

／これからもずっと、地域とともに。／

JA長野厚生連
北信総合病院

2024.9.1
Vol.96

北信総合病院だより

特集 **飛び出す! 病院**
北信地域の健康を支える取り組み





荒井裕国統括院長に、北信地域の人々の健康を支える、人間ドック、保健予防活動、がん相談、訪問看護、訪問リハビリなどのアクティブな取り組みについて、お話を伺いました。

飛び出す病院! 北信地域の健康を支える取り組み



長野県は世界に誇れる健康長寿地域となっていますが、それを支えてきたのは、未病(病気になる前)からの健康に関する自己管理の意識を高める取り組みが関係しているのではないかと考えています。

北信総合病院は、1957年2月、日本初の1泊2日人間ドックをスタートさせた実績があり、そのような全国的に注目を集めて、1959年3月のNHK『伸びゆく農村』という番組で「村の人間ドック」というテーマで全国に紹介されました。

全国に先駆けて始まった当院の1泊2日ドックは、今でも「2日ドック」として渋温泉に1泊してのんびりくつろげる人間ドックとして人気を集めています。

「私は健康です!」と感じている方も、知らないうちに体や心に負担をかけて、病気が始まってしまうことがあります。人間ドックは、近い将来に病気になるために、危険因子を見つけて、生活習慣病を改善し、健康寿命を延ばすこ

とに大いに役立ちます。

人間ドックのメリットは、定期健診やがん検診に比べて、検査項目が多いことです。胃カメラやCT、MRI、男性・女性特有の病気、脳に特化した検査など、さまざまな検査が含まれており、健康診断だけではわからない病気の早期発見に役立ちます。

さらに人間ドックは、検査結果について医師からの説明を受ける時間が用意されており、保健師から生活習慣の改善点についてアドバイスをもらうことも可能です。

当院では、人間ドック以外にも、地域の皆さんの健康を守るために、要請があった地域に出張して集団健診を行っています。病院が遠くて定期健診を受けられないという人が1人でも少なくなるように、当院の医師、看護師、保健師などの医療スタッフが皆さんの近くに伺っています。

さらに通院が難しい患者さんのために、訪問看護や訪問リハビリテーション、医療福祉相談なども行っています。がん患者さんご家族向けの相談センターも、セミナーや出張がんサロンなどを行っています。

以上のように、北信総合病院では、病院の中だけでなく、病院スタッフが地域に飛び出し、飛び込んで、健康長寿の輪と和を広げています。



当院では、ご自宅で療養されている方が、より生活しやすいよう訪問看護・リハビリテーションを提供しています。

訪問看護・リハビリテーション + 居宅介護支援事業所



ご家庭で療養されている方や、介護が必要な方、またそのご家族ができる限り不安なく毎日の生活が送れるよう、当院には、「訪問看護ステーションなかの」が設置されており、院外にもサテライト施設を運営しております。北信地方の患者さんのご自宅を訪問し、病気の症状を改善し、ご自宅での生活を少しでも快適に送れるように、看護やリハビリテーションを行っています。

訪問看護のサービス内容は、①日常生活の看護・介護(病状の観察、身体の手洗、排尿および排便のお世話、床ずれの予防と処置、食事や食べさせ方の工夫など)、②相談・アドバイス(療養環境づくりのお手伝い、介護用品の紹介と工夫、福祉諸制度の活用方法など)、③医師の指示による処置(床ずれや傷の手当、カテーテル類の管理など)です。

また訪問リハビリテーションは、ご自宅で療養されている方が、より生活しやすいよう、ご自宅に伺って行うリハビリテーションです。理学療法士などによる障害に応じた機能訓練を提供するほか、ご本人やご家族の希望を伺いながら、医師やケアマネジャー、他の介護サービススタッフと連携して行います。ご利用を希望する場合は、まず主治医にご相談ください。

ご利用いただける地域は、中野市・山ノ内町・飯山市・木島平村・野沢温泉村・栄村ですが、その他の地域にお住まいの方は、ご相談ください。



患者さんの情報収集



朝のカンファレンス、訪問スケジュール調整



訪問リハビリは私たちに任せください



居宅介護支援事業所 ケアマネジャーの活動 (所長 内藤 美麗さん)

