



雪椿 かわら版

+ 飯山赤十字病院の基本理念

人道・博愛の赤十字精神に基づき、患者さん中心の地域医療を実践します。

《 病院の基本方針 》

- 1.患者さんの権利を尊重した医療を行います。2.安全で質の高い医療を提供します。
- 3.医療・保健・福祉施設との連携を推進します。4.高齢社会に即した在宅医療、予防医療を実践します。
- 5.救急医療、災害救護、講習会等普及事業に取り組みます。6.明るく働きがいのある病院を創ります。
- 7.地域社会に貢献するため、健全経営を目指します。

《患者さんの権利を尊重します》

- 1.人としての尊厳が守られる権利 2.個人情報とプライバシーが守られる権利 3.安全で適切な医療を受ける権利 4.十分な説明を受け納得して医療を選ぶ権利 5.セカンドオピニオンを求める権利

《患者さんへのお願い》

- 1.ご自身の治療のため、必要な情報を正確にお知らせください。2.治療効果をあげるため、医師や看護師にご協力ください。3.病院のルールに従い、院内での迷惑行為は慎んでください。4.受けた医療に対し、診療費をお支払ください。

2024
令和6年

120

10月号

- 発行／飯山赤十字病院
飯山市飯山226-1
電話0269-62-4195
ホームページ
<https://www.iiyama.jrc.or.jp/>
- 発行責任者／高橋 功
- 印刷／尚中央堂印刷社



飯山市総合防災訓練



CONTENTS

- P2 令和6年度 飯山赤十字病院運営協議会の開催報告
- P3 新任医師の紹介／専門外来（もの忘れ外来）
- P4 飯山市総合防災訓練を振り返って
- P5 医療のつどい／看護体験・職場体験／寄付御礼
- P6 イスに座ったままできる健康体操 Vol.2
- P7 管理栄養士おすすめ 季節のレシピ／患者さん相談窓口通信／お知らせ
- P8 外来診療担当医表

飯山赤十字病院は面倒見のいい病院です

～令和6年度 飯山赤十字病院運営協議会の開催報告～ 事務部長 高橋 功

令和6年(2024年)8月2日に、令和6年度の病院運営協議会(会長 江沢飯山市長)を、岳北・岳南6市町村の首長・議会議長及び飯水医師会長にご出席いただき開催しました。当院は、昭和28年(1953年)12月の開業から、70年間、「地域とともに」歩んできた病院ですので、当院の病院経営の現状を地域の代表者の方々に理解していただくために、毎年開催しているものです。

当日の会議の内容は、①当院の現状、②令和5年度決算、③令和6年度事業計画の報告と医師3名から、日夜取り組んでいる診療の状況をプレゼンテーションしました。

この会議では、非常に多くの情報が共有されましたが、その中から、当院をご利用の皆さんにも知っておいていただきたいポイントをいくつか取り上げます。

いつでも安心して医療を受けられる病院

急な発熱や体調不良、ケガの患者さんを、当院では365日24時間体制で受け入れています。令和5年度に受け入れた救急車は1,312台、救急外来を受診した方は5,857人になります。

夜間や休日でも、MRI・CTなどの専門的な検査が行える体制を整えていますので、安心して医療を受けることができる病院です。また、緊急手術が必要な重症な患者さんは、より専門的治療が可能な病院へ搬送する体制も整えています。

治療(手術・処置)からリハビリ・療養まで行う面倒見のいい病院

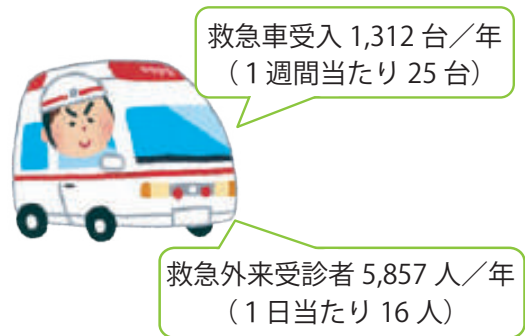
医療が高度化、専門化した結果、一言で「病院」といっても、右の表のように、様々なタイプの病院があります。

