えがお

松本市立病院
広報誌 2019 秋

表紙写真（北穂から望む槍）

- 病院祭のお知らせ
- 医療ミニ知識　食物アレルギー
- 部署紹介　放射線科

美しく生きる。
健康寿命延伸都市・松本

Japan Council for Quality Health Care
日本医療機能評価機構

笑顔あふれる優しい病院

松本市立病院の理念

地域の皆様から信頼され、全職員が患者さんとともに歩み、
患者さん中心の「満足と安心」・「権利と安全」に
配慮した医療を実践します。

松本市立病院

松本市立病院
第12回 病院祭

地域への架け橋
～令和はじめの一歩～

令和元年10月19日 土曜日
10時～15時

～ 主なプログラム ～

- 各種団体による合唱・奏・ダンス
- 腹腔内視鏡体験・骨密度検査・おくすり分包体験
- 動脈硬化検査 ・インボディ検査
- ハンドセラピー・アルプちゃんと写真撮影
- ふるまい豚汁 ・消防車・救急車見学

などなどイベント多数あり！
ご家族、お友達お誘いの上お出かけください♪

美しく生きる。
健康寿命延伸都市・松本

松本市立病院
Matsumoto City Hospital

https://www.facebook.com
/matsumotocityhospital1019

お問い合わせ　松本市立病院祭実行委員会　℡0263－92－3027（代）

10月19日(土) 松本市立病院 病院祭を開催いたします!!

今年のテーマは令和元年、病院の新たなスタートをイメージしました。

テーマは「地域へのかけ橋。令和はじめの一歩」です。

新しい時代、令和のスタートに病院も地域のみなさまに必要とされる病院つくりを目指して今後も取り組んでまいります。

今年度も小さいお子様が楽しんでいただけるイベントや合唱、松本市のキャラクターアルプちゃん、日頃病院がお世話になっている救急車などの写真撮影、検査体験などイベントを開催いたします。10月19日は病院に足を運んでいただき日頃見ることのできない病院の一面をお楽しみください！

病院祭実行委員長　藤田　直樹

新任Dr.紹介

整形外科医員

林（はやし） 幸治（こうじ）

平成23年卒

専門分野	整形外科
所属学会	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

医療ミニ知識

食物アレルギー

● 食物アレルギーとは

私達には病原体から体を守る「免疫」という働きがあります。食物アレルギーは、この「免疫」が本来食べても大丈夫な食べ物を悪い物だと反応し、よくない症状が出ることです。

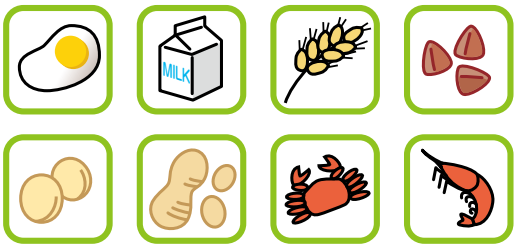
● 症状

多くは食べてから 2 時間以内に症状がでます。最も多いのが赤くなる、かゆいなどの皮膚症状です。咳・息苦しいなどの呼吸器症状、嘔吐・下痢・腹痛などの消化器症状もあります。重い症状が重なるのをアナフィラキシーと言います。アナフィラキシーに加えて血圧が下がったり意識が朦朧としたりするとアナフィラキシーショックといい、命に関わることがあります。食べた翌日や翌々日に湿疹が悪くなったり、口の中やのどに違和感が出たり、特定の食品を食べた後に運動した時だけアナフィラキシーを起こすなどもあります。

● 診断

大切なのは食べた時の症状です。血液検査が陽性に出ただけでは、食物アレルギーと断定できません。はっきりしない時は実際に食べて確認します。症状がないのに心配だからと血液検査をするのはお勧めしません。自己判断で食物除去をするのはやめましょう。

