ISSN 2188-6741

JA長野厚生連

北信総合病院だより

第73号

理念　私たちは地域住民のみなさんとともに信頼され満足できる保健・医療・福祉の実現につとめます

発行日 平成29年１月１日　発行人　洞　和彦　編集　北信総合病院広報委員会
〒383-8505　長野県中野市西１丁目５番63号　TEL 0269-22-2151　FAX 0269-22-2426
http://www.hokushin-hosp.jp/

迎春

年頭の挨拶……(2)
再構築完了後の敷地内の外構動線……(5)
ヘリポート運用説明会を開催しました……(6)
第56回病院祭を開催しました……(7)
健康管理　健診結果のミカタ……(8)
看護部資格職員紹介／こんにちは看護主任さん……(9)
栄養科からこんにちは……(10)
拝見、ご意見箱／診療所から新年の挨拶／ひと言通信……(12)
身近な地域のお医者さん／研修医日誌……(13)
老人保健施設もえぎ……(14)
職場紹介　西7階病棟……(15)
お知らせ……(16)

年頭の挨拶

病院が完成しました
今年は飛翔の年

病院長　洞和彦（ほらかずひこ）

明けましておめでとうございます。皆さまには健やかに新年をお迎えのことと心よりお慶び申しあげます。一年が過ぎるのは本当に早いもので、つい最近広報誌に新年のあいさつ文を掲載したばかりのような気がします。

昨年は地震が大変多い年でした。熊本地震による未曽有の大災害に際し、当院のDMAT（災害派遣救護チーム）が長野県の要請を受け医療救護活動に出動いたしました。現地での活動は苦難の連続だったようで、DMAT隊員のご苦労を称えるとともに、その活動は当院としても誇りに感じています。今後も災害拠点病院の一員として、引き続き国の災害時には可能な限り協力して参る所存です。

ハード面は飛躍的に深化

昨年は、3階建ての救急診療棟が完成し、1階には救急外来に加え、総合診療科と脳神経外科の外来が移転しました。救急医療のハード面においては飛躍的に深化し、感染症病床や災害対策指令室も新設しました。さらに、2階にはリハビリテーション施設、3階には健康管理センターがリニューアル移転いたしました。救急診療棟の完成により、医療・保健・福祉・介護にわたり病院の機能が向上し、地域に貢献できる体制が整いました。人間ドックも格段に充実し、認定施設として恥じない内容です。同時に、外来正面玄関から西病棟まで直結するガラス張りの渡り廊下であるホスピタルストリートが完成し、動線がスッキリしました。

このように病院の外面はどんどん新しいものとなってきておりますが、今後は中身の充実が急務です。医療のレベルの向上はもちろん個々の能力の向上、接遇といったことに注力していかなくてはなりません。

酉年にあやかり

さて、今年は酉年。酉の由来ですが、鳥は後付けで、もともとは酒つぼを意味し、収穫した果実から酒を作るという行為をさすという説があります。果実が極限まで熟した状態、酒熟して気の漏れる状態、物事が頂点まで極まった状態を意味するというものです。酉のつく年は商売繁盛につながるとされております。今年は北信総合病院も酉にあやかって成熟を期し、鳥のように羽ばたいて病院もますます栄えることを祈念しています。今年は、平成24年から始まった新病院建設が完成をみる年となり、一切の工事が終了します。北信医療圏の拠点病院としての再デビューの年と考えています。建物は素晴らしいものにリニューアルしたわけですが、さらに地域の皆さまの期待に沿えるよう、病院の総力を挙げて取り組んでいく所存ですのでよろしくお願いいたします。

良質な医療を提供するために

今年の大きな事業として外来棟階上のヘリポートがいよいよ運用開始です。ヘリポートはドクターカーと並び災害拠点病院として必須の設備だと思います。地域の救急医療・災害医療・患者さんの搬送・臓器提供のためドクターヘリ・消防防災ヘリコプター・県警察ヘリコプターが使用できることは非常にありがたいことです。ヘリポートから救急外来までのアクセスは、全長約20mのデッキをわたり、エレベーターですぐに到着できる、ヘリコプターの離着陸からスムーズに収容できるのが特徴です。また、長野県最北の災害拠点病院のヘリポートであることから、冬季の除雪対策として

明るい光が差し込むホスピタルストリート。机、椅子やベンチもあります。

設備を完備いたしました。この設備は、電気ヒーターによる融雪設備で、降り始めから自動降雪センサーにより自動で作動します。ヘリコプターは大空に飛翔する鳥のようで、酉年にはふさわしいのではないでしょうか。

