病院広報誌 白樺

依田窪病院だより

冬
2025
第82号

城下病院長　新年のご挨拶・・・・・・・・・・・・・2－3
当院の脊椎内視鏡手術の過去・現在・未来について
【当院で導入予定の新術式～局所麻酔下での全内視鏡手術
（Full endoscopic spine surgery）～】・・・・・・・4－5
地域医療連携だより
【「当院の役割」「皆さまへのお願い
～上手な医療のかかり方～」】・・・6
自動精算機導入について・・・・・・・・・・・・・・・7
訪問看護ステーションよだくぼ
新卒看護師の育成を開始します・・・・・・・・・7
外来診療担当医表【２０２５年２月】・・・・・・・・・8

脊椎センター長 滝沢医師 脊椎内視鏡下手術

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践します。

新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

国民健康保険依田窪病院の病院長、および、依田窪老人保健施設いこいの施設長を務めております、城下智です。

2024年４月より、両施設の運営を引き継ぎ、地域医療と介護の発展に尽力しております。

長野県は全国的にも平均寿命と健康寿命が高い水準にあります。具体的には、男性の平均寿命は82.4歳で全国２位、女性は88.3歳で全国４位です。さらに、健康寿命においては男女ともに全国１位であり、男性は81歳、女性は85歳と報告されています。こうした背景には、地域の健康意識の高さや医療・介護体制の充実が寄与していると考えられます。しかし、日本全体、さらには長野県、そして私たちの暮らす地域も、高齢化と人口減少という大きな課題に直面しています。特に長和町や上田市武石地区では、高齢化率の上昇と働き手世代の減少が顕著であり、日本全体の縮図とも言える状況です。

当院では、こうした課題に対応するため、地域に根ざした医療と介護の一体的な体制の整備を目指し、2025年を見据えた取り組みを進めています。これからも地域の皆さまにとって欠かせない存在となるべく、病院と老健が一体となって尽力してまいります。

2025年に向けた具体的な取り組みとして、以下の5つの重点項目を掲げています。

1. 内科診療体制のさらなる強化

2025年も、当院の内科系診療は倉澤内科科長と後藤総合診療科科長が中心となり指揮を執ります。これまで築き上げてきた診療体制を基盤に、諏訪中央病院から新たに内科総合診療を専門とする医師を迎え、地域全体での診療の幅をさらに広げます。また、鳥取大学で家庭医療プログラムを修了した家庭医を迎え、病院診療だけでなく在宅医療や長和町・上田市行政との連携を深めてまいります。依田窪病院の訪問看護ステーションや居宅介護支援事業所と連携し、患者さまの在宅復帰を支える体制を一層充実させることで、地域医療のトップランナーとしての役割を果たしていきます。

2. 整形外科診療体制の充実と発展

長野県が進める医療提供体制の「グランドデザイン」において、当院の整形外科は一部の診療領域に特化した機能を併せ持っており、地域型病院として担う重要な役割を果たしています。滝沢脊椎センター長を中心に、低侵襲手術である脊椎内視鏡手術を主軸とし、2025年春からは局所麻酔下での「超」低侵襲手術も導入予定です。この手術により、超高齢者や全身麻酔が困難な患者さまでも治療が可能となり、入院期間の短縮や早期のリハビリ、社会復帰が実現可能です。こうした整形外科の取り組みは、超高齢化社会における地域医療の課題解決に直結するものであり、当院の責務を果たす重要な一歩です。

3. 医療と介護の連携強化

医療と介護の連携は、地域包括ケアシステムを実現する上で不可欠です。当院と老健いこいは、病気やケガによる入院治療と、在宅復帰を支援する介護の橋渡しを一体的に行う体制を構築しています。特に長和町では、行政の組織再編により、医療と介護を担当する部署が保健福祉課として統一されました。また、へき地医療拠点病院として、上田市武石診療所を担当しており、診療所を中心とした地域医療や介護についてもさらに連携を強化してまいります。医療と介護の連携強化により、住民が安心して暮らせる地域社会の実現を目指します。

4. 健診事業のさらなる充実

健康寿命を延ばすためには、健康診断による早期発見・早期治療が欠かせません。当院は、長和町・上田市行政と連携し、健診事業をさらに拡充させていきます。特に、住民全体が気軽に受診できる体制を整え、予防医療を地域に根付かせることを目指しています。

5. 住民の一番の安心となる地域医療

万が一の時、地元の病院として救急対応ができるということは地域住民にとって大きな安心につながります。医療を必要とする人なら誰でも利用でき、地域の皆さんが安心して暮らしていけるための拠り所として、「依田窪病院があって良かった。」そう言ってもらえる存在になることを目指してまいります。

