



病院広報誌 白樺

依田窪病院だより

秋

2021
第69号

翠川医師インタビュー	2
新入職員紹介【林医師】【滝沢医師】	3
看護師募集の案内	4
認定看護師の紹介	5
地域医療連携だより	6
病院からのお知らせ	
インフルエンザ予防接種の予約について	7
栄養科レシピ	7
診療担当医表【2021年11月】	8

病院理念

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。

内科 消化器内科医の「翠川 創」先生の紹介と 早期発見につながる内視鏡検査について伺います。

－ いつからこの病院に勤務されているのですか？

今年の4月からになります。

－ これまでの経歴を教えてください。

地元の長和町で生まれ育ちまして、地元の小学校・中学校・高校と行きまして、それから一旦上田市内で社会人として働いていたこともありますが、色々思うところがあり、医師になり、地元に戻りました。

地元ということもあり、患者さんから声をかけていただくこともあり、地元で嬉しい部分もありますが、それだけに責任も重いなという思いもあり、診療をさせていただいています。



内科

みどりかわ はじめ

翠川 創 医師

－ 消化器内科ということで内視鏡検査を中心に行っているそうですね。

主に午前中は隔週で外来診察を行い、内視鏡検査を1日10人前後、人間ドックや企業さんの健診、お腹に症状のある方に対して行っています。

また、人間ドックや健診で、地元の方は定期的に1年から2年に1回、カメラを受けている方が多いので、去年の所見があればそれと変わっていないかということを観察することもできますし、そういった意味では地元の方もとても熱心に検査を受けて頂いているなという印象です。

－ 内視鏡と言いますと、人の体の中を見ているわけですが、先生は、ここを大切にしているということはあるのでしょうか？

体にカメラが入るということで、どうしても一定の苦痛が伴うこともあるため、なるべく苦痛を少なくとは思っているのですが、なかなか難しいこともあるので、できるだけお声がけをしています。

わるい病気が見つかることもあるのですが、早期発見に取り組み、治療につなげるように心がけています。また、病気が見つかった場合、患者さんはかなり不安になる方が多いですので、できるだけそういう心理面のお話も窺えるように気をつけています。

－ 内視鏡検査を定期的にやることで早期発見につながる可能性は高いのでしょうか？

胃カメラの場合は、胃がんや食道がんが見つかることもあるのですが、胃がんのリスクとしてはピロリ菌の感染が背景にあることが多いので、ピロリ菌の感染が疑われる胃炎がある場合はできるだけ毎年胃カメラを受けていただくようお願いしています。

また、がんの場合は早期は症状が出ない場合が多いため、胃カメラなどの画像検査によって発見につなげていくことが大事なと思います。

－ 年齢的にも高齢になっていくほど受けたほうが良いということでしょうか？

高齢になっていくほど病気になる確率は高くなりますし、高齢の方ほどピロリ菌に感染しているリスクは高いんです。

過去に井戸水を飲んだという方は知らないうちにピロリ菌に感染していることもありますので、その場合はお薬で除菌することもできます。

インタビューに協力して頂いた、丸子テレビにて2021年8月からスタートしています！！
医療番組タイトル「なんでも聞いて！メディカルかわら版」～依田窪病院～ において
こちらのインタビューの様子を放送します。また、長和町「ゆいねっと」でも放送予定です。
是非ご覧下さい。