さて、当院の再構築は「地域創成の核となる病院をめざして」のコンセプトのもと行われています。その機能概要にもありますように、前述の通り救急医療機能と災害拠点病院機能は完備できました。また、地域周産期母子医療センター機能は拡充ができ、がん診療機能については地域がん診療病院の認定をうけました。脳卒中・循環器・呼吸器・腎透析の各センターに加え、地域医療センターもその機能を遺憾なく発揮しております。こうしたことから、昨年で施設面については、ほぼその機能が整ったと考えております。あとは小田切名誉院長の構想にある「文化の香りがするアカデミックな街づくりへの貢献」をするという課題が残っていると考えております。

病院実績については、毎年少しずつですが確実に上昇しています。20年前の勢いを取り戻ししつつあると実感しています。惜しむらくは経営の黒字化が進まないことです。しかし、これだけの再構築事業のなかではいたしかたないことかもしれません。普段通り地域のために着実に業務をしていけば、きっと展望は開けるものと信じています。患者さんや地域住民や開業医の先生方からのご意見を真摯に受け止めて、全職員が良質な医療を提供できるように努力していきますので、今年一年、さらなるご指導、ご鞭撻をよろしくお願い申しあげまして、新年のあいさつとさせていただきます。

救急診療棟２階のリハビリテーション科

救急診療棟３階の健康管理センター

救急診療棟の救急車専用入り口

再構築完了後の敷地内の外構動線

再構築完了後の敷地内の外構動線は下記のようになります。

・正面駐車場と南駐車場の間は車両での往来はできません。

・院内は一方通行になりますので、ご注意ください。

・駐車料金体系に変更はありません。

・自転車置き場が変更になります。

変更がある場合は、随時院内に掲示いたしますので、ご確認くださいますようお願いいたします。

説明会

ヘリポート運用説明会を開催しました

管理課兼経営企画室　課長　大島（おおしま）　昌武（まさたけ）

いよいよ平成29年の6月に、当院外来棟の屋上のヘリポートが開港します。運用開始にあたり、ヘリポートを中心に半径1㎞の範囲の住民の皆さまを対象に昨年説明会を開催いたしました。

内容は、ヘリポートの必要性・開港までのスケジュール・ヘリポートの運用・ヘリコプター搬送訓練の様子（動画）でした。

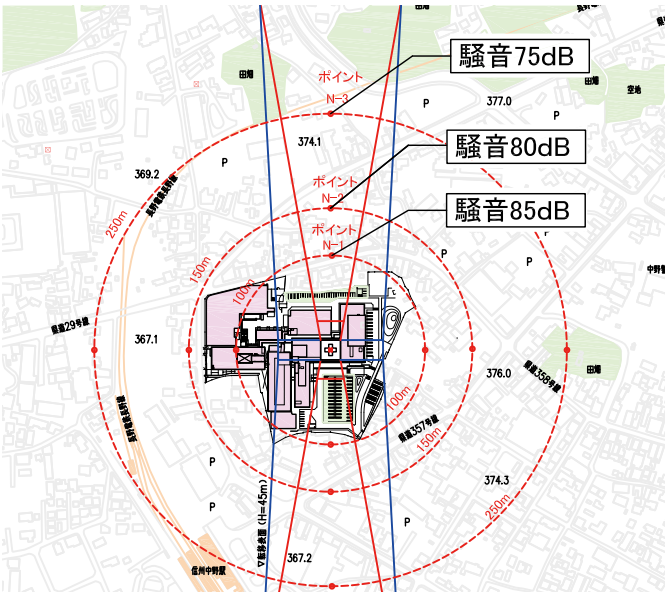
運用方法と今後の予定

地域災害拠点病院である当院のヘリポートの運用が始まると、より迅速に重篤な患者さんの受け入れや他院への搬送など、救急・災害医療機能の向上が期待できます。つまり、地域住民の皆さまの命を守る重要な施設といえます。

離着陸予定のヘリコプターは、小型のドクターヘリと中型の防災ヘリ・県警ヘリを予定しております。着陸回数としては年間50回程度を予定しており、その種類としてはドクターヘリがほとんどと考えております。飛行・離着陸経路については、南北方向での離着陸であり、病院正面玄関側から離着陸します（下図参照。赤い線が飛行経路）。離着陸の際には、大きな音が予想されますので、事前に館内放送でお知らせいたします。また、駐車場におられる皆さまへの安全確保については、ヘリコプターの規模などに応じて現地に警備担当職員を配置し、安全に誘導させていただきます。その際には、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

今後は、4月から5月ごろにヘリコプターを実際に用いて搬送訓練を実施し、万全の体制で6月の開港を迎えたいと考えております。今後とも地域住民の皆さまのご理解・ご協力のほどお願いいたします。