これらの取り組みを通じて、依田窪病院と老健いこいは、地域の医療・介護の中核として、住民の皆さまの健康と生活を支える存在であり続けます。2025年が皆さまにとって素晴らしい１年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

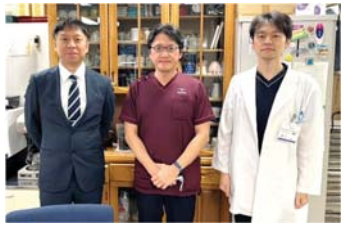
国民健康保険　依田窪病院
病院長　城下　智

当院の脊椎内視鏡手術の過去・現在・未来について　【当院で導入 予定の新術式～局所麻酔下での全内視鏡手術（Full endoscopic spine surgery）～】

依田窪病院脊椎センター長　滝沢　崇

今回は当院で今後導入する新術式、全内視鏡手術（FESS法；Full endoscopic spine surgery）について宣伝・紹介させて下さい。2003年からFESS法の日本導入が始まり、2010年からは一部の施設でのみ、局所麻酔での8mm切開手術が行われました。これまでのMED法とは違い、生理食塩水潅流下で行う手術として行われていますが、日本国内ではごく一部の施設や術者でしか行っておらず未だにほとんど普及していない術式となっております。長野県内ではほとんど普及していない術式といっても過言ではありません。

徳島大学の西良 浩一教授は、FESS法の普及に尽力を注いでいるFESS手術の第一人者です。2024年4月～2025年3月までの間、西良先生の下に国内留学中の牧山先生を当院に迎え、局所麻酔下で行う徳島式FESS法を当院で今後導入する予定を考えております。私自身も2024年12月に徳島大学に視察に行き、FESSの極意を見学させてもらいました。



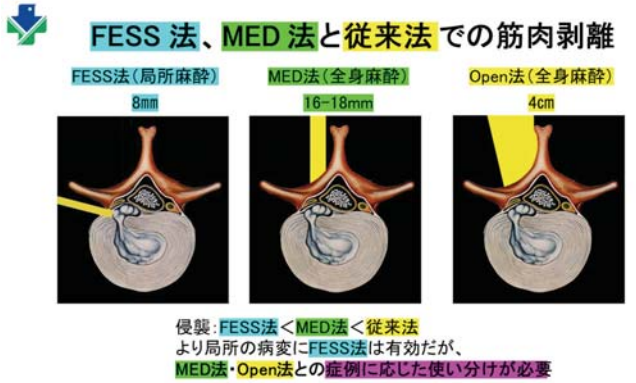
左から　滝沢先生、西良先生、牧山先生

FESS手術の写真

MED法とFESS法の器具比較ですが、MED法のチューブが16-18mmであるのに対し、FESS法のチューブは7mmであるためにより小さい傷での手術対応が可能となります。当院でもこのFESS器具一式を購入致しました。

Open法、MED法とFESS法のアプローチの比較ですが、Open法・MED法は体の正中にある脊柱管内に向けてアプローチするのに対し、FESS法は椎間孔内という背骨の正中から7-10㎝外側部からアプローチしていきます。MED法では16-18mmの傷であったのに対して、FESS法では8mm程度の傷で手術を行えるために、局所麻酔でも手術可能となる点がFESS法の大きな特徴です。

これまで当院で行ってきた脊椎手術は内視鏡手術であっても全て全身麻酔であったために手術自体の敷居が高く、また全身状態に問題がある人などに対して手術制約がありました。局所麻酔下FESS法では、この問題が解消できる点が強みとなります。



術式毎をまとめてみますと、FESS法、MED法、Open法の順に傷が小さく行えるため、より局所の病変にFESS法は有効となります。腰椎椎間板ヘルニア以外にも局所の腰痛病変にも期待が持てそうです。ですが、MED法・Open法にもそれぞれのメリットがあるために、FESS法と症例に応じた使い分けが必要と考えます。

FESS法の入院スケジュールですが、当日入院・局所麻酔で1-2時間程度、術当日から食事や歩行が可能、術後入院期間も5-6日と短い点は、MED法やOpen法と比較してもメリットがあります。軽作業は退院後、重労働は２ヵ月後、スポーツ復帰は６～８週後といった復帰＆復職メニューは Open法、MED法と大きな変わりがありません。