新入職員の紹介

整形外科医師



整形外科
はやし こうじ
林 幸治 医師

【出身地】

長野県飯田市

【経歴等】

信州大学医学部卒業後、長野市民病院、信州大学医学部附属病院、飯田市立病院、岡谷市民病院、鹿教湯三才山リハビリテーションセンターを経て依田窪病院勤務

【専門】

日本整形外科学会、日本脊椎脊髄病学会、
中部日本整形外科災害外科学会

【ひと言】

一期一会
少しでも腰の痛み、下肢の痛みが良くなる様に頑張りたいです。
どうぞ宜しくお願いいたします



整形外科
たきざわ たかし
滝沢 崇 医師

【出身地】

長野県上田市

【経歴等】

上田東小学校、上田第一中学校
上田高校、群馬大学医学部医学科

【専門】

医学博士、日本整形外科専門医、
日本脊椎脊髄病学会専門医

【ひと言】

地元出身で、2010年から2012年にも2年間研修で当院にお世話になりました。
病院スタッフの皆様には、自分を整形外科医として育てて頂いて感謝の気持ちでいっぱいです。
2021年10月1日から再び当院で働くことになり、地元の皆様に少しでも貢献できるように頑張っていきたい所存でございます。宜しくお願いいたします。

整形外科外来担当医表

	月	火	水	木	金
初診 再診予約	古作	古作	滝沢	滝沢	滝沢
	由井	林	林	信大	塩澤
	林	塩澤	信大		信大

■受付時間：8：30～11：30

■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ください。

看護師募集のご案内

看護職員募集内容



地域住民の皆さんに寄り添い、地域に貢献したい思いがある方大募集！

〈募集形態〉

正職員 / パート職員（会計年度任用職員）

看護師・保健師免許をお持ちの方、現在看護師養成施設に在学している方対象

〈労働時間〉

正職員 7時間45分 / パート職員 4時間から勤務可（要相談）

〈待遇〉 修学資金制度あり・院内保育所完備

★各種保険完備 ★通勤手当等支給 ★賞与年2回 ★昇給あり ★職員食堂完備 etc...

看護師を目指している方や子育て世代の方たちを応援しております！

お気軽にご相談ください。

国保依田窪病院総務課 担当:中村 TEL:0268-68-0036



看護師募集の詳細ページはこちら

先輩看護師からのコメント

福田 瑞寿希 手術室・中材 看護師経験年数 7年目

私が依田窪病院に就職した1番の理由ですが、看護学生として臨地実習をした際に、指導者を始め病棟スタッフの方々が丁寧に指導してくださり、看護について深く考えるととても充実した実習になったからです。

入職後は整形外科病棟に5年間、現在は手術室に配属されて2年目になります。

毎日が勉強で楽しい事ばかりではありませんが、人間関係もよく、良い環境で気持ちよく仕事をさせていただいており、毎日が充実しています。

濱 美咲 地域包括ケア病棟 看護師経験年数 7年目

私が依田窪病院への就職を決めた理由の一つは、看護学生の頃、依田窪病院で実習をさせていただいた際に、病院やスタッフ同士の雰囲気がとてもよく、また患者さんから信頼されている病院であることを肌身で感じたからです。

実際に就職してからも、上司や先輩看護師はもちろん、職種問わず皆さんがとても優しく親切で、良い人間関係を構築し働くことができています。

また現在2人の子育てをしながら働いていますが、院内託児所や時短勤務、就業制限等、小さな子どもがいても働きやすい環境が整備されており、子育て優先で働くことができてます。同じ子育て世代や先輩ママ・パパも多いので、様々な相談にもものってもらえるのでとても助かっています。

深宮 多恵 一般病棟 看護師経験年数 1年目

看護師として病棟勤務に就き、半年が経ちました。最初は不安もありましたが、いくつかの事が重なり慌ててしまう私に先輩方から優しく声をかけて頂き、落ち着いて看護することができています。

日々沢山の学びを得ることができ、よりよい看護を行えるよう成長できていると感じます。

また、緊急時の対応等でのチームワークの高さを見て、私も先輩方のようになれるよう努力を重ねています。

私たちと一緒に働きませんか、皆さんの応募をお待ちしています。

認定看護師の紹介

認定看護師とは、日本看護協会の認定看護師認定審査に合格し、ある特定の看護分野において、「実践・指導・相談」の3つの役割を果たして看護の質の向上に努めています。



認知症看護認定看護師
植木 文美子

認知症は、記憶障害や理解力の低下、見当識障害などによって、日常生活に支障が出る病気です。

認知症の方は生活環境の変化に適応する力が弱いため、入院をきっかけに症状の発症や興奮・不眠・抑うつなどの行動心理症状（BPSD）が悪化することがあります。加えて、認知症の方はせん妄を発症しやすいといわれており、入院期間が長くなるだけでなく、転倒や点滴などのルート抜去等を起こしやすいといわれています。

