



松本市立病院  
広報誌 2019冬



# えがお



厳冬・上高地

- 院長より新年のご挨拶
- 医療ミニ知識 ペインクリニック
- 産科4D超音波検査のお知らせ

美しく生きる。



健康寿命延伸都市・松本



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

## あけましておめでとうございます

院長 高木洋行



謹んで新春のお慶び申し上げます。

今年亥年。子から始まる十二支では最後の年になります、草木の成長になぞられますが、発芽を待つ種の中にエネルギーを蓄える年とされています。そこから転じて、次の段階を目指し準備をする年とされ、個人は自己研鑽を重ね知識を蓄え、組織は人材を育て、設備を整え、財務基盤を固めるとされています。まさに今の病院にとって必要な事を表しています。

ここ数年、病院にとって最重要課題は新病院の建設です。基本計画もまとまり、基本設計に入る段階まで来ています。しかし、経営状態の健全化を優先し、基本設計に入るのを少し先延ばしにすることにしました。現状の経営状態では、新病院の建築もどこか萎縮したものになりそうだからです。良い病院をつくるための、重要なステップと捉えています。

昨年10月1日より、ベッド数を215床から199床にしました。院内外の医療情勢の変化に伴い検討を重ねてきた結果です。急性期の患者さんを中心に、入院日数が短くなり空きベッドを認めるようになりました。また、地域医療構想という二次医療圏単位でのベッド数検討でも、この松本医療圏はベッド数が過剰とされました。ベッド数は変わりますが、病院の機能や役割に何ら変わりはありません。むしろ200床未満の病院に求められる、かかりつけ医や在宅療養支援に係る機能を充実させ、より地域に密着した病院になっていく所存です。

そんな時だからこそ、病院だけでなく地域づくり・街づくりにも寄与できたら嬉しく思います。医療や福祉の最大の対象層となる後期高齢者がピークになるのが2025年、いわゆる2025年問題に向けて地域包括ケアシステムの構築が求められています。1人1人の住人を中心に、医療介護福祉ばかりでなく行政や住民までが連携しながら関わっていきます。病院はその一端を担っていきます。本年度、院内に地域包括ケア推進室を立ち上げました。疾病を治すことだけでなく、健康維持や増進にも大きく関わっていく病院を目指していきます。アクティブシルバーという言葉をよく耳にします。地域包括ケアシステムの真ん中で支えられ、守られているばかりでなく、自らが主役になって活動するお元気な高齢者が増えてほしいなと思います。

この1月から、初診の患者さんの診療開始時間を早めました。科によって若干の違いがありますが、例えば内科系初診の窓口と言える総合診療科は8時半から診療を開始します。辛い症状のある初診の患者さんを少しでも早く診られる体制にしました。また、4月からは糖尿病専門医の佐藤医師が常勤として戻って来てくれます。生活習慣病などを中心に、皆様の健康に大いに役立つ存在になると思われます。急性期と回復期を担う西部地区の中核病院としての体制をより充実させていきます。今年も「笑顔あふれる優しい病院」松本市立病院をよろしく願います。

### 小口壽夫先生 特命参与に就任

松本市立病院の経営改革に関する指導、助言を得るため、菅谷市長の人選により、諏訪赤十字病院名誉院長の小口壽夫先生に特命参与として就任いただきました。

小口先生は、県立の木曽病院や須坂病院（現信州医療センター）、そして諏訪赤十字病院の院長を歴任され、それぞれの病院の経営立て直しに多大な功績を残されています。

10月から週1回の勤務ですが、職員から経営に関するレポートの提出を受けた後、多数の職員との面談や全職員に向けた講演を行っていただいているほか、病院幹部の会議で病床利用率向上や職員の意識改革など、経営改善に向けた指導、助言をいただいています。これらを踏まえ、外来診療開始時間の変更、あいさつの徹底、意識改革など、できることから実行に移しているところです。

当院の理念である「患者さん中心の医療」の実践により、皆様に選んでいただける病院を目指し、病院を挙げて取り組んでまいります。

# 第11回病院祭・ 開設70周年記念公演へ ご来場いただきありがとうございました！

平成30年10月20日（土）「ありがとう70年～これからも地域とともに～」をテーマに開催いたしました。当日は小雨も混じる生憎の天気  
のなか、地域のみなさまのお力添えもあり、予想を遙かに超える数の  
方々にご来場いただきました。心より御礼申し上げます。今後とも  
みなさまの期待に益々応えられるよう、職員一同「笑顔あふ  
れるやさしい病院」を築いてまいります。

