



依田窪病院だより

冬

2021
第66号

地域に密着した心あたたかく、
安全で質の高い医療を実施します。



訪問診療に向かう須山医師と看護師

三澤院長新年のご挨拶	2
地域医療連携だより	
【在宅医療について 訪問看護】	3
新型コロナウイルス感染症が	
ご心配な患者さんへ	4
新型コロナウイルス感染症防止対策で	
整備した機器のご紹介	5
南駐車場の「イチヨウの木」について	6
移動型外科用X線透視装置の紹介	7
栄養科からのおすすめレシピ	
【小松菜とチーズのチヂミ】	7
診療担当医表【2021年2月】	8

医師・看護師募集のお知らせ

- ◆地域を担う医師・看護師を募集中
- ◆子育て世代の多様な勤務時間にも配慮
 - ・「夜勤はできないけど、一日に数時間でも働きたい。」というパート勤務も歓迎します。
 - ・看護学生の皆さんのが勉学や生活をサポートするために修学資金制度も設けています。
- ◆中途採用の方に対する研修や奨学金制度も充実
- ◆院内保育所も完備し子育て世代を応援

新年のご挨拶

— 節目の年 —

明けましておめでとうございます。

昨年は一言でいうと『新型コロナウイルスに世界中が翻弄された1年』でした。世界で7600万人以上の方がこのウイルスに感染して、160万人を超える死者が出ています。諸外国に比較すると日本はこのウイルスによる被害は少ないですが、経験したことのない勢いで拡散していることは事実でした。飲食業や旅行業など大きな打撃があり、生活に困窮している方も増加してきました。とはいってワクチンも使用開始となり、様々なデーターが集まってきており、終息する目途がつくことを祈っております。当院としては、感染予防対策を徹底し、病院経営を安定化することには変わりはありません。

さて、昨年は平成14年に決められた病院理念を『地域に密着した心あたたかく、安全で質の高い医療を実践します』に変更しました。私は昭和61年に着任してから、田舎でも都会に負けない医療が受けられるようにしようということで職員の協力の下日々努力してきましたが、医療体制が変化し、特定の疾患は高機能病院しか治療が受けられなくなっていました。高齢化が進行していくつかの病気を合併して、急性期治療後早期に自宅に退院できない患者さんも増えてきました。そこで4月から回復期の治療を行う病棟を2病棟（地域包括ケア病棟）、急性期病棟1病棟の体制にいたしました。医師、看護師、リハビリ科職員、事務職員が総力を挙げて準備して、運営してきました。当院や他院での急性期治療が終了して回復期のリハビリが必要な患者さん、自宅療養が諸事情で困難となり一時的にお預かりする入院（レスパイト入院）、短期入院治療（白内障や手外科手術）の方が入院されました。国の地域医療構想に則り、肃々と進めてきました。

次に内科の常勤医師が5名体制となり、信州大学、諒訪中央病院、佐久医療センターなどの応援で病院機能を維持することができました。コロナ禍ではありますが、整形外科手術の増加、内科医師との連携体制の強化により、前年度より病院の入院収益が改善しました。他の病院はコロナウイルスの影響で10%程度医業収益が減少して経営が厳しい状態となっておりますが、依田窪病院では多くの職員の頑張りで経営改善がなされました。

今年は私にとって病院長として20年目という『節目の年』になります。病院の最高経営責任者として、院内の組織改革、ICT化、そしてワークライフバランスの推進などを積極的に行い病院は大きく発展してきました。しかし、最も私が疲弊したのは、医師確保でした。初期医師研修制度が変更されて以来、何とか医師を確保して病院を守ることを考えて働いてきました。昨年から充実傾向がありましたら、今年は更に内科や小児科医師が増えて診療内容が充実できると考えています。防戦一方の地域医療から、攻めに転ずることができそうです。丑年はこれから発展する前触れ

（芽が出る）というような年になると言われています。免許証を返納して運転ができなくなり病院への通院が困難となる方が増加しています。現在地域ケア科（仮称）の準備をしています。病院からご自宅まで往診に行ける体制を拡充して、地域の皆様が安心して暮らせるようにしたいと思います。和田診療所の充実、武石診療所との連携強化などに加えて、学校や一般の保健予防活動を更に充実できると思います。今年も職員一同、更なる発展を目指して頑張ります。コロナ禍が終息して、平穏な暮らしができる年になることをお祈りして、新年の挨拶とします。



