



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。

2022
令和4年

111

7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
<http://www.iiyama.jrc.or.jp/>
- 発行責任者／戸谷 浩久
- 印刷／南中央堂印刷社

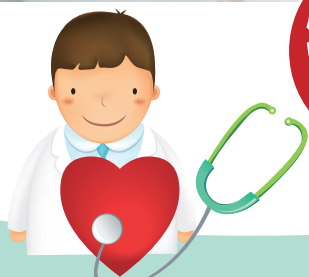


研修ホールで行われた、今年入社の看護師研修風景

特集

P2

臍がんを知ろう



CONTENTS

- P4 令和4年度新人職員紹介
- P5 令和4年度着任医師紹介
- P6 地域のお医者さん③（北信州診療所）
- P7 管理栄養士おすすめレシピ／表紙写真紹介
- P8 外来診療担当医表

特集

膵がんを知ろう

消化器科

消化器科部長 渡邊 貴之



はじめに

^{すい}膵がんの患者さんは年々増えており、最近では年間に40,000人以上の方が膵がんと診断されています。膵がんと聞くと「もうだめだ」と落ち込んでしまうかもしれませんが、膵がんの治療成績は少しずつ良くなってきており、また膵がんのリスク因子についてもわかってきました。孫子の中に「彼を知り己をしれば百戦殆うからず」といった言葉があります。「百戦」とはいきませんが、まずは膵がんのことを少し知ってみましょう。

膵臓とは？

膵臓は胃の後ろに位置する13-15cm程の長さで、重さは60-70g程の臓器です。膵臓の働きには内分泌と外分泌があり、内分泌としてはインスリンなどのホルモン作って血中に分泌し、外分泌としてはアミラーゼなどの消化酵素を含む膵液を腺房細胞で作り、膵管を通して十二指腸へ分泌します。

膵がんとは？

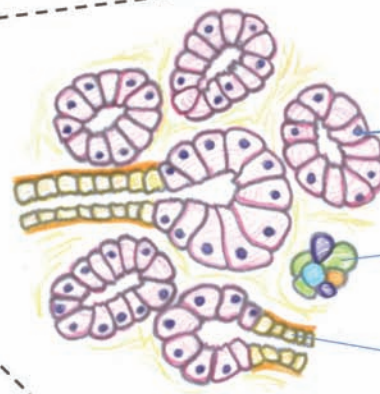
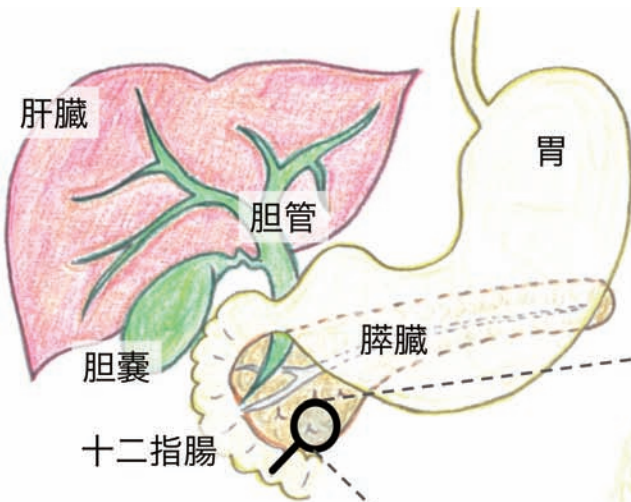
膵がんとは膵臓にできる「がん（悪性腫瘍）」のことで、ほとんどの膵がんは膵液の通り道である膵管を構成している膵管上皮細胞が癌化したものです。

膵がんの症状は？

膵がんは初期の頃には特に症状はありませんが、進行に伴って腹痛や背部痛、皮膚や白目が黄色くなる黄疸・麦茶のような濃い色の尿・色の薄い便、糖尿病症状（口の渇き、多飲・多尿）、体重減少、腹部膨満など出てきます。特に、腹痛の原因が小さな膵がんによる膵炎であったり、急な糖尿病の出現の原因が膵がんで可能性もあるため注意が必要です。

膵がんを見つける検査は？

血液検査ではアミラーゼや糖尿病のマーカーであるHbA1cなどの上昇が膵がんの診断の契機になることがあります。また膵がんで上昇しやすい腫瘍マーカーとしてはCA19-9があります。画像検査では人間ドックでよくおこなわれ



