



依田窪病院だより

# 白樺

国保依田窪病院  
の理念

- 地域に密着した心あたたかな医療
- 地域の基幹病院として高度医療の実践

## 主な内容

### 医師紹介

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 石橋 久夫 先生        | 2   |
| 三澤 弘道 先生        | 3   |
| フレッシュ職員紹介       |     |
| 放射線科 柳沢 裕美 さん   | 4   |
| 中学生の一日職場体験      | 5   |
| ～1本の鉛筆があれば～     |     |
| 声楽家 狭間 壮さんとの出会い | 6～7 |
| 夏祭り昼食バイキング      | 8   |

### 各部署の紹介②

|              |    |
|--------------|----|
| 栄養科          | 9  |
| 《連載》健康の窓①    |    |
| ストレッチ        | 10 |
| 外科診察担当医表     | 11 |
| 『美しい白樺林』紹介   | 12 |
| 富士見高原ゆりの里    |    |
| 病院からのお知らせ    | 12 |
| 床頭台が新しくなりました |    |

## 国保依田窪病院へのお問い合わせ

〒386-0603 長野県小県郡長和町古町 2857  
TEL. 0268-68-2036 FAX. 0268-68-2683  
URL: <http://www.yodakubo-hp.jp> E-mail: [info@yodakubo-hp.jp](mailto:info@yodakubo-hp.jp)

平成 18 年 10 月 31 日発行

発行/国保依田窪病院 印刷/田口印刷株式会社



# 医師紹介

石橋 久夫 (いしばし ひさお)



- ◇職名 参与
- ◇部局 外科
- ・昭和24年生まれ
- ・島根県浜田市出身
- ・昭和50年、信州大学医学部卒

「〇〇さん、外科1診へどうぞ」  
こうして、石橋先生の1日の診療  
が始まります。昭和61年6月、自  
治医科大学から外科医師として当

院に赴任されて以来20年間石橋先生は、来院される患者さんと毎日、常に正面で向き合っていました。律儀で、人情味が溢れ、竹を割ったような誠実さから「男、石橋ここにあり!!」スタッフ間ではこんな言葉で表される石橋先生の人柄です。来院される患者さんの多くは、地域のお年寄りです。専門的な外科医療に取り組みかたわら、県内でも先進して「地域医療在宅医療」に携わってこられました。現代医療のあり方の、治す医療が全てという考え方に疑問を持ち、病状による苦痛を和らげるだけでなく、患者さんの身体的、精神的苦しみをいかに軽減するかという「ターミナルケア（緩和医療）」に大きな力を注がれてこられました。当院のターミナルケアの担当部署である地域医療部の部長も兼任され、現在11名のスタッフと、365日24時間体制の訪問看護と訪問診療に超多忙の毎日です。更に、昨年5月からは毎週土

曜日の午前に予約制で行う「高齢者総合外来」を開診、来院されるお年寄りの話をじっくり聞きながら、介護予防や生活機能の維持・向上を重視した診療に取り組まれています。

こんな忙しい石橋先生の息抜き、趣味はゴルフと風景写真撮影。特に写真撮影はプロ級でご自分の写真集「自然といのち」を製作されているほどです。当院の病棟にも石橋先生が撮影された美しい風景写真を飾らせて頂き、入院中の患者さんの目を楽しませて頂いております。

石橋先生にこれからの抱負をお聞きますと「当院の外科では今後も、治す医療と癒す医療のバランスをとりながら、一人一人の患者さん、その家族の皆さんとの信頼関係や心のつながりを大切に、そしてそれを最大のモットーとして全人的医療に取り組んでいきたい」との力強い言葉でした。地域の皆さんに支えられ、そしてその地域の皆さんにお返しをする「当院の根幹とも言える夢と心のある地域医療」。