私は認知症看護認定看護師として、認知症の方の持てる力を引き出し、その人らしく生活を送るためのケアや環境調整を行うことで、入院生活を安心・安全に送ることができるように、病棟スタッフや多職種の方々と連携・協働したいと思います。

また、認知症の方だけではなく、ご家族や地域のみなさんへの支援も行い、認知症の方を地域で支えることを目標に活動していきたいと思っています。



緩和ケア認定看護師
小野沢 美咲

地域のみなさま初めまして。緩和ケア認定看護師の小野沢美咲と申します。緩和ケア認定看護師とは、がんなどの重い病を抱える患者さんやそのご家族お一人お一人の身体のつらさや心のつらさなど様々なつらさを和らげ、より豊かな人生を送ることができるように支えていくケアのことです。そのため、緩和ケアは積極的な治療と並行して行われるケアとなります。

私はこの地域の方々がその方々にとっての大切な時間を安心して過ごせるよう、お話し、一緒に考えていきたいと思っています。お気軽にお声掛けください。

どうぞ宜しくお願い致します。



感染管理認定看護師
豊岡 拓馬

感染管理認定看護師の役割は、患者さんはもちろんのこと、面会の方、職員など院内すべての方を感染から守ることにあります。

具体的な活動は、院内感染制御チームに所属し、感染症発生状況の監視、院内ラウンドを行い感染対策の遵守状況について確認しています。

また、職員や院外の方からの感染対策についての相談を受けています。さらに、感染対策について年に数回の研修会を計画し実施しています。

感染対策についてなにかありましたらお声がけください。



訪問看護認定看護師
田中 紀子

訪問看護は、生活の場での看護の提供であり、利用者・家族の意向が最優先になります。それぞれに生活スタイルがあり、価値観もさまざまです。その方々の思いに寄り添い看護を提供することができる、それが訪問看護の醍醐味であり、やりがいであると思っています。

当ステーションでは障害を持つ小児が成長していくための看護、精神科訪問看護、神経難病の看護、終末期や自宅での看取りを希望される方が安楽に大切な時間を送るための看護など対象者は多様です。

本人と家族が主体となって住み慣れた地域や家庭でその方らしく暮らし続けられるよう、療養生活を支えています。

病院、施設、在宅のどこにいても切れ目のない看護を提供するために、病院と地域のつなぎ役となるよう訪問看護認定看護師としての役割を果たしていきたいと思っています。



休日・夜間の受診について



休日・夜間に受診を希望される場合は・・・

休日や夜間に、病院を受診をした方が良いか判断に迷った時は
まずはお電話にてご相談ください。

(かかりつけ医があり、診療されている時間であればそちらへお電話ください)

症状などをお聞きし受診の仕方について相談ができます。
緊急手術が必要な場合や、より専門的な治療が必要と判断される場
合は、「病院群輪番制病院」のご案内やご紹介をさせて頂く場合が
ございます。

皆さまのご理解・ご協力お願い申し上げます。

病院群輪番制病院 ってなあに??