病院祭実行委員長 北澤孝行



## まちづくりモデル町会推進事業へ参加

波田地区で進める地域包括ケアシステムの構築に向け、活動目標を「元気で活動する高齢者づくり」と「高齢者に感謝する人づくり」として、本年度から町会及び隣組単位を基本としたモデル町会推進事業を始め、3町会が事業に取り組みました。

当院では、この3町会において「市立病院と連携した健康・介護予防事業」として、次の2種類の講演を行いました。

### ・循環器内科科長澤木医師の講演会

「～健やかに老いるためにサクセスフルエイジングの実践～」

### ・リハビリテーション室職員より

「腰痛予防の知識と運動」・「生活習慣病の予防又は悪化させない運動」

11月10日土曜日19時から7区町会

11月18日日曜日13時30分から3区町会

12月16日日曜日13時30分から26区町会

また、この3町会では、誰もが住み慣れた家（地域）で安心して暮らしていくために、「地域のつながり」について考えるワークショップも行われました。

### テーマ

1. 町会内での「つながり」の今と昔
2. 今後、必要な「つながり」は
3. 町会内、隣組内での困っていること。不安に思っていること。今後、困ってくること

松本市立病院では、今後も地域包括ケアシステムの一助を担う病院として、積極的に地域に出向き活動を行ってまいります。

地域医療連携室 山崎徳男



## 平成30年度 地域医療連携会議

平成30年11月1日19時より地域医療連携会議が開催されました。

ご多忙中にもかかわらず、近隣医療機関の先生方のご出席を頂きました。

高木院長より、病床数削減と新築移転に関する説明を行いました。

中村副院長からは、地域包括ケアシステムを支える中核病院として、より地域に密着した病院に向けて、当院の役割について説明を行いました。

参加された先生方からの貴重なご意見を参考に、地域完結型医療を目指し、今後の病院の発展に活かしていくよう努力してまいります。

地域医療連携室 副室長  
山崎徳男



### ペインクリニックとは

「ペイン」とは痛みのことです。ペインクリニックは内服治療や神経ブロックで痛みを軽くして日常生活がスムーズに出来るようにする部門です。当院のペインクリニックでは、神経ブロックを主とした治療を行なっています。

### 神経ブロックとは

痛みが慢性化すると、痛みが出ている部分の血の流れが悪くなり冷たく感じられます。またちょっとした刺激でも痛みを感じるようになって痛みの悪循環を生じます。そこで、痛みの原因となっている神経の近くに局所麻酔剤を注射し、痛みの信号を遮断（ブロック）して痛みの悪循環を無くす治療法です。

### どうして効くの

痛みには、例えばスネをぶつけた時に初めに来る‘イタイッ’というのと、その後から来るジーンとした‘いたあ〜’があります。初めの‘イタイッ’は痛覚神経、その後の‘いたあ〜’は交感神経の痛みです。神経ブロックをすると痛覚神経だけでなく交感神経がお休みして痛みが抑えられ、また血の流れが改善されて傷んだ細胞を活性化します。また自律神経（交感-副交感神経）のバランスが良くなり痛みの感受性が正常化していきます。局所麻酔薬の直接の効果（約1時間）が切れても元の痛みの出方は少なくなります。

### 主な適応疾患は

- ・ 整形外科的疾患：脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニア、腰椎すべり症 など
- ・ 皮膚科的疾患：帯状疱疹痛、帯状疱疹後神経痛 など
- ・ 耳鼻科的疾患：突発性難聴 など
- ・ 脳神経外科的疾患：顔面神経麻痺 など です。

各科担当医師からの紹介による予約診療を行なっています。



### 主な神経ブロックは

**硬膜外ブロック** こうまくがい：背骨は頸から腰まで24個の骨が積み重なっています。痛みを出している神経が出て来る責任脊椎2個の間隙から専用の針を刺します。背骨の奥にはトンネルがあって、その中に脊髄を守っているホースが入っています。脊髄から出てきた神経の枝がトンネルとホースの間隙間を通過して体の方へ出て行きます。その隙間に局所麻酔薬を10mL入れます。薬を入れた後、1時間休みます。

