



# 北信総合病院だより

第 71 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28年5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/>

- 特集1 インフルエンザのウソ？ホント？ ……
- 特集2 新任医師紹介／院内Wi-Fiのご案内 ……
- 特集3 ここまで進んだ！再構築 ……
- 健康管理 健診結果のミカタ ……
- 臨床工学科職員紹介／こんにちは看護主任さん ……
- 栄養科からこんにちは ……
- トリアージを行っています／拝見、ご意見箱 ……
- 身近な地域のお医者さん／ひと言通信 ……
- 老人保健施設もえぎ ……
- お知らせ ……
- 職場紹介 管理部 医事課 ……

## 流行疾患

## インフルエンザのウソ？ホント！

血液浄化療法科部長 南聰みなみ さとし



ん。今更ながら、来シーズンのために必要な情報を整理してみましょう。

本文が掲載される頃には、そろそろインフルエンザの流行も終息していることでしょうか？今シーズンも大流行でした。インフルエンザにかかるされた皆さま方、本当にお疲れさまでした。最近では、知りたい情報は何でも、ネットですぐに調べられます。インフルエンザについて検索した方も多いのではないかでしょうか。とても便利なのですが、情報が散乱しており、何が正しいのかさっぱりわかりませ

## 豚インフルはどうなつた？

【症状】約1～2日の潜伏期間を経て、突然全身症状（38℃以上の発熱・悪寒・頭痛・関節痛・筋肉痛）が出現します。全身症状と同時に、やや遅れて呼吸器症状（咳・鼻汁・鼻閉・咽頭痛）が現れます。全身症状は3日程度で改善しますが、呼吸器症状4%が死亡、しかも“タミフルが効かない”

は7～10日程度持続します。

【診断】鼻の粘液を綿棒で採取するだけの「インフルエンザ抗原迅速検出キット」で診断します。

【治療】発症から48時間以内に抗インフルエンザ薬の投薬を受ければ、平均1日だけ早く治るといわれています。しかし、重症化・死亡率を下げる「ことはできません。

## 南聰 先生プロファイル

（血液浄化療法科部長 2010年10月 赴任）

日本透析医学会専門医・日本腎臓学会専門医・日本内科学会認定医・専門医

出身は長野県中野市。  
趣味はスキー。

と報道されました。まもなく日本にも上陸しましたが、直後に豚フル重病説は否定されました。

“タミフル無効”という報道も誤りでした。最終的には従来のインフルエンザと大差ないとの結論に至っています。実は、今シーズンに検出されたインフルエンザA型のほとんどは、豚フル（新型インフルエンザ）でした。

## インフルエンザB型では微熱のことが多く、消化器症状が強く出るつてホント?

B型でも、やはり多くの方は38℃以上の発熱を認め、微熱で済んでしまう方は多く一部です。また、子供では消化器症状（下痢・嘔吐）が現れることが知られていますが、だいたい1～2割程度です。

## 発症から数時間経過しないと、インフルエンザが検出されないつてホント?

初回発熱時から6～7時間後には感度80%まで上昇し、24時間後には90%まで上昇するといわれています。お勧めの検査時期は、7時間以降です。

## 陰性と診断されました。翌日再検すべきでしょうか?

インフルエンザの主症状は呼吸器症状です。発症から24時間以内に咳・鼻汁・鼻閉・咽頭痛のうち、1つ以上症状が出現したら再検を受けていただく価値はあります。しかし、1つも症状がない場合には、インフルエンザの可能性は低いと思います。

## ワクチンの接種は効果があるのですか?

過去に、ワクチンの有効性を否定した「Mレポート」が話題となりました。

集団予防接種を行った〇〇市の小学生と、行わなかつた〇〇市の小学生で、罹患率に差がなかつたという内容でした。しかし調査方法で、大きな問題点を指摘されました。

1、インフルエンザの検査を行わず、流行期間に数日欠席した子供を、すべてインフルエンザ患者とみなしていました。

2、調査期間中、マイコプラズマが大流行していたが、これもすべてインフルエンザ患者として計算していました。

ある。

以上、欠陥だらけのレポートでした。現

在もなお、この調査結果を元にワクチン不要説を主張しているサイトもあります。しかし、このMレポートを信用している医師はほとんどいません。

最近の調査結果によると、ワクチンの接種で約50%インフルエンザの発症を予防し、約80%の死亡率を下げる効果が認められているそうです。もつと有効率を上げてほしいところですが、安全性と安価である「ことを条件とすれば、仕方ないのかもしません。私個人の意見としては、ワクチンの接種をお勧めします。一方海外では、約90%発症を予防したという報告もみられます。これはワクチンに「アジュバント（免疫補助剤）」が含まれているためです。日本では、このアジュバントの安全性について調査中であり、まだまだ導入には時間がかかりそうですね。