院長 三澤 弘道

地域医療連携だより

自分らしく自宅で過ごせる

在宅医療

訪問看護 編

について



このような方はご相談ください



- ご自分で動けない状態の方
- 病気があり、生活への不安がある方
- 健康について心配な方
- 家での介護に不安のある方
- 退院してから自宅で療養を始めるが病状や通院が心配な方

訪問看護サービスのご案内

日常生活の看護

- 全身状態の観察
(血圧・体温・呼吸・脈拍など)
- 排泄のケア
(浣腸、トイレ介助など)
- 清潔のケア
(着替え・清拭や入浴介助)
- 療養環境の整備
- 寝たきり予防のためのケア (リハビリ)
- コミュニケーションの援助
- 食事、食べ方の工夫 (食事介助など)



治療促進のための看護

- 内服薬の管理・服薬指導
- 床ずれ・傷の処置や予防
- 尿を出す管の管理
- 経管栄養チューブを鼻や胃に入れている方へのケア
- 医療機器や器具を使用している方へのケア
(在宅酸素の方、人工呼吸器、気管切開をしてある方、吸引、人工肛門、人工膀胱を持ってる方など)



精神・心理的な看護

- 不安な精神・心理状態へのケア
- 社会生活への復帰援助
- 生活リズムの調整
- リラックスのためのケア



※精神科訪問看護を始めました

終末期の看護

- 痛みのコントロール
- 療養環境の調整
- 本人とご家族への精神的支援
- 看取りの体制への相談、アドバイス



“訪問看護ステーションよだくぼ”では、現在6名の看護師が長和町を中心に、武石、丸子、立科地域を訪問しています。ご希望の方はご相談ください。



介護相談やアドバイス

- 介護方法に関する相談窓口紹介
- 介護の不安やストレス等の相談
- 介護用品・器具等に関する情報提供
- 介護をする方の健康相談



お問い合わせ

0268-68-2036 (代)

患者サポートセンター宛と
お伝えください。



新型コロナウイルス感染症がご心配な患者さんへ ～こんな時どうしたらいいの？～

受診・相談については？

- 発熱等の症状が生じた場合、まずは、電話にて**かかりつけ医等身近な医療機関や、「受診・相談センター」（保健所）**に相談してください。
※電話をせず、直接医療機関への受診はお控えください。
- かかりつけ医等を持たない方や、土日祝日や夜間など、相談先に迷った場合は、**「受診・相談センター」（保健所）**へ電話相談してください。
- 電話で案内された医療機関に電話連絡し、医療機関の指示に従って受診してください。

医療機関にかかるときは？

- 複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、複数の医療機関を受診することはお控えください。
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット（咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる）の徹底をお願いします。

- ◆ **マスクの着用**
- ◆ **手洗い**（アルコール手指消毒剤は新型コロナウイルス、インフルエンザウイルスどちらにも有効）
- ◆ **3密の回避**（換気の悪い密閉空間・多数が集まる密集場所・間近で会話や発声をする密接場面）



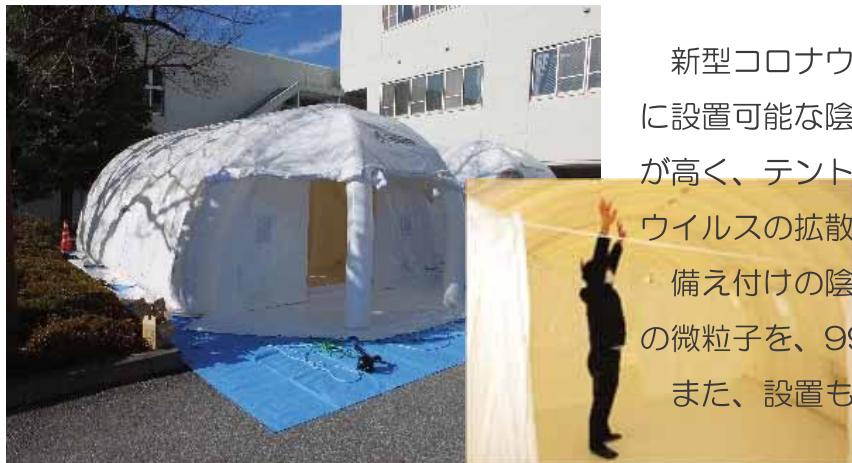
「受診・相談センター」（保健所）

- 上田保健所：24時間対応：**0268-25-7178**
(上田市、東御市、小県郡(長和町、青木村))
- 佐久保健所：24時間対応：**0267-63-3178**
(小諸市、佐久市、南・北佐久郡(立科町))