介護保険の認定を受けた方が住み慣れた自宅で、できる限り自立した日常生活を送ることができるようお手伝いをしています。介護サービスを受けるためのケアプランを作成し、医療サービスや介護サービスの事業所との連絡調整を行うのが私たちの仕事です。毎日利用者様のご自宅を訪問し、ご本人やご家族の思いに寄り添えるように日々努めています。現在所属しているケアマネジャーは6人です。全員女性スタッフで、経験豊かなメンバーが揃っています。



内藤所長さん併せて6名が居宅介護支援事業所のスタッフ(ケアマネジャー)です。地域に暮らす介護が必要な方のお宅を訪問し、入院が必要な場合は病院と連携をし、再び地域での生活ができるよう支えています。

がん相談支援センター ～がんの困り事、ご相談ください！～

がん相談支援センターは、
がんについて誰でも相談できる場所です。



お気軽にお越しください



みんなでおしゃべりしながらやっています！

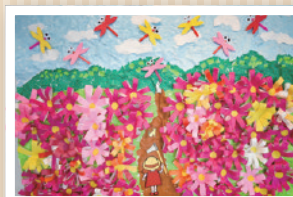


通院治療センター
のとなりです

「がん相談支援センター」では、がん患者さんやご家族の
がんに関する困り事について、がん専門相談員（看護
師、医療ソーシャルワーカー）と一緒に考え、安心し
て治療や療養生活が送れるように支援しています。
また、がんを体験されている方やご家族が集い、日
頃の思いや気になることを、聞いたり話したりできる、
交流会「がんサロンふきのとう」では、勉強会やイベン
ト（リンパドレナージュ教室・メイク体験会・温泉出張
ト（リンパドレナージュ教室など）を行っています。
がんサロン・絵手紙教室など）を行っています。
がんの治療と仕事（休職や職場復帰、就労）、経済的な
問題に関する相談については、それぞれの内容に応じて
社会保障制度の相談や、社会保険労務士、ハローワーク
の出張相談会も行っています。どうぞお気軽にご相談くだ
さい。

アートで地域連携！～ホスピタルストリートご紹介～

「ホスピタルストリート」は2016年に完成しました。
その企画・運営担当の地域医療福祉支援センター居宅介護支援事業所・
竹内 志満さんに話を聞きました。



あたたかな作品が、患者さん、病院
職員を心から和ませてくれます

ケアマネジャーの竹内 志満さん

ホスピタルストリートは、正面玄関と西病棟をつなぐメ
イン通路にあり、当院と関係の深い福祉施設・医療機関・
学校・地域の有志グループの皆様が作成されたアート作
品を展示しています。最初の頃は知名度もなく作品を集め
るのが大変でしたが、病院ホームページや患者さんの口コ
ミが広がり、積極的にアート作品
をご提供いただけるようになりま
した。絵画、工作、写真、キルト、
編み物、俳句・和歌など、季節
感たっぷりの作品を展示しており
ますので、当院にお越しの際に
は、ぜひホスピタルストリートの
アート作品をご覧ください。



健康管理センター 保健予防活動

当院では地域に出向いて健康診断を行っています。



飛び出す！病院



本日の健診会場は野沢温泉村保健
センターです

健診会場
到着

当院では、医療スタッフが健診車に医療機器を積んで、北信地域の保健センターや
集会所へ出張し、年間延50日間、3町2村への巡回出張健診を実施しており、年間約
6,700人の方が受診しています。

今回は、7月末に実施した野沢温泉村保健センターでの巡回健診のようすをご紹介します。
通常は早朝から病院を出発して朝8 時頃からスタートし、夕方まで多いときには
100 人を超える住民の皆様の健診を行っております。この日は、午後からのスタートで、
役場職員の健診でした。50 人ほどの予約が入っていましたが役場の協力もありスム
ーズに進行し無事に夕方には終了しました。

病院に戻ってからは、検査結果をまとめる作業などを行い、3週間ほどで結果報告書
を受診された皆様にお届けしています。時には結果報告会に当院の保健師も出向き、行
政の保健師と一緒に地域の健康づくりに参加させていただいています。

当院の出張健診は昭和40年代から始まっています。当時は今のように、誰もが健診
を受けることが当たり前ではない時代でした。「病院へ来られないならこちらから行こう」、
「地域へ飛び込もう」という気持ちから始まった出張健診。時代は変わり個別健診を希
望する方も多くなってきています。しかし、今なお年中行事の一つとして「北信さん」の
健診を待っている方がいる限り、精一杯勤めていきたいと思っています。