**星状神経節ブロック** せいじょうしんけいせつ：のど仏と胸鎖乳突筋と言う筋肉の間を分け入って行くと第6頸椎の横に出た部分に触ります。その近くに、頭から腕を担当している交感神経の塊（星状神経節：星のような形なので）があります。そこへ局所麻酔剤4mLを注入します。30分休みます。

慢性痛は一度では治りにくいので、週1回くらいの間隔で何回か繰り返します。

麻酔科科長 小林幹夫

# 部署 紹介

## 4階西病棟

4階西病棟は産科・婦人科・小児科を含む全科急性期病棟です。  
女性が主体ですが、ベッド状況によって男性の受け入れも行っています。

病床数は病的新生児5床を含む60床となっています。

職員は助産師22名（内非常勤6名外来4名も含む） 看護師19名（内非常勤3名）  
看護助手4名 病棟事務1名の総勢46名で日々頑張っています。

出生から看取りまで幅広い患者さんの看護を行っています。

産科では年間400件以上の分娩があります。

切れ目の無い支援の為に地域の保健師さんとも連携を取って、お母さんと赤ちゃんが安心して地域で暮らせるよう支援しています。

また、助産師外来や産後のフィットネスであるママフィットなど母児の支援に力を入れています。

産後ケア事業として産後のお母さんが育児支援が受けられる産後ケア入院も行っています。自治体からの補助もありますので産後の育児に不安のあるお母さんに是非利用して頂きたいと思います。

その他の科としては外科の乳癌の手術も当病棟で看護しています。

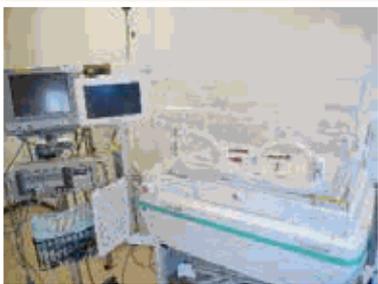
赤ちゃんからご高齢の方まで幅広い年齢層の患者さんがいらっしゃる病棟ですが、それぞれの患者さんの状態に合わせ、より良い看護が出来るよう努めています。

急性期病棟の為、状態の落ち着いた患者さんは地域包括ケア病棟や回復期リハビリテーション病棟に転棟して頂く事もありますが、医師と連携を取り、患者さんの状態に合わせたベットコントロールを心掛けています。

赤ちゃんからお年寄りまで、地域の皆様に愛される病棟になるよう努めていきたいと思っています。



4階西病棟師長 橋爪尚子



## 感染対策講演会

平成30年10月18日に「松本西部地区感染対策講演会」を、院外・院内合わせて約100名の皆様に参加していただき開催しました。講師に昭和大学医学部臨床感染症学特任教授 二木芳人先生をお招きして、「抗菌薬適正使用支援チーム（AST）の構築と実践」の演題で、抗菌薬の適正使用について講演をしていただきました。

平成28年に「薬剤耐性（AMR）対策アクションプラン」が国から公表され、将来に向けて耐性菌を増やさないために、医療機関では抗菌薬の適正使用が求められています。そのために抗菌薬適正使用支援チーム（AST）を組織して、抗菌薬適正使用（AS）プログラムに沿った活動を行い、しっかりと活動の評価（プロセス指標とアウトカム指標）を行うことが重要です。