## おわりに

以上、インフルエンザについて、ネットよりも少しだけ詳しく説明させていただきました。来シーズンにでも、お役に立てたが、それを意図的に隠していくたがいです。

## 新任医師紹介

## 地域医療に貢献してまいります

本年1月以降、研修医を含む医師9名が当院に着任しました。

神経内科

高橋 佑介  
たかはし ゆうすけ

はじめまして。生まれも育ちも県内ですが、雪国生活は初めてなので不安と楽しみが入り混じっているところです。私の専門は神経内科です。北信地域の医療に貢献できればと考えておりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

小児科

小池 涼介  
こいけ りょうすけ

伊那中央病院小児科から3月下旬に転勤してきました。北信地域での生活は初めてになります。まだ慣れなことが多いのですが、早く地域に溶け込んで、少しでも皆さまのお役に立てるよう尽力したいと思っております。よろしくお願ひいたします。

呼吸器内科

伊藤 優  
いとう まさる

はじめまして。前任地は雪が降る事が珍しい土地でした。北信もともと雪国生まれなので、久しぶりの雪国生活になつかしさを覚えています。私の専門は呼吸器内科です。北信の地域医療に貢献できればと考えておりますので、よろしくお願ひいたします。

健康管理部

洞 久美子  
ほら くみこ

はじめまして。松本市にある医療機関で20年間、ドック関連の仕事に携わっておりましたが、縁あって故郷の中野市に戻ってきました。懐かしい人柄にホッとしております。地域住民の健康維持のお手伝いができるればと考えておりますので、よろしくお願いいたします。

研修医

中村 宏光  
なかむら ひろみつ

このたび、研修医として所属することになりました中村宏光です。大学は信州大で、雪国に憧れて京都から越してきました。北信地域は初めてですが、1日でも早く地域医療に貢献できればとかんがえております。まだまだ未熟ですが、どうぞよろしくお願いいたします。

はじめまして。歴史と自然豊かな北信地域での生活を日々楽しんでいます。手術も麻酔も昔に比べ、より体への負担が少ない方法が主流になってきます。合併症をお持ちの方も安全に手術を受けいただけるよう、微力ながら努めさせていただきます。

麻酔科

大塚 仁美  
おおつか ひとみ

## (5) 特集2 新任医師紹介・院内wi-fiのご案内

地元は九州の福岡、大学は東京なので自然豊かなここでの生活にわくわくしています。北信の患者様に寄り添える医師をめざして精進いたしますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



研修医

春口  
こうき

はじめまして。初期研修医として1年間お世話になります。北信の患者様に寄り添える医師をめざして精進いたします。

と大変嬉しく思っています。まだ分からぬ事が多くご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、北信地域の医療に貢献できればと考えています。誤字をうようよくお願いします。



研修医

長岡  
ながおか  
俊陽  
しゆよう

はじめまして。東京から来ました研修医2年目の辻真理奈です。2年目として不安と緊張・期待でいっぱいであるとともに、初めての雪国での生活にわくわくしています。ここでしかできない事にたくさん挑戦し、医師としても人としても成長したいと思います。



研修医

辻  
つじ  
まり  
奈  
な



## 院内wi-fiのご案内

当院では、患者さんへのサービスの一環としてスマートフォンやタブレット端末・ノートパソコンなどで、無線インターネットをご利用できるサービスを始めました。入院患者さんだけではなく、外来通院中の患者さんにもご利用いただけます。

