



依田窪病院だより



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。

三澤院長新年のご挨拶	2
滝沢医師インタビュー	3
地域医療連携だより	
【整形外科(脊椎・手の外科)の受診について】	4
【患者満足度調査結果報告】	5
新型コロナウイルス感染症が 心配な患者さんへ	6
看護師募集のご案内	7
栄養科からのおすすめレシピ 【大根とハムのさつ炒め】	7
診療担当医表【2022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



広報発行のタイミングの関係で遅くなりましたが、令和4年の年頭にあたり、依田窪病院職員を代表して一言ご挨拶申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の対応に追われる一年でありました。日本ではこの種の感染症が広がったことが今までありませんでした。上小地域でも病院は上田保健所と共に休日も返上しながら対応をしてきました。現在も懸命に第6波の新型コロナウイルス感染症への対応を続けています。

以前、地域医療構想で厚生労働省が示した公立・公的病院の再編統合の再検証が必要な424病院のリストには当院の名前もあがりました。しかし、昨今の大規模災害や新型コロナウイルスのような広域の感染症に対応するためには、公立病院がなくてはならないと、あらためて認識をした年でもありました。

昨年を振り返ってみると、長年の医師確保への取り組みが実を結び、内科・小児科・総合診療科で医師を増やすことができ、診療体制の充実を図ることができました。内科では救急車の受け入れ件数が増え、地域の皆さんの急病時の対応を充実することができ、小児科では学校医や予防接種等が円滑にできるようになりました。更に、総合診療科医師が着任したこと、各診療科間の連携が促進され、保健予防活動から福祉まで、病院としての関わりを十分に果たせるようになったと思います。

また、整形外科でも10月から指導医が着任したこと、来年度以降の手術件数の増加を見込んでおり、今以上に手術が必要な患者さんへの対応ができると思います。

医師確保ができたことで、次の当院の課題は看護師・薬剤師不足です。上小地域の看護師不足は、県下でも下から何番目という状態です。皆さんのご親族やお知り合いの中に、依田窪病院で働いてみたいという看護師、薬剤師がおられましたら、是非ご紹介をお願いします。両職種とも修学資金貸与制度を充実して対応しておりますので、詳細は病院ホームページをご覧いただければと思います。

依田窪病院は地域医療の一環として附属和田診療所での診療も行っています。4月からは、今後医師等の確保が難しくなると予想される武石診療所についても、連携を更に強めて診療を応援していくことになります。今までそれぞれの診療所や病院でカルテを用意していましたが、今後は地域の皆さんの利便性の向上と診療の効率化のために、和田診療所、武石診療所、当院で電子カルテを共有することを考えています。

今年は寅年です。寅年は草花の芽が伸びようとする状態を表すという話もあります。この一年で今後の依田窪病院をどのくらい伸びる状態に持っていくか、病院職員と力を合わせて、長和町や上田市の皆さん、この病院に来てくれる患者さんのために、併設の老人保健施設いこいとともに様々な取り組みを続けたいと思います。今後ともよろしくお願ひします。

院長 三澤 弘道



インタビュー【vol. 4】

整形外科医師の「滝沢 崇」先生の紹介と脊椎の病気について伺います。

- いつからこの病院に勤務されているのですか？

2021年の10月から勤務しています。



- 上田市の出身、また、依田窪病院で2年間の研修医の経験があるとお聞きしました。どのような思いで診療をされているのですか？

上田市で生まれ、地元の上田高校を卒業しています。上田育ちです。10年前に研修医としてこの病院で看護師や周りのスタッフに助けていたdaleで整形外科の医師として一人前にさせていただきました。

10年経ち、経験を積み、資格も取得し、パワーアップして戻ってきた自負はあります。その力を育ててくれた地元と病院へ還元したいと思い、日々の診療に励んでいます。

- 脊椎の専門ということですが、症状が軽くとも受診をした方がよいのでしょうか？

早期発見、早期治療が重要で、ある程度の症状が出て間もないときに受診をされた方が早く見つかり、例えば手術をすることになったとしても、簡単な手術になることもあります。また、治療の成績もよい傾向があります。手術にならなかっただとしても、早めの介入につながるため、早期発見、早期治療のために早めに受診をするというのは凄く大切だと思います。