これまで行ってきたOpen法・MED法に加えて、FESS法が加わる事で脊椎内視鏡手術の幅が一層増すと言えると思います。
今後とも何卒よろしくお願いします。

患者サポートセンター 地域医療連携だより

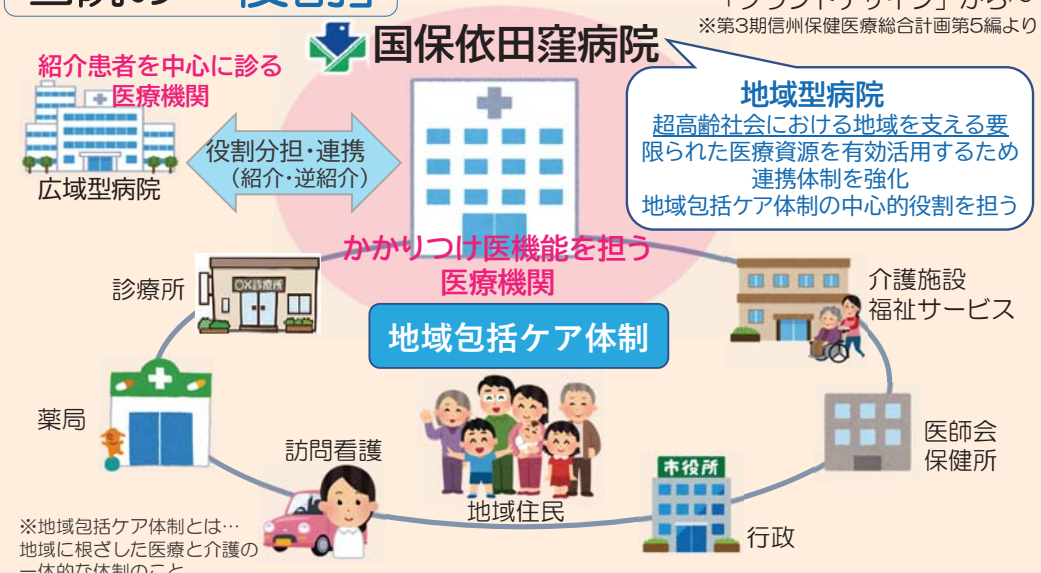
病院のいま と これから について

地域の医療を守るため、いまあるさまざまな課題に対し、当院で始めたとりくみについて、７月号から３回シリーズでお伝えしています

第３回は**「当院の役割」「皆さまへのお願い～上手な医療のかかり方～」**をとりあげます

当院の「役割」

～長野県が進める医療提供体制の「グランドデザイン」から～
※第3期信州保健医療総合計画第5編より



※地域包括ケア体制とは…
地域に根ざした医療と介護の一体的な体制のこと

当院は、地域の医療・介護の中核として、
住民の皆さんの健康と生活を支える存在であることをめざします

「皆さまへのお願い～上手な医療のかかり方～」

3回のシリーズを通して、病院が抱える課題と取り組みについて、お伝えしてきました
今と未来の医療を守るため、最後に大事なお願いです

それが「上手な医療のかかり方」です

お願いします

平日・日中に受診しよう
休日・夜間の緊急医療は 電話やアプリも活用しよう
救急安心センター#7119　子ども医療電話相談 #8000
消防庁/全国版救急受診アプリ・WEB 「Q助」
かかりつけ医をもちましょう
定期健診を受けましょう

上手な医療のかかり方　検索

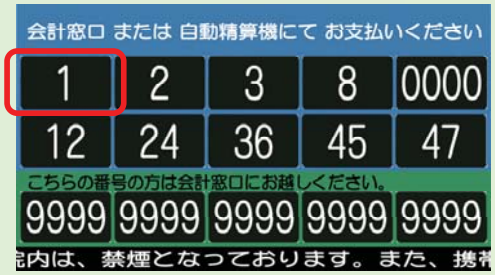
自動精算機導入のお知らせ

３月24日（月）より、患者サービスの向上のため自動精算機・会計案内表示を導入します。
自動精算機では、当日分の外来診療費と入院費のお支払いが出来ますが、従来の会計窓口でも、外来診療費等や入院費のお支払いが可能となっております。
会計案内表示の画面にお手持ちの受付番号が表示されてから、現金またはクレジットカードでお支払いいただけます。
尚、会計窓口での会計をお願いする患者さんは、会計案内表示でご案内いたします。
機械の取扱い等ご不明な事がございましたら、お近くの職員までお声掛けください。