お申し込みは、医事課書類窓口で診察券をお出しいただき、「北信総合病院 無線LANスポット利用申請書」を提出していただきます。

利用申請書をご提出いただくと3ヶ月間ご利用いただけます。

また、このサービスは、災害時などの有事の際にも通信手段としても活用できるように設置されたものです。



### サービス利用可能場所

外来棟1F：総合待合室

外来棟2F：図書コーナーひだまり・レストラン・ラウンジ

※お申し込みには「北信総合病院 無線LANスポット利用規約」への同意が必要です。

※18歳以下の方は保護者の同意が必要です。

※スマートフォンやタブレット端末・ノートパソコンの設定はご自身でしていただき、各種設定などの技術的なことに関してはお答えできません。

※その他詳しくは外来診療棟1階の医事課窓口にお問い合わせください。



## 再構築

ここまで進んだ! 再構築  
新健康管理センターの紹介

健康管理部長 湯本一彦



いよいよ本年の8月8日から救急診療棟3階で、新『健康管理センター』が稼働いたします。健康管理センターをご利用いただく皆さまには、4年にわたる再構築工事の間、場所の移転や、各検査への動線の悪さなど、大変ご不便をお掛けしておりました。

現在建築中の救急診療棟の3階にオープンいたしました。

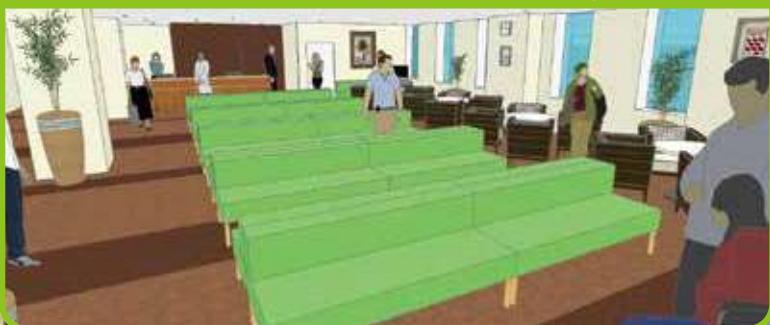
新健康管理センターは、正面玄関から、完成するホスピタルストリートを進み、外来診療棟西側のエレベータを3階で降りていただきますと、南側(救急診療棟)のフロアー全体が健康管理センターとなります。

健康管理センター全体が健康管理センターとなりますように、明るく落ちついた色合いを基調に、床には足にやさしいタイルカーペットを使用しました。センター全体が癒しの空間となればと考えております。

工事中ご迷惑をお掛けしておりました動線の悪さも解消され、数年後の春には東向きの窓から満開の桜がご覧いただける予定ですので、ぜひ期待しておかけいただきますよう、お待ちしております。

また、8月の稼働に伴いまして、人間ドックのオプションなどについてもリニューアルいたしますので、紹介いたします。

健康管理センター(3階) 待合室イメージ



## 『一泊二日人間ドックの宿泊はすべて温泉旅館での宿泊となります』

新健康管理センターでは、一泊二日人間ドック（以下「一泊ドック」）の宿泊は全て『渋温泉・春蘭の宿さかえや』で実施することになりました。温泉で疲れを癒やし、おいしいお食事とサービスを満喫しながら、ご自身の健康を再確認いただきたいと考え企画しました。

一方健康管理センター内には一泊ドック受診者様専用のラウンジ（休憩室）を設置し、リラックスできる空間をご用意させていただきました。院内でのご宿泊を希望者の方には大変ご不便をお掛けいたしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。



## 『人間ドック検査内容等について』

日帰りドックでの医師による結果説明を新たに開始し、よりスピーディーな結果判定を目指します。

また、一泊ドックの標準検査項目に、歯科口腔外科医師による口腔がん検診を追加しました。さらに、大腸内視鏡検査（後日検査）などの新オプションについても、実施にむけて準備をすすめています。

### 『人間ドック各検査場所等への移動動線について』

心電図・腹部超音波・聴力・動脈硬化検査、外科診察については、新健康管理センター内で受けただけます。婦人科、眼科診察については、従来どおり外来での診察になりますが、移動距離が短くなりました。また、レントゲン検査、CT検査、胃内視鏡検査についても、ご移動いただくことになります。

