長和町・上田市組合立
国保 依田窪病院

依田窪病院だより
白樺

第９号
平成22年３月発行

人間ドックのおすすめ

健康の維持は毎年の健診から…

健康管理センターでは、日頃から人間ドックや健康診断を通じて、皆様の健康管理のお手伝いをさせていただいています。がんや生活習慣病（高血圧症、脳血管障害、糖尿病など）は、自覚症状がなく徐々に進行していきます。日頃、健康に自信のある方や、病気で通院中の方もご自身の健康状態を知っておくことは大切です。結果を手がかりに日頃の生活習慣を見つめ直し、より良く過ごせるための機会としてみてはいかがでしょうか。あなた自身で健康を守りましょう。

●申し込み方法

○予約方法
直接健康管理センターへお電話でお申し込みください。

○予約受付
火曜日～土曜日（祝・祭日除く）
午前９時～午後４時

●当院の人間ドックの特徴

○一般検査項目の中の胃検査以外の検査は、保健センターの健診ホールで実施できます。

○検査結果は当日、担当医師がわかりやすくご説明いたします。

○検査で異常が発見された場合、当院での２次検査の予約をお取りすることができます。

○現在のところ、遅くても午後１時までには終了します。

○木曜日の胃の検査は、３種類から選べます。
①透視（バリウム）
②経口内視鏡
③経鼻内視鏡

●お問い合わせ

ご不明な点は直接健康管理センターまで、お問い合わせください。

電　話　０２６８（６８）２５１１（直通）
ＦＡＸ　０２６８（６８）２２８６

看護師募集のお知らせ

子育てなどで看護師の業務にブランクがあり不安がある方、看護師の免許はあっても臨床経験が無い方など、依田窪病院看護部では再就職を支援する教育プログラムを設け、安心して復職できるように支援しています。看護師のワークライフバランスを支える多様な勤務形態や職場配置なども考慮し、「夜勤は出来ないが一日に数時間でも勤務したい」というパート看護師も募集しています。

問合先　総務課　武重
電話　０２６８（６８）００３６

◇「訪問看護」をご利用ください

【訪問看護ステーション　よだくぼ】

私ども訪問看護ステーションは、平成19年6月より依田窪病院1階に事業所を開設し、依田窪地域を中心に訪問看護事業を担わせていただいております。現在は看護師5名で各利用者様のお宅を訪問させていただいておりますが、年々利用者様の数も増え、月100件を超えるご利用をいただきながら地域の皆様のご理解とご協力のもと日々成長させていただいている状況です。

［訪問看護］

［訪問看護スタッフ紹介］

◇「訪問看護」とは

かかりつけ医の指示のもと、訪問看護師がご自宅にお伺いして療養生活の支援と心身の機能維持・回復を図るための援助を行うことを目的としています。「退院後の生活に慣れるまで体調をみにきてほしい」「体調管理に不安がある」「介護をすることになったがどのようにしたら良いかわからない」等の短期間のご利用も受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

また、依田窪病院以外の病院、診療所をかかりつけとされている患者様でもご利用いただけますのでご相談ください。

◆このような方が利用できます

○病気やケガなどで寝たきり、または寝たきりになる心配のある方（要介護・要支援）
○寝たきりではないが、自宅で継続して療養を受ける状態にある方（　〃　）
○難病、癌、カテーテル管理が必要な方
○かかりつけ医が必要であると認めた方

◆訪問看護サービスの主な内容

○症状・障害の観察（血圧測定など、心身の状態の観察を行います。）
○療養生活指導（日常生活のリズムを整え、食事・排泄・運動など様々な療養上の助言を行います。）

○服薬指導（薬の効果確認や服薬に関する助言、援助を行います。）
○食事などの栄養管理・排泄に関する管理（脱水、栄養状態、誤嚥の危険性や排泄トラブル等を判断し適切な助言を行います。）
○清拭・洗髪・入浴介助などの清潔に関する援助（皮膚科の処置も行います。）
○終末期ケア、リハビリテーション、褥瘡や創傷の処置
○認知症や精神障害者の看護（コミュニケーションの援助や生活リズムの援助を行います。）
○家族の支援（家族の介護負担を軽減し、安全で安楽な介助の方法を助言します。）
○医療機器等の操作援助・管理（膀胱留置カテーテル、人工肛門、気管カニューレなどの管理をし、日常生活の相談援助や緊急時の対応を助言します。）