石橋先生は、そんな先生を心待ちにしているお年寄りの元へ

「聴診器」と、心を持って今日も往診に出掛けます。



往診での一コマ

◇地域医療部スタッフから一言  
「気合だ!」これは石橋先生の口癖、パワーの源です。(どこかで聞き覚えのある言葉ですが)人を元気づける力のこもった掛け声ですが、先生の「気合」は「精神力をこめて」とか「こころもち」のような意味合いがあるようです。深夜の呼び出しにも「気合」で快く対応して下さる石橋先生。そんな先生を私たちは、困った時の石橋頼みと頼りにしています。

### 三澤 弘道 (みさわ ひろみち)



◇職名 院長

◇部局 整形外科

・昭和31年生まれ

・長野県三郷村(現安曇野市)出身

・昭和56年、自治医科大学卒

(医学博士)

今から20年前の昭和61年4月、三澤院長は初代の整形外科医師として当院に赴任されました。「当時は常勤医師7人、診療科4科、ゆったとりした時間の流れる診察風景だったですね」と懐かしそ

うにその時を振りかえる三澤院長。あの頃20年前と今、医療の世界がこれほど変わろうとは予想もしていなかったと話されます。「現在の医療制度は弱肉強食、弱いものが滅び、強いものが生き延びる。大病院のような大きな病院は生き残れるが、当院のような過疎地にある弱小病院は廃業しなさいと言うことと同じ」と国の一方的な医療制度等の改革に大きな憤りを感じているとも話されます。

「しかし、病院がなくなつて一番切ない思い、不安、不便を感じるのは地域住民の方々ですから、そんなことのないように常に先、先を考え、行政とも一体となった取り組みが不可欠です」と話されます。当院では、そんな先駆的な三澤院長の基本理念のもと、他の自治体病院に先駆けてこの11月1日に新たに電子カルテシステムを導入しました。(詳細は次号によりお知らせします)

この最大の目的は、患者様への医療サービスの向上、たとえば診療時間のスピード化や患者さんの過去の診療録の確実な伝達、管理が図られることです。そして、もうひとつの大きな利点として、病

院の経営面の分析に欠かせないデータの構築、蓄積、活用ができることです。厳しい時にこそやる気のあるかないかでは大きな差がつく、三澤院長が常々口にされる言葉です。

当院の整形外科には、三澤院長はじめ整形外科医師の「名声」を聞いて、県外や都市部からも来院される患者さんが非常に沢山おられます。そんな忙しい中であつても三澤院長は「主役は患者さん。私は常々患者さんが自分の親だつたら、自分の家族だつたらどうするかと考え、いつも初心にかえつて診療にあたっています」と話されます。

そんな超多忙で、ものに例えるとエンジン全開で大空を奔走しているジェット旅客機の様に見える三澤院長。私たち職員はそんな三澤院長の健康面が一番の心配です。しかし院長は、本場に夕方までエネルギーです。月曜日から4日間海外へ学会出張、帰つたその日の午後に病院へ一路帰院、午後から外来診療、と言つた具合です。

唯一の趣味、息抜きは「気の合う仲間と行くゴルフ」と話されま

す。が、この間院長室に伺つた際目に入った、パソコンの待ち受け画面は「目に入れても痛くないほど可愛いお嬢さん二人の写真」。先生を陰で支えているご家族の姿と、三澤院長の優しさをひしひしと感じさせて頂いたひとコマでした。

◇整形外科スタッフから一言

超過密スケジュールを、溢れる三澤スマイルでこなす姿はいつも脱帽です。そんな姿が患者さんのハートを強く引き付けるんですね。三澤先生の診察が終わると患者さんたちはニコニコ顔で帰宅されます。きっと先生のパワーを分けてもらつているのでしょう!