### 『人間ドック健診研修施設に認定されました』

本年4月から日本人間ドック学会の『人間ドック健診研修施設』に認定されました。

「研修施設」に認定されたことにより、当センターで研修を受けた医師は、日本人間ドック学会の認定医・専門医資格を取得するための研修要件を満たせます。

## 『健診のすすめ』

当院では集団健康スクリーニング、生活習慣病予防検診、特定健診等、年間を通してさまざまな健診活動を実施しています。

私どもは、健診の機会をご自身の健康の確認や、増進の為にご利用いただきたいと考えております。

医師・保健師・看護師・臨床検査技師・診療放射線技師・管理栄養士・健康運動指導士などによつて、皆さまの健康状態を正しく評価し、これから的生活についてのアドバイスを行います。

病気があつても症状が現れる前に発見し、早期に治療や検査にご案内すること、さらに検査値の変化をご自身で確認していただき、病気の発症を予防し、生活習慣の改善に積極的に取り組むセルフコントロールのきづかけづくりのお手伝いをいたします。年に一度、ご自身の心と体に向き合う時間を、是非ご一緒させていただきたいと思います。

## 『最後に』

昨年の10月に仮設の健康管理センターに移転したばかりで、また今回の再移転となり、大変ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒、ご理解・ご協力をお願いいたします。

また、建物が新しくなると同時に、受診者の皆さまには今まで以上に気持ちよく受診いただけますよう健康管理部スタッフ一同努めてまいります。心よりお待ち申し上げております。

## 取得施設認定

- 日本人間ドック学会・日本病院会
- 優良二日ドック指定施設
- 日本脳ドック学会認定施設
- 日本総合健診医学会・日本人間ドック学会
- 人間ドック健診研修施設

## 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 尿たんぱく編

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

腎臓や尿路などの異常を調べるための検査として、尿検査を行います。その項目のひとつが、尿たんぱくです。

じのように調べるの？

通常、健診では試験紙を使い、尿定性検査という方法で調べています。結果は「陰性（-）」「陽性（+）（++）（+++）」のように示されます。

性（+）（++）（+++）の数が多いほど、たんぱくの量が多いことを意味します。

どんな時に尿たんぱくが出るの？

血液の中を巡っているたんぱく質は、腎臓の糸球体でろ過、再吸収されます。尿の中に出でてくる

量はほんのわずかです。しかし、腎臓などに何かの変化がおこつていると、再吸収されきれず漏れ出でてしまいます。陽性の場合は、腎臓や尿路系の疾患が疑われます。また、カゼなどで体力が低下している時にも、反応が出ることがあります。他にも、尿たんぱくが出る原因是さまざまです。激しい運動後や精神的な興奮、強いストレス、寒さなどでも陽性になることがあります。これらを生理的たんぱく尿と呼んでいます。

再検査や精密検査の指示があつたら

受診の必要があると判断された場合、腎臓内科などの専門外来でさらに詳しい検査を受けてください。再度、尿検査をしたり、ほかの検査を組み合わせたりと、たんぱくが出る原因を調べていきます。

### 腎臓への負担を減らすために

腎臓は、こまかに血管が集まつてできている臓器です。高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活习惯病があると、血管が傷つき動脈硬化が進みますので、それらの改善、管理が必要になります。日ごろから、肥満の解消や減塩などに心がけ、生活习惯病の予防に取り組んでいきましょう。

### 妊娠中にも尿たんぱくを調べます

胎児の分の老廃物までろ過する必要があるため、妊娠中は腎臓に負担がかかります。妊娠高血圧症候群の所見のひとつでもあり、進行すると母子ともに危険が及びますので、早期発見のためにも定期的に検査を受けましょう。



次回は「血圧」です。



## (9) 臨床工学科職員紹介・こんにちは☆看護主任さん

  
こんにちは☆看護主任さん  
南病棟 7階  
つちや ちえ  
土屋 千恵

**私たちの知識・技術・経験で少しでも楽に**

妊産婦さんのご家族の方から、「助産師さんは子育てのプロだから……」というお言葉を、時にいたることがあります。いえいえ、そんな事はありません。私たち助産師は専門職として妊娠、出産、産後の育児のお手伝いはいたしますが、子育てのプロと言われるほど、“どんな事が自分に起きてもへっちゃよ！”という事はないのです。私は人として約40年、助産師になって約20年、母になって12年、その時その時困難にぶち当たり迷いながら生きてきました。今も迷うことは多々あります。その経験が今の仕事に活きてくればと思い、毎日妊産婦さん方のケアに携わっています。仕事を続けることも、子育てをしていくことも決して楽ではない世の中になりました。今現在子育て進行形、これから子育てしていく方々の悩み・苦しみが、私たち助産師の知識・技術・経験で少しでも楽になっていただけなら、こんなにうれしいことはありません。お困りの際はいつでもご相談ください。「安心してください！私たちはいつもここにいますよ。」