▲6月開港予定の外来診療棟屋上のヘリポート



病院祭開催

第56回病院祭を開催しました

「地域創成の核となる病院をめざして 地域の健康を守る深化した北信総合病院」をテーマとした第56回病院祭を昨年11月12日（土）に開催し、二七一五人の皆さまにご観覧いただきました。

開催に先立ち、洞院長は「県内でも歴史ある病院祭。観覧の皆さんを気持ちよく迎えていきましょう」と挨拶しました。

▲開会宣言をする洞院長。中央が湯本健康管理部長（病院祭実行委員長）、右端は森田労働組合執行委員長。

▲長谷川クリニック院長先生の講演は多くの皆さまが聴講されました

▲DMAT 隊の服装で講演する当院渡辺院長補佐

▲臨床検査体験でエコーの装置を使っていただきました

▲岳南広域消防本部の皆さまにも出展していただきました

▲白衣の試着は、会場内の様々な場所で撮影できました

▲お子さまにも人気だった薬剤部の調剤体験

▲日ごろの食事について管理栄養士に皆さまからご相談をいただきました

▲相談コーナーにもたくさんの方がおみえになりました

特別講演として中高医師会の長谷川クリニック院長の長谷川悟先生に「重病になっても 住み慣れた家で その人らしく最期まで暮らす ーそれを支える在宅医療と他職種による地域包括ケアー」と題して、ご講演をいただきました。また、当院からは地域がん診療病院市民公開講座として、「みんなで知ろう、乳がんのこと」と題し外科の篠原先生が、また一般講演として「地域災害に備える北信総合病院の機能～災害拠点病院としての活動経過報告とこれからの役割～」と題し、渡辺院長補佐が講演をしました。

他にも、和太鼓「一道」の迫力ある演奏、伊藤恵子さんによる表現豊かなエレクトーン演奏がありました。

ご多忙のなか、ご参加いただいた多くの地域の皆さま、そしてご協力いただいた皆さまに御礼もうしあげます。

健康管理

健診結果、もう一度見てみましょう

健診結果のミカタ　血圧　～後編～

健康管理部　保健師・人間ドック健診情報管理指導士　清水由紀子（しみずゆきこ）

病院だよりの前号（第72号）では、血圧の意味と血圧測定時のポイントについてお伝えしました。今号は、血圧値を改善するための生活習慣です。

血圧の上昇をおさえるために

1　減塩や食事改善

高血圧がある場合は、1日の塩分摂取量は6ｇ未満とされています。平成25年度県民健康・栄養調査によると、食塩摂取量平均は、男性11・3ｇ、女性9・9ｇです。塩分を摂り過ぎると、血管内に水分が増え、血圧が上昇します。野菜や果物には塩分を体外に出す働きをするカリウムが含まれていますので食事の中に取り入れ、また、塩や醤油のかわりに酸味や香辛料（こしょう、ハーブなど）、香味野菜（ねぎ、にんにくなど）を使用してみましょう。（※カリウムの摂取を控えるように指導されている場合は指示を優先してください）。

Na（ナトリウム）表示の場合の食塩相当量

加工食品の外装に表示されている栄養成分表示を見ると、「ナトリウム」との記載があります。その数字を 2.5 倍するとおおよその食塩相当量が分かります。
（1000mg＝1g）

2　体重の減量

肥満も血圧を上昇させることにつながります。適正体重（ＢＭＩ体格指数25未満）を目指しましょう。4㎏の減量で上の血圧が4.5㎜Hg下がるという報告もあります。

3　節酒

1日量の目安は、日本酒なら1合、ビールなら中瓶1本です。女性は男性よりもアルコールによる体への負担がかかりやすいため、前述の半分程度としましょう。

4　禁煙

たばこを吸う度に血圧は大きく変動します。心血管疾患などの予防のためにも、ぜひ禁煙に取り組みましょう！禁煙外来への受診もひとつの方法です。

5　有酸素運動

速歩や階段昇降など、1回10分以上の運動で1日合計30分を目安に行いましょう。生活の中での身体活動（掃除や買い物など）も、増やせるよう心がけてください。なお、運動前には血圧測定を行い、ゆっくりと運動を始めるようにします。十分な水分補給にも努めましょう。

6　寒暖差への留意

北信地域では、冬ともなれば連日の氷点下も珍しくありません。寒暖差があると血圧は大きく変動するため、注意が必要です。トイレ、脱衣場、浴室を温め、外出の防寒にも心がけましょう。