それは先生と患者さんとの間に生まれる「安心と信頼」。患者さんにとってこれは、身体と心の大きな支えとなります。そして、患者さんだけでなく我々スタッフとの間にも欠かせない「安心と信頼」。私たちにとつても三澤院長は常に頼れる存在です。そんな先生のパワーとスピードに付いて行けるよう私たちも日々奮闘、頑張っています。

# フレッシュ職員紹介

放射線科

柳沢 裕美

(やなぎさわ ゆみ)

(平成18年7月採用)



・出身 上田市長瀬

①職 種

診療放射線技師

②趣 味

息子(隆成君2歳)と歌を唄う  
など。

③長 所

明るい性格、常に前向きなこと。

④短 所

ちょっとおっちょこちょい。

⑤抱 負

同僚から信頼されるようになりたいです。

患者さんを大切にしたいです。

⑥常に心がけていること(モットー)

いつもニコニコ、ハキハキ、テキパキと!!

⑦職場の同僚からの声

放射線科長 倉沢 明さん

「紅一点、だった放射線科へ  
彗星のようにさっそうと登場し  
た、爽やかさん、そんな言葉が  
似合いの裕美さんです。もうひ  
とりの女性スタッフ黒岩さんと  
の息もびったり。特に昨年10月  
に導入された「デジタルマンモ  
グラフィー」による診療は、女  
性技師が二人になったことで、  
患者さんにも安心して受診して

頂く体制が整いました。いつも溢れる笑顔と元気いっぱい裕美さんは、きつと同僚や患者さんから信頼され、また愛されるスタッフになることでしよう。私も大きな期待を寄せています。頑張れ!



デジタルマンモグラフィーと

放射線科技師 黒岩ゆかりさん

「姉御肌」の裕美さんは、私の良き相談相手です。仕事のことや、「年頃の女の子?!」の悩みごとを親身になって聞いてくれたり、励ましや慰めの言葉をかけてくれます。持ち前の明るさ、元気をいつも私に分けてくれます。職場では私の方がちよっぴり先輩ですが、人生の上で本当に頼りになる先輩です。

心配や不安な気持ちで受診される患者さんが、幾分かでも心が和らぐように、  
「百万ドルの笑顔」で共に頑張りましたよ  
うね!

## 中学生の一日職場体験がありました



小県郡青木村にある青木中学校の2年生が「校外学習」として初めて当院を訪れ、実際に病棟で職場体験を行いました。今回職場体験に来られたのは、2年A組の横澤友紀さん、上原望さん、小林美里さん、保科和也君の4名です。病院の概要についての説明を受けた後、病棟や診察室、検査室等施設の見学を行いました。初めは少々緊張ぎみの4人でしたが、看護師から「私たちの仕事は常に笑顔、笑顔。患者さんに接する時は、不安を与えないようにすることが一番大事なことです」こんなアドバイスをもらった後は幾分緊張感がほぐれ、明るい笑顔がこぼれる雰囲気の中での学習となりました。しかし自分が将来、このような医療の道に進みたいという強い思いから、今回この職場体験に来られた皆さん。看護師からの話を聞く姿勢は常に真剣そのもの、キラッと光る目の輝きには本当に感心させられました。

施設内の見学が終わった後は、いよいよ生の現場での体験です。患者さんの身体を拭いてあげたり、足を洗ってあげることなど身のまわりの仕事。車椅子やストレッチャーに自分が乗り、患者さんの立場に立った押し方や移動の仕方など、全てが初めての体験です。看護師に「いつも自分がその立場、患者さんだったらと思ってやってね」こんな指導を受けながらの悪戦苦闘でしたが、みんなの表情は本当に生き生きとしていました。

2日間にわたる体験学習が終わったあと、先ごろ4人から今回の職場体験の御礼と感謝の手紙が病院に届きました。その中には「今回の体験をするまでは、看護師の仕事って大変だろうなって思っていました。実際大変な仕事ですが、患者さんの身体を拭いてあげたあと、その患者さんから“ありがとう”ってやさしく言われた時とっても嬉しく感激でした。絶対看護師になりたいです」「夜勤明けの看護師さん、きっと疲れているんだろうなって見ていましたが、患者さんの前ではそんな姿は一切見せず、明るく元気に心配る笑顔には本当に感心させられました。私もあんな看護師さんになりたいです」「点滴を変えたり、血圧を測ったりと看護師さんたちがテキパキと仕事をしている姿に憧れました。将来、看護師になることに少しの迷いがありましたが、今回の体験で看護師になることに決めました」こんな感想文が寄せられました。