### 透析技術認定士

まつざわ くみこ  
**松澤 久美子**

腎臓が本来の働きを果たせなくなってくると、体内に老廃物や水分がたまってしまいます。そうなると血液中から老廃物や水分を人工的に除去する「血液透析」を行わなければなりません。透析技術認定士は血液透析に関する専門資格を透析療法合同専門委員会が認定するものです。

私たち血液透析をはじめとする、さまざまな病気の原因物質を血液中から除去する血液浄化治療を行っています。それらの治療を安全に行うためには、治療機器のメンテナンス・修理も行なっています。さらに、血液透析に必要となるきれいな透析液を作るために水質管理を行い、質の高い血液透析治療を提供できるよう努めています。



松澤透析技術認定士(左)と阿藤 3 学会合同呼吸療法認定士(右)

### 職員紹介

**質の高い医療の提供をできるよう努めています**

### 3学会合同呼吸療法認定士

あとう まさあき  
**阿藤 正晃**

この資格は、呼吸器疾患や呼吸機能に障がいをお持ちの方に対し、吸入療法・酸素療法・呼吸リハビリテーション及び人工呼吸などの呼吸療法をする上で必要な知識を身につけるために、3学会が合同で認定しているものです。

当院では呼吸療法認定士を中心とした呼吸サポートチームを構成し、病気のために楽な呼吸ができる、人工呼吸療法を受けている患者さんを中心定期的にミーティングを行い、患者さんご自身や医療スタッフの相談にのるなどの活動を行っています。また、院内で安全適切な呼吸管理を実施できているかの確認を行ったり、学習会を開催したりすることで、院内の医療スタッフがより質の高い呼吸療法を提供できるよう努めています。

透析液を作るために水質管理を行い、質の高い血液透析治療を提供できるよう努めています。

## \*アレルギー表示とは？

食物アレルギーについて、とくに症状が重く出たり、患者数が多くアレルギーの原因となることがわかっている7品目については、表示することが義務づけられています。

表示の方法は必ずしも均一ではなく、たとえば「豆腐」と表示がされていれば「大豆」と表示されていないこともあります。それは豆腐の原材料として大豆がよく知られているからです。

しかし、新しい食品表示法では左ページのようにすべて表示することになります。

### ●必ず表示することになっている7品目

えび 卵 カニ 乳  
小麦 落花生 そば



### ●表示が勧められている20品目

あわび	イカ	イクラ	鮭	さば
牛肉	鶏肉	豚肉	大豆	ゼラチン
くるみ	ごま	カシューナッツ		
まつたけ	山芋	キウイフルーツ		
もも	りんご	バナナ	オレンジ	



## ちょっと気をつけて!! カロリー0は本当にゼロ??

「ノンカロリー」「カロリーゼロ」などの表示は、実は厳密には0ではありません。



糖類  
0  
  
低脂肪  
  
カロリー  
1/2  
(当社△△比)

「含まない旨」の表示

[無〇〇、〇〇ゼロ、ノン〇〇、〇〇フリーなど]

「低い旨」の表示

[低〇〇、〇〇ひかえめ、少〇〇、〇〇ライトなど]

食品100g（飲料100ml）当たりで規定された基準値未満または以下の食品です。

「低減された旨」の表示

[〇〇30%カット、〇〇～gオフ、〇〇ハーフなど]

比較対象商品との成分差が食品100g（飲料100ml）当たりで規定された基準値以上の食品です。低減された量（割合）と比較対象商品を明記する必要があります

例) 500mlの炭酸飲料のエネルギー量：24kcal。

100mlあたり4.8kcal→5kcal未満なので「ノンカロリー」と表示ができる。

栄養成分表示でエネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の栄養成分などを確認したり、食品表示の意味をよく理解したりして、食品選びに役立ててみましょう。