病院群輪番制病院とは

地域の皆さまが、休日や夜間に病気やケガをされた時、安心して救急医療
が受けられるように交替で診療を行う病院の事をさします。

上田圏域内(上田市・小県郡・東御市)では当院を含め10病院が病院群輪番制
病院となっています。

*上田地域広域連合HPより引用



こちらへも相談ができます

上田市 内科・小児科初期救急センター

電話相談：19時～23時

診療時間：20時～23時

※事前に電話にて相談をお願いします。

連絡先

15歳以下の方：0268-21-2233 (小児科)

16歳以上の方：0268-21-2280 (内科)



インフルエンザ予防接種の予約について

今年のインフルエンザワクチンは、全国的に供給量が少なく出荷が遅れております。当院もこの影響により、入荷が遅れている状況です。接種が出来る体制が整い次第、改めてお知らせいたします。ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

【予約受付開始日】

- ◆依田窪病院 11月中旬予定
- ◆和田診療所 11月中旬予定

【予約・お問合せについて】

- ◆依田窪病院 月曜日～金曜日 14:00～17:00まで
電話番号 0268-68-2036
- ◆和田診療所 金曜日（予約開始後） 13:30～16:30まで
電話番号 0268-88-2020



【対象者について】

- ◆成人：高校1年生から
- ◆小児：生後6ヶ月～中学3年生
（※和田診療所では小児の接種は行いません。ご了承ください。）

【料金について】

- ◆13歳以上の方 3,700円（税込）
- ◆13歳未満の方 1・2回目 2,200円（税込）
（※13歳未満の方は、2回接種、13歳以上の方は原則1回接種です。）

◆長和町助成の場合

- 65歳以上の方 1,000円（税込）
- 中学生以下の方 1,000円（税込）

◆上田市助成の場合

- 65才以上の方 1,300円（税込）

【その他】

- ◆インフルエンザ予防接種は予約が必要となります。必ずお電話等にてご予約をお取りください。
- ◆コロナワクチンを接種された方は、2週間空けてから接種していただきますようお願いいたします。



栄養科から 秋のレシピ紹介

油で揚げない ポテトチップス



電子レンジで加熱するだけで、パリパリした食感になり、簡単に脂質カットできます。おやつだけでなく、砕いてサラダ等の上に散らして使うこともおすすめです。

作り方

- ①じゃがいもはよく洗って皮をむき、厚さ1~2mmほどの薄切りにし、水にさらす。
- ②ペーパータオルなどで軽く水気をふく。
- ③ボールにじゃがいもと塩(青のりまたは顆粒コンソメ)を入れ、混ぜて味をなじませる。
- ④耐熱皿にクッキングシートを敷き、その上に重ならないように③を並べ、600Wの電子レンジで3分加熱する。
- ⑤じゃがいもを裏返し、再度3分加熱する。

※パリパリ感が足りないときはもう1分加熱してください。

材料（4人前）

- ・じゃがいも 2個
- ・塩 ひとつまみ

※ここに青のりを足したり、塩を顆粒コンソメに変えたりするといろいろな味が楽しめます。

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11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	初診 再診 予約	須山 (8.22,29日) 後藤 倉澤 翠川 (8.22日)	後藤	須山 佐藤 青村	後藤 倉澤	佐藤 翠川 (17日)	後藤 倉澤	須山 佐藤 小林 信大	後藤	須山 白川 後藤 佐藤 小林/翠川 ※交代制	後藤 倉澤
	予約のみ	白川 (隔週)	須山 (隔週)	藪田 (諏訪中央)		白川 (隔週) 後藤		白川			
外科	初診 再診 予約	小澤		石橋		小澤		小澤		小澤	
整形外科	初診 再診 予約	古作 由井 林		古作 林 塩澤		滝沢 林 信大		滝沢 信大		滝沢 塩澤 信大	
	予約のみ	滝沢	三澤	由井 信大 (関節)		三澤		古作 林 三澤		三澤 由井	
小児科	午前受付 8:30~11:30 午後受付 13:30~14:30 ※予防接種 13:00~13:30※	二村	二村	二村	二村	二村	二村	信大 ※予防接種※ 10:00-10:30		二村	二村
泌尿器科		信大				信大				佐久(5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※	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		※当面の間、休診※								※当面の間、休診※	

- ◆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時の間をお願いいたします。
- ◆小児科予防接種の予約・変更に関するお電話は、12時~14時の間をお願いいたします。
- ◆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。