4名の生徒さんにとって今回の職場体験が実りの多いものになったことは、当院と致しましても本当に嬉しい限りです。これから先、自分が決めた道、夢を現実のものにするためには大きな壁や苦難にぶちあたることもあるかと思えます。そんな時には“笑顔とやりがい”を忘れずに頑張ってください。そして、鮭が生まれた川に戻って来るように“素晴らしい看護師さん”になって地元の病院に勤めて頂く日を心からお待ちしています。





狭間さんご夫婦 — 依田窪病院祭のコンサート —

# 一本の鉛筆があれば

「反戦平和への願い」を

コンサート活動を通じて伝える

声楽家 狭間 壮さんとの出会い

声楽家、狭間壮さんとの出会い、それは20回目を飾る記念祭として開催した、今年5月の依田窪病院祭へのご出演がもとであります。これは、聞く人々全ての心に強い感動、感激を与えてくれる狭間さんのコンサートに、以前から深い感銘を受け、狭間さんのファンの一ひとりであった、当院の根本看護部長とのお付き合いがご縁でした。そして、病院祭のメインテーマとして掲げた、『地域と地域をつなぐ病院になるために』このテーマに添って、人と人とのふれあい、新たな出会いを大切にしたい、そんな病院祭になったら、という病院祭の開催趣意にも

狭間さんは快くお応えしてくれました。コンサート当日、狭間さんが歌われることを知って集まった大勢の人たち。小さな子供連れのお母さんや小学生、ご年配の方々も大勢おられます。

ソフトな語りと優しい中にも心にジーンと沁みこむような言葉。そして、力強く勇気の湧き上がってくるような迫力のある歌声とそっと泣いた子供をあやすような柔らかな歌声。この強弱のアクセントが大きな感動、感激となつて多くの観衆を魅了しました。歌手、さだまさしさんの歌つた『無縁坂』『案山子』をはじめとした15曲の熱唱でしたが、特に印象深かったのはサトウハチロー作詞の『夕方のお母さん』を歌った時の、前列の小学生の女の子とのやりとりの一幕。

「お母さんのことなんて呼んでるの?」「お母さん!」屈託がない。「親孝行頼むよ!」に笑顔でうなづく。(これは松本地域の情報紙、タウン情報に狭間さんが寄稿した記事の中より)

このやりとりのあと、狭間さんは今は亡きお父さんへの思いからか、涙をそっと浮かべての熱唱で

ありました。依田窪病院祭でのコンサートでのことでもあります。

「一本の鉛筆があれば」

狭間さんが今年で4回目となる「反戦平和を歌で願う」活動として行ってきたコンサートでのステージ名です。狭間さんがこのような活動を行うきっかけとなったのは、歌手のさだまさしさんが毎年、原爆が広島に投下された8月6日に開いているコンサート『夏・長崎から』の平和に対する姿勢に共鳴したからだそうです。この一本の鉛筆があればは、戦争の悲惨さを歌った美空ひばりの『一本の鉛筆』という歌の中にある「一本の鉛筆があれば戦争はいやだと私は書く」という歌詞に困んだものだそうです。狭間さんは不幸にも1976年、交通事故により車椅子での生活を余儀なくされました。しかし、ご不自由な身体を押してのこのような活動は、多くの人々に感動を与え、また、同じような境遇の方々には生きる勇氣と大きな励ましとなつて共感を呼んでいます。こんな狭間さんの活動は今や全国にも広がり、福島県喜多方市の有志でつくる『てのひらの会』の夏

恒例のコンサート、題して「夏・なつコンサート」へは毎年ゲスト出演されています。夏のこの時期になると喜多方の皆さんと元氣にお会いできること、絶品である喜多方ラーメンを食べるのも楽しみです。狭間さんは話されます。

