

お加減は いかがですか

352
号

JA 長野厚生連
佐久総合病院広報誌

2018.7

<http://www.sakuhp.or.jp>



ご自由にお持ちください

TAKE FREE

多職種が総合連携

患者サポートセンター



佐久病院第72回病院祭(5月19日・20日) PHOTO:新海 茉優

連載

診療室からこんにちは

わたしのかかりつけ医

佐久総合病院人間ドック通信

早期発見こそすべて

中込うまいもん屋めぐり ⑮



JA長野厚生連
佐久総合病院

多職種が総合連携

患者サポートセンター

佐久医療センターには、「患者サポートセンター」があります。

外来・入院患者さんが必要とするさまざまなご相談や手続き、入院前の検査などをご案内する場所です。

患者サポートセンターには、看護師、ソーシャルワーカー、薬剤師、管理栄養士や事務職員が所属しており、お互いに連携をしながら患者さんをサポートしています。

佐久医療センターへ来院したら

佐久医療センターの正面玄関に入ってすぐのところに、

患者サポートセンターのカウンターがあります。

向かって左から総合案内、患者相談窓口、紹介受付、診断書受付、会計窓口と並んでいます。

また、左に進むとブロックに分かれた外来があり、それぞれのブロックに受付窓口があります。

受診の際に お持ちください

- ☐ 診察券
(佐久総合病院グループ共通)
- ☐ 保険証
- ☐ お薬手帳

入院・手術が決まったら

患者サポートセンターにある入院退院支

援室では、外来で入院・手術が決まった患者さんが安心して治療を受けることができるように主治医、外来スタッフ、病棟看護師、ソーシャルワーカー、薬剤師や管理栄養士などと連携をとっています。また、入院・手術が決まった患者さんに必要な検査なども行います。退院後の生活のこと、医療費のことや仕事復帰のことなど、内容によってさまざまな職種と相談しながら、患者さんが早くご自身の生活に戻れるように、入院前から退院に向けてサポートしています。

看護師が患者さん一人ひとりに対して入院生活の説明を行い、病歴や普段の生活の様子などについてうかがいます。また、入院前にお薬の服用を中止する必

入退院支援室

看護師、看護助手、医師事務作業補助者から構成されています。看護師は、患者さん一人ひとりを担当し入院前の準備を行います。また、自己注射や在宅酸素療法などを行なっている方の在宅療養指導（在宅療養サポート）も行っています。

持参薬管理室

患者さんに、より安全な治療を受けていただくために、普段のお薬（処方薬および市販薬、サプリメントなど）の使用状況と、アレルギー歴、副作用歴を確認いたします。

管理栄養士

入院や手術に向けて、栄養状態の改善や持病による食事の相談、食事形態やアレルギーの確認をします。

よりよい状態で手術や治療を受けていただけるように支援いたします。



紹介受付

紹介で来られた患者さんの紹介状をお預かりいたします。

診断書受付

さまざまな手続きで必要になる診断書の受け付けとお渡しをしています。

会計窓口

外来・入院費のお支払い窓口です。会計についてのご相談も承っております。



総合案内

院内のことや受診のことなどでお困りのことがありましたら、こちらでお尋ねください。

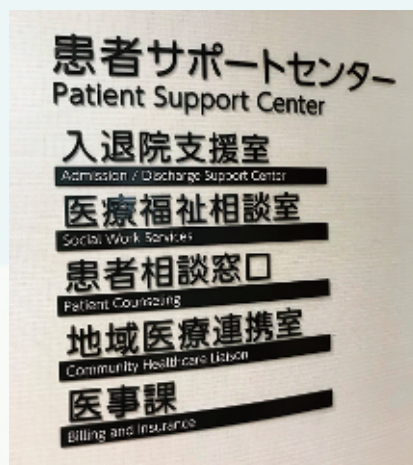


患者相談窓口

患者さんからのさまざまなご相談にお応えし、不安や疑問を解消するため、お手伝いをしています。

- ◆医療費に関わる社会保障制度について
- ◆診療について
- ◆退院後の生活や介護について
- ◆治療を受ける上で不安に思うことについて
- ◆医療安全について
- ◆入院中の療養生活について
- ◆食事や薬について
- ◆病院施設について

【相談受付時間】 祝日を除く月曜日～金曜日 8:30～17:00
第2・4土曜日 8:30～12:00



入院してから退院まで

要がある方や入院前の体調確認が必要な方には、個別にお電話させていただいています。



病気や体の障害をもつても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けていくことができるよう、住まい・医療・介護・生活支援・介護予防が一体的に受けられることができるような地域を作っていくことが求められています。