腺房細胞：膵消化酵素を作ります。

ランゲルハンス島（膵島）：ホルモンを作る細胞の集まりです。

膵管上皮細胞：膵液が流れる膵管の壁を作っている細胞で水や重炭酸を作ります。

腹部超音波検査は、膵臓そのものの拾い上げに加え膵臓に伴う膵臓の変化をとらえるのに有用ですが、体型や腸管の位置関係によっては腹部超音波では膵臓がよく見えないこともしばしばあります。CTやMRIは体型や腸管の位置関係に関係なく膵臓を評価することが可能ですが、それぞれにメリットとデメリットがあります。膵臓に対する内視鏡検査としてはERCP（内視鏡的逆行性胆管造影）やEUS（超音波内視鏡検査）があります。ERCPでは膵液を採取することで癌細胞の有無を評価できたり、EUSでは膵臓の腫瘍を細い針で穿刺して組織を採取することで膵癌かどうかの評価ができます。

膵臓の治療は？

膵臓の主な治療には、手術・放射線治療・化学療法（抗がん剤）の3つがあります。手術は膵臓を治せる可能性がある治療方法ですが、膵臓が近くの大血管に浸潤していたり、他の場所へ転移がある場合には手術の適応はありません。現時点では膵臓と診断されて手術ができる方は10人に3人ほどです。放射線治療や化学療法は膵臓を治すよりも、膵臓を小

さくすることや進行をゆっくりさせることが目的になります。最近では、手術の前に放射線治療や化学療法をおこない、膵臓を小さくしてから手術するなど、それぞれの治療方法をうまく組み合わせながら治療しています。

膵臓の早期発見には？

早期に膵臓と診断された方の4人に3人は症状がない状態で発見されており、他の病気で行われた画像検査で偶然、膵臓に異常を指摘される場合が多く見られました。膵臓の予後を考えると早期に発見・診断されることは膵臓を克服するためには必須であり、人間ドックなどで定期的な画像検査を受けることは非常に重要です。特に近親者に膵臓の方が複数名いらっしゃる場合、膵臓に関連する遺伝子異常を指摘されている方、糖尿病や慢性膵炎・膵管内乳頭粘液性腫瘍のある方、喫煙や大量飲酒歴のある方は膵臓のリスクが高いため、定期的な膵臓の画像検査を是非ともご検討下さい。

今回の内容は

<https://youtu.be/bNtSdCM6fhQ> でもみることができます。

令和4年度新人職員紹介

飯山赤十字病院では令和4年4月1日、新入職員18名に辞令を交付しました。職員研修を経てそれぞれの配属先で頑張っています！

- 医療技術部栄養課 : 管理栄養士 **飯田 亜美**
- 医療技術部病理技術課 : 臨床検査技師 **小玉 里奈**
- 看護部 外来 : 看護師 **黒岩 美陽**
- 看護部 2階東病棟 : 看護師 **高山 知佳**
- 看護部 2階東病棟 : 看護師 **吉越 美咲**
- 看護部 3階西病棟 : 看護師 **竹川 将弘**
- 看護部 4階東病棟 : 看護師 **小林 友美**
- 看護部 2階東病棟 : 看護師 **吉谷 蓮**
- 看護部 4階東病棟 : 看護師 **鷺野 春香**
- 看護部 4階東病棟 : 看護師 **高橋 日和**
- 看護部 2階東病棟 : 看護師 **小林 未奈**
- 看護部 3階西病棟 : 看護師 **込山 優花**
- 事務部総務課 : 事務職員 **石川 蒼**
- 放射線科部放射線課 : 診療放射線技師 **立岩 美麗**
- 医療社会事業部医療社会事業課 : 事務職員 **池田 里紗**



飯山赤十字の一員となって 3階西病棟看護師 竹川 将弘



4月より3階西病棟で勤務し2か月が経ちました。慣れない毎日ですが、患者様と関わらせていただくなかで、多くの経験をさせていただき、新しい気付きや学びを得ることができ楽しさを感じています。また、自分自身の知識不足や技術不足を痛感することが多々ありますが、先輩方には、温かいご指導をしていただきながら、様々な事を学ばせていただいています。1つ1つ学びが増えていくごとに、

患者様の命を預らせて頂いているということを実感し看護師としての責任の重さを感じています。

振り返ると、忙しく大変で新鮮な2か月でしたが、今後は日々の学習を積み重ね、患者様の変化に気付き回復を助ける看護を行うことができるよう努力していきたいと考えています。まだまだ分からないことや出来ないことが多いですが、多くのことを学び、早く一人前の看護師になれるよう日々の患者様への看護へ真摯に取り組みたいと思います。

令和4年度着任医師紹介



麻酔科部長
松久 大希
(まつひさ だいき)