歌に伴奏は付き物です。いつものコンサートではピアノや鍵盤ハーモニカでの伴奏者としての素晴らしいパートナー、家庭ではそつと傍に寄り添い、支えてくれる良き理解者である奥さん、由香さんの存在は狭間さんの活動には欠かすことのできない大きな存在です。これからもコンサート活動を通じて知り合う多くの仲間や活動に共に共鳴してくれる心ある人たちとともに、狭間さんご夫妻が益々活躍されることを心から祈っております。



喜多方市での「夏・なつコンサート」

### ◇狭間 壮 (はざま たけし) さん

1966年、中央大学法学部卒業。音楽教育を関鑑子氏に受ける。声楽を大槻秀元氏に師事。大学在学中、NHK「私達の演奏会」出演をきっかけにラジオ、テレビへの出演、リサイタル、コンサート活動をしている。1976年、交通事故で車椅子生活になるが、活動は長野県を中心に全国に広がっている。

1991年、自費出版したエッセイ集「赤とんぼ～私の心の一曲～」は朝日新聞「天声人語」で紹介され全国的に共感を呼ぶ。その活動が信越放送「SBCスペシャル」やNHK「夢用絵の具」などで紹介されている。

- ・長野県松本市在住
- ・演奏家集団ムジカコンパス主宰

### ◇狭間 由香 (はざま ゆか) さん

昭和音楽大学ピアノ科(短期大学部)卒業。在学中より演奏活動を始め、ソロ、アンサンブルピアニストを務めるほか、オリジナル作品の作・編曲も手掛けている。最近は身近な楽器、鍵盤ハーモニカによるクラシックの可能性などにも挑戦し、このほどCD「くまんばちの飛行」をリリースした。

- ・長野県松本市在住
- ・日本音楽舞踊会議会員
- ・演奏家集団ムジカコンパス所属

## “夏祭り”昼食バイキング

毎月1回入院患者様へのサービス事業として栄養科が実施しています【昼食バイキング】。8月は各地で行われている夏祭りにちなみ、当院でも“夏祭り昼食バイキング”と銘打って思考を凝らした内容で行いました。会場である6階オープンホールには、雰囲気盛り上げるための提灯が飾られ、メニューは、屋台をイメージした焼きそば、焼き鳥、たこ焼きのほか季節を感じさせる料理が綺麗に並べられました。そして、更に患者さんを楽しませてくれたのは、上田市武石地区の有志の会『武石音頭・武石小唄を愛し保存する会』の方々による盆踊りの披露でした。今回は8名の方にボランティアとして参加頂き、今でも武石の夏祭りや小学校の運動会などで踊られている“武石音頭”と“武石小唄”をご披露頂きました。お聞きしたところ、音頭は都はるみが、小唄は島倉千代子、この2大スターが歌う武石が誇る自慢の歌だそうです。当院の栄養科の職員も浴衣やハッピー姿でこの踊りの輪に加わり、“一夜漬けの練習の成果?”が随所に見られる、ほのぼのとした一場面でありました。

入院患者さんからは【夏祭りに実際にいったようで楽しかった】、【入院中の心の励みになりました】、【本当に良い企画でした】など感謝のお言葉を沢山頂きました。ボランティアでご参加頂きました皆さん、ご協力有難うございました。



これぞ“料理人の技?”



浴衣姿もバッチリ

## 各部署の紹介 ②

# 栄養科

病院南駐車場入り口から入ってすぐのところに我が栄養科があります。いつもは、開かずの扉ですが、患者さんに食事をお届けする時間帯だけ、大きな配膳車が出てきます。各病棟ごとに温かいものは温かく、冷たいものは冷たく、出来たての美味しさのまま召し上がって頂くように温・冷に仕切られた配膳車で食事をお届けしています。この配膳車の他にも、超大型のガスレンジやコンベクション