次回は「便潜血検査」です。

職員紹介

看護部資格職員紹介
病気療養のお手伝いをさせていただきます

心臓リハビリテーション指導士
樋口（ひぐち） 尚宏（たかひろ）

心臓リハビリテーションとは、心臓病の人が質の高い生活を取り戻すために病気の事を理解し、運動療法や生活指導、心のケアなどを行うプログラムのことです。当院では医師、看護師、理学療法士、薬剤師など多くの専門職がチームとして関わり、患者さん一人一人の状態に応じたリハビリプログラムを提案、実施しています。私自身もチームの一員として指導士の専門性を活かした看護を提供し、心臓病の説明や入院から退院を見据えた生活指導・心のケア・運動療法が安全にできるように努めています。心臓病の事、生活管理、運動や食事などご心配な事、お困りの事がございましたらお気軽にお声かけ下さい。

心臓リハビリテーション指導士の樋口看護師（左）と東北信地域糖尿病療養指導士の関看護師（右）

東北信地域糖尿病療養指導士
関（せき） なつき

東北信地域糖尿病療養指導士とは長野県の東北信地域で糖尿病療養指導にあたる医療従事者のための資格です。糖尿病は発症していても自覚症状が乏しく気づきにくい病気です。糖尿病の血糖コントロールが悪くなるとさまざまな合併症を発症させ、健康な時と同様の生活が送れなくなってしまう可能性もあります。

糖尿病治療の3本柱は食事、運動、薬物療法といわれています。食事療法や運動療法は、患者さんにとっては今までの生活の変化を求められ負担になってしまう方が多くいらっしゃると思います。そんな患者さんの相談役となり一緒に療養生活について考え、よりよい日常生活が送れるようにお手伝いさせていただけたらと思います。

こんにちは☆看護主任さん

西４階病棟
宮崎（みやざき） 由美子（ゆみこ）

お箏（こと）をしています

当院には組合活動があり、運動部・文化部の活動を行っています。野球やバレーボール、コーラス、編み物などさまざまな活動があります。私は就職して一年目、同じ職場の先輩が活動されていたお箏に出会いました。学生のころからいろいろな楽器の演奏を行ってきたので、職場にいながら音楽に親しむこと、週に一回お箏の先生が来てくださり教えてもらえる、数人での演奏を楽しめるということがとても楽しく活動を始められました。そして、今では一番長く続けている習い事になりました。仕事が少しいやになったときには励みになり、家庭や育児などでなかなか続けられそうもなくなったときも、「職場にあるという事は、仕事をやめない限り続けられる」という利点のおかげで、今まで続けられたのだと思います。もちろん先生がいてくださり、先輩方々の存在があったことも大切なことでした。今は仕事に追われ箏にも触れていないのですが、お箏を続けることで、仕事や生活のストレス発散ができればと思っています。