新型コロナウイルス感染症防止対策で 整備した機器のご紹介

陰圧エアーテント



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、院外に設置可能な陰圧テントです。二重幕構造で気密性が高く、テント内の気圧を陰圧に保つことにより、ウイルスの拡散を防止します。

備え付けの陰圧空気清浄機は空気中の0.3ミクロンの微粒子を、99.97%以上除去します。

また、設置も10分程度で行うことが出来ます。

非接触AI検温モニター

人工知能（AI）を活用した「顔認証技術」と「サーモグラフィカメラ」を組み合わせたもので、1秒以内に温度測定を行い発熱の疑いのある人を見分けることができます。また、マスク未着用の場合に警告をします。

当院では、正面及び南入口にてこの機器を使用した検温及び手指消毒を実施しておりますので、ご協力をお願いいたします。



HEPAフィルター付き空気清浄機及びパーテーション

発熱があり新型コロナウイルスの感染の疑いがある場合、通常の外来とは別の発熱者外来にて診察を受けて頂くこととなります。

診察を行う医師等の感染防止対策として、ウイルスを除去できるHEPAフィルター付きのパーテーションと空気清浄機を整備しました。



南駐車場の「イチョウの木」について

南駐車場内の南側にそびえ立つ「イチョウの木」ですが、樹高は10mを超え、枝も四方に張り出しています。

植栽されて何十年もの間、病院や周囲の移り変わりを見てきているイチョウの木は、夏には緑の葉を茂らせ、秋には黄色に色付き、来院される皆様や職員の目を楽しませてきました。

しかし、ここ数年上陸する台風により、全国の多くの箇所で大木が倒れ大きな被害が生じていることはご承知のことと思いますし、昨年の台風19号の際には、強風により落ちたイチョウの葉が駐車場沿いの道路を覆いつくし、台風が去った翌日の早朝より、近隣住民の方々が土砂とともに幾つも山積みにし、大変な苦労をしながら片付けていただきました。

また、落ち葉の時期は駐車場の区画線が見え難くなるほど積り、滑りやすくなるために事故等が起きないよう管理係の職員やシルバーの方が毎日ほうきなどで片付けをしていますが、こちらも大きな労力を費やしているのが現状です。

さらに、駐車した車は落ち葉だらけになるとともに、近隣の住民の方からは屋根の樋にイチョウの葉が詰まったり、道路沿いの歩道や民家の庭にも落ち葉が舞い込み、毎年その処理に苦労しているという話が寄せられています。

こうした状況を踏まえ、患者さんや職員には思い入れのあるイチョウの木であると思いますが、いつまでもこうした状態を放置しておくことは大変危険であり迷惑を掛け続けることになるため、この冬期間において「伐採」をいたしますので、皆様にはご理解をいただきますようお願いいいたします。

なお、周辺地域の皆様には区長を通じて既にお話しをしていただき、異論等がないことを確認しております、土地所有者となる長和町においても伐採の了解を得ていることをご報告いたします。

伐採する日時につきましては、後日、決まり次第お知らせいたしますが、薪などに利用したい方は、伐採日に来ていただければ伐採木を持ち帰っていただいて良いとのことです。ただし、伐採日で業者がいる時間帯のみの対応となり、業者が作業を終える時点で残った伐採木は、主幹（一番太い幹）とともに業者により処分していただきます。

【イチョウの特徴】

- ① イチョウは非常に強く、一時的に枝を剪定しても短期間で現状のように伸びてしまい、大きくなればなるほど、その維持管理が大変になります。
また、葉数が多いため、落ち葉の時期には場所により片付けに苦労します。
- ② イチョウの葉は、腐りにくく滑りやすい特徴があります。



2020年秋の様子

移動型外科用X線透視装置を更新しました



当院で行なわれている脊椎手術では、患者さんの身体への負担をより少なくする最小侵襲手術への取り組みが進んでいます。

最小侵襲手術では筋肉や軟部組織を温存した手術方法が注目されていますが、安全に手術を進めるためには熟練した技術が必要とされ、同装置を使用することにより、重要な骨やスクリュー、インプラントの情報をこれまでの装置と比較し、より明瞭な描出が可能になりました。