オープンという、主に魚や肉を焼いたり、蒸したりする優れたものが2台、一度に6kgまで米が炊ける炊飯器が3台など、多い時には約20食の食事を作るための厨房器具が、昼夜を問わず活躍しています。しかし、何と言っても頼りになるのが総勢26名の栄養科のスタッフです。現在、管理栄養士4名、栄養士2名、調理師6名、調理補助員14名で、朝5時30分から夜7時まで3交代制での勤務を組み、

1年365日、休むことなく稼働しています。

栄養科では、新たな取り組みとして今年の1月から選択メニューの実施を始めました。これは、基準食を召し上がって頂いている患者様に限ってですが、朝、夕2種類のメニューの中から好きな方を選んで頂けるシステムです。そして、今年中には週4日間実施の最終目標を達成させたいと思っています。患者様へのサービス事業の一環として行っております。月1回の「昼食バイキング」は季節毎の食材を使い、ご自分が好きな料理を好きなだけ選んで食べて頂ける催しとして毎回、大変好評を頂いております。これらは、常に患者様の立場に立って考え、どのように行動、実行するかという最も大切な原点到って行っております。もうひとつ栄養科が担う重要な仕事の中に「患者様の栄養管理」があります。当院では、4月から

この栄養管理を栄養士のみならず、医師をはじめ看護師、薬剤師、検査技師等が連携してサポートする「栄養サポートチーム（NST）」を立ち上げました。これにより患者様に合ったよりの確、効果的な栄養指導等が実施できることになりました。また、

患者様から直接、生の声をお聞きするため管理栄養士がベッドサイドへ伺い、そのお話しを基にその後の栄養相談や栄養改善に反映させて頂いております。

入院されている患者さんにとって3度の食事は、何よりの楽しみのひとつだと思えます。「今日のお昼とっても美味しかったよー」、「煮物の味付けバッチグー！」患者さんからの有難い感謝の言葉。これが私たちにとっては掛

け替えのない励み、宝物です。これからも食事の先にある患者さんの笑顔を大切にまた、一日も早い回復をお祈りし、心のこもった食事を作って行きたいと思えます。今後も栄養科をよろしく願います。



## 〈連載〉健康の窓 ① ストレッチング

今回から連載で“自宅で行える簡単なストレッチ”をご紹介します。今回は、ストレッチングについてお話させていただきます。まず、ストレッチングを行うと体にどのような変化が現れるのでしょうか。

- ① は筋、腱、皮膚など組織で覆われています。しかし様々な要因（運動不足、加齢など）によってこれらの組織は固くなってきてしまいます。しかし、ストレッチングを行うことで固くなってきている組織を軟らかくすることができます。
- ② 肉の活動は、神経とのつながりによってはじめて可能となります。体を動かすときに、脳から体、体から脳という神経の伝達が必要です。また、それら神経の伝達を受け取るために受容器といわれる場所があります。一定の期間ゆっくりストレッチングを行うと体の受容器が反応し筋肉を軟らかくする作用が働きます。その作用により筋肉が軟らかくなります。ゆっくり筋肉を伸ばすことを静的ストレッチングと言います。

筋肉がストレッチングされるとその期間に伸張反射と言われるものが現れます。これは椅子に座り膝下を叩くと膝が伸び上がる現象です。（図参照）皆様も経験された事があるでしょう。この反射は、私達の姿勢を無意識のうちに調整したり、組織が伸びすぎないように体を防御するものであると言われています。伸ばされた筋肉が神経を通して、速やかに働く仕組みが体の中にあるのです。つまり反動をつけて行うストレッチング（これを動的ストレッチングといいます）では伸張反射により伸ばされた筋肉が活動しやすくなります。この方法では組織を軟らかくする、体をリラックスさせるというよりはスポーツなどを行う前の準備などに必要になります。



- ③ 組織の中には毛細血管といわれる細い血管が走っています。ストレッチングを行うことで運動後や慢性的に収縮している筋（いわゆるコリ）を軟らかくし、圧迫されている血管を開放し、血液の循環を促すことができます。