＊塩分控えめのコツ

まずはできそうなところから、コツコツと塩分を減らしていきましょう。

塩分ひかえめのコツ

●は、コツを実践することで減らせる塩分量

旬 旬の新鮮な食材を使おう

具 汁ものは具だくさんにしよう -0.5g

調 調味料をかけるのは味をみてから -0.5g

か 「かける」より「つけて」食べよう -0.5g

漬 漬け物は量も回数も控えめに 1回減らすと -1.0g

噛 よく噛んで素材の味を味わおう

残 ラーメンなどの麺類の汁は残そう 半分残すと -3.0g 全部残すと -5.0g

使 低塩・減塩調味料を上手に使おう

香 酸味、香辛料、香味野菜、ゴマやナッツを使っておいしさプラス

塩 外食・加工食品などは栄養成分表示で塩分量を確認しよう

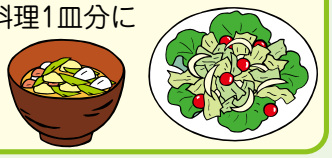
出典：長野県公式ホームページ「さくっとうす味みんなでキャンペーン」より

＊野菜たっぷりのコツ

野菜料理の１皿（小鉢１杯）の目安量は70ｇです。毎食１～２皿の野菜料理を食べて、**１日５皿 ３５０ｇ以上** を目指しましょう。

～いろいろな方法で食べましょう～

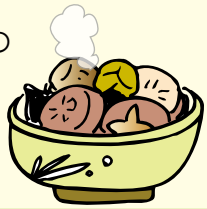
〈汁もの〉
具だくさんにすれば野菜料理1皿分に相当



〈ゆでる〉
いろんな野菜をまとめてゆでて、お浸しやごま和えに

〈炒める・焼く〉
野菜炒めやきんぴらなど。メイン料理には付け合わせの野菜をそえて

〈煮る〉
煮物はだしの旨味でうす味に



〈蒸す〉
レンジを使えば簡単蒸し野菜のできあがり

〈生〉
サラダや酢の物など、いろんな味を取り入れて

※腎機能が低下している方は、カリウム制限のために生野菜を控える必要がありますので、医師にご相談してください。

参考：長野県公式ホームページ「さくっとうす味みんなでキャンペーン」より

うす味で野菜たっぷりを心がけ、血圧を正常に保ちましょう。
食事は主食・主菜・副菜を揃えたバランスのよい食事を心がけましょう。

栄養科からこんにちは

自分でできる食事と健康管理

～はじめよう！塩分控えめ野菜はたっぷり～

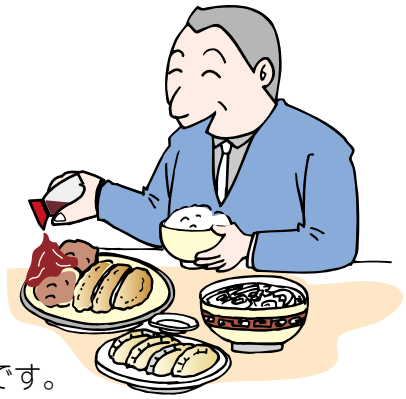
健康診断や人間ドックなどで血圧が高めだと言われたことはありませんか？

８ページの「健診結果のミカタ」にもあったように、塩分の摂り過ぎは血圧を上昇させる原因になります。また、若い世代では野菜不足も心配ですので、血圧の上昇にますますの注意が必要です。

血圧が高めの方には以下のような特徴がありますので、気になる方もそうでない方も一緒にチェックしてみましょう。

＊血圧が高めの方に共通する特徴

1. 濃い味付けのものが好きだ　□
2. 麺類のスープはよく飲むほうだ　□
3. 外食が多い（週に４回以上）　□
4. お腹いっぱいになるまで食べるほうだ　□
5. 野菜はあまり食べないほうだ　□

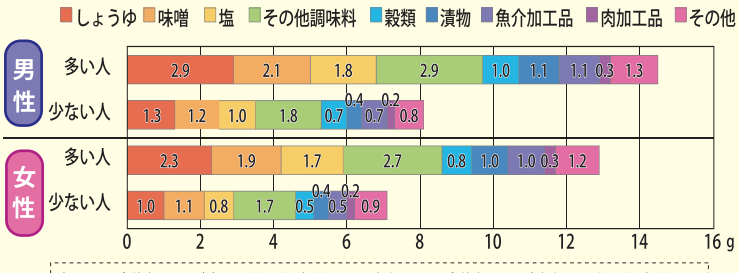


ひとつでも当てはまる方は、血圧が高めになりやすいので注意が必要です。

＊どこから多くの塩分を摂っているの？

長野県民は特に、しょうゆ、みそ、塩などの調味料から多くの塩分を摂っています。また、男女ともに野菜の摂取量が多くなるほど、塩分の摂取量も増えていることがわかります。

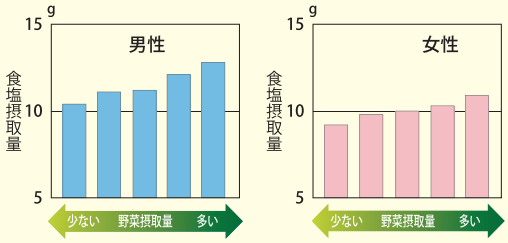
食塩摂取量の食品群別内訳（20歳以上）



多い人：食塩摂取量が多いほうから半分の人　少ない人：食塩摂取量が少ないほうから半分の人

出典：長野県公式ホームページ「今どき県民食生活事情」より

野菜摂取量と食塩摂取量の関連



出典：長野県公式ホームページ「今どき県民食生活事情」より

つまり・・・「野菜はうす味で食べる」ことがポイントです！！

拝見、ご意見箱

[ご意見]

どこに行けば良いか入口がわかりづらい。また、院内の案内表示がわかりにくくて迷いました。どの出入口から入っても迷わないような案内があると助かります。

[回答]

工事中の為ご不便をおかけしております。

外構工事が終了し、完成の際には入口もわかりやすくなると思いますが、来院される方が迷わないように表示等も整備してまいります。

また、院内表示につきましては、現在全館確認しており、不備やわかりにくい物について修正・変更をしてまいります。

なお、案内係もおりますのでご不明な点がありましたら、気兼ねなくお問い合わせください。

診療所から新年の挨拶

謹んで新年の慶びを申し上げます。

「我が家で末永く暮らしたい」ということがこんなに難しいものかと感じることも多くなってきました。しかし、健康であっても、病気があっても、できるだけ我が家で末永く暮らしていきたいという方がいる限り、それを支えるのが我々の使命だと思い、今年も「気軽に相談できる地域の診療所」を心がけて、来院してくださる皆さまのニーズに合わせ、職員一同努力して参りたいと存じます。