**食品表示を上手に利用しながら、数字ばかりにとらわれすぎず、健康を守りましょう。  
食事は主食・主菜・副菜をそろ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

## ～食品表示を健康づくりに役立てよう～

さまざまな食品に書かれている食品表示ですが、購入するときにどのように活用しているでしょうか？

今まで食品表示に関する法律には、「食品衛生法」「健康増進法」「JAS法」の3つがあり、それぞれの法律で表示内容を定めていました。しかし、これは消費者・製造者どちらにとってもわかりにくいものでした。

そこで2015年6月から「食品表示法」という新しい法律のもと、今まで任意だった栄養成分表示が義務化されています（加工食品では5年間、生鮮食品では1年6ヶ月間の移行期間が設けられています）。

### 食品表示変更の特徴

原材料、原産地、アレルギー食品などが表示される。

高齢者などでもラベルが読めるように、食品表示の文字のサイズを大きくし、読みやすい表示に。

### \* 栄養成分表示はどう変わる？

#### 従来の表示ルールに基づく表示例

名称	ポテトサラダ
原材料名	じゃがいも、 <u>マヨネーズ</u> 、①にんじん、たまねぎ、きゅうり、トウモロコシ、食塩、香辛料、 <u>調味料（アミノ酸等）</u> 、 <u>pH調整剤</u> ②
内容量	120 g
消費期限	平成28年6月1日 23時
保存方法	10℃以下で保存
販売者	(株)〇〇食品 AB③ 長野県中野市△△1-2-3

①アレルギー表示→ アレルゲンを含む原材料の後にアレルゲンを明記

②原材料名表示→ 原材料と添加物を区分し、重量順に表示

③製造所固有記号→ 単一工場で製造している場合は名称及び所在地を表示

④栄養成分表示の義務化

#### 食品表示基準に基づく表示例

名称	ポテトサラダ
原材料名	じゃがいも、 <u>マヨネーズ（卵を含む）</u> 、①にんじん、たまねぎ、きゅうり、トウモロコシ、食塩、香辛料、 <u>調味料（アミノ酸等）</u> 、 <u>pH調整剤</u> ②
内容量	120 g
消費期限	平成28年6月1日 23時
保存方法	10℃以下で保存
販売者	(株)〇〇食品 長野県中野市△△1-2-3

③ 製造所 (有)デリカ〇〇  
長野県長野市〇×町123-4

④ 栄養成分表示 (1包装120gあたり)  
熱量：〇〇kcal、たんぱく質：〇g、脂質：〇g、炭水化物：〇g、食塩相当量〇g

栄養成分表示は、任意の表示として長く運用されてきました。しかし、これからの食品表示制度では、原則として消費者向けのすべての加工食品と添加物に表示が義務化されました。

義務表示	熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム（食塩相当量で表示）
任意表示（推奨）	飽和脂肪酸、食物繊維
任意表示（その他）	糖類、糖質、コレステロール、ビタミン類 ミネラル類（ナトリウムを除く）

#### 栄養成分表示が省略できるもの

- ・食品が小さいために包装など表示できる面積が小さいもの
- ・酒類
- ・栄養の供給減として寄与の程度が低いもの（例：茶葉やその抽出物、スパイス等）
- ・極めて短い期間で原材料が変更されるもの
- ・小規模事業者が販売するもの

## 救急外来では トリアージを行っています

内科外来看護主任 こだま けいこ  
(救急看護認定看護師) 児玉 慶子

トリアージについては、病院だよりの中ではよく大規模災害に関する話の中に登場します。今回のトリアージのお話は、そうしたものとは異なっています。

当院では今年2月から、休日と夜間に救急外来を受診される患者さんに対して、院内トリアージを実施させていただいております。院内トリアージとは、症状が深刻で状態が悪化する可能性の高い患者さんを優先的に診療するため、順序づけをすることです。