そのなかで、患者サポートセンターは、入院前の外来・在宅から入院中、退院後の外来・在宅まで、切れ目のない支援を実現していくために多機関・多職種の皆さんと連携をしています。

地域医療連携室

事務職員が、地域の開業医の先生方やほかの病院から紹介された患者さんの予約を取得したり、転院を受け入れる前方連携を行っています。看護師は、転院先病院との調整や、介護保険の利用やサービスの変更など、安心して退院できるようにサポートする後方連携を行っています。

医療福祉相談室

療養上の不安なことや患者さんが抱えている問題を一緒に解決するお手伝いをします。

医療・福祉制度や介護サービスの活用など関係機関と連携して相談します。



医事課

総合案内での案内業務をはじめ、カルテ作成・診断書のお預かり業務・会計の入金業務などを行っています。また、外来患者さんの受付から会計入力、外来の診療報酬請求業務を行っています。



本院 外来栄養指導

管理栄養士

なか ざわ
中 澤 みちる

管理栄養士（筆者）

つつみ たか こ
堤 貴 子



診察室からこんにちは

佐久総合病院（本院）では主治医の指示のもと食事療法が必要な方や食生活に不安のある方に管理栄養士が栄養指導を行なっています。

個別栄養指導

患者さんの生活習慣や食生活、体の状態にあわせて「何をどれくらい食べれば良いのか」「食べ方のコツ」「調理の工夫」などアドバイスや提案をさせていただきます。



体成分分析（Inbody）

ます。また「減塩食品」「たんぱく調整食品」「栄養補助食品」などの利用方法や購入方法について情報提供を行なっています。そのほかにも、必要に応じて体成分分析（Inbody）を行い体内の「脂肪」「筋肉」「骨」「水分」などの量を測定し栄養指導に活用しています。

栄養指導の対象となる主な病名を確認していただき、ご希望の方は主治医にご相談ください。ご家族や調理担当者のご理解・ご協力は食生活改善に有効です。一緒に参加していただくことをおすすめ

栄養指導の対象となる おもな疾患名

- 糖尿病
- 高血圧
- 腎臓病
- 脂質異常症
- 高尿酸血症
- 高度肥満症
- 摂食、嚥下機能低下
- 心臓疾患
- がん疾患
- 低栄養
- 貧血

など

します。
事前に予約されている場合でも、状況によりお待ちいただくことがありますのでご了承ください。

糖尿病透析予防指導

糖尿病の合併症の一つに「糖尿病性腎症」があります。近年、糖尿病性腎症が進行して透析が必要になってしまいう割合が多くなっています。

当院では糖尿病で腎機能が低下してきた方（腎症第2期〜第4期）を対象に、できるだけ透析導入にならないよう腎臓の機能を守るために医師や看護師、管理栄養士が連携し、指導を行なっています。

外来糖尿病教室（集団指導）

毎月第2土曜日の9〜12時に行なっています。医師や理学療法士、看護師、管



食事療法は続けることが大切です！
栄養指導も1回だけでなく、必要な方には定期的に継続してサポートさせていただきます。



理栄養士が講師を担当します。病気の話、食事、運動や外来通院のことなど基本的な内容になりますが、糖尿病といわれて間もない方から通院中の方におすめの内容です。参加を希望される方は主治医にご相談ください。

すべての人々に健康を、孤立を生まない地域づくり

今年の農村医学夏季大学講座は、「孤立」と「貧困」に焦点をあてた講演やシンポジウムを2日間通して行います。

若月賞授賞者は弘前大学大学院医学研究科社会医学講座の中路重之特任教授です。最も平均寿命が短い青森県で長年にわたり公衆衛生・保健予防活動を通じて「短命県返上活動」を行なってきました。

「孤立」「貧困」を解決せずに、「健康」を維持することができるのでしょうか。



日 時 2018 7/20金 - 21土

場 所 JA 長野厚生連佐久総合病院
農村保健教育ホール

受講料 3,000円 (1日のみの受講は1,500円)



7/20金

13:00 ~ 14:10 基調講演

「SDGsの時代に生きる私たちとプライマリ・ヘルス・ケア
ー 若月俊一先生の仕事に学ぶー」

講師：本田 徹 氏 (NPO法人シェア国際保健協力市民の会代表理事、浅草病院 内科勤務)

14:30 ~ 若月賞授賞式

中路 重之 氏
(弘前大学大学院医学研究科 社会医学講座特任教授)