当院は、赤枠で囲われた急性期～回復期～慢性

期までの幅広い機能を持つ病院であることが特徴です(これを「ケアミックス型病院」といいます)

急性期機能しか持たない病院では、病状が安定してくると、退院するか、他の病院に転院するかを求められますが、当院ですと、自宅での日常生活ができる状態に回復するまで入院治療することが可能な面倒見のいい病院です。

さらに、退院後に自宅で療養する場合には、訪問看護ステーションを利用することもできます。



病棟の種類と機能

種類	医療機能の内容
高度急性期機能	急性期(病気になって間もない時期や、病状が安定せず集中的な医療介入を要する時期)の患者に対し、状態の早期安定化に向けて、診療密度が特に高い医療を提供する機能 (例)長野赤十字病院、信州大学医学部附属病院等
急性期機能(急性期病棟)	急性期の患者に対し、状態の早期安定化に向けて、医療を提供する機能
回復期機能(地域包括ケア病棟) (回復期リハビリテーション病棟)	急性期を経過した患者への在宅復帰に向けた医療やリハビリテーションを提供する機能 急性期を経過した脳血管疾患や大腿骨頸部骨折等の患者に対し、日常生活動作の向上や在宅復帰を目的としたリハビリテーションを集中的に提供する機能
慢性期機能(療養病棟)	長期にわたり療養が必要な患者を入院させる機能



新任医師の紹介



「満を持して」

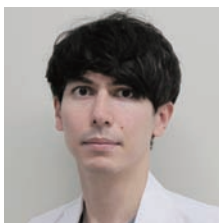
総合診療科部長 **つきおか かつあき**
月岡 勝晶

2020年10月に長野赤十字病院、心臓血管外科に赴任し、2021年夏より、当院の救急外来支援で主に週末に勤務しておりました。そして、飯山赤十字病院で生を受け、飯山市で義務教育を受け、飯山市に固定資産税の徴税を受けてきたものとして、2024年10月、この度、「満を持して」飯山赤十字病院に赴任しました月岡勝晶です。

これまで、津軽弁、松本（諏訪）弁、飯田弁にふれてきましたが、実家に訪れる客人（多くは親戚や、母の友人の高齢者）の話す「飯山弁」の会話を聞き、いよいよこの言葉の中で働くのかと感慨深く思っていたところ、病院内のスタッフならまだしも、病院では高齢患者さんですら、標準語で話しているのに

は、いささかのさみしさを感じました。もしかしたら、患者さんの中には、飯山出身のお医者さんはいないだろう（実際かなり希少です。）とも思いもあるのかと推察しました。しかし、今後、私の名前を見た暁には、バリバリの飯山言葉で思いのたけを打ち明けていただければと思います。ちなみに、私の父は栄村出身であり、幼少期から聞いていた、あの栄村の独特な調（しらべ）を「満を持して」聞いた時も、うれしさがこみ上げました。

赤十字勤務であった縁で、外国で働いていたこともあり、外国人診療という形で、地域の観光産業にも貢献していきたいと思っています。今は、自動翻訳の方が下手な英語より、話が早くなってしまいましたが、機械にはできない「熱（温）」を伝える診療にも心がけて行きたいと思っています。