● 経過



乳児の食物アレルギーは 3 歳頃までに 5 割、小学校入学までに 8 ～ 9 割が治ります。大人も含めて幼児期後半以降に食物アレルギーになると治りにくいです。卵、牛乳、小麦は治る確率が高く、魚介類・果物・ソバ・ナッツ類は治らない確率が高いです。

● 治療

原因食物は除去しますが、食べられるものは食べられる範囲の量を食べる治療を行ないます。

乳児の卵・牛乳などの食物アレルギーは成長とともに治っていくことが多いため、定期的に食べられる量を確認し、食べられる量を増やせるようなら増やします。間違って食べても症状がでなければ、除去解除の時期かもしれません。

食物アレルギーを積極的に治す治療は研究中で一般には行われていません。症状が出た時に、かゆみを和らげる抗アレルギー薬・アナフィラキシーの時に病院へ行く前に自分や保護者・学校の先生などが注射する「エピペン」・湿疹に対する塗り薬などがあります。

● 予防

食物アレルギーにならない方法はわかっていません。世界中の研究者が研究中です。

当院では、日帰りまたは 1 泊で食物経口負荷試験を行っています。これはアレルギーが確定しているか疑われる食品を食べて症状が出るかを確認する検査です。食べられることが確認できた場合は、以後、安全な量を家で食べていただきます。

小児科科長　　中田　節子

健康お役立ち講座

地域包括ケア病棟では住民の方々に健康で過ごしていただけるように健康お役立ち講座を開催しています。

９月７日には「ちょっと気になるトイレの話」として尿もれについて泌尿器科医師より症状・受診の様子・治療法の話があり、骨盤底筋体操をリハビリスタッフと一緒に実践しました。また便通についての看護師・栄養士の話にはいろんな質問が出ました。17名の住民の方の出席があり楽しい時間を過ごさせていただきました。今後も病院ならではの話、また気軽に質問できるような講座を企画し、健康を維持するお手伝いをしていきたいと思います。

秋の香る鶏つくね汁

★材料★

つくね
- 鶏挽肉　・片栗粉
- 長ねぎ（みじん切り）
- 卵　・（塩・酒）

- えのき
- ぶなしめじ
- 白菜
- 人参
- だし汁
- めんつゆ

★作り方★

1 つくねを丸める（粘りが出るようこねると良いでしょう）
2 だし汁、めんつゆで汁を作り、つくねを入れ火を通す。
3 きのこ類、野菜をいれて一煮立ちさせれば完成。

★ポイント★

秋の味覚、きのこは食物繊維が豊富、鶏肉は高タンパクでヘルシーです。
野菜の甘みで減塩の工夫が出来ます。
つくねに蓮根、木綿豆腐を混ぜ合せると食感（しゃきしゃき感やなめらかさ）も変化します。
お好みでいろんな秋の味覚を一緒に入れ込んでみてはどうでしょうか？

部署紹介

放射線科

放射線科には、９名の診療放射線技師が勤務しています。当院が掲げる「笑顔あふれる優しい病院」を合言葉に、昨年７月より日当直体制を施行し、各診療科から依頼される一般撮影やCTなどの画像撮影を安全・迅速・的確に、診断・治療に役立つよう提供しております。

特に医療事故の防止、医療機器および装置の保守管理に注意をはらい、検査時間も極力短い時間で終われるよう努力しております。

また、地域の医療機関に検査機器の有効利用として、ＭＲＩ画像の提供を行ってきましたが、今年７月よりＣＴ画像の提供も始まりました。

業務範囲は、一般撮影、CT、MR、IVRと広い領域ですが、医療の高度化に伴い専門分化が進んだ影響で、比較的狭い専門領域に専念する形で業務に当たる場合が増えてきています。しかし、これから他職種との業務連携を含め、診療放射線技師が専門医療職としてさらに活躍していくためには、広い視野に立って考え実践できる能力を備える必要があります。そのため当科では、超音波画像センターに参加し所属部署を跨いだ業務シェアリングを積極的に推進することで、個々の基礎力の向上につながると考えています。細分化された日常業務を広い視点で見つめ考える契機となり、業務改善や医療レベルの向上につながるものと期待しています。