受賞講演

「長崎人が青森の短命県返上活動にかかわって」



16:20 ~ 16:50 演劇 若月俊一作「はらいた」一幕 (佐久病院劇団部)

7/21土

9:00 ~ 10:10 講演

「住まいの貧困から見える日本社会 ~生活困窮者支援の現場から~」

講師：稲葉 剛 氏 (一般社団法人つくろい東京ファンド代表理事)

10:30 ~ 11:40 講演

「長野県の子どもの貧困について」

講師：佐藤 尚子 氏 (長野県県民文化部 次世代サポート課 こども・若者担当部長)

12:30 ~ 14:30 シンポジウム 司会：北澤彰浩氏 (佐久総合病院 診療部長)

「すべての人々に健康を ~孤立を生まない地域づくり~」

シンポジスト：稲葉 剛 氏 / 佐藤尚子氏 / 小林恵理子 氏 (佐久子育てわくわく団事務局)

清水孝子 氏 (岐阜県各務原市八木山地区 社会福祉協議会 事務局)

田中羊子 氏 (日本労働協同組合 (ワーカーズコープ) 連合会 センター事業団理事長)

お申し込み
お問い合わせ

第58回 農村医学夏季大学講座事務局

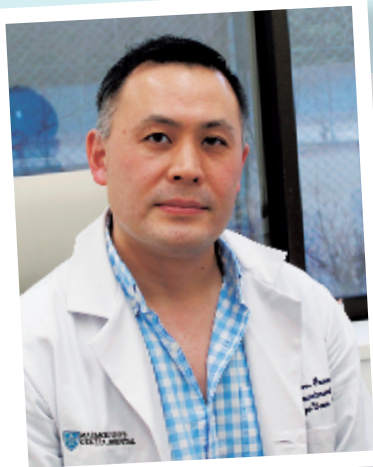
佐久総合病院 夏季大学講座係 (健康管理部)