2022年4月より飯山赤十字病院の麻酔科部長に就任しました松久大希と申します。金沢大学卒業後金沢大学附属病院の麻酔科蘇生科に所属し、年間500件程、累積で約1万件のさまざまな手術麻酔管理症例を担当してきました。20年目の節目に地域医療の一助となれないかと思うに至り、縁あって飯山市に参りました。これから麻酔科医として地域の皆様に安心していただける医療を提供していきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。



外科
医師
石坂 直樹
(いしざか なおき)

初めまして4月から外科医師として飯山赤十字病院に配属となりました石坂です。私は生まれてから高校卒業まで飯山で育ち、大学卒業後は長野県に帰ってきましたが、県内の病院を渡り歩き、この度出身の飯山赤十字病院で勤務することになりました。幼い頃、具合が悪いときに受診していた病院で働くことができて光栄に思います。北信五岳に見守られながら、この地域の医療に少しでも貢献できればと思っています。どうかよろしく願っています。



総合内科
医師
森川 卓洋
(もりかわ たかひろ)

今年から飯山赤十字病院に赴任した森川 卓洋です。血液内科を専門としていますが、現在は総合内科医として内科全般を担当しています。医師として5年目とまだまだ未熟ではございますが、患者様ひとりひとりに寄り添いながら少しでも地域の皆様の力になれるように精進していきたいと思っております。よろしく願い致します。

水防訓練

当院において初めての水防訓練が令和4年6月16日(木)に行われました。多くの職員が参加し、正面玄関で止水版設置の訓練をしました。台風19号を経験したこともあり、みな真剣に取り組んでいました。



地域医療連携

症状が安定したら
かかりつけ医へ

開業医 ←

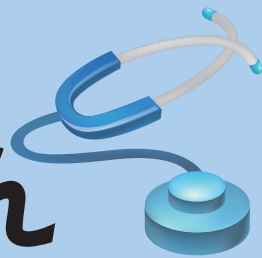


専門的な治療が必要
になったら当院へ

→ 当院

地域の医療機関が協力し合う医療体制

地域のお医者さん



JA長野厚生連北信総合病院附属 北信州診療所

診療科目：内科

〒389-2412 飯山市大字常郷12-5

TEL 0269-65-1200

● 医師になった理由

だいぶ昔ですが、NHKの大河ドラマで「いのち」という青森の農村医療を舞台にしたお話がありました。ちょうど医学部受験をしている時期で、単純ですが、その主人公が自分の医師像のベースになりました。大学卒業後は診療所研修ができる東京の小規模病院での初期研修を受けました。そこでいろいろな患者さんやご家族、それを支えるスタッフなど実際の地域医療のやりがい、問題点などを学ばせて頂きました。



院長 曾根 進



れ、所長として赴任いたしました。内科を中心とした一般診療と、訪問診療を行っております。

開設から17年が経過しましたが、当初から通院され、以前とそれほどお変わりなく畑仕事をされている方が大勢おられて、「いくつになっても、みなさんお元気で、すごいなあ」と感じます。しかし、最近はこの地域も高齢化が進んでいることを実感させられており、最期まで家で過ごすのは大変だなと感じる場面にも多く出会っています。

● 開業までの経緯と医院の特色

その後、里山古民家暮らしをしたいと、妻と日本各地をまわり、最終的に飯山のこの地に良い古民家を見つけ、ここで生活をしようと決めました。その時に、偶然、厚生連北信総合病院で地域に根ざした診療所建設の計画があるのを知り、平成15年に同院へ入職し、平成17年4月に北信州診療所が開設さ

● 地域の方に一言

今後も地域の皆さんが末永く元気で暮らせるように、「気軽に相談できる地域の診療所」として、来院して下さる皆様のご期待にこたえられるように、職員一同努力して参りたいと考えています。

診療時間のご案内						
診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	8:30 ～ 11:00	8:30 ～ 11:00	8:30 ～ 11:00	8:30 ～ 11:00	8:30 ～ 11:00	※
午後	予約	予約	訪問診療	予約	予約	休診

※ (第2・4土曜日) 午前8:30～11:00
休診日：第1・3・5土曜日、日曜日、祝日、年末年始



夏野菜の冷製パスタ

あまりがちな夏野菜の消費を兼ねた、野菜たっぷりのパスタです。
暑い夏でもさっぱり食べやすいですよ。

管理栄養士おすすめの夏の料理

1人前約
560kCal



◆材料 (4人前)

なす	4個
ピーマン	4個
ネギ	1/2本
たまねぎ	1/2個
インゲン	5本
しめじ	1/2房
豚肉	300g
レタス	5枚
パスタ	4束
冷しゃぶドレッシングなど	適量
(夏野菜はトマトなどなんでもお好みで)	