総合内科医師

おおつ よしゆき
大津 嘉之

〈専門領域〉 消化器

〈一言〉 10月から赴任してきました。地域医療に一杯貢献いたします。よろしくお願ひいたします。



内科医師

すみ まさひこ
住 昌彦

〈専門領域〉 血液内科

〈一言〉 この度、非常勤医師として着任いたしました住 昌彦と申します。血液内科を専門としており、これまで長野赤十字病院で経験を積んでまいりました。血液内科は専門医が少ない分野で、地域医療における重要性を強く感じております。毎週火曜日の診療では、患者様一人一人と丁寧に向き合い、質の高い医療を提供してまいります。また、地域の医療ニーズに応えるべく、院内の他のスタッフとの連携も大切にしていこうと存じます。微力ではありますが、この地域の皆様の健康維持と向上に貢献できるよう尽力いたします。どうぞよろしくお願ひいたします。

専門外来

「もの忘れ外来」

当院では、2024年8月より北信総合病院の協力の元、もの忘れ外来の診療を始めました。脳神経内科の先生にお越しいただき、もの忘れに特化した診療を行っています。「もしかしたら認知症かも？」と思った際にはご相談ください。

事前にお電話でご予約の上、ご来院ください。

もの忘れ外来についてのお問い合わせはお電話で受け付けております。

★受診時は必ず、同居の方もしくは普段の生活の様子ができる方と一緒に受診をおねがいします。

- 診療日：毎月第1、第3水曜日
- 診療時間：13：30～16：30
(受付時間 12：30～15：00)
- 予約受付時間：14：00～16：00
平日（木曜日を除く）

飯山市総合防災訓練を振り返って

救護班第2班 主事 依田 智也

令和6年9月29日、飯山市総合防災訓練へ当院の救護班第2班が参加しました。震度6強の大規模地震を想定した防災訓練で、私たちは避難所として開設された泉台小学校にて患者さんのトリアージを実施しました。

今回の防災訓練では、地域の消防団の方が患者搬送をしてくださったり、患者さんへの応急処置にネクタイ等が使用されていたりと、住民の方々がご自身で救護に当たられている姿が印象的でした。一方で、普段そのような活動の経験が全くないため、慣れない状況に戸惑っていらっしゃる姿も見受けられました。私たち救護班は、研修を通して突然の事態にも対処できるようにしているため、すぐに動くことができますが、住民の方々には難しい事なのかもしれないと感じました。

しかし、それでも災害は突然やってきますし、その突然のことに対処するため、今回のような訓練が必要なんだと思います。また、災害時に

私たち救護班ができることはトリアージなど専門的な事だけではなく、避難所、救護所に手を差し伸べてくださる住民の方々に、現場で何をしてほしいのかを的確に、声に出して伝えることも必要だと感じました。

有事の際は、この地域を救護班である私たちが守るのではなく、地域の皆さんと手を取り合い、声を掛け合いながら一緒に守ることが大切なのだと切に思います。



令和6年飯山赤十字病院「医療のつどい」

飯山赤十字病院「医療のつどい」を令和6年9月3日（火）の18時30分から当院で開催しました。当日は、北信総合病院の荒井統括院長、飯水医師会の鳥羽会長、中高医師会の三沢会長をはじめ、飯水医師会及び中高医師会の多くの先生方が、お忙しい中参加してくださり、当院医師との情報交換・交流が活発に行なわれました。

つどいの第1部では、山谷院長補佐・腎臓内科部長より「当院における透析医療の現状」、山川救急部長より「最近の当院の試み」、兒玉脳神経外科部長より「頭痛外来、もの忘れ外来とはどんなところ？」と、3題の講演を行い、第2部は参加者間の交流会を行いました。

2019年末から世界的に新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の流行が始まり、日本でも2020年1月15日に最初の感染者が確認されました。その後は、北信地域でも数度にわたる感染拡大が繰り返されたため、「医療のつどい」を開催

