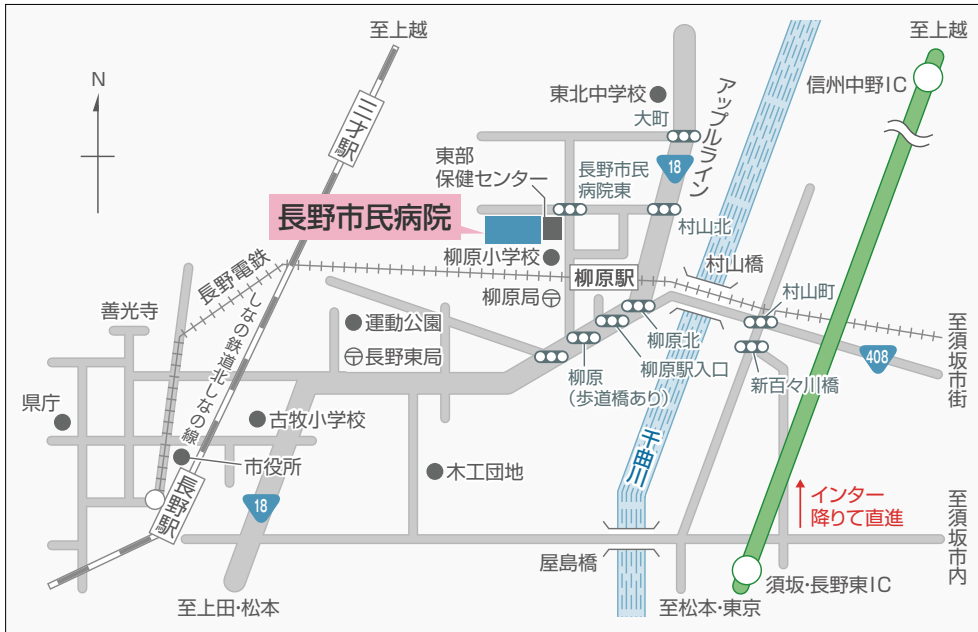


超音波検査



細胞検査





## ● 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)で長野市民病院前下車

【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



## 長野市民病院 採用情報

職種	応募条件など	募集人員
医師 後期研修医	正規職員／病理診断医、救急医、麻酔科医、外科医、血液内科医、整形外科医、緩和ケア内科医 他。	数名
薬剤師	正規職員／有資格者または平成29年春資格取得見込者。	数名
看護師	正規職員／有資格者または平成29年春資格取得見込者(有資格者の方は勤務都合に合わせて応相談)。	数名
管理栄養士	正規職員／病院勤務経験者歓迎。平成29年春資格取得見込者応募可。	1名
医療ソーシャルワーカー	正規職員／社会福祉士有資格者または資格取得見込者。	数名
事務職員	正規職員／システム管理関連業務担当者(経験者歓迎。平成29年春大学卒業見込者応募可)。	数名

10月28日時点。採用者決定次第、募集を終了する職種がございます。

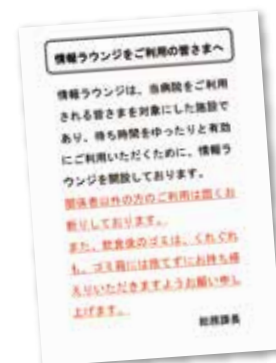
詳細は当院ホームページをご覧ください。不明な点は右記連絡先にお問い合わせください。  
長野市民病院 総務人事課 採用担当宛  
〒381-8551 長野市大字富竹1333番地1

E-mail: [career@hospital.nagano.nagano.jp](mailto:career@hospital.nagano.nagano.jp)  
求人専用ダイヤル **TEL.0120-511-990**

## みなさまの声 VOICE

長野市民病院では、外来・入院の患者さま、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おります。

〈外来患者さま〉  
ご意見  
情報ラウンジで学生さんがいつも勉強しています。騒いで、飲み食いしてゴミをそのまま捨てています。お見舞いではないようです。とても不愉快です。頻繁に来て勉強だけのためにラウンジの奥に陣取って長時間います。注意してください。ここは学校ではありません。



ご迷惑をおかけし申し訳ございません。関係者以外と思われる方が利用されている場合は注意をします。また、掲示もしました。(総務課長)