ポイント

夏野菜の冷製パスタ

- 1 なす、ピーマン、ネギ、たまねぎは薄切りにして水にさらす。レタスは手でちぎる。
 - 2 インゲンとしめじ、豚肉は茹でて冷ます。
 - 3 パスタをゆで、水で冷やし水切りする。
 - 4 1～3の材料を盛り合わせ、冷しゃぶドレッシングやポン酢などで味付けして食べる。
- ※材料も器も冷蔵庫などで冷却するとより美味しく頂けます。



患者さん相談窓口通信

いつも地域の皆様から貴重なご意見・ご要望をいただきありがとうございます。「患者さん相談窓口」では、受診に対する相談をはじめ、様々なご意見・ご要望をお伺いし、その対応や改善に病院全体で取り組んでおります。「患者さん相談窓口」は1階医療社会事業部にありますが、直接話しにくいことがありましたら「ご意見箱」を設置しておりますので、そちらもお気軽にご利用ください。「ご意見箱」は正面玄関の公衆電話コー



ナー、1階ラウンジ、各病棟公衆電話コーナーに設置しております。また、正面玄関の総合案内等において、ご相談をいただく事もできます。

このたび、整形外科の医師へうれしいお言葉をいただきました。「コロナで大変なときに温かな診察ありがとうございました。私は人工関節の足で歩くことができます。つらいこと、悲しいことたくさんありました。令和になってコロナになり、早くなくなって普段のマスクのいらぬ生活がしたいです。みなさんお疲れ様です。ありがとうございました。」

今後も、同様のお言葉をいただけるよう、より一層努力してまいります。

飯山赤十字病院 外来診療担当医表 (令和4年7月1日現在)

診療科	備考	月	火	水	木	金	
救急外来		時間交代制	時間交代制	時間交代制	時間交代制	時間交代制	
発熱外来	受付 8:30~11:30 13:30~16:00	熊部 智章	熊部 智章	熊部 智章	熊部 智章	熊部 智章	
頭痛外来	※初診受付 13:30~14:30 再診 14:00~16:00		兒玉 邦彦 (診察室は脳外科)		飛永 雅信 (診察室は内科)		
内科		森川 卓洋	森川 卓洋	山谷 秀喜	山谷 秀喜	森川 卓洋	
		福島 靖典	福島 靖典	福島 靖典	長澤 武志 (糖尿病)		
		富田 俊明	齋藤 俊信	齋藤 俊信	富田 俊明	齋藤 俊信	
		齋藤 俊信	渡邊 貴之	花岡 辰行	花岡 辰行	渡邊 貴之	
		古川 賢一		古川 賢一			
循環器科		齋藤 俊信	齋藤 俊信	齋藤 俊信	伊澤 淳	齋藤 俊信	
消化器科	外来	午前		渡邊 貴之	花岡 辰行	花岡 辰行	渡邊 貴之
		午後			植田 優子		高原 照美
	内視鏡	午前	花岡 辰行 北信総合病院医師	花岡 辰行 竹中 一弘	渡邊 貴之 野村 匡晃	渡邊 貴之 小松 裕	花岡 辰行 山田 重徳 (渡邊 貴之)
		午後	渡邊 貴之 花岡 辰行	渡邊 貴之 花岡 辰行	花岡 辰行 野村 匡晃	渡邊 貴之 花岡 辰行	渡邊 貴之 山田 重徳
呼吸器科		熊部 智章		熊部 智章		安尾 将法 (受付11:00まで)	
心療内科 精神科	予約制	飛永 雅信	飛永 雅信 (午前・初診のみ)		飛永 雅信	飛永 雅信	
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 (9:30~)	
小児科		神田 仁	神田 仁		神田 仁	神田 仁	
外科	内分泌(乳腺・甲状腺) 金曜日は交替制	柴田 均	石坂 直毅	中村 学	柴田 均	柴田 均	
		中村 学		石坂 直毅	石坂 直毅		
						(伊藤 研一) (清水 忠史)	
整形外科		若宮 一宏 関 英子	若宮 一宏 中西 芳応	中西 芳応 鈴木 賀代	若宮 一宏 (予約制)	中西 芳応 安田 剛敏	
皮膚科		境澤 香里	境澤 香里	境澤 香里		境澤 香里	
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		長谷川 敦俊	長谷川 敦俊	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	中村 恵子	
耳鼻咽喉科	受付時間 13:00~16:00 診療開始 13:30		信州大学医師			信州大学医師	

◆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 <http://www.iiyama.jrc.or.jp/>

赤色表示・・・非常勤医師