打ち合わせ

業務分担や予約人数、検査項目などを
確認します



役場の方と協力して会場を
設営します

会場設営



受付

検査の実施や報告書作成に必要な
情報を受付します



検尿

尿に異常がないか調べます



血圧問診



問診票をもとに問診を行い、血圧測定も行います



心電図

病院と同じように心電図検査も
実施できます

聴力・眼底
検査

暗室の代わりに暗幕を使って
眼底検査を行います



採血

血液から様々な項目を調べます



内科診察

丁寧な診察と親身なアドバイスが好評です



人間ドックで健康を守ろう!

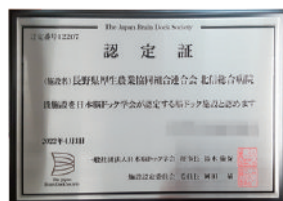
当院の人間ドックの特色や受診の流れについてご紹介します。



QRコードを
チェック!

厳しい審査をクリア

当院は、公益社団法人日本人間ドック・予防医療学会による「人間ドック健診施設機能評価 (Ver.3.0)」の認定を受けております。今年の6月には Ver.4 を受審し、近々認定される予定です。この健診施設機能評価とは第三者的評価で、受診者の方が安心して快適に質の高い健診を受けられるかということに重点を置いております。



私たちがみなさまの健康づくりをお手伝いします



さらに日本脳ドック学会による「日本脳ドック学会認定施設」認定を受けております。日本脳ドック学会認定施設とは日本脳ドック学会が定める脳ドックのガイドラインに沿った基準をクリアしていることや、専門医が画像診断すること、年間50人以上が脳ドックを受診していることなどさまざまな項目をクリアしたことを証明するものです。

1日ドック (スケジュール)

- 07:45 受付 (検査内容によって受付時間が異なります。)
採尿・血圧測定・採血
問診・腹囲測定
腹部超音波・心電図・聴力
- 08:50 外科診察 (乳房オプション)
身体測定 (身長、体重、体脂肪率、視力)
肺活量検査
眼底・眼圧検査
胸部レントゲン検査
胃内視鏡検査 (胃カメラ) または胃レントゲン検査
- 10:00 内科診察 (甲状腺含む)
医師による結果説明
保健師による健康相談
- 11:00 婦人科診察 (オプション検査)
- 終了 会計・終了
- 13:00 頃 昼食

定員は28名であり、7時45分から受け付けを開始しております。保健師による体調確認後、左記のスケジュールどおりに進みます。途中、外来の患者さんと一緒になる検査もあるため、待たせてしまうこともあります。概ね13時には終了します。

ドック終了後の食事は、院内のレストランまたはカフェにおいてパンのお持ち帰りのいずれかを選択ができます。人気メニューは各種定食です。パンは院内で焼いたふわふわ焼き立てをテイクアウトができます。

人間ドック共通のオプション検査では、受診者皆様のニーズにお応えできるよう脳ドック (MRI)・痔臓ドック (MRI) 等を21種類ご用意し、女性にお勧めの検査も充実しています。また、保健師による生活指導、特定保健指導も積極的に実施しています。



啓発活動 手作りのポスターで、健康に役立つ情報を掲示しています



受付 保険証、お申し込みのオプション内容などを確認します

2日ドック (スケジュール)

- 08:00 受付・採尿、血圧測定、採血、眼圧検査
オリエンテーション
- 08:50 外科診察 (乳房オプション)
散瞳薬点眼の可否を確認
胸部レントゲンまたは肺 CT 検査
心電図・聴力
腹部超音波
問診・腹囲測定
身体計測 (身長、体重、体脂肪率、視力)
肺活量
糖負荷試験
動脈硬化検査
散瞳薬点眼
- 11:00 婦人科診察
眼科診察
オリエンテーション
- 昼食 昼食
- 13:30 マンモグラフィまたは乳房超音波検査 (オプション)
オリエンテーション
- 16:00 温泉旅館への移動
- 夕食 1日目終了

温泉に宿泊

- 08:00 口腔外科診察
胃内視鏡検査 (胃カメラ) または骨レントゲン検査
内科診察 (甲状腺含む)
医師による結果説明
保健師による健康相談
- 終了 会計・終了
- 12:30 頃 昼食