◆緊急時における 24 時間連絡体制をとっております。

（申し込み時にご相談ください。）

◆ご利用料金について

●介護保険をお持ちの方（認定され要介護・要支援と判定された方）
基本利用料：30 分未満　　1 回 431 円×回数（事業所強化体制加算含め）
　　30 分～ 60 分未満　1 回 836 円×回数（　〃　）

●医療保険での訪問看護（対象となる疾患および状態の方）
基本利用料：1 回　555 円（週 3 回まで）×日数＋管理療養費等
　　＝　費用額の 1 ～ 3 割

訪問看護ステーション　よだくぼ
国保依田窪病院　地域医療部内（1 階）
電話　0268-68-3075　担当：上沢（あげさわ）

◇三澤院長とお話しませんか？

昨今の病院を取り巻く状況は大きく変わってきています。病院の“今”を院長からお伝えしたり、皆さんからの病院に対しての「あれは?」「どうして?」などなど、ひざを突き合わせてお話をし、お互いの理解を深める場として下記懇談会を計画しました。この地域に求められる病院の姿、これからの病院はどうあるべきかなど、皆さんと一緒に依田窪病院のこれからを考える大切な機会にしたいと思います。せっかくの機会ですので、多くの方々にお集まりいただけますよう、お知らせいたします。

■第 2 回依田窪病院懇談会

日　時：3 月 20 日㈯　午後 3:00 ～
場　所：和田コミュニティーセンター

居宅介護支援ってなに？

依田窪病院の1階廊下に面する地域医療室内に「依田窪病院指定居宅介護支援事業所」はあります。「訪問看護ステーションよだくぼ」の訪問看護師、「医療相談」を担当する医療ソーシャルワーカーと机を並べて、仕事をしています。また、昨年9月の「いこい居宅介護支援事業所」との統合により、いこいにも2名の職員が配置されています。

院外での仕事が多い私達ですので、写真をご覧になって「ああ、この人たちね」と思われる方も多いかもしれません。そういう私達は「介護支援専門員＝ケアマネジャー」といって、介護保険の領域で活動している職種です。主な業務は「居宅介護支援」です。それは「住み慣れた家での自立した生活の継続のために、また、要介護状態の軽減又は悪化の予防に資することを目的に、適切な介護サービスが総合的・効率的に提供されるように利用者を支援すること」です。具体的には介護サービス利用に関する相談を受け、利用者・介護者の希望や心身の状態を考慮し、サービス提供機関と連絡・調整を行いながらサービス利用計画を作成しています。

私達がお手伝いさせていただける方は、原則として要介護認定（要介護1～5）を受けている長和町、及び上田市武石地域（旧武石村）に在住の方で、当事業所は現在170名余の方のお手伝いをさせていただいています。そして殆んどの方が依田窪病院、あるいは他の医療機関と何らかの医療的な関わりを必要としており、入院を契機に退院後の生活を見据え、介護サービスの利用を開始した方が多く、それは当事業所の特徴でもあります。私達は「病院と住み慣れた家での生活の橋渡し」とも言えます。在宅療養、介護サービスについての相談にはいつでも対応させていただきます。お気軽にお尋ね下さい。

依田窪病院指定居宅介護支援事業所　責任者　**斉藤　嘉代**

［居宅介護支援事業所スタッフ］

国保依田窪病院
〒386－0603　長野県小県郡長和町古町2857
TEL 0268(68)2036　FAX 0268(68)2683
発行　国保依田窪病院　印刷　田口印刷株式会社