救急外来を担当する看護師が、体温・血圧・脈や顔色・症状などを総合的に把握・評価し優先度を判断します。当院の昨年度の救急外来への受診者総数は約12,000名です。また、当院の救急車の応需率は昨年度98.3%と全国QI参加病院の平均が89.3%であるのに対して高水準です。休日など多くの患者さんが診察を待たれているなか、より緊急性の高い患者さんを見逃さずに、早急に治療を開始できるようにこの取り組みを始めました。例えば急性心筋梗塞や脳卒中などの緊急性の高い患者さんが、必ずしも救急車でお越しにならずに、歩いていらっしゃるためです。しかし、こうした緊急性の高い患者さんを優先するために、症状の比較的軽い患者さんには、長時間にわたりお待ちいただくことになるかもしれません。また、診察の順番が入れ替わる可能性もあり、ご迷惑をおかけすることがあります。ご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。



## 拝見、ご意見箱

### [ご意見]

車イスでの来院者が多い中で、車イス用の待合スペースが少ないように感じました。この対応として、会計とか正面玄関ロビーの待合スペースの壁面に、A・Bブロックの呼び出し番号表示モニターを増設、追加してはどうでしょうか。呼び出し順番待ちの方の分散化が図れると思います。

### [回答]

ご意見有り難うございます。

現在「救急診療棟」を建設中ですが、平成28年8月の救急診療棟稼働時には、A・Bブロック待合スペースの後ろに「ホスピタルストリート」も完成し、現在よりも待合スペースを広く取ることができますので、今より混雑が緩和され、車イス用の待合スペースも確保できるようになります。

救急診療棟稼働後の様子を見ながら、必要時、正面玄関待合スペースへのモニター追加を前向きに検討いたします。

工事につきご不便をおかけしておりますが、ご理解の程宜しくお願ひいたします。



## 身近な地域のお医者さん

### 市川内科医院

院長 市川董一郎 先生  
副院長 市川真也 先生

診療科 内科・消化器科・循環器科

〒383-0025 中野市三好町 1-2-10  
☎0269-22-3366



#### 施設の特色を教えてください

高血圧症、高コレステロール血症、糖尿病などの生活習慣病の診断、予防、治療に力を入れています。禁煙外来、経鼻胃カメラ、在宅診療なども取り入れて、皆さまのニーズに沿った医療を行っています。

#### 開業されたきっかけを教えてください

67年前に、先代が現在地で皮膚科、泌尿器科を開業し、地域の皆さまとのふれ合いを大切にしていました。昭和58年に現院長が、12年間の勤務医の経験を経て、内科医院として新規開業しました。

**最後に地域住民の皆さんにひと言お願いします。**  
院長自ら自然の中で体を動かして体を鍛えています。  
バランスの取れた食事、健康的な生活を心がけて、



それを日常の診療に役立てています。医院のスタッフも、健康づくりの意義をよく理解して指導に当たっています。



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

上記以外の休診日は、年末年始と祝日。

## ひと言通信



西多賀病棟部長 高野 千恵子

### ワカサギ釣りでストレス解消

毎年11月1日を過ぎると、野尻湖のワカサギ釣りの解禁日。夜明け前の暗闇の中、あれこれ詰め込んだ釣り道具を抱えて、車に乗り込み野尻湖に向かいます。白々と明るくなるころに、かまぼこ船が待っています。ストーブを背中にしょって竿を構えたら、野尻湖時間がスタート。今日の気温や天気、風の強さ、湖の濁りや水の流れ、あれこれ並べてみても、しょせんセンスが物を言うのです。飽きてきたら体を伸ばし、コーヒーでも飲みながらおしゃべりに花が咲きます。単価の高いワカサギではありますが、このひとときがたまりません。

## 老人保健施設 もえぎ

通所リハビリテーション

### 改定によりサービスが変わりました

理学療法士 田尻 勝

介護報酬の改定が平成27年4月に行われました。それに伴いまして、通所リハビリテーション（通所リハ）のサービス内容が若干変わりましたのでこの紙面をお借りして説明させていただきます。

通所リハに関する今回の介護報酬改定は、主に「地域包括ケアシステムの構築に向けた対応」と「活動と参加に焦点

を当てたりリハビリテーション（リハビリ）の推進」が基本となりました。「地域包括ケアシステム」とは、将来中重度の要介護者や認知症高齢者になつても「住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられる」ために、地域で包括的な支援やサービスを提供できる体制をつくることです。また、リハビリに関しては、「心身機能の維持・向上」だけでなく、地域で「活動すること」や地域に「参加すること」にも働きかけ、より効果的なリハビリをすることです。