つまり、ストレッチングの効果とすると

- ① 体の柔軟性の向上、リラクゼーション（主に静的ストレッチング）
- ② 疲労の回復・痛みの軽減（主に静的ストレッチング）

これは、ある強度以上の運動をすると筋肉の酸素供給が間に合わなくなります。その状態で筋がエネルギーを消費しようとして、乳酸と言われる物質が作られます。この物質は筋の中にあり、疲労や痛みを作り出す物質といわれています。通常は24時間以内に体の外に排出されます。しかし、運動が激しい場合、それが上手く排出されない場合があります。こうした場合、ストレッチングにより筋を柔らかく血液の循環を良くすることで乳酸を排出させればよいのです。いわゆるコリも同様なことがいえます。



- ③ 運動前・後のウォーミングアップ（主に動的ストレッチング）になります。

次回は、自宅や会社などで行える具体的な静的ストレッチング方法についてお話させていただきたいと思えます。（つづく）

国保依田産病院 地域医療部理学療法士 桜井 英尚

| 外来診察担当医表 (平成18年11月1日現在) |                          |                           |                |                    | 国保依田窪病院<br>TEL 0268-68-2036 |                      |
|-------------------------|--------------------------|---------------------------|----------------|--------------------|-----------------------------|----------------------|
|                         |                          | 火                         | 水              | 木                  | 金                           | 土                    |
| 内科                      | 1診                       | 今井                        | 越知             | 今井                 | 横山                          | 今井                   |
|                         | 2診                       | 竹中                        | 市川             | 竹中                 | 竹中                          | 越知                   |
|                         | 3診                       | 山浦                        |                | 三澤(知)<br>(10時-12時) | 市川                          | 山浦                   |
|                         | 4診                       |                           | 信大             |                    |                             | 信大<br>(循環器)          |
|                         | 内科予約<br>(午後)             | 山浦                        | 横山<br>(第2/4週)  | 山浦・横山              |                             |                      |
|                         | 神経膠原病<br>内科              | 第2・4金曜午後2時～<br>(予約又は紹介患者) |                |                    | 高                           |                      |
|                         | 呼吸器外来                    |                           | 信大             | 毎週水曜日(予約のみ)        |                             |                      |
|                         | 肝臓外来                     | 第2・4土曜日(予約のみ)             |                |                    |                             | 田中                   |
|                         | 心臓血管外来                   | 第3木曜日午前10時～<br>(予約又は紹介患者) |                | 津田                 |                             |                      |
|                         | 高齢者総合<br>外来              | 毎週土曜日(予約のみ)               |                |                    |                             | 石橋                   |
| 生活習慣病<br>外来             | 毎週金曜日午前(予約のみ)            |                           |                | 川妻                 |                             |                      |
| 外科                      | 1診                       | 石橋                        | 小澤             | 小澤                 | 小澤                          | 小澤                   |
|                         | 2診                       |                           | 三澤(俊)          |                    |                             | 三澤(俊)                |
|                         | 予約のみ<br>(午後)             | 石橋                        |                |                    |                             | 石橋                   |
| 整形外科                    | 予約外<br>(医師2名)            | 太田<br>予約外医師               | 堤本<br>予約外医師    | 太田<br>予約外医師        | 下形<br>予約外医師                 | 三澤(※1)<br>信大1<br>信大2 |
|                         | 予約のみ                     | 下形<br>荻原                  | 吉村<br>太田<br>三澤 | 下形<br>姜<br>三澤      | 堤本<br>太田                    | 下形<br>堤本             |
|                         | 脊椎外来<br>(午後・予約)          |                           | 三澤             |                    |                             | 三澤                   |
|                         | 関節及び<br>骨軟部腫瘍<br>(午後・予約) |                           |                | 太田                 |                             |                      |
| 小児科                     | 信大                       |                           | 信大             |                    | 信大                          |                      |
| 泌尿器科                    | 古清水                      | 古清水(※2)                   |                | 古清水                | 古清水                         |                      |
| 皮膚科                     |                          | 久保                        |                |                    |                             |                      |
| 眼科                      | 信大                       |                           | 信大             | 信大                 | 信大                          |                      |
| 耳鼻咽喉科                   |                          |                           |                |                    | 信大                          |                      |
| 脳外科                     | 毎週金曜日 受付午後1:30～2:30      |                           |                | 信大(※3)             |                             |                      |