TEL 0267-82-2677 FAX 0267-82-7034 <http://www.sakuhp.or.jp>

受付	診療科	時 間	月	火	水	木	金	土(第2・4)
外来受付①	小 児 科	午前	荻原美紀 児玉香織	細谷まち子 清水 隆 中沢孝行	依田達也 重田大輔	牛久英雄 坂本昌彦 山本 歩 (第1・2・4・5)	蓮見純平 降旗めぐみ 坂本昌彦 (第1・3・5) 八木久子(アレルギー-第2.4)	交替制 (紹介・再診)
		午後	予防接種	細谷まち子 中沢孝行	依田達也 清水 隆 重田大輔	乳児健診	蓮見純平 降旗めぐみ (第1・3・5) 八木久子(アレルギー-第2.4)	
	小 児 外 科	午前		橋川幸弘			橋川幸弘	橋川幸弘
		午後		橋川幸弘			橋川幸弘	
	耳 鼻 咽 喉 科	午前	飯野 孝 清水雄太 柳 徳浩	柳 徳浩	小島博己 小林小百合	清水雄太	田中康広	交替制
		午後		柳 徳浩	小林小百合	清水雄太 柳 徳浩		
	循 環 器 内 科	午前	橋 賢廣 (新患第2・4) 土屋ひろみ (新患第3・5)	矢崎善一 (新患第1・3・5) 土屋ひろみ (再診第2・4)	橋 賢廣 (新患第1・3・5)(再診第2・4) 柳澤 聖 (新患第2・4)	堀込美岐 (新患)	木村 光 (新患) 能見英智 (新患第1・3・5)(再診第2・4)	交替制 (新患のみ)
		午後	堀込美岐 (第1・3・5)	矢崎善一 (第1・3・5 心不全外来) 土屋ひろみ (再診第2・4)	柳澤 聖 (新患第1・3・5 再診第2・4) 橋 賢廣 (第2・4)	木村 光 (第1・3・5) 荻原真之 (第2・4) 土屋ひろみ (新患第2・4)	荻原真之 (第2・4)	
	血 液 内 科	午前	三石俊美 中澤剛士 三石俊美 田中順子	森 勇一 田中順子 森 勇一	三石俊美 中澤剛士	森 勇一	田中順子	交替制 (紹介新患のみ)
		午後				森 勇一 中澤剛士	小林 光	
	呼 吸 器 内 科	午前	大浦也明	両角延聡 柳澤 悟	木村哲郎	大浦也明 和佐本論	両角延聡 柳澤 悟	
		午後			木村哲郎 和佐本論 村上 榎 仲野 性	大浦也明 和佐本論 降旗俊一		
外来受付②	腎 臓 内 科	午前	佐々本 格	降旗俊一	村上 榎 仲野 性	降旗俊一	大沢紘介	
		午後			村上 榎 大沢紘介	降旗俊一 佐々本 格 仲野 性	大沢紘介	
	糖 尿 病・ 内 分 泌 内 科	午前	渡邊琢也	大橋正明 (院内紹介のみ)	渡邊琢也	堀込充章	堀込充章	糖尿病連携/バス外来 (第2)
		午後			近藤友里 (院内紹介のみ)			川合汐里 (新患)
	リウマチ・ 膠原病内科	午前						
		午後				宮坂信之 (再診のみ)		
	整 形 外 科	午前	福島和之 (脊椎) 石井研一 (上肢) 田村聡至 (一般) 交替制	黒佐義郎 (脊椎) 石井研一 (股関節) 友利正樹 (脊椎) 酒枝健太郎 (一般)		福島和之 (脊椎) 田野敦寛 (外傷) 王 耀東 (重度外傷)(奇数月の第3)	友利正樹 (脊椎) 元吉貴之 (一般)	交替制 (一般)
		午後	石井研一 (上肢) 膝専門外来 (月1回)	黒佐義郎 (脊椎) 石井研一 (股関節) 酒枝健太郎 (一般)	田村聡至 (一般)	福島和之 (脊椎) 石井研一 (上肢)	友利正樹 (脊椎) 元吉貴之 (一般) 平澤直之 (股関節、第2・4)	
	形 成 外 科	午前	大谷津恭之 上原理恵			窪 昭佳		
		午後	大谷津恭之	窪 昭佳		上原理恵		
	呼 吸 器 外 科	午前			山本亮平 遠藤秀紀		遠藤秀紀	山本亮平
		午後			山本亮平			
	乳 腺 外 科	午前	石毛広雪 荻原菜緒	半田喜美也		石毛広雪 半田喜美也	橋本梨佳子	石毛広雪 半田喜美也
		午後	石毛広雪 荻原菜緒	半田喜美也 (第1.3)		石毛広雪 半田喜美也	橋本梨佳子	
	脳 神 経 外 科	午前	富田庸介 和田 元		吉田貴明 登坂雅彦 (第3)		吉田貴明 水野寛之 (再診) 落合育雄 平戸政史 (ふるえ外来)(偶数月第4)	渡辺 仁 (院外紹介のみ)
		午後						
	心臓血管外科	午前	新津宏和	白鳥一明	豊田泰幸 (第1・2・3・5)	竹村隆広 (第2・3・4・5)		
		午後			濱 元拓			
	放射線診断科	午前				市川聡裕		
		午後						
外来受付③	消 化 器 内 科	午前	古武昌幸 篠原知明	比佐岳史 桃井 環	福島秀樹 友利彰寿	比佐岳史 山田崇裕	友利彰寿 篠原知明 工藤彰治	
		午後	古武昌幸			山田崇裕	福島秀樹	
	腫 瘍 内 科	午前	國枝献治 長瀬通隆	宮田佳典	長瀬通隆	宮田佳典	國枝献治	交替制 (新患)
		午後	國枝献治 長瀬通隆 交替制 (新患)	宮田佳典 交替制 (新患)	長瀬通隆 交替制 (新患)	宮田佳典 交替制 (新患)	國枝献治	
	内 視 鏡 内 科	午前		小山恒男	高橋亜紀子		小山恒男	
		午後					小山恒男	
	泌 尿 器 科	午前	中山 剛 松高 淳 北原 遼		中山 剛 松高 淳 北原 遼		中山 剛 松高 淳 北原 遼	
		午 後	中山 剛 (特殊診療) 松高 淳 (特殊診療) 北原 遼 (特殊診療)		中山 剛 (特殊診療) 松高 淳 (特殊診療) 北原 遼 (特殊診療)		中山 剛 (特殊診療) 松高 淳 (特殊診療) 北原 遼 (特殊診療)	
	消 化 器 外 科	午前	植松 大 杉原毅彦 (第2.4) 真岸亜希子 (第1.3.5)	奥井紀光 大野浩次郎 坂本太郎	竹花卓夫 山本一博 河合俊輔 ヘルニア外来	秋山 岳 鈴木文武 ヘルニア外来	竹花卓夫	
		午後	杉原毅彦 (第2.4) 真岸亜希子 (第1.3.5) ヘルニア外来	藍澤喜久雄 坂本太郎	山本一博			
	外 甲 状 腺 外 科	午前	西澤延宏 (外科)	工藤 恵 (甲状腺外科)			工藤 恵 (甲状腺外科)	
		午後						
	婦 人 科	午前	牧内玲子	仲井育子	塚原みほ子	近藤沙織	小口 治	宮下昭太 (第2) 山中 桜 (第4)
		午後						
	産 科	午前	宮下昭太	牧内玲子	仲井育子	小口 治	山中 桜	甲木哲也
		午後	交替制	交替制	仲井育子	牧内玲子 (1ヶ月健診)	交替制	
	通院治療 センター	午前	山本 亮	山本 亮	山本 亮	山本 亮	山本 亮	
		午後	山本 亮	山本 亮	山本 亮 (リンパ浮腫外来)	山本 亮	山本 亮	
	放射線 治療室	午前	大久保 悠 宮坂勇平	大久保 悠 川原正寛	川原正寛	大久保 悠 野田真永	村田和俊 川原正寛	
		午後	大久保 悠 宮坂勇平	大久保 悠 川原正寛	川原正寛	川原正寛	村田和俊 川原正寛	
入院患者 者のみ	② 外来 受付	皮膚科	午前					
		午後	吉田香奈子		交替制		渡邊 あすか	
	③ 外来 受付	リハビリ テーション科	午前	交替制	交替制	交替制	交替制	交替制
		午後	交替制	交替制	交替制	交替制	交替制	
	眼科	午前			交替制			
		午後			交替制			
	歯科口腔外科	午前	松島凜太郎	松島凜太郎	松島凜太郎	松島凜太郎	松島凜太郎	松島凜太郎
		午後	松島凜太郎	松島凜太郎	松島凜太郎	松島凜太郎	松島凜太郎	