放射線科の役割には、当院の医療水準に見合った質の高い最先端の医療技術を提供するスペシャリストの育成と、医療機器の効率的な運用と整備があります。急速に進歩する医療の前方を見据えて、最先端医療技術を安定して提供できるよう、学会や技師会、研究会の活動に積極的に関与し、医療画像のスペシャリストにふさわしい職種として成長していきたいと考えています。

放射線科技師長　中野　隆雄

乳腺疾患に最新技術を投入したマンモグラフィ装置で、医療の質の向上を目指します。

第５回　あるぷすタウンに参加して

毎年２月に松本大学で行われている「あるぷすタウン」が、今年の２月はインフルエンザ大流行にて延期となり、９月15日・16日に行われました。

あるぷすタウンとは、子ども達が楽しみながら、街の仕組み、働き方を学ぶことが出来る場所です。

市役所があり銀行があり、結婚式場もありました。病院は消防と一緒に公共チームとなり、希望の子ども達が診察の場面やAEDの使い方、けが人の対応、健康診断の体験をしました。医療に関心のある子ども達が来て体験してくれたので、積極的で楽しく体験してくれました。将来の仕事の参考になってくれるとうれしく思いました。ただ日程を変更したことで、体験人数がかなり減ってしまったのは残念でした。今後行われる「あるぷすタウン」にも、たくさんの子供たちに参加してみてほしいと思います。

看護広報担当　　遠藤　公江

今後の予定

・10月19日（土）　病院祭

・11月９日（土）　13時30分～15時　展望食堂にて
健康お役立ち講座・・・「睡眠について」

・12月７日（土）　13時～15時　展望食堂にて
糖尿病教室(医学博士佐藤Dr.ほか 講演あり)