従来の装置は、導入から10年が過ぎ手術中の画像の劣化が見え始めました。今回更新した装置は、広範囲でより精細な画像を得ることが出来るようになりました。

また当装置の特徴でもある、高精細3Dイメージングでは、手術中にCTに近い3D撮影を行えることで、広範囲な3D撮影視野の画像収集が可能となり、3D撮影の画質も向上し、X線透視下の手術における手術精度の向上と手術時間の短縮が可能となります。



栄養科から

冬のレシピ紹介

小松菜とチーズのチヂミ



旬の小松菜を使ったレシピです。
小松菜は、カルシウムが豊富に含まれています。
小松菜のシャキシャキした食感が楽しめ、野菜不足になりがちな方におすすめの1品です。

作り方

- ① 小松菜は3cmぐらいの長さに切る、玉ねぎは薄切り、人参は千切りにする。
- ② ボウルに材料【A】を入れて、よく混ぜ合わせる。
- ③ ②に①を入れ、よく混ぜ合わせる。
- ④ 熱したフライパンに油をしき、そこに③を半量入れ、丸く形をととのえる。
- ⑤ ピザ用チーズを上にのせ、ふたをして2分程中火で加熱する。
- ⑥ 裏返して再度ふたをし、中火で2分程加熱する。
- ⑦ 醬油と酢を混ぜ、【付けだれ】を作る。
- ⑧ 食べやすい大きさにカットし皿に盛る。

材料（2名分）

・小松菜	1株
・玉ねぎ	1個
・人参	1/10本
・ピザ用チーズ	40g
・油	大さじ1

【A】	
・卵	1個
・水	1/2カップ
・薄力粉	100g
・白ゴマ	小さじ1
・和風顆粒だし	小さじ1

【付けだれ】	
・醤油	小さじ3
・酢	大さじ1

国保依田窪病院 外来診療担当医表

受付時間 午前 8:30~11:30
 午後 各科により異なりますので、ご確認下さい。
 【休診日】 土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始（12月29日～1月3日）

2021年2月

		月		火		水		木		金	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内 科	初再診予約	須山 (8, 22日) 後藤 倉澤 信大	後藤 川井 (1日)	須山 倉堀		越知 (10, 24日) 須山 (3, 17日) 倉堀 信大	後藤	須山 諏訪中央 白川 (4, 18日) 信大	後藤	須山 白川 後藤 倉澤	
	予約のみ	白川	須山 (月2回)	養田 (諏訪中央)	倉澤	白川 (月2回)			白川 倉堀		
外 科	初再診予約	小澤		石橋		小澤		小澤		小澤	
整形外科	初再診予約	古作 由井 黒河内 藤巻		古作 黒河内 塩澤		黒河内 牧山 林 藤巻 (三澤)		牧山 信大 藤巻		牧山 塩澤 藤巻	
	予約のみ	牧山		由井 信大				古作 黒河内 三澤		三澤 由井	
小児科 ※予防接種 14:00~15:00 ※外来受付時間 15:00~16:30		信大		信大						信大	
泌尿器科	信大				信大					佐久 (19日) ※予約制※	
眼科 ※金曜日 受付 11:00迄 (金曜日 受付時間は、変更になる場合があります。お問い合わせ下さい。)	信大		信大				信大			※信大 受付11:00迄	
皮膚科	信大				信大						
肝臓外来			信大								
耳鼻咽喉科 ※受付時間 14:00~16:00		信大									
脳外科 ※受付時間 13:30~14:30										信大 (12日)	
呼吸器外科										佐藤 (12日)	
※予約制※	小児消化器外来					信大 (月2回)					
	呼吸器科					信大					
	心臓血管外科					豊田 (月1回)					
	神経膠原病内科						信大			高	
	高齢者総合外来						石橋				
禁煙外来 (初回) 12:00~ 小澤										(初回) 12:00~ 小澤	

- ◆諸事情により、担当医、受付時間は変更する場合がございます。ホームページ等で情報をご確認下さい。
- ◆予約の変更に関するお電話は、診療日の14時～17時の間にお願ひいたします。
- ◆小児科予防接種の予約・変更に関するお電話は、12時～14時の間にお願ひいたします。
- ◆予約変更時間内にお問い合わせ頂いても、諸事情により予約変更ができない場合もございますのでご了承ください。
- ◆月に1度、保険証等の提示をお願いいたします。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。



長和町・上田市組合立
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.0268-68-4034
 URL: http://www.yodakubo-hp.jp
 発行人／三澤弘道 編集／国保依田窪病院広報編集委員会

