



まつもと医療センターだより

広報誌 Vol. 41 2021.1



松本城 松本市丸の内

◆ 目次

2p	院長年頭あいさつ
3p	病院祭の向かうところ
4p	病院祭の向かうところポスター
5p	明日も楽しみ！と思えるように。病棟内でHappy Life☆ ～重症心身障がい児（者）病棟での療育活動の取り組み～
6p	長野県民は魚が嫌い!?
7p	医療法人雅の里あるが内科クリニック紹介
8p	駐車場整備工事終了のお知らせ・編集後記

理念

いのちの尊さを重んじ、質の高いやさしい医療を提供します

基本方針

1. 医学的根拠に基づいた医療を安全に提供します
2. 適切かつ十分な説明を行い、理解と同意を得た医療を提供します
3. 患者さんの思いを大切に、敬意と思いやりの心で接します
4. 地域の医療機関と連携し、地域医療の向上に努めます
5. 教育研修の充実を図り、職員の能力向上と人材育成に努めます
6. 常に前進・研鑽し、臨床研究を通じて医療水準の向上に努めます
7. 明るく健全な病院経営を行います
8. 職員ひとりひとりが、誇りを持ち、働きがいのある病院にします

患者さんの権利

わたしたちは以下の患者さんの権利を守り、最善の医療を提供するように努めます。

1. 良質かつ適正な医療を平等に受ける権利
2. 自己の病状や予後・治療の手順とその危険性および有益性・代替手段についての十分な情報提供を受ける権利
3. 他の医師の意見（セカンドオピニオン）を求める権利
4. 意思に反する場合、情報を知らされない権利
5. 検査の諾否や治療法の選択について、自らが決定する権利
6. いつでも自己の決定を取り消すことができる権利
7. 個人の医療情報に関するプライバシーが守られる権利
8. 健康教育を受ける権利
9. 人格や価値観が尊重され、尊厳を保って生を全うする権利

年頭あいさつ

＜逆境に負けない強靱な病院を＞

明けましておめでとうございます。

昨年はまさにコロナ色の年となりました。予定していた行事はことごとく中止となり、多くのことが停滞し、出口が見えない状況が続きました。

この原稿を書いている12月7日の時点では、未だ第3波の真ただ中にあり、今後の予測もできない状況です。一方、コロナはいろいろなことを気づかせてくれました。不測の事態に陥った時、パニックになる人、逆境にあっても希望やユーモアを失わず、前向きに物事を進める大切さなど。私たちが毎日行っている医療は決して安定したものではなく、予測不能な事象が多く含まれています。日頃からいくつもの可能性を想定し、パターン別に対応策を講じておくことで、非常時に動じることなく、正しい選択ができるはずです。個人のみではなく、組織としてそれができるような強い病院を作り上げて行きましょう。