外　来　診　療　担　当　医　表

黄字は予約のみです。　■ は休診です。　　2010年3月更新

診療科	火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
総合診療科	小河原	小河原	小河原	小河原	諏訪中央	小河原	小河原	小河原	小河原	小河原
内科	今井 信大 竹中 (循環器)	今井	越知 今井 信大 山浦 (腎臓内科)	白川 (2・4週)	今井 竹中 (循環器) 白川 (消化器)	白川	信大 竹中 (循環器) 白川 (消化器)	今井	越知 今井 信大 (循環器)	今井
外科	石橋 黒河内	石橋	小澤		小澤		小澤		小澤 黒河内	石橋
整形外科	堤本 太田 水谷 塩澤 由井 依田		堤本 二木 三澤 太田 依田 吉村 (2・4・5週)		太田 水谷 塩澤		由井 荻原 三澤 堤本 太田 水谷		依田 信大 信大 三澤 堤本 由井 二木	吉村 (3週)
小児科	森澤	森澤	森澤	森澤	森澤	森澤	森澤	森澤	信大	森澤
泌尿器科	福井									信大
眼科	信大				信大		信大		信大	
耳鼻咽喉科									信大	
皮膚科			久保				信大			
呼吸器科				信大						
脳外科								信大		
神経膠原病内科		進藤						高 (月3回)		
高齢者総合外来									石橋	
肝臓外来							今井			

附属和田診療所

	火		水		木		金		土	
担当医師	飯島		飯島		飯島		石橋		飯島	

午前受付時間：8:00～11:30
午後受付時間：総合診療科：14:30～16:00　泌尿器科：13:00～14:30
小児科：15:00～16:30　脳外科：13:30～14:30
休診日：日曜日、月曜日、祝祭日、年末年始（12月29日～1月3日）、1月15日

◆ 予約の変更については、14時～17時にお願い致します。
◆ 毎月1度は保険証等の提示をお願い致します。3ヶ月以上確認できない場合全額自己負担していただく場合がございます。

人間ドックの内容

料　　金	実　施　日	検査時間
42,000 円	毎週水曜日、木曜日（第 1 除く）、土曜日（第 3 除く）	8 時～ 13 時頃

◆検査の内容

検査項目	内　　容	検査で分かること
身　体　検　査	身長・体重・血圧・視力・聴力・腹囲（35 歳以上）	
尿　　検　　査	蛋白・尿糖・尿潜血など	糖尿病・腎臓病など
検　　便	便潜血（2 日法）	消化管の潰瘍など
血　液　検　査	血液一般・肝機能・脂質・代謝系	貧血、動脈硬化など
感　　染　　症	TPHA、HBS 抗原、HCV 抗体	梅毒、肝炎など
腫 瘍 マ ー カ ー	CEA，CA19-9、PSA（男性のみ）	各種がん
画　像　診　断	胸部 X 線検査	呼吸器疾患
生　理　検　査	安静時心電図検査	循環器（心臓）疾患
眼　底　検　査	眼底カメラ	網膜硝子体疾患
肺 機 能 検 査	肺活量	呼吸器疾患
上部消化器検査	胃 X 線検査あるいは、胃内視鏡検査	消化器疾患
診　　察	内科診察・検査結果説明	

◆オプション検査の内容

項　　目		内　　容	料　　金
動脈硬化 ABI（※ 1）		足首と上腕の血圧の比（水・木のみ可）	2,100 円
超　音　波		甲状腺	3,700 円
		乳腺	3,700 円
乳がん検査		マンモグラフィー撮影	5,250 円
腫　瘍 マーカー	αフェトプロテイン	肝臓がん（血液検査）	1,200 円
	CA125	卵巣がん・子宮がんなど（血液検査）	1,700 円
TSH		甲状腺機能（血液検査）	1,200 円

○腫瘍マーカーだけではがんの確定診断とはなりません。がんの診断の目安のひとつとしてお勧めします。
○オプション検査については予約が必要になりますので早めにお電話でお申し込みください。
（検査の人数に制限がありますのでお断りさせていただくことがあります）

※ 1　動脈硬化 ABI は、両手、両足首の血圧を同時に測定し、血管の詰まり具合を調べる検査です。ほとんど痛みはありません。高血圧・糖尿病・高脂血症・肥満・喫煙・運動不足・ストレスを感じ易い・アルコール過剰摂取等、気になる方にお勧めです。一時的に血流を止めるので、検査ができない場合もあります。