松本市立病院
広報誌 2019 夏

えがお

雷鳥

- 医療ミニ知識　前立腺肥大症・過活動膀胱
- 新任Dr.紹介
- 部署紹介　3階病棟

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

新任Dr.紹介

よろしくお願いします！

内科科長

佐藤（さとう） 吉彦（よしひこ）

平成２年卒

専門分野	所属学会・専門医等
糖尿病内科	日本内科学会
内分泌代謝内科	日本糖尿病学会
	日本内分泌学会
	日本消化器内視鏡学会
	ヨーロッパ糖尿病学会
	日本内科学会総合内科専門医
	日本内分泌学会専門医
	日本糖尿病学会専門医

内科医員

伊東（いとう） 哲宏（あきひろ）

平成21年卒

専門分野：消化器内科

所属学会：日本内科学会
日本消化器病学会
日本消化器内視鏡学会

外科医員

深井（ふかい） 晴成（はるなり）

平成28年卒

専門分野：外科一般

所属学会：日本外科学会

小児科医員

佐渡（さど） めぐ美（み）

平成27年卒

専門分野：小児科

所属学会：日本小児科学会
日本小児内分泌学会

内科医員

前角（まえずみ） 博子（ひろこ）

平成27年卒

専門分野：腎臓内科

所属学会：日本内科学会
日本腎臓内科学会
日本透析学会

研修医１年目

牧（まき） 直哉（なおや）

◆ 病院運営講演会（６月６日）◆

「近年の医療提供体制の変化」と題して相澤東病院　院長宮田和信先生に講演して頂きました。医師も含め多くの職員が参加しました。

わかりやすいデータと現場の声も理解されての説明により、当院の立ち位置を示唆していただきました。病院運営は人任せではなく、職員一人一人が意識をもって取り組んでいかなければと思いました。

「看護の日」イベントについて

毎年実施している「看護の日」のイベントを、５月10日に実施しました。

「看護の日」とは、近代看護を築いたフローレンス・ナイティンゲールの誕生日５月12日にちなみ、制定されました。看護の日を含む月曜日から土曜日までが「看護週間」となっています。

昨年度からデリシア波田駅前店様のご協力のもと、店舗前の屋根のあるスペースをお借りして、実施することができました。天候にも恵まれ、来客数は昨年より多い85名の方の参加がありました。

イベントの内容は、「血圧・脈拍・血糖・体内酸素濃度・体重・体脂肪」などの測定、「乳がん自己検診方法の説明」「腰痛体操」「看護の日グッズの配布」など行いました。

特に血糖測定には興味を示される方が多く、看護師とゆっくり話していかれ、「ああ今日は満足した」「またやってほしい」など笑顔あふれるイベントとなり、看護師も元気をいただきました。

ご自身の健康に関心を持っていただく機会と共に、来年は健康相談のスペースを設けていこうと考えています。

来年度も５月に行う予定です。ご参加お待ちしています。

看護広報委員　　遠藤　公江

ゴーヤチャンプルー

★材料★	★１人分	★４人分
豚肉薄切り	100 g	400 g
木綿豆腐	80 g	320 g
卵	１個	４個
ゴーヤ	40 g	160 g
きゃべつ	30 g	120 g
もやし	30 g	120 g
にんじん	30 g	120 g
サラダ油	３ g	12 g
醤油	２ g	８ g
塩	少々	少々
こしょう	少々	少々
料理酒	少々	少々
かつお節	適宜	適宜

★作り方★

- 豚肉は２～３ｃｍに切る。
- 木綿豆腐を水切りする。
- ゴーヤは下ゆでする。
- きゃべつはざく切り
- 人参は短冊切り
- フライパンに油をひき、豚肉を炒める。
- 野菜を加えて更に炒める。
- 木綿豆腐を加え、調味料で味を整える。
- 最後に溶き卵でとじて火を通し出来上がり。
- お好みでかつお節をかける。

★ポイント★

＊夏バテ防止に豚肉やゴーヤを。
＊野菜はお好みで変えても楽しめます。

医療ミニ知識　前立腺肥大症・過活動膀胱

前立腺肥大症かもしれない。その判断はどうしたらよいでしょうか？

● 前立腺肥大症とは

前立腺は男性の膀胱のすぐ下にあり、尿道を取り囲んでいます。これが肥大すると尿道が圧迫され様々な症状を引き起こします。

重症度を以下の問診票で判断できます。合計 8 点以上、または 1 項目でも 4 点以上の項目があれば前立腺肥大症の可能性がありますので、お近くの泌尿器科を受診してみましょう。

No.

月　　日（　　）

排尿チェックシート

あなたの「おしっこ」の状態について、おうかがいします。

質問ごとにあてはまる点数に○をつけてください。

どれくらいの割合で次のような症状がありましたか	まったくない	あまりない（5回に1回未満）	たまにある（2回に1回未満）	ときどきある（2回に1回くらい）	しばしばある（2回に1回以上）	ほとんどいつも
おしっこをした後にまだ残っている感じがありましたか	0	1	2	3	4	5
おしっこをして2時間以内にもう一度しなくてはならないことがありましたか	0	1	2	3	4	5
おしっこをしている間に何度も途切れることがありましたか	0	1	2	3	4	5
おしっこを我慢するのが難しいことがありましたか	0	1	2	3	4	5
おしっこの勢いが弱いことがありましたか	0	1	2	3	4	5
おしっこを出す時、おなかに力を入れることがありましたか	0	1	2	3	4	5
夜寝てから朝起きるまでに、何回おしっこをするために起きましたか	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上
	0	1	2	3	4	5

症状の程度

0~7点	8~19点	20~35点
軽症	中等症	重症

○をつけた数値を合計してください　　点

	とても満足	満足	ほぼ満足	なんともいえない	やや不満	不満	とても不満
現在のおしっこの状態が、このまま変わらずに続くとしたらどう思いますか	0	1	2	3	4	5	6

泌尿器科　　石川雅邦

過活動膀胱かもしれない。その判断はどうしたらよいでしょうか？

● 過活動膀胱とは

過活動膀胱に特徴的な症状として、昼間頻尿、夜間頻尿、尿意切迫感、切迫性尿失禁があります。これらの症状がある場合、過活動膀胱である可能性があります。

以下の問診票で質問３の点数が２点以上、かつ全体の合計点が３点以上であれば、過活動膀胱が強く疑われます。お近くの泌尿器科を受診してみましょう。

No.