することができませんでしたが、感染対策を行った上で、6年ぶりに開催することができました。

この北信地域でも、患者さんお一人お一人に急性期医療から在宅ケアまでという様々なニーズに応じた幅広い医療を提供していくことが必要です。地域の先生方と一緒にこの地域で生活している方へ医療を提供するために、かかりつけ医の機能を果たしていただくことでしたり、急性期病床や回復期、療養病床の活用など病院と診療所のそれぞれの機能を活かしていくことが大切と考えます。また、行政との連携も深め、地域ぐるみで取り組んでいかなければならないと思いました。地域で暮らす皆さんが、自分らしく活気のある生活が継続できますように、今まで以上に地域の医師会の先生方や医療機関との連携を深めていきたいと考えます。今後ともどうぞ変わらぬご支援をよろしくお願いいたします。

数多くの中高生が職場体験で訪れています

高校生一日看護体験

学校名	参加人数	開催日
飯山高等学校	10名	令和6年8月8日
下高井農林高等学校	6名	令和6年8月8日

職場体験学習

学校名	参加人数	開催日
長野県下高井農林高等学校	4名	令和6年5月27日・28日
栄村立栄中学校	1名	令和6年6月6日・7日
飯山市立城北中学校	4名	令和6年7月16日・17日
飯山市立城南中学校	5名	令和6年9月5日・6日
木島平村立木島平中学校	2名	令和6年10月17日・18日
野沢温泉村立野沢温泉中学校	4名	令和6年10月25日



ご寄付に感謝

長野リネンサプライ株式会社様から昨年に引き続きご寄付を賜り、8月22日、受入式が執り行われました。患者さんにより良い医療が提供できるよう、医療機器の整備に大切に使用させていただきます。

また、今年度は個人の方2名様にも、訪問看護ステーション充実のためご寄付をいただいております。ありがとうございました。



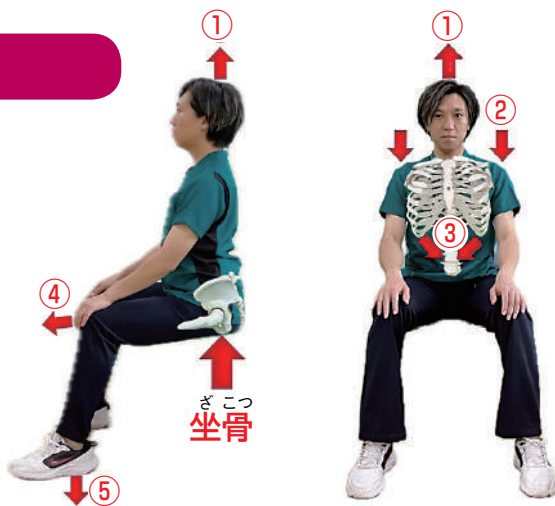
イスに座ったままできる健康体操 背骨の体操「ねじる」

Vol. 2

第2回目の今回は、背骨の体操「ねじる」です。背骨を左右それぞれ丁寧にねじってみましょう。まずは前回と同じように座り方から確認しましょう。

座り方

前後左右に骨盤を揺らし、坐骨の出っ張りを感じ取ります。足の位置は図のようにかかとが膝よりも少し前になるようにします。手は力を抜いて膝の上に載せます。さらに5つのチェックポイントを確認してみましょう。



5つのチェックポイント

- ①頭：てっぺんから糸で引っ張られるように
- ②肩：力を抜いて少し下げる
- ③肋骨：肋骨の下の方を下腹部に近づける
- ④膝：遠くに伸ばすように
- ⑤かかと：床を軽く押すように

背骨の体操「ねじる」



座り方が確認できたら背骨をねじっていきましょう。

<左ねじりの場合>

- ・右手は左膝に添える
- ・左手は後ろに置く
- ・右足で床を踏むイメージ

<右ねじりの場合>

- ・左手は右膝に添える
- ・右手は後ろに置く
- ・左足で床を踏むイメージ

息を吸いながら背骨をねじります。ゆったりと3つ数えながら行いましょう。息を吐きながら元の位置に戻りましょう。反対側も同じようにします。3回くらい繰り返してみましょう。