皆さまにとってもこの新しい年がより良き年になりますよう心より祈念いたしまして、年頭の挨拶とさせていただきます。

スタッフ一同

ひと言通信

秘書課長　板井（いたい）　和彦（かずひこ）

趣味を模索中

昨年、十何年ぶりに会った大学時代の友人に「50 歳を超えたんだから趣味を持て」と諭された。

それ以来色々なことをやってみた（ロードバイク、ダイエット？、英会話、写経、大人の塗り絵、模型作り etc）が、元来の練習嫌いと根気が無い性格が災いし、１つも上達しないし長続きもしない。

どんなことでも始める前は計画を立て、ユーチューブなどで How to ものを観て研究することでワクワクした気持ちになりそれなりに楽しい。でも、すぐ飽きる。家族には呆れられ冷ややかな目で見られるけれど、まあ今年も趣味を模索し、色々なことにトライして楽しく暮らせればいいかなと思っている。

身近な地域のお医者さん

医療法人 南谷整形外科

院長　南谷 信義　先生

診療科　整形外科・リウマチ科・リハビリ科

〒383-0037 中野市小田中 462-1

☎0269-22-7722

施設の特色を教えてください

当院は開院して 30 年近くになります。昔からの患者さんや家族の方も多く、スタッフも開院当時からの人が何人もいて、バタバタしながらも和やかな雰囲気で働いています。
痛みが強い方やひどい外傷の方を優先して診察するようにしています。

開業したきっかけを教えてください

私は須坂市の生まれで、父親は小児科医院を開業していましたが早くに亡くなりました。
私は整形外科医として昭和 57 年から北信病院に勤めていて、昭和 62 年に現在地に開院しました。もう人生の大半を中野で過ごしています。今春には息子が帰ってきて一緒に働く予定です。

地域の皆さまへ一言

地域の整形外科として初期治療を受け持っていきたいと思っています。より詳しい検査や入院を含めた治療は病院に紹介するようにしています。これからもささやかながら地域医療に役立ちたいと思っています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30～12:15	○	○	○	×	○	○	×
15:00～17:45	○	○	○	×	○	×	×

上記以外の休診日は、年末年始と祝日。

研修医日誌

つじ　まりな
辻　真理奈

大学病院で研修し、四月から北信総合病院に参りました。長野県での生活に緊張しやってきたことを今でも思い出します。ここに来て、東京と大きく異なる点は、やはり高齢化です。80 代後半から 100 歳までの方に大勢お会いします。将来の日本の縮図ではないかと思いながら、何歳になっても農業や自然と共存し、笑顔で生活されている姿が印象的だと感じます。日本と切り離すことのできない高齢化に向き合いながら、良くない点ばかりではないと思うことができました。北信地域の医療に少しでも貢献できたらと思いますのでよろしくお願いいたします。

老人保健施設
もえぎ

『もえぎ』開設20周年が過ぎました

施設長　下山（しもやま）　丈人（たけと）

明けましておめでとうございます。今年が皆さまにとって良い年になりますように。昨年は当施設『もえぎ』を数多くの皆さまにご利用いただき、誠にありがとうございました。また、『もえぎ』を支えていただいていますご家族、地域およびボランティアの皆さまには本当に感謝しております。

昨年は『もえぎ』開設20周年の年であり、『地域で暮らし続けることをめざして～皆様とよりそいながら歩む未来～』というテーマで、いろいろなイベントを行いました。4月には施設内のリクリエーションとしてイチゴ狩りに出かけ、ご利用者さまに甘いイチゴを頬張っていただき、5月には善光寺の参拝を行い、昔を思い出していただきました。6月には栄養科による試食会を開催し、日ごろご利用者さまが召しあがられている食事を、ご家族や地域の皆さまにも試食していただきました。8月6日には恒例のもえぎ祭りを開催し、今年は南里佳さんのものまねショーやピエロのようへいくんの大道芸、天明五閑太鼓の皆さまの迫力ある太鼓演奏、北信総合病院タンポポ保育園園児たちによるかわいいダンス、スマイルフラワーの子供たちによる息の合ったダンス、明夢の皆さまによる感動的な人形劇に加え、介護教室や体力測定・リハビリ体験などのイベントも行い、いつもよりも盛大で、多くの皆さまにご参加いただき、楽しんでいただきました。そして、9月にはボランティア発表会としてレインボーの皆さまにすばらしいハーモニカ演奏をしていただいて、ご利用者さまに楽しんでいただきました。10月8日には開設20周年記念講演会としてご家族や地域の皆さまにもご参加いただき、荻原次晴氏に『次に晴れればそれでいい』という演題でご講演いただき、おもしろくまた興味深いお話をお聞きしました。11月には施設内で音楽会を開催して、ご利用者さまに楽器の音を聞いていただいたり、歌を歌って楽しんでいただいたりしました。更に同月に2回目の試食会と介護教室を開催させていただきました。それ以外にも、玄関前にプランターを設置して花で飾りつけを行ったり、送迎車にペイントしたり、もえぎ通信『さんぽ路』の開設（20）年の歩み（記念号）を発行したりしました。