この原稿を皆さんが読まれる頃には、新たな希望が見えていることを念じています。

本年もよろしくお願いいたします。



文責 院長 小池 祥一郎





放射線科ポスター

まつもと医療センター 放射線科のご紹介

レントゲン
胸部写真、腹部写真、一般撮影、手足写真、マンモグラフィ、CT検査、MRI検査、放射線治療

超音波検査
腹部超音波検査、心臓超音波検査、血管超音波検査、婦人科超音波検査、小児科超音波検査

CT検査
CT検査は、X線を用いて、体の断面を撮影する検査です。脳、肺、肝臓、腎臓、膵臓、脾臓、骨格などの疾患の診断に有用です。

MRI検査
MRI検査は、強い磁場と電波を用いて、体の断面を撮影する検査です。脳、脊髄、関節、軟部組織などの疾患の診断に有用です。

放射線治療
放射線治療は、がんの治療に有効な手段です。外部照射と内部照射の2種類があります。

マンモグラフィ
マンモグラフィは、乳房の疾患の診断に有用な検査です。早期発見による治療の重要性を強調しています。

超音波検査
超音波検査は、非侵襲的な検査で、多くの臓器の疾患の診断に有用です。

CT検査
CT検査は、X線を用いて、体の断面を撮影する検査です。脳、肺、肝臓、腎臓、膵臓、脾臓、骨格などの疾患の診断に有用です。

MRI検査
MRI検査は、強い磁場と電波を用いて、体の断面を撮影する検査です。脳、脊髄、関節、軟部組織などの疾患の診断に有用です。

放射線治療
放射線治療は、がんの治療に有効な手段です。外部照射と内部照射の2種類があります。

マンモグラフィ
マンモグラフィは、乳房の疾患の診断に有用な検査です。早期発見による治療の重要性を強調しています。

小児科ポスター

西2病棟 小児科 (重症心身障害児(者))

<病棟概要>

- 定床数...50名 (長期入所者45名)
- 長期入所者平均年齢...38.7歳 (6歳~60歳)
- 経管栄養患者...27名
- 経口摂取患者...18名
- 人工呼吸器使用...8名

療育活動

呼吸器チェック

食事介助

スタッフ一同

患者様の為に
より良いケアができるよう
スタッフ同士で情報共有を行い
統一したケアを行っています。

**みんな仲良く
楽しい病棟だよ~
(*^v^*)!!**

包括医療支援センターポスター

包括医療支援センター

包括医療センターは3つの部門で構成されています

地域医療連携室

センターでは地域との医療連携のためにこんなことをしています

身体医療連携
当院と連携している医療機関の先生方に、診療連携として積極的に協力、連携を行っています。

地域医療連携室
スムーズな連携の窓口となります。患者さんの紹介、医療機器の共同利用、共同診療、診療連携など連携に関することはお気軽にご相談下さい。

医療機器の共同利用
MRI、CT、RI、内視鏡検査についての地域の先生方からのご依頼に基づいて協力させて頂きます。

共同診療
当院での入院治療と地域の先生方による治療がスムーズにできるよう、当院医師と連携した先生方との共同診療を行います。

相談支援センター

相談支援センターってなに？
病院の中での相談窓口です。
病気になると体のことだけでなく、様々な心配が出てきます。
そんなときに相談をお受けするのが相談支援センターです。

どんな相談にのってくれるの？

- ・受診、療養についての相談
- ・がんについての相談
- ・治療費についての相談
- ・福祉制度についての相談
- ・介護についての相談
- ・重症心身障害児(者)についての相談

その他、誰に相談したらいいかわからないことなど、気軽に相談にいらして下さい。

どんな人が相談にのってくれるの？

- ・相談はソーシャルワーカー(社会福祉士)または看護師がお受けします。
- ・患者さんやご家族の方から直接ご相談いただけます。
- ・秘密は守られます。相談は無料です。

どこに連絡したら相談できるの？

包括医療支援センター 内 相談支援センター (入院受付7番窓口向かい)
TEL 0263-58-4567(代表)
相談受付:月~金 8:30~17:15 (祝祭日、年末年始は除く)

入退院支援

入院前よりご相談にのっていきまします

患者さん、ご家族にとって入院治療を行うことは治療への不安や緊張、生活や経済的にも不安な要因が様々なと思います。
当院では、入院前にも看護師を中心に患者さんの不安などのお話しをお伺いしています。お気軽にお話しください。

入院前から退院に向けて、患者さんやご家族が安心して治療を受けて頂けるように多職種で協力して支援していきまします。

リハビリテーション科ポスター

リハビリテーション科 (PT/OT/ST)

リハビリテーションという言葉は既に一般的に使われていますが、理学療法 (PT)、作業療法 (OT)、言語聴覚療法 (ST) それぞれの部門がどのような役割を担っているかを理解している方は依然として少ないと思います。今回、それぞれの部門がリハビリテーションを実施する上でどのような仕事をしているかを、簡単にまとめてみました。