1泊2日ドックは、山ノ内町渋温泉『大陽館ヤマト屋』にご宿泊いただきます。

渋温泉は北信五岳に抱かれ、1300年の歴史を誇る名湯で、全室ゆったりと静かにくつろげるプライベート空間です。また、地元の新鮮な食材を使ったおいしい夕食と真心がこもったサービスを満喫しながら、日頃の疲れやストレスを癒し、ご自身の健康や日々の生活習慣について再確認ができます。

宿泊は、お一人からでも可能ですし、1部屋2人以上での宿泊ができますので、ご夫婦、ご家族、ご友人、職場の皆さんなどご利用いただけます。また、ご両親への日頃の感謝を込めた贈り物としてもおすすめです。

基本料金には宿泊料金の他、夕食・温泉・往復の送迎が含まれております。

健康管理センター内には、1泊2日ドック専用の受付スタッフがあり、ラウンジ (休憩室) では、各種ドリンク、Wi-Fiも完備していますので、検査と検査の空き時間をごゆっくりお過ごしいただけます。



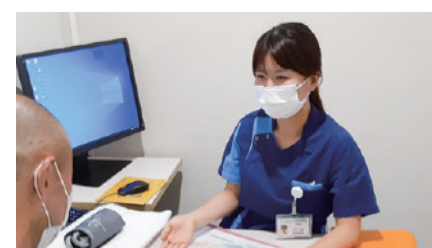
川のせせらぎが心地よく響く中、静かに天然温泉を楽しめる宿にご宿泊です



心電図検査 心筋を伝わる電気の状態に、異常がないかどうかチェックします



内科診察・結果説明 当日の検査結果を医師が説明いたします



健康相談 検査結果を基に、保健師と日常生活習慣を見直しましょう



予約コーナー 次回の人間ドックを予約しましょう!



昼食 病院内のレストランでの食事、またはカフェのパンをテイクアウトできます



一泊専用ラウンジ 落ち着いた雰囲気のリビングでゆっくりお過ごしいただけます

定員	日帰りコース28名/日、1泊2日コース6名/日	
ご予約	Tel.0269-22-4838 (直通)	
基本料金 (税込)	日帰りコース	県内JA組合員39,600円、一般41,800円
	1泊2日コース	県内JA組合員62,700円、一般68,200円



第61回

病院祭

11月9日[土]
開催予定

秋恒例のイベント「第61回病院祭」は、11月9日(土)開催予定です。消防車・救急車・ドクターヘリなどの見学会、健康・医療セミナー、診療体験コーナー、パネル展示、ミニコンサート、お餅つき、綿あめ・ゲームなどの屋台など、たくさんの企画を用意してお待ちしております。詳細については、病院ホームページをご覧ください。

寄付者・
勝山 正美様へ
感謝状

当院の透析治療関連および外来棟の設備充実のためにご寄付いただきました、勝山グループ会長の勝山正美様に2024年8月8日感謝状を贈呈いたしました。

勝山様は当院のスタッフがはたらく様子をご覧になり、スタッフの負担が軽減される電動ベッドの寄贈を思いつかれました。8月初旬に当院の腎・透析センターに30台の電動透析用ベッドと院内の待合室にロビーチェア22台が納品されました。ご寄付いただきありがとうございました。



感謝状贈呈式
勝山正美様へ荒井統括院長より感謝状を贈呈しました



腎・透析センターに新しい電動ベッドが設置されました



新しいロビーチェアは外来2階、放射線センター、生理検査室待合ロビーにそれぞれ設置されました

アンケートにご協力ください

広報誌『北信総合病院だより』をより楽しい内容にするために、QRコードからアクセスしていただき、皆様のご意見・ご感想をお聞かせください。



北信病院ナビ

地元ケーブルテレビと共同して、毎月、当院からのインフォメーションや病院の知識・病院が身近に感じられる情報等を制作・放送しています。過去の放送分は当院ホームページからご覧いただけます。最新番組のテーマは、「北の窓から〜アルツハイマー病の新しい治療薬 レカネマブについて」(2024年5月放送)です。



JA長野厚生連

北信総合病院

〒383-8505 長野県中野市西1丁目5番63号 TEL:0269-22-2151 FAX:0269-22-2426

<https://www.hokushin-hosp.jp/>

北信総合病院

検索