【設置場所】総合案内横
【利用時間】平日 9:00～17:00　※土曜日・日曜日・祝日はご利用できません。

受付票

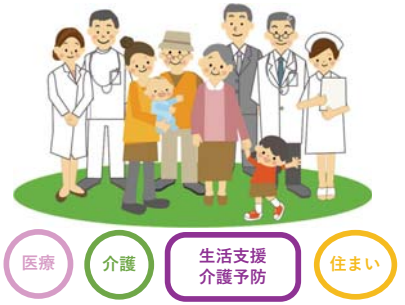
会計案内表示



自動精算機

「訪問看護ステーションよだくぼ」 新卒看護師の育成を開始します

地域包括ケアシステムが推進され、地域住民の方が安心して住み慣れた地域で生活・療養が継続できるようにするため2025年度より、訪問看護ステーションよだくぼに新卒看護師を配置して育成を開始します。



この新卒看護師は「看護師養成学校を卒業直後に、訪問看護ステーションに勤務する看護師」です。

看護系の学校では「地域実習」や「在宅療養支援」を重点に学び、知識を蓄えて卒業してきます。その方を、先輩看護師が実地指導でしっかりサポートします。具体的には、先輩看護師と新卒看護師がペアとなり、実践的知識や技術、経験を言葉で伝え、時には見せながら必要なスキルを獲得できるように教育的関わり支援します。地域の皆さんのお宅に新卒看護師が訪問に行かせて頂きますが、どうぞ宜しくお願い致します。

2025年 2月 国保依田窪病院　外来診療担当医表

内　科 ／ 受付時間（午前）8:30~11:30 （午後）14:00~16:00

		月	火	水	木	金
午前	初診 再診予約	二 村	後 藤	信 大	城 下	後 藤
		安 齋	中 村	田 畑	後 藤	中 村
		木村(信州上田医療センター)	二 村	安 齋	中 村	安 齋
					小 林	
	予約のみ		須 山 蓑 田(諏訪中央病院)	白 川	須 山	
午後	初診 再診予約	倉 澤	倉 澤	二 村	倉 澤	後 藤
		田 畑	二 村	安 齋	中 村	田 畑
		安 齋				中 村
	予約のみ	二 村	後 藤		白 川	倉 澤

外　科 ／ 受付時間 8:30~11:30

		月	火	水	木	金
午前	初診 再診予約	小 澤	石 橋	小 澤	小 澤	小 澤

整形外科 ／ 受付時間 8:30~11:00

		月	火	水	木	金
午前	初診 再診予約	古 作	泉 水	野 口	古 作	泉 水
		滝 沢	中 西	信 大	※交代制(泉水・中西)	塩 澤
		中 西	塩 澤	※由 井(予約優先)	信 大	信 大
		野 口				※由 井(予約優先)
	予約のみ	泉 水	古 作 信 大(関節)	古 作	三 澤 滝 沢 野 口	三 澤 滝 沢(脊椎紹介予約) 中 西
午後	予約のみ	滝 沢				

小 児 科 ／ 受付時間 8:30~11:30（木曜日 9:00~10:00は予防接種のみ）

	月	火	水	木	金
初診・再診予約		二 村		信 大 ※9:00-10:00 予防接種のみ ※	

専門外来

			月	火	水		木	金
午前	眼 科 ※受付時間に ご留意ください		受付 8:30-11:00 信 大	受付 8:30-11:30 信 大	第1週 第3週 第5週	受付 8:30-10:00 信 大	受付 8:30-11:30 信 大	受付 8:30-11:30 信 大
					第2週 第4週	受付8:30-11:00 信 大		
	皮膚科 受付8:30~11:00				信 大			
	泌尿器科 受付8:30~11:30		信 大	佐久医療センター (25日)※予約制※	信 大			
午後	耳鼻咽喉科 受付14:00-16:00		信 大					
	肝臓外来 受付14:00-16:00						城 下	
	脳外科 受付13:30-14:30							信 大(7日)
	予約制	呼吸器科			信 大			
		心臓血管外科			豊 田(佐久医療センター)			
		神経内科	信 大					信 大
		禁煙外来	＊田 畑	＊倉 澤			＊倉 澤	＊田 畑

＊田畑医師、倉澤医師は、内科外来を担当する時間帯もあります。禁煙外来の受診は、ご予約をお願いします。
お電話でのご予約は、平日14:00-16:00の時間帯に、0268-68-2036（代表）までご連絡ください。

担当医の変更等がある場合は、院内に掲示する他、ホームページでご案内します。

（休診情報はこちらから）

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.https://www.yodakubo-hp.jp/
発行人／城下智　編集／国保依田窪病院広報編集委員会