PT (理学療法)
理学療法士は、失われた身体機能を回復し、日常生活動作に対する自立を促す役割を担っています。

OT (作業療法)
作業療法士は、日常生活動作に対する自立を促す役割を担っています。

ST (言語聴覚療法)
言語聴覚士は、失われたコミュニケーション能力を回復し、社会的な生活を送るための役割を担っています。

まつもと医療センターのスタッフ紹介

PT (理学療法)
+ 専任職員 12名

OT (作業療法)
+ 専任職員 12名

ST (言語聴覚療法)
+ 専任職員 12名

明日も楽しみ!と思えるように。病棟内でHappy Life☆

～重症心身障がい児(者)病棟での療育活動の取り組み～

療育指導室 児童指導員 ^い藤 ^{とう} ^ま ^{あや} 麻綾

新型コロナウイルスの感染が世界中で広がる中、当院の重症心身障害児(者)病棟でも外出活動や面会やボランティア受け入れの禁止、病棟外活動への制約にて感染予防を図っています。利用者さんたちも生活の範囲の制限と戦っています。療育指導室では、このような限られた空間の中でも利用者さんに時の流れや季節を感じ、楽しく生活が送れるよう、療育活動の工夫をしています。利用者さんも職員も楽しく過ごせる活動を、コロナ渦だからこそ見つけました！



フレイルームでボールプール・トランポリン



遠慮のお祝い



栄養科との食イベント お団子屋さん/お月見団子



病院スタッフの演奏会



家族とのTV電話

療育指導室だけではなく、「利用者さんの楽しい生活を」という想いを、医師、看護師、療養介助員の病棟スタッフみなさん、さらに他部署のスタッフのみなさんも感じています。チームワークの中で、「今できること」への気づきにつながっています。

生活範囲に制限のある中、スタッフに元気をくれる利用者の方みなさん。不安も多い中、ご理解いただき、支えてくださるご家族、成年後見人の皆さん。ご協力いただいている他職種の方みなさんに感謝の日々です。

まだまだ、感染症対策の日々が続きますが、物理的な環境範囲や家族との距離が離れていても、利用者さんの心が豊かに、利用者さんと家族の心の距離が近くに感じることのできるように。“いつになれば大丈夫になるのか”と不安な日々に「明日も楽しみ！」と思えるような取り組みを行っていきます。



長野県民は魚が嫌い!?