- 脊椎の手術となると、大きな手術になることや、手術後のリハビリやその後の生活が大変になるのではないかと不安に思う方もいると思うのですが、手術について教えてください。

30年から40年前の脊椎の治療は大きな手術と認識されていて、手術が終わった後は数週間寝たきりでギプスを付けており、一回手術をすると寝たきりになってしまうという方も多く、すごく怖いイメージがあったというのも事実なんですね。ただ、今は、技術も進歩てきて、診断の精度や手術の器具も非常に進歩しており、手術の後にすぐ車椅子になってしまふということはなくなっていますし、昔よりは段違いに診断や治療のクオリティが上がってきていますので、是非受診いただけで、専門医の意見を聞いていただければと思います。

どんな病気でどんなことがあるのかわからなくても、気軽に相談いただけて構わないと思うので、早めに受診していただければと思います。

- 手術や入院となると、ご家族はもちろん、本人が一番不安になるかと思います。依田窪病院での手術、入院の様子を教えてください。

脊椎の疾患での痛みは、ヘルニアや狭窄だけではなくて、不安といった気持ち的な要素で痛みが強くなることもあります。話をよく聞いてもらうことや、悩みを打ち明けることで痛みが楽になるといった、気持ちが楽になることで腰痛がとれるというデータもありますので、不安が沢山ある方でも気軽に受診いただければと思います。

また、依田窪病院は病院ぐるみで脊椎の疾患に慣れたスタッフが沢山いますので、本当に気軽に相談に来ていただければと思います。

整形外科
たきざわ たかし
滝沢 崇 医師

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る医療番組「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。

患者サポートセンター 地域医療連携だより



整形外科（脊椎・手の外科）の受診について

2022年3月より、
脊椎疾患・手の外科にかぎり、専門的な医師の診察を受けて頂くため
医療機関（かかりつけ医）からのご紹介患者様については外来診療予
約をお取りいたします。

予約を取るにはどうしたらいいの



現在、診療中の医療機関（かかりつけ医）より依田窪病院・整形外科宛の
紹介状を作成いただき、医療機関より患者サポートセンターへ連絡して
もらうようお伝えください。

（患者さん個人からの予約お申込みは受け付けておりませんのでご注意ください）

後日、ご紹介医療機関または患者様へ予約日時の連絡をします。
(予約日時が決定するまでにお時間がかかる場合があります)

※予約日時に紹介状をお持ちください。

紹介状がない場合や かかりつけ医がない場合はどうしたらいいの



紹介状をお持ちでない方は当日予約外受診をしていただくことができます
のでご安心下さい。

（予約外受診の際は待ち時間が長くなる場合があります）



皆さまのご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。
(痛みや痺れが強い場合は依田窪病院までお問合せください)