松本市立病院　診療医師一覧表

令和元年　10月１日

診療科	受付時間		診察開始時間		月	火	水	木	金
救急・総合診療科（初診）	午前	8:15～11:30	8:30		小澤正敬（8:30～） 深井晴成（8:30～） 佐藤　吉彦 林　元則	整形外科（初診のみ） 小澤正敬（8:30～） 三澤俊一（8:30～） 三澤　知子 中村　純一	黒河内顕（8:30～） 林　元則（8:30～） 柴崎　美緒（信） 平野　真理	小澤正敬（8:30～） 林　元則 前角博子（8:30～） 上條　泰（信） 中村　純一	小澤正敬（8:30～） 大和　理務 桐井　靖（8:30～） 信大医師
	午後	13:30～17:00 （救急の場合を除く。）	13:30		小澤　正敬 桐井　靖 平野真理（第1･3･5） 伊東哲宏（第2･第4）	深井　晴成 前角　博子 桐井　靖	三澤　俊一 前角　博子 柴崎　美緒（信）	小澤　正敬 上條　泰（信） 澤木章二（第1･3･5） 林　元則（第2･4）	黒河内　顕 深井晴成（第1･3･5） 三澤俊一（第2･第4） 伊東　哲宏（第１） 平野　真理（第２） 林　元則（第３） 赤穂　伸二（第４） 大和　理務（第５）
消化器担当					黒河内　顕	三澤　俊一	桐井　靖	大和　理務	平野　真理
内科専門外来（予約制）	午前	8:15～11:30	8:45	消化器科	米田　傑	平野 真理	伊東　哲宏	米田　傑 三澤　知子	伊東　哲宏
				循環器科	澤木　章二	林　元則 金井　将史	澤木　章二 岡野　孝弘	門田　真	澤木　章二
				腎臓科		赤穂　伸二 前角　博子	赤穂　伸二		
				糖尿･内分泌科	中村　純子		佐藤　吉彦	大久保　洋輔	佐藤　吉彦
				呼吸器科	小沢　陽子			町田　良亮	
				血液内科	川上　徹				
				肝臓内科					山崎　智生
				神経内科				田尻　正輝	
	午後	予約のみ			澤木　章二	赤穂　伸二 佐藤　吉彦	澤木　章二 赤穂　伸二 林　元則 大和　理務	黒坂　真矢	澤木　章二 佐藤　吉彦
外　科	午前	8:15～11:30	8:45	一般	三澤　俊一 黒河内　顕 （11:00～）	深井　晴成 （11:00～） 桐井　靖 高木　洋行	深井　晴成 桐井　靖 （11:00～）	外科医師 （予約のみ） 手術日	三澤　俊一 （11:00～） 黒河内　顕 高木　洋行
				特殊	乳腺外来 （高木　洋行）				
	午後	13:30～16:00	14:00	特殊		乳腺外来 （高木　洋行）			乳腺外来 （高木　洋行）
形成外科	午後	12:30～14:00 ※2019/8/1より	13:00 ~15:00	一般		信大医師			
整形外科	午前	8:15～11:00	8:45	一般	林　幸治 松江　練造 清水　政幸	手術日	松江　練造 保坂　正人 竹山　和昭	松江　練造 清水　政幸 信大医師	林　幸治 清水　政幸 信大医師
	午後	予約のみ			保坂　正人				保坂　正人
小児科	午前	8:15～11:30	8:45	一般	中田　節子 佐渡　めぐ美	津野　隆久 佐渡　めぐ美	中田　節子 津野　隆久	交替｛中田　節子 津野　隆久 佐渡めぐ美｝	中田　節子 津野　隆久
	午後	13:30～ 16:00 予約のみ	14:00	特殊 （予約）	慢性疾患 （佐渡　めぐ美） 慢性疾患 （岸川　ゆかり） （第４）7･8カ月検診	１ヶ月検診 乳児検診	予防接種	予防接種 （第１・２） 慢性疾患（第3･第4） （岸川　ゆかり）	慢性疾患 （中田　節子） 慢性疾患 （津野　隆久）
産　科 （予約制）	午前	8:15～11:30	8:30	一般	交代	斉藤　慶弘	交代	田村　充利	小原　美幸
	午後	13:00～15:00	13:30		横井　由里子	休診	塩沢　功	小松　登	小原　美幸
婦人科 （予約制）	午前	8:15～11:30	8:30	一般	休診	小原　美幸	休診	市町村健診 斉藤　慶弘	塩沢　功
	午後	13:00～15:00	13:30		田村　充利 市町村健診	小原　美幸 小松　登	横井　由里子 市町村健診	斉藤　慶弘	塩沢　功
脳神経外科	午前	8:15～11:30	8:45	一般		中村　雅彦	中村　雅彦		中村　雅彦 （受付11:00まで）
	午後	13:45～16:00　予約のみ				もの忘れ外来			
眼　科	午前	8:15～11:00	9:00	一般	千葉　玲奈			信大医師	
耳鼻咽喉科	午後	13:30～16:00	14:00	一般		信大医師			信大医師
泌尿器科	午前	8:15～11:00	8:45	一般	石川　雅邦	石川　雅邦	飯塚　啓二	石川　雅邦	石川　雅邦
	午後	予約のみ			石川　雅邦 （予約のみ）	石川　雅邦 （予約のみ）	手術	石川　雅邦	検査
皮膚科	午前	8:15～11:30	9:00	一般	信大医師		信大医師		
歯科口腔外科	午後	特殊外来（予約のみ）					信大医師		

松本市立病院 広報誌 えがお
2019年10月１日発行
●発　行　松本市立病院　長野県松本市波田4417番地180　☎0263-92-3027（代表）
●発行者　広報委員会
●印　刷　電算印刷株式会社