栄養管理科主任栄養士 名和 千紗

当院では、嗜好調査を行うと「魚料理の回数が多い」との声が多く聞かれます。実際は1日1～2回程度で、肉料理も同じような頻度なのですが、なぜ魚だけが…。



長野県民は肉派？ それとも魚派？ 魚の摂取に関する調査報告を抽出

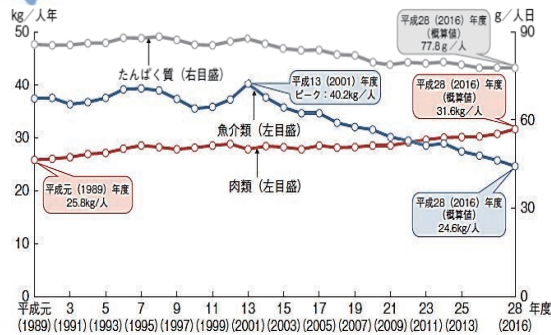


図1.食用魚介類及び肉類の1人1年当たり消費量とたんぱく質の1人1日当たり消費量の推移

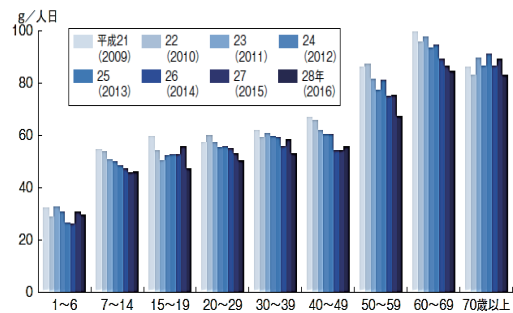


図2.年齢階層別の魚介類の1人1日当たり摂取量



日本の全国平均では、平成23年に魚の摂取量を肉の摂取量が上回りました。また、魚介類摂取量は若い年齢層ほど少なく、40代以下の世代は顕著に少なくなっています。

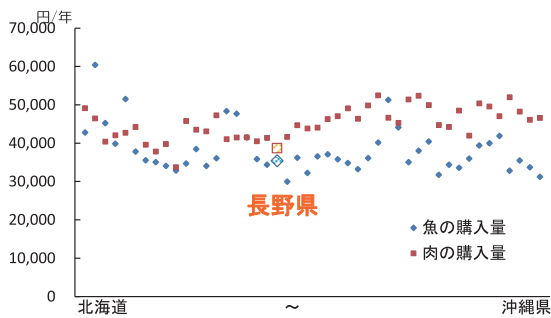


図3.都道府県別魚・肉の1人当たりの年間購入量



いろいろ調べてみた結果、やはり長野県は肉類より魚の摂取量が少なかった。

お魚漢字クイズ

- 存在しない漢字はどれでしょう。
 - 魚へんに春
 - 魚へんに夏
 - 魚へんに秋
 - 魚へんに冬
- それぞれなんと読むでしょう。
 - 鯔
 - 鰈
 - 鰯
 - 鰺

1. ① (まぐろ) ② (うなぎ) ③ (いわし) ④ (さかな) 2. ① (はな) ② (はな) ③ (はな) ④ (はな)

魚を食べるといいことがいっぱい ～お魚の栄養素～

1.タンパク質

タンパク質は、体内でアミノ酸に分解され、筋肉や臓器などに使われます。

2.カルシウム

カルシウムは、骨や歯を作る成分です。

3.DHA・EPA

DHA・EPAは魚の油（魚油）に豊富に含まれるオメガ3脂肪酸です。体内で作ることが出来ない必須脂肪酸で、働きは動脈硬化の原因とされるコレステロール値の上昇を抑えるなど様々です。



魚油（オメガ3脂肪酸）の摂取は、前述以外にも、血栓を防ぐ効果や血中脂質を下げる効果、血圧を下げる効果などが認められています。

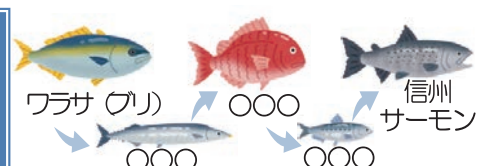
また、肝がんや膵臓がんのリスク低下、鬱病リスクの低下が期待できるといった研究結果もあります。さらに、抗酸化作用による老化防止といった美容面での効果も期待され、数多くの研究が行われています。



1日1回はお魚を食べよう!!

お魚を取り入れた食事を心がけていきましょう。

参考資料 水産省HP 総務省統計局家計調査2017～2019平均



医療法人雅の里 あるが内科クリニック紹介



ある が まさ かず
有賀 雅和 先生

診療科目：◆内科 ◆循環器内科

所在地：〒390-1131

長野県松本市今井1222

休診日：日曜・祝祭日

お問い合わせ：TEL 0263-59-2010

<診療時間>

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前(8:30~12:00)	●	●	●	●	●	●	—
午後(15:00~18:00)	●	●	●	●	●	●	—

松本市今井で開業をしています医療法人雅の里あるが内科クリニック有賀雅和と申します。まつもと医療センターの皆様には日頃大変お世話になり大変ありがとうございます。

2017年12月1日から信州大学医学部附属病院第二内科医局の大先輩である三村尚先生より三村医院を継承開業させていただきました。2020年4月1日より医療法人雅の里あるが内科クリニックと名称を変更しております。