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、11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	荒木 太亮 ○鈴木 祐介	○平井 一也 -	吉池 文明 鈴木 祐介	○荒木 太亮 -	平井一也(呼吸器、がんの画像および内視鏡診断と治療・ARDSなどの透視性気管支肺水腫) 吉池文明(呼吸器) 荒木太亮(呼吸器) 鈴木祐介(呼吸器)
	消化器内科	○原 悦雄 越知 泰英 ○小林 聡 ☆関 亜矢子	金井 圭太 ○鈴木 宏 小松 通治 -	○長谷部 修 ○越知 泰英 櫻井 晋介 -	★宮林 千春 小林 聡 ○金井 圭太 柴田 壮一郎	長谷部 修 原 悦雄 ○櫻井 晋介 ☆鈴木 宏	長谷部修(消化管および胆膵道疾患・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) 小林聡(消化器・内視鏡) 櫻井晋介(消化器) 金井圭太(消化器) 鈴木宏(消化器)
	循環器内科	○笠井 俊夫 -	○滝 美波 -	○池田 宇一 ☆小林 隆洋 笠井 俊夫	○☆翁 佳輝 -	滝 美波 ○小林 隆洋 -	池田宇一(循環器) 笠井俊夫(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 ☆鈴木 智大	休診	○掛川 哲司 -	○鈴木 智大 -	掛川哲司(腎臓) 鈴木智大(腎臓)
	内分泌・代謝内科	○西井 裕 ☆樋渡 大	○渡邊 貴子 -	西井 裕 -	渡邊 貴子 ○▽樋渡 大	☆西井 裕 -	西井 裕(糖尿病・内分泌代謝疾患) 樋渡 大(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)	
外消化器外科	○高田 学 -	○岡田 正夫 関 仁誌 ☆○古田 浩之 ☆○竹腰 大也	宗像 康博 ○佐近 雅宏 -	○松村 美穂 ◆宗像 康博 -	○関野 康 関 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・膵臓) 高田学(消化器) 佐近雅宏(消化器) 関野康(消化器) 松村美穂(外科) 岡田正夫(外科) 古田浩之(外科) 竹腰大也(外科)	
整形外科	○藤澤 多佳子 ○中村 功 松田 智 南澤 育雄	○藤澤 多佳子 橋本 瞬 ▲松田 智 ▲南澤 育雄	○新井 秀希 中村 功 藤澤 多佳子 ○南澤 育雄 ☆◆藍葉宗一郎	新井 秀希 △橋本 瞬 ○松田 智 藍葉宗一郎	新井 秀希 ○藍葉宗一郎 ▲中村 功 -	松田 智(上肢・末梢神経・マイクロサージャリー・肩関節疾患・難治性骨折) 南澤育雄(股関節外科・膝関節外科・関節リウマチ・骨折治療・同種骨移植) 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	○矢口 貴一郎 ○倉島 侑希	○矢口 貴一郎 滝 建志	○滝 建志 矢口 貴一郎	○矢口 貴一郎 滝 建志	○滝 建志 矢口 貴一郎	滝 建志(形成外科全般) 矢口貴一郎(形成外科) 倉島侑希(形成外科)	
脳神経外科 (脳血管内治療科)	○草野 義和 千葉 晃裕	○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) 千葉晃裕(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) 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	大塚 明弘	大塚 明弘	休診	大塚 明弘	大塚 明弘	大塚明弘(耳鼻いんこう科)	
放射線治療科 放射線診断科	伊奈 廣信	○橋田 巖	伊奈 廣信	休診	橋田 巖	橋田 巖(放射線治療 ※メタストロン外来) 伊奈廣信(放射線治療) 今井 迅(画像診断・IVR) 渡邊智治(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	○歯科医師(交替制) ○☆酒井 洋徳	○非常勤医師(信州大学) ○☆歯科医師(交替制)	○歯科医師(交替制) 午前・午後	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		
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	山本寛二(神経内科領域全般・脳卒中・パーキンソン病・認知症など) 田澤浩一(神経内科) 大橋信彦(神経内科)	
呼吸器外科	○砥石 政幸	○境澤 隆夫	砥石 政幸	○境澤 隆夫	交替制	西村秀紀(乳腺・呼吸器・甲状腺) 小沢恵介(乳腺) 砥石政幸(呼吸器) 境澤隆夫(呼吸器)	
腫瘍内科	小林 直	-	-	-	-	小林 直(腫瘍内科)	
婦人科	○西澤 千津恵 ◆森 篤	○佐近 普子 ☆飯高 雅夫	☆西澤 千津恵 ○森 篤 ☆高木 偉博 村中 愛	○佐近 普子 森 篤	佐近 普子 ○飯高 雅夫 ☆高木 偉博	森 篤(悪性腫瘍) 飯高雅夫(婦人科) 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	○緩和ケア内科医師交替制	休診	休診	休診		
膠原病外来	休診	休診	休診	休診	☆加藤 修明		
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	坂口 治(救急科) 佐藤貴久(救急科) 片山延哉(救急科) 長野市民病院 救急センター	