さらにチェックポイントを意識しながら挑戦してみてください。

- 目線はねじる方向に向ける
- 骨盤の位置が変わらないように
(ねじった方向に動かないように注意)
- 足で床を踏むようにイメージする
- 体の中心がずれないように意識する

チェックポイント

※運動制限等ある方は、主治医にご相談の上実施ください。

第3回では背骨の体操「横曲げ」を紹介する予定です。

解説：矢島 進太郎 (飯山赤十字病院 理学療法士・ジャイロキネシス® 認定トレーナー)

管理栄養士おすすめ 季節のレシピ

◆材料 (4人前)

かぼちゃ……………300g
 水……………300ml
 牛乳……………50ml
 バター……………20g
 顆粒コンソメ……………小さじ1
 塩……………小さじ1/2
 生クリーム・パセリ(飾り用)… お好みで

ミキサー要らずのポタージュスープ

かぼちゃは免疫にかかわるビタミンが豊富に含まれた野菜です。季節の変わり目になるので身体を労わる食事を召し上がってくださいね！

エネルギー 1人前 120キロカロリー

ポイント

- 1 かぼちゃの皮と種を取り 1口大にする。
- 2 鍋に1と塩、水を入れて弱火で沸騰して 10分蒸し煮にする。
- 3 2がつぶせるくらい柔らかくなったらざるで潰すように濾す。
- 4 3を鍋に戻し牛乳でのばす。
- 5 4を火にかけ、コンソメと塩で味を調えたら、最後にバターを加えてなじませる。
- 6 お好みで生クリームやパセリをふりかけ完成。



患者さん相談窓口通信

外来での患者さん呼び出し方法の変更について

「〇〇さん」から「〇〇〇番の患者さん」へ

個人情報保護とプライバシーの観点から、令和6年9月2日(月)より、外来などでは「〇〇〇番の患者さん」とお呼び出しを行なうことといたしました。

患者さんが安心して、気持ちよく受診していただくための取り組みの一つですので、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

患者さんは、各科外来窓口で受付票から切り離れた番号を渡されますので、会計まで無くさないようお持ちください。

なお、患者さん間違い防止のため、診察や検査時等にはお名前と生年月日を確認させていただきます。また、患者さんが確認できない場合や緊急時などは、お名前をお呼びすることがありますのでご了承ください。

マイナンバーカードの健康保険証 利用に関するお知らせ

健康保険証の発行が2024年12月2日に終了することが国の方針として決定されました。当院では、医療DXを通じた質の高い医療を提供するため、「マイナ保険証の利用促進」を進めております。

お持ちのマイナンバーカードを保険証として利用いただけますので、マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みでない方は、利用登録にご協力ください。利用登録は、病院の受付窓口のカードリーダーで行えますので、マイナンバーカードをお持ちのうえご来院ください。

※ 詳しくは厚生労働省
ホームページをご覧ください。



問合せ 0120-95-0178(フリーダイヤル)