私は、1989年に信州大学医学部第二内科に入局し、信州大学医学部附属病院第二内科で研修を行い、第二内科医局からの派遣で昭和伊南総合病院、国保依田窪病院、市立甲府病院、松南病院、長野市民病院、相澤病院、藤森病院で一般内科医および循環器内科医として勤務させていただきました。循環器内科医としては相澤病院勤務時代が一番多忙の時期で、赴任した2000年当時は、まだ救急部も無く循環器内科医も3人と少なく、24時間365日ポケットベルや携帯電話を所持して救急患者さんの対応に奔走していました。救急部ができ救急患者さんが増加してくると循環器疾患患者さんはさらに増え、年間300人以上来院する急性心筋梗塞や急性心不全の救急患者さんや定期受診の患者さん、入院中の受け持ち患者さんを食事や睡眠を取る時間もなく診療を行っていました。心疾患診療は苦しんでいる患者さんに適格な治療を施すことですみやかに症状が改善するため、非常にやりがいのある仕事でした。患者さんの喜ぶ姿をモチベーションに日々頑張ってきましたが、発作で倒れて救急搬送される患者さんは後が絶ちませんでした。その反面、一度発作を起こして入院治療を行ったあと、外来に定期通院している患者さんはその後再発作で救急搬送されてくることはあまりありませんでした。この頃から「病気になってから治すのではなく病気にならないように予防していく医療が必要なのだ」と感じるようになってきました。ちょうどその頃、藤森病院西牧院長からも藤森病院の循環器診療を手伝っていただけないかと声をかけられました。藤森病院は地域に根ざした病院で、予防医療を行いながらも今までの専門医療を行うことが可能な病院であり、藤森病院の循環器診療レベルを上げることをお手伝いさせていただきながら、循環器内科疾患だけでなく一般内科、また内科以外の様々な分野の疾患にも対応できるようなスキルを身につけようと決意しました。また様々な病院から声をかけていただき、透析患者の心疾患、精神疾患患者の内科疾患、眼科や歯科疾患患者の内科疾患、外科病院の内科一般疾患などに携わりながら、藤森病院でも往診診療、外科・整形外科疾患の診療治療を勉強させていただくことができました。

2012年に信州大学医学部附属病院第二内科医局の大先輩である三村尚先生とお会いすることになりました。同門会では時々お見かけしていましたが、個人的にお会いするのは初めてでした。循環器疾患の相談をされ、2012年7月より三村医院での外来診療をお手伝いすることになりました。週一回の外来のお手伝いをさせていただく間に感じたことは、三村医院は地域に密着した医院であり、今井地区の地域医療のために医院を継続していく必要があるということでした。私のようなものがお役に立つのであれば三村医院を継承する決意をさせていただきました。



おかげさまで、2020年12月1日で開院3年を迎えることができました。勤務医時代には知らなかった経営者としての仕事もようやく理解できるようになってきましたが、まだまだ知らないことが多く、また当院で不可能な診療や検査、重症患者さん等の対応に対しては、まつもと医療センターの皆様これからもお世話になると思いますが、今後ともよろしくお願いします。

今後も地域に根ざした、また病気にならないような予防的医療の必要性を実践できるように努力して行きたいと思います。

駐車場整備工事終了のお知らせ

駐車場整備工事につきましては、9月30日で終了いたしました。

工事期間中は、駐車スペース、騒音等にご不便をおかけいたしました
たが、皆様のご理解とご協力ありがとうございました。

整備された駐車場は10月1日より使用可能となっておりますが、原則正面駐車場は障がいをお持ちの方、西側駐車場は一般の方の利用となります。



編集
後記



新年あけましておめでとうございます。
昨年の流行語大賞では「3密」が大賞を受賞し、新型コロナウイルスの影響が大きき一年でした。この広報誌が発刊されている頃には、感染の第3波が落ち着いている事を願うばかりです。
さて、最近の私は1歳になった娘とおうち遊び開発をしています。コロナ禍で娘と家で過ごす時間が多かった分、成長をより実感でき嬉しく思っています。暗くなりがちなお世ですが、少しでも楽しめる事を見つけてポジティブに過ごしていきたいです。(A)

まつもと医療センター

第41号

令和3年1月発行

発行人 院長 小池 祥一郎

〒399-8701

長野県松本市村井町南2丁目20番30号

TEL.0263-58-4567 FAX.0263-86-3183

<http://mmccenta.jp/>