今年も『もえぎ』は21年目の介護老人保健施設として更にバージョンアップしていきますので、皆さまも何かお気づきの点がございましたら遠慮なくお申し付けください。それらをふまえ、私たちはいっそうの努力を積み重ね、より良い施設をめざしていきたいと考えております。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

もえぎは、介護保険でご利用いただける施設です。
ご利用のお問い合わせは、お気軽にお電話下さい。
電話0269・22・7800
相談員　酒井・金井

職場紹介

西７階病棟
その人にあった看護ケアを提供するために

西７階病棟　師長　入江（いりえ）　美左子（みさこ）

西病棟が完成し、病棟の移転から3年が経過しました。今回は、西７階病棟を紹介させていただきます。西７階病棟は、小児科・婦人科・外科・脳神経外科・神経内科・腎臓内科と多くの科の患者さんが入院している混合病棟です。シャクナゲの花とピンクの色がモチーフとなっており、小児のためのプレイルームも備えています。科が多いため関係する医師は20名、看護職員34名と病棟専任薬剤師１名、社会福祉士１名が患者さんの入院生活のお世話をさせていただいています。

病棟の特徴として、小児科があるため、乳児から高齢者まで幅広い年齢層の患者さんを対象としています。入院中の小児の患者さんのために、ひな祭りや七夕、クリスマスなどの行事に合わせて、ささやかですがイベントも行なっています。昨年のひな祭りでは、当日99歳の誕生日を迎えた女性のサプライズ誕生日も一緒に行い、とても喜んでいただけました。また、糖尿病看護認定看護師を中心に、糖尿病患者さんの看護にも力を入れています。さらに、薬に関しては薬剤師が、経済面や社会福祉制度などいろいろな相談に対しては社会福祉士が病棟の専任として対応しています。

当院の看護部では、「対象となる人々がその人らしく生きられるように、保健・医療・福祉それぞれの分野において満足できる看護・介護を提供する」ということを基本としています。病棟でも患者さんやご家族が求めていることを的確に把握し、安全でかつ安心してもらえるような医療・看護を提供していきたいと思います。入院するということは、病院の中で働いている自分たちにとっては日常的なことですが、患者さんやご家族にとっては、非日常的なことであり、不安事や心配、さらには身体的な苦痛を伴っていることもあります。かかわらせていただく期間も、それぞれ違いますが、自分たちも日々学びながら、関連する部署と連携をとり、患者さん・ご家族に笑顔で退院していただき、地域に戻られても安心して暮らしていけるようなケアを提供していきたいと思います。

西７階病棟スタッフ（一部）と久保小児科部長（前列中央）、夏目小児科医師（前列左から２人目）、入江師長（前列左端）

新任医師紹介

特殊歯科　口腔外科

鈴木（すずき）　大介（だいすけ）

はじめまして。出身は長野県ですが、北信地域に住んだことはなく、これから迎える冬に心配しつつも、楽しみにして過ごしております。専門は口腔外科であり、今後北信地域の医療に貢献できるよう頑張りますので、何卒よろしくお願いいたします。

眼科

樗沼（くれぬま）　裕子（ゆうこ）

はじめまして。信州大学病院より赴任してきました。出身地は静岡県で、長野県での生活はまだ２年目です。北信地域での生活は初めてでこれから来る冬の生活にどきどきしていますが、地域の皆さまのお役に立てるよう頑張りますのでよろしくお願いします。

看護学生奨学金のお知らせ

JA長野厚生連北信総合病院では、将来当院へ就職を希望し地域医療に従事しようとする看護学生の修学を支援する制度を設けています。

対象者	将来、保健師・助産師・看護師として北信総合病院で従事する意欲のある学生	
給付期間	大学生（４年制）	48ヵ月以内
	専門学校生（3年課程）	36ヵ月以内
	専門学校生（2年課程）	24ヵ月以内