飯山赤十字病院 外来診療担当医表

令和6年10月1日現在

◆当院では初診で紹介状をお持ちでない場合
初診料や診療費の他に選定療養費として2,750円いただいております

			月	火	水	木	金		
救急外来			山川 耕司	山川 耕司	山川 耕司	山川 耕司	山川 耕司		
総合診療科	午後の救急外来		月岡 勝晶		月岡 勝晶		月岡 勝晶		
内科			富田 俊明	大津 嘉之	山谷 秀喜	山谷 秀喜	齋藤 俊信		
			古川 賢一	齋藤 俊信	大津 嘉之	長澤 武志 (糖尿病)	渡邊 貴之		
				住 昌彦	植田 優子	富田 俊明			
				渡邊 貴之	古川 賢一	荒井 克大			
	循環器科			齋藤 俊信 午後(紹介のみ)	齋藤 俊信	齋藤 俊信 午後(紹介のみ)	伊澤 淳	齋藤 俊信	
	消化器科	外来	午前		渡邊 貴之	植田 優子	荒井 克大	渡邊 貴之	
			午後			植田 優子 (~14:45)	荒井 克大		
		内視鏡	午前	上部内視鏡	荒井 克大 大津 嘉之	荒井 克大 竹中 一弘	渡邊 貴之 野村 匡晃	渡邊 貴之 大津 嘉之	山田 重徳 大津 嘉之
			午後	下部内視鏡 内視鏡治療 透視検査・治療	渡邊 貴之 荒井 克大 大津 嘉之	荒井 克大 大津 嘉之	渡邊 貴之 野村 匡晃	渡邊 貴之	山田 重徳 大津 嘉之
	呼吸器科			熊部 智章		熊部 智章		安尾 将法 (受付11:00まで)	
脳神経外科			兒玉 邦彦 (13:30~15:30) (再診・予約のみ)	兒玉 邦彦	兒玉 邦彦		原田 博 ※第1・3・5のみ (9:30~)(再診のみ)		
	◇頭痛外来			兒玉 邦彦 ※第1・3・5のみ 受付 8:30~10:30 診療10:00~11:30	兒玉 邦彦 受付13:30~15:00 診療14:00~16:30		兒玉 邦彦 受付 8:30~10:30 診療10:00~11:00		
脳神経内科	◇もの忘れ外来 受付時間 12:30~15:00 診療時間 13:30~16:30(完全予約制)				春日 一希 ※第1・3のみ				
小児科	*水曜日を木曜日に振替える場合があります		神田 仁		*神田 仁		神田 仁		
外科			柴田 均	柴田 均	中村 学		柴田 均		
	内分泌(乳腺・甲状腺) 交替制		中村 学	北沢 文香	北沢 文香 (隔週)		(伊藤 研一) (清水 忠史)		
整形外科			若宮 一宏	若宮 一宏	高木 寛司 (リハビリテーション科)	若宮 一宏 (予約制)	高木 寛司 (リハビリテーション科)		
			関 英子	中西 芳応	鈴木 賀代	中西 芳応	(神島 寛也) (金武 航世) (交替制)		
形成外科				岩澤 幹直	岩澤 幹直				
皮膚科	完全予約制			信州大学医師		信州大学医師			
泌尿器科			信州大学医師		非常勤医師 (紹介のみ)				
産婦人科				北信総合病院医師	北信総合病院医師	北信総合病院医師			
眼科	火曜日の受付は10:30~11:30		長谷川 敦俊	中村 恵子	長谷川 敦俊	長谷川 敦俊	長谷川 敦俊		
			中村 恵子		中村 恵子	中村 恵子	中村 恵子		
耳鼻咽喉科	受付時間 13:00~16:00 (火曜日は完全予約制)			信州大学医師 (完全予約制)			信州大学医師 (交替制)		

赤色表示 ...非常勤医師

...午後診療

診療受付時間	8:30~11:30
再来受付機	7:30~11:30
診療開始時間	8:30~

※発熱のある方

受付時間	8:30~11:15
------	------------

※午後診療受付時間

頭痛外来(火曜日)	13:30~15:00
もの忘れ外来 (第1・3水曜日)	12:30~15:00
脳神経外科(月曜日)	13:30~15:30
耳鼻咽喉科	13:00~16:00

※臨時で休診となる場合がございます。当院ホームページ・院内掲示等でご確認ください
※診療科により受付時間・曜日が異なります。外来診療担当表でご確認ください。
※予約及び予約変更は各外来診療日の14時00分から16時00分にお電話ください

- ▶ 住所 〒389-2295 長野県飯山市大字飯山226番地1 TEL:0269-62-4195(代)
- ▶ 休診日 土曜日、日曜日、祝日、5月1日(日本赤十字社創立記念日)、12月29日から1月3日
- ▶ 受付 8時30分から11時30分
- ▶ URL <https://www.iivama.irc.or.jp/>