今回の講演会を良い機会に、今年度から当院でも開始したAST活動を充実したものにしたいと思います。

（感染対策委員会・抗菌薬適正使用支援チーム）



## 3 D / 4 D 超音波検査のお知らせ

—最新の4 D 超音波診断装置VolusonE10を導入しました—

### ● 4 D 超音波とは

4 D 超音波検査とは、お腹の赤ちゃんが動いている様子などをリアルタイムで立体的に見ることができる検査です。

お母さんや赤ちゃんにリスクのない非侵襲性の検査なので安心して受けていただけます。

### ● 実施日

月・水 16:00～、16:30～ 一人30分程度

### ● 料金（税抜）

4,000円（2回目以降は2,500円）

### ● ご理解いただきたいこと

本件は妊婦健診や診療を目的としたものではありません。

赤ちゃんの動きや表情を、家族の皆さんと楽しんで頂くことを目的とし、記念として画像をお渡ししております。

羊水の量・週数・位置などにより、画像化できないこともありますが、その場合でも料金をいただいております。

また臨床検査技師が実施にあたるため、発育状態・性別等はお答えできませんので、予めご了承下さい。

他院に通院していても、ご利用していただけます。

### ● お申し込み・お問い合わせ

産婦人科外来 電話0263-92-4229



# 松本市立病院 診療医師一覧表

平成30年12月3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	9:00	小澤 正敬 林 元則 依田 恭介 西川原 万友果	小澤 正敬 三澤 俊一 三澤 知子 柴崎 美緒(信) 小山 みずき	黒河内 顕 林 元則 大澤 彦太(信) 小山 みずき	小澤 正敬 清水 幹夫 信大医師 上條 泰(信) 小山 みずき	小澤 正敬 桐井 靖 三澤 知子 中村 純一	
	午後			小澤 正敬 桐井 靖 林 元則 小山 みずき	依田 恭介 林 元則(14:00~) 柴崎 美緒(信)	三澤 俊一 大和 理務 大澤 彦太(信) 小山 みずき	小澤 正敬 上條 泰(信) 澤木 章二(第1・3) 林 元則(第2・4) 小山 みずき	黒河内 顕 林 元則(第1) 依田 恭介(第1・3) 平野 真理(第2) 三澤 俊一(第2・4) 赤穂 伸二(第3) 近藤 翔平(第4)	
消化器担当	午前	8:15~11:30	9:00	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	9:00	消化器科	米田 傑	平野 真理	近藤 翔平 大和 理務	米田 傑 三澤 知子	近藤 翔平
				循環器科	澤木 章二	林 元則 中村 千枝	澤木 章二 藤森 弘樹	門田 真	澤木 章二
				腎臓科		赤穂 伸二	赤穂 伸二		
				糖尿・内分泌科	中村 純子	梶坂 浩之		大久保 洋輔	佐藤 吉彦
				呼吸器科	小沢 陽子			野沢 修平	
				血液内科	川上 徹				
	肝臓内科					山崎 智生			
午後		特殊外来 (予約のみ)			糖尿病外来 信大医師 (13:00~16:00)	林 元則 (14:00~15:30)	黒坂真矢(糖尿病) (13:00~15:30)		
外科	午前	8:15~11:30	9:00	三澤 俊一 [黒河内 顕 (11:00~)]	[依田 恭介 (11:00~) 桐井 靖 高木 洋行]	依田 恭介 [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]	
	午後	13:30~16:00	14:00	乳腺外来 (高木 洋行)				乳腺外来 (高木 洋行)	
形成外科	午後	13:30~16:00	14:00	一般	信大医師 (第2のみ 受付 13:00~15:00)				
整形外科	午前	8:15~11:00	9:00	一般	保坂 正人 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	杉本 良洋 清水 政幸 信大医師
	午後		予約のみ				杉本 良洋 (予約のみ)		保坂 正人 (予約のみ)
小児科	午前	8:15~11:30	9:00	一般	中田 節子 佐渡 智光	津野 隆久 佐渡 智光	中田 節子 津野 隆久	交 替 (中田 節子 津野 隆久 佐渡 智光)	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 智光) 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	9:00	一般	産科医師	小原 美幸	産科医師	田村 充利	斉藤 慶弘
	午後	13:00~15:00	13:30	一般	横井 由里子	小原 美幸	塩沢 功	田村 充利	斉藤 慶弘
婦人科(予約制)	午前	8:15~11:30	9:00	一般	休診	斉藤 慶弘	休診	市町村健診 (9:00~9:30) 横井 由里子 (9:30~11:00) 小原 美幸 (10:30~11:00)	塩沢 功
	午後	13:00~15:00	13:30	一般	田村 充利 市町村健診 (13:30~14:00)	斉藤 慶弘	横井 由里子 市町村健診 (13:30~14:00)	小原 美幸	塩沢 功
脳神経外科	午前	8:15~11:30	9:00	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	9:00	一般	石川 雅邦	石川 雅邦	飯塚 啓二	飯塚 啓二	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 (第1・2・3予約のみ)	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		