看護職員病院見学会

看護職員向けの病院見学会を、下記の期間開催します。

平成29年 3月11日(土)･3月21日(火)　《時間 9：30～12：00》

※ 要予約　※上記以外にも随時開催しておりますので、お気軽にお問い合わせください。

お問い合せ先　〒383-8505　長野県中野市西一丁目5番63号
北信総合病院　人事課　0269-22-2151 (代)

看護職員募集（年齢不問）

地域医療のために　ともに働きましょう。
正職・臨時・パートなど 勤務条件はご相談ください。

お問い合せ先　〒383-8505　長野県中野市西一丁目5番63号
北信総合病院　人事課　0269-22-2151 (代)

健康保険証提示のお願い

当院では月一度、健康保険証の確認を行っております。お手数ですが計算窓口にてご提示下さいますようお願いいたします。

再構築工事についてのお願い

再構築工事が院内の様々な場所で行われております。患者さん・お見舞いの方、地域住民の皆さま、ご通行中の皆さまにご不便とご迷惑をおかけしています。再構築工事には万全の注意を期し、療養環境のよりいっそうの向上をめざしておりますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

中野市営 ふれあいバスで快適通院を

運賃　一律300円（シルバー乗車券も使えます）
※平日のみの運行のため、土日祝祭日と 12/29 ～1/3 は休運。

北信病院駅　発車時刻

上り　中野市役所(陣屋経由) 行…10：11　14：21
下り　岩井 行……11：24　12：54　17：24

運行情報など詳しい情報は…
中野市役所政策情報課（0269-22-2111）へお問い合せ下さい。

休日の救急体制のご案内

休日の一次救急（外来診療ですむもの）はまず中高医師会休日診療所へ受診くださるようお願いします。

中高医師会休日診療所

場所：中野保健センター内（旧ジャスコ1階）
（中野市西一丁目1番7号　信州中野駅前）
診療日：日曜日、祝日
診療時間：午前9時～12時　午後1時30分～5時
問い合せ先：0269-23-2255

面会時間厳守のお願い

面会時間以外の面会は、家人を除き固くお断りしております。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。
また、面会は30分以内でお願いします。

面会時間

診療日　午後２時～午後６時
　　午後７時～午後８時
休診日　午前10時～正午
　　午後２時～午後６時
　　午後７時～午後８時

ご来院される皆さまへ　発熱・咳の症状のある方はマスクの着用をお願いします。

編集後記

平成24年にスタートした病院再構築も、平成29年２月で全て終了します。

皆さまには長年にわたり大変ご不便をおかけしました。ご協力まことにありがとうございました。

新病院に生まれ変わり、「地域創成の核となる病院をめざして」これまで以上に地域医療に貢献できるよう、職員一丸となり頑張ってまいります。

広報委員　山本（やまもと）　香代（かよ）

あけましておめでとうございます。この時期何かと新聞紙面を騒がせるのがノロウイルスです。昨年も東京都千代田区や北海道札幌市などでノロウイルスにより、たいへん多くの方が食中毒症状を起こしました。ノロウイルスには特効薬や予防薬は今のところなく、新型のノロウイルスの場合は過去に感染していても免疫がつかず、何度でも感染するとのことです。やはり感染を未然に防ぐことが大切だと思います。防御法として最も簡単で有効なのは、「ていねいに」、「こまめに」手を洗うことだそうですので、寒い中ではありますが、是非ご一緒に実践して健康にこの冬も乗り切っていきましょう。

広報委員会事務局　宮本（みやもと）　貴幸（たかゆき）

表紙説明

野沢温泉村の道祖神祭り

写真は日本の三大火祭り、野沢の道祖神祭りです。小正月一月十五日前日より作られた大きな社殿の前で、20時ごろより火祭りが始まります。激しい炎の攻防戦の火は、冬の夜空と奉納された大きな初灯籠を赤く染めてゆきます。社殿前の炎の中で顔を煤だらけにし、攻防戦に挑む男衆の姿を見ると、野沢の男衆たちの心意気が伝わってきます。

表紙写真　施設課　佐藤（さとう）　泰本（やすもと）

北信州診療所 〒389-2412　長野県飯山市大字常郷12-5　TEL0269-65-1200　FAX0269-65-1211
老人保健施設もえぎ 〒383-0015　長野県中野市大字吉田123-1　TEL0269-22-7800　FAX0269-22-8585

VEGETABLE OIL INK　この印刷物は環境保全のため、再生紙およびベジタブルオイルインクを使用しています。

印刷　ＰＯ印刷