「もえぎ」の通所リハでは、その対応として「リハビリ会議」と「生活行為向上のためのリハビリ」を新たに導入しました。「リハビリ会議」では、利用者さまの現状と今後の目標や方向性をご本人様を中心に、ご家族の方や利用されているサービスの担当者の皆さんと共有し、その計画の内容を医師から説明させていただいています。会議の場所



▲「リハビリ会議」には多くの担当者が参加します。

「リハビリ会議」や「生活行為向上のためのリハビリ」をすることで、利用者さま自身がリハビリを効果的に実践し、地域に「参加」「活動」ができる一助になればと思います。

もえぎは、介護保険での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。

電話の0269・22・7800

相談員 酒井・金井

は主に「もえぎ」で行わせていただきますが、その頻度は、通所リハ開始後6カ月間は月1回、6カ月以降は3カ月に1回となっています。  
ご都合が悪く会議に参加できない場合は、後ほど会議の内容をお伝えさせていただきます。

## 職場紹介

管理部 医事課

丁寧でわかりやすく、優しさと思いやしさを持つて

医事課長 小林 則政



病気やケガで来院された方の受付、お会計をするところなど、最初と最後に皆さまにお会いするの私たち医事課です。いつも患者さんの立場になつて考え、安心して来院され、また気持ちよくお帰りいただけるよう、優しさと思いやりの心で対応させていただくよう心掛けっています。

医事課は課長以下13名の職員の他に委託職員な

どが、皆さまに対応させていただいています。総合受付では診療受付・保険証確認・書類受付・会計など窓口業務全般を行なっています。また、各ブロック受付では医師や看護師の負担を軽減し、

院内では、医療事務の知識を生かしながら、広範囲にわたる業務を担当しています。また、病院内のナースマッサージ種と連携・協働して、チーム医療の一員として安定した良質な医療と患者さんへのサービスの提供をめざしています。

業務を円滑に行なえるように問診や誘導などを行なっています。入院・外来ともに医療費の計算では、迅速で正確な請求に努めています。その他に医療費のうち、保険者への請求分（患者さんに負担していただいた分を除いた国民健康保険や社会保険などが負担する費用）を請求するため、1ヶ月分の診療内容を確認して、診療報酬明細書（レセプ

ト）を作成する保険請求業務を行なっています。

診療報酬業務は2年に1度大きなルール改正があり、患者さんのお支払いにも影響があります。本年はそのルール改正がありました。「」へした改正に対応するため、定期的に課内で勉強会を開いて知識の幅を広げています。



医事課スタッフ（一部）と小林医事課長（最後列右端）

すい説明ができるよう業務にあたっています。」不明な点などがある場合は、「」もしくは、「」お気軽にお声をおかけください。」れから、いつも笑顔で皆さまに応対できるよう心がけています」と思っています。

## 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28年 5月14日(土)・6月11日(土)・7月9日(土)・  
8月5日(金)・8月10日(水)・8月19日(金)・8月26日(金)・  
9月10日(土)・10月8日(土)・12月10日(土)  
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。

お問い合わせ先 〒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。

お問い合わせ先 〒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、地域住民の皆さん、ご通行中の皆さん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は運休。

## 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)へお問い合わせ下さい。

## 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  
問い合わせ先：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。

今年は総員47名の職員が4月に入職しました。それぞれの職場でやや緊張の面持ちではありますが明るく笑顔で皆さんに気持ちを寄り添おうと対応している様子を目に見ると第61号で現名誉院長の指摘にある、「ハート面だけではなくソフト面の向上」を思い出します。わが身に省みて、精進したいと思いました。

広報委員(経営企画室)

湯本

英幸

編集後記

表紙写真  
施設課

佐藤泰本

初夏の田園  
な風が吹く飯山市瑞穂地区です。  
朝夕は千曲川の眺望が良く、私も夕焼けの綺麗な日は写真撮影に出かけます。皆様も是非お出かけ下さい。

表紙説明



この印刷物は環境保全のため、再生紙およびペジタルオイルインクを使用しています。