お問い合わせ：依田窪病院 0268-68-2036（代表）
患者サポートセンター宛とお伝えください

患者満足度調査結果について



当院では令和3年11月15日から12月3日までに来院された患者さん、入院患者さんを対象に満足度調査を実施いたしました。

皆様よりご回答いただきましたアンケートは外来225枚、入院52枚で、結果は次の通りでした。

外 来

性別

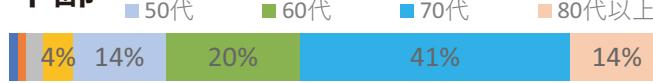


入 院

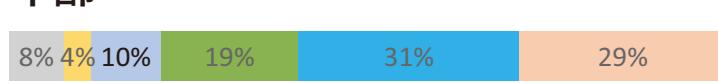
性別



年齢

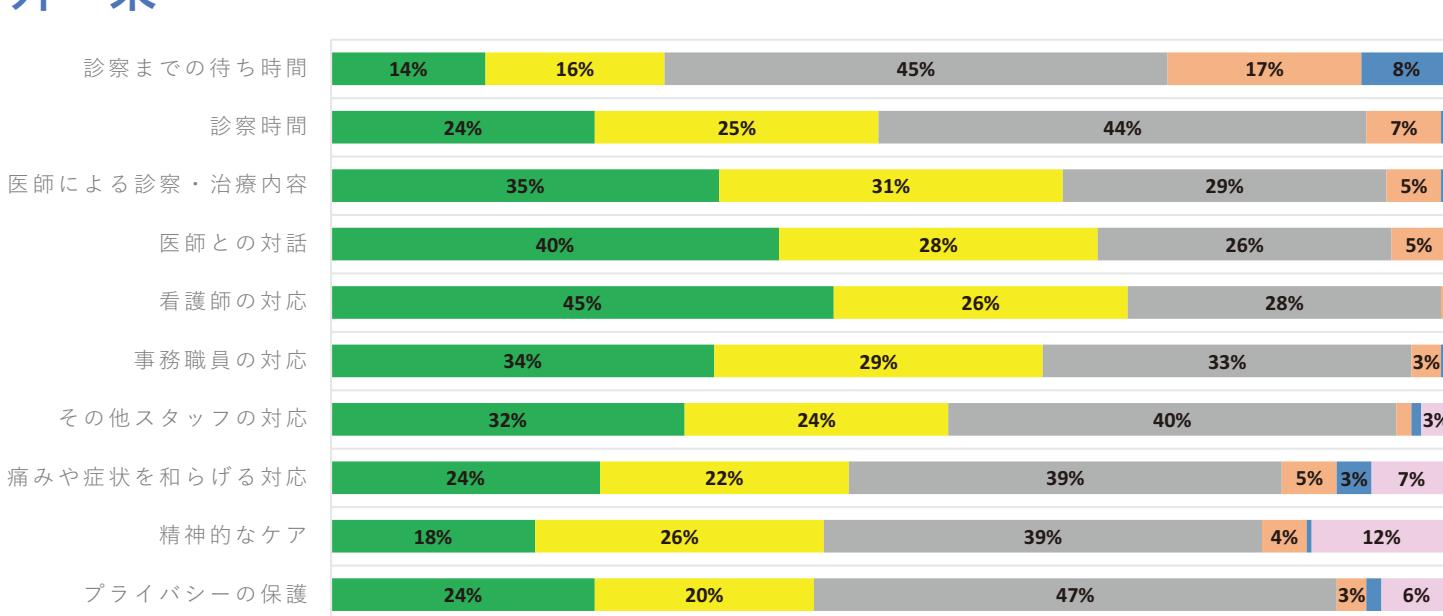


年齢

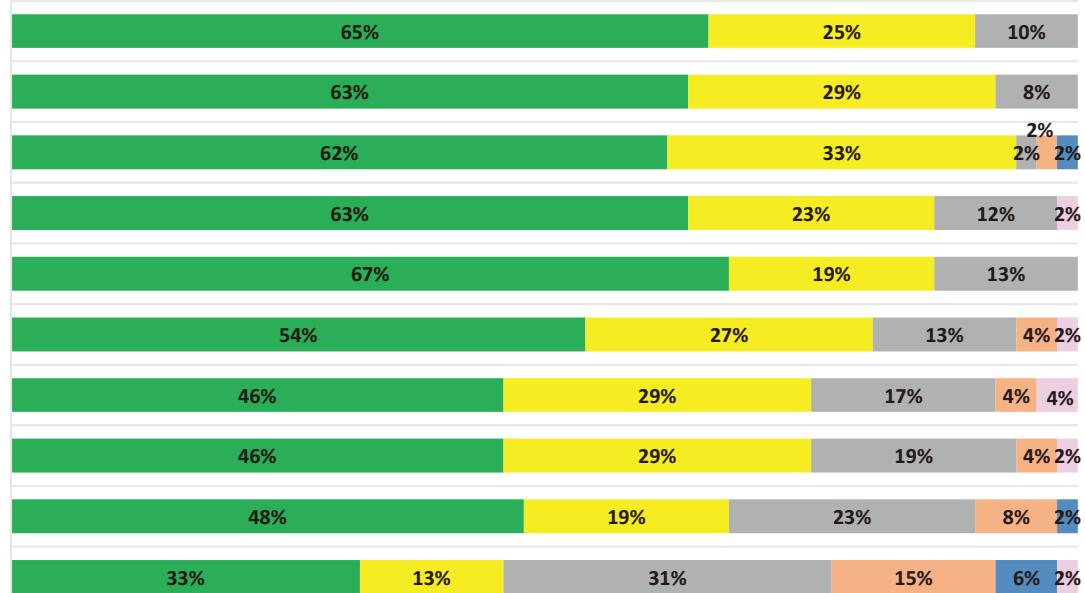


外 来

満足度



入 院



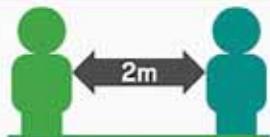
新型コロナウイルス感染症がご心配な患者さんへ ～こんな時どうしたらいいの？～



新たな日常のすすめ（信州版）

長野県 新型コロナウイルス感染症対策
信州版「新たな日常のすすめ」

3つの基本



身体的距離の確保



マスクの着用
(人混みの中、会話の際)



手洗い・手指消毒

3密の回避



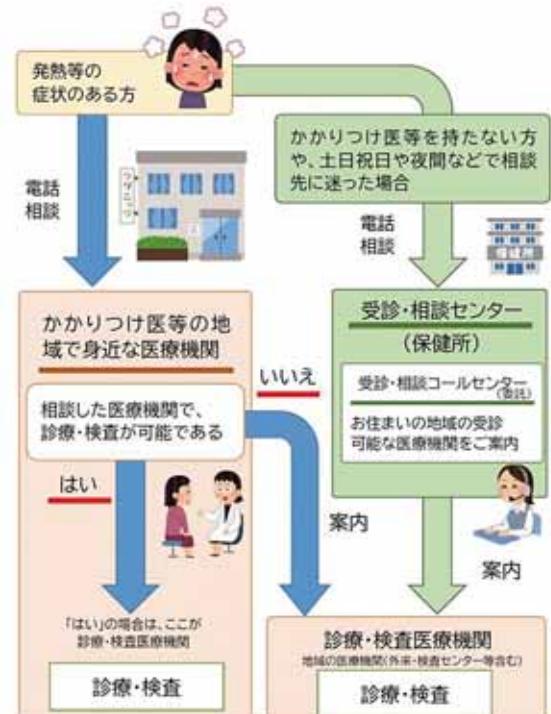
3つの確認

- 体温確認
- 体調確認
- 行動履歴確認

毎日の**健康チェック**を欠かさず
に行いましょう。風邪症状がある
ときは、外出を避けましょう。

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**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。



「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）)



看護師募集（正職員・会計年度任用職員）

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。



【お問い合わせ先】 総務課 電話：0268-68-0036

栄養科から

大根とハムのさっと炒め



冬のレシピ紹介

冬が旬の大根を使ったレシピを紹介します。
オリーブ油と白ワインの風味を残すため、炒めすぎないことがポイントです！

作り方

- ① 大根、ハムはいちょう切りする。
- ② 鍋に大根と浸るぐらいの水を入れ、大根が半透明になるまで茹でる。
- ③ フライパンにオリーブ油をしき、大根とハムを炒め、白ワイン、塩を入れる。
- ④ 具材と調味料がよく混ざったら、火を止め、醤油とこしょうを入れ混ぜ合わせる。

材料（4名分）

- ・大根 1/4本（約200g）
- ・ハム 4枚
- ・オリーブ油 大さじ1
- ・白ワイン 大さじ1
- ・しお ひとつまみ
- ・醤油 小さじ1
- ・あらびきこしょう 少々

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）

2022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 (14,28日) 後藤 倉澤 翠川 (14,28日)	後藤	須山 佐藤 青村	後藤 倉澤	佐藤 翠川 (2,16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)	義田 (諏訪中央)		白川 (隔週) 後藤			白川		
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 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 儿 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(18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											休診
呼吸器外科											休診
※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