日曜祝祭日・毎週月曜・年末年始・1月15日は休診日です。

※診察受付時間・・・午前7時30分～午前11時30分

お薬受付時間・・・午前7時30分～午後12時30分

※月に1度、保険証の提示をお願いします。

70歳以上の患者様は、高齢受給者証又は、老人医療受給者証も一緒をお願いします。

※医師の都合、また緊急手術等により休診、代診になる場合があります。

※青字部分は初診以降の予約料です。

※現在、他院受診中の患者様は、当院受診の際に、円滑な診療を行えるよう、おかけの医院・病院の紹介状(診療情報提供書)をお持ちいただくことをお勧めします。

(※1) 整形外科：三澤医師の初診外来診察(土曜午前)は、脊椎関連疾患の患者様で、他の医療機関より三澤医師宛の紹介状をお持ちの方に限らせていただいています。診察は完全予約制となっておりますので、火～土曜日の9:00～17:00にお電話(0268-68-2036)にて予約をお取りください。(大変混雑しておりますので、ご希望の日に予約が取れない場合がございます。ご了承下さい。)

(※2) 泌尿器科：水曜日の午後は予約のみとさせていただきます。

(※3) 脳外科：受付は毎週金曜日の午後1:30～午後2:30です。



白樺林の中に咲く可憐なゆりの花

## 季節造想

落葉も終わり、いよいよ寒い冬の足音が日一刻と感じられる頃となりました。病院だより「白樺」第2号を発刊するにあたり、今号から各地にある『美しい白樺林』を紹介することに致しました。今回紹介させて頂くのは、長野県富士見町「富士見高原リゾート」にある「白樺林とその中に咲くゆりの大群落」です。(表紙、裏面の写真) 冬はスキー場となるゲレンデとその周囲にある白樺林の中には、色とりどりのゆりが咲き誇り、その素晴らしさは圧巻です。各地に数あるゆりの群落地の中でも「白樺林の中に咲くゆり」が見られるのは、ここ富士見高原だけだそうです。その数500万株と言われ、毎年7月上旬から8月下旬頃が見頃とのこと、ゆりの写真コンテストも開かれ、満開時には全国各地からの観光客や写真家で大いに賑わうそうです。「百聞は一見に如かず」来年の夏は富士見高原ゆりの里へ行ってみませんか。



ゲレンデの中に咲くゆりの群落

(写真提供、富士見高原リゾート)

住所 〒399-0101 長野県富士見町境広原 ☎0266-66-2932  
ホームページ <http://fujimikogen-resort.jp/yuri/yuri.html>

9月にベッドサイドに備え付けてあります。床頭台、を、新しいものに入れ替えを行いました。今までの床頭台は、平成12年の新病棟建設時に設置したのですが、コンパクトに造られていた分、物を入れる収納スペースが狭いなどが欠点でした。今回はそんな教訓を活かし、約2ヶ月をかけて、各病棟の師長が中心となって看護師や助手、それに患者さんの意見等を集約、それを基に、他の病院にはない「当院オリジナル品」を試作品として作ってもらいました。そして、再確認を行い出来上がったのが右の写真、新

ベッドサイドにある床頭台が  
新しくなりました



新しい床頭台

しい床頭台です。何ととっても新しい床頭台の特徴は、目に付き易い色合いです。淡いグリーンの色合い、お部屋も以前よりも明るくなったような気がします。宿題だった収納スペースも大きくなり、テレビは最新式の液晶型、冷蔵庫も備えられました。患者さんからも大変好評を頂いております。