月　日（　）

排尿チェックシート

あなたの「おしっこ」の状態について、おうかがいします。

質問ごとにあてはまる点数に○をつけてください。

質問	症状	頻度	点数
1	朝起きた時から寝る時までに、何回くらいおしっこをしましたか	7回以下	0
		8～14回	1
		15回以上	2
2	夜寝てから朝起きるまでに、何回くらいおしっこをするために起きましたか	0回	0
		1回	1
		2回	2
		3回以上	3
3	急におしっこがしたくなり、我慢が難しいことがありましたか	なし	0
		週に1回より少ない	1
		週に1回以上	2
		1日1回くらい	3
		1日2～4回	4
		1日5回以上	5
4	急におしっこがしたくなり、我慢できずにおしっこをもらすことがありましたか	なし	0
		週に1回より少ない	1
		週に1回以上	2
		1日1回くらい	3
		1日2～4回	4
		1日5回以上	5

症状の程度		
3～5点	6～11点	12～15点
軽症	中等症	重症

○をつけた数値を合計してください　　点

部署紹介

3 階病棟

【病棟紹介】

➢ 7：1急性期病棟として急性期・緊急入院の患者様に対応しています。
また、中信地域の感染症発生時の入院対応を担っています。

➢ 内科・外科・整形外科・脳外科・泌尿器科の混合病棟で、周術期の患者様から終末期の患者様の看護を提供しています。

【病棟概要】

✧ 病床数：54床（HCU 4 床　2 類感染症 6 床）
✧ スタッフ数：看護師36名　看護助手 3 名　病棟事務 1 名
✧ 勤 務 体 制：2 交替
✧ 固定チームナーシング　Aチーム：22床
Bチーム：22床
Cチーム：10床（HCU 4 床・一般病床 6 床）

3 階病棟の特徴は、内科・外科・整形外科・脳神経外科を主に（小児科・産科を除く全ての科）、急性期治療と看護ケアを提供する病棟です。

HCU（ハイケアユニット準集中治療室）では、手術後と重症患者さまの集中治療看護をおこなう治療室です。救急または急変した重症患者の受け入れ、人工呼吸器による呼吸管理、人工透析によるCHDF（血液濾過透析）・PMX（エンドキシン吸着透析）等の治療がおこなわれています。

緩和ケア認定看護師も在籍しており、終末期における苦痛コントロール・緩和ケアにも携わりながら、寄り添う看護を心がけています。

「緩和ケア」「NST専門療法士」「癌リハ」「認知症」などの専門知識を持った看護師が在籍し、各分野で連携した活動を行なっています。

・平均患者数：46人　　平均稼働率：85%

【主要疾患】

内　科　：　心不全・誤嚥性肺炎・胆管結石、胆管炎・尿路感染
外　科　：　鼠径ヘルニア・腸閉塞・胃の悪性腫瘍・直腸悪性腫瘍
整形外科：　大腿骨骨折・脊柱管狭窄症・椎間板ヘルニア
脳外科　：　脳梗塞・頭蓋、頭蓋内損傷・非外傷性頭蓋内血腫
泌尿器科：　前立腺の悪性腫瘍・前立腺肥大症・前立腺生検

令和元年 6 月　文責　大月

入退院支援センターを開設します

７月１日より今までの脳外科外来の場所で入退院支援センターを開設します。主に検査・入院予約、緊急入院の説明・支援を開始します。

他職種により、入院から退院支援まで入院生活がスムースに経過できますよう援助していきます。

それに伴い、今までの脳外科外来は１階外科外来場所に移動となります。

ご不便をおかけしますが、よろしくお願いします。

ふれあいミニコンサート

毎週火曜日　13時～　30分程

５階の展望食堂にて

当院音楽部の方々がピアノ演奏・リコーダー演奏を行っています。

入院患者様・当院受診者様に限らずどなたでも聞いていただけます。お待ちしています。

今後の予定

・９月７日（土）13時～
　健康お役立ち講座「気になる排泄について」

・10月19日（土）
　病院祭

・世界糖尿病デーにあわせて、糖尿病教室を10月か11月に開催予定

順次お知らせ致します。大勢の方の参加をお待ちしております。

松本市立病院　診療医師一覧表

令和元年　7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 中村　純一 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） 牧　直哉 安達　翔太	小澤正敬（8:30～） 林　元則 安達翔太（8:30～） 上條　泰（信） 中村　純一	小澤正敬（8:30～） 関　宣哉（8:30～） 大和　理務 信大医師 丸山　貴大
	午後		13:30		小澤　正敬 桐井　靖 安達　翔太	深井　晴成 前角　博子 桐井　靖 （大和　理務）	三澤　俊一 前角　博子 柴崎　美緒（信） 関　宣哉	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 伊東　哲宏（第1） 桐井　靖 林　元則（第3） 平野　真理（第2） 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	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	13:30～16:00 （第2のみ受付は 13:00～15:00）	14:00	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	田村　充利	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	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	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		

松本市立病院 広報誌 えがお
2019年7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