●緊急手術、出張、異動、退職等の諸事情により変更になる場合があります。

エリア	診療科	午前/午後	月	火	水	木	金	土(第2・4)
1階	総合外来	総合診療科	午前受付 7:30～11:00 青松楳吉 嶋崎剛志 星野奈津子 津田裕介 刈屋 朋	鄭 真徳 竹村正和 星野奈津子 西原玲央奈	小松裕和 伊澤和洋 生井宏幸 渡邊茂也	山本 亮 小林和之 相馬麻由子 座光寺正裕	鄭 真徳 木下裕介 氏家美保 宮下尚輝 清水啓介	
			午 後 鄭 真徳 竹村正和 津田裕介	児玉貴之 西原玲央奈 宮下尚輝	伊澤和洋 生井宏幸 由井和也	青松楳吉 相馬麻由子 氏家美保 睡眠時無呼吸外来	鄭 真徳 中村宏信 渡邊琢也 清水啓介	
	内 科	午前受付 7:30～11:00	高松道生(第1・3・5) 萩原正大(変則) 池井 肇 (2次検診外来 8:30～9:00)		高松正人 池井 肇 (2次検診外来 8:30～9:00)	高松正人 北澤彰浩	北澤彰浩 萩原正大 池井 肇 (2次検診外来 8:30～9:00)	
			午 後 高松正人 西本 寛(2次検診外来) 予防接種(第1・2・4・5) 健康診断		高松正人 西本 寛(2次検診外来) 健康診断	高松正人 予防接種(第1・2・4・5) 健康診断(第1・2・4・5)	北澤彰浩 萩原正大	
	呼 吸 器 内 科	午前受付 7:30～11:00 午 後		木村哲郎 木村哲郎		木村哲郎		
	循 環 器 内 科	午 前	矢崎善一 (第1.2.3.5)(9:30～) 堀込実岐(第4)(9:30～)		荻原真之(第1.2.3.5)	柳澤 聖(第2・4)	矢崎善一 (第1・3 心不全外来) 土屋ひろみ (第2・4 心不全外来)	
			午 後 矢崎善一(第1・3・5) 堀込実岐(第2・4)	池井 肇		池井 肇 (第1 心臓デバイス)		
	腎 臓 内 科	午前受付 7:30～11:00 午 後		池添正哉 池添正哉		池添正哉 池添正哉		
	リウマチ 膠原病内科	午 前		松田正之 高松良太	高松良太		松田正之	
			午 後	松田正之	松田正之(新患) 野澤洋平(第1)		松田正之	
	血 液 内 科	午 前 午 後				三石俊美 三石俊美		
	消 化 器 内 科	午 前 午 後			古武昌幸			
	東 洋 内 科	午前受付 7:30～11:00 午 後				松橋和彦 松橋和彦		
	整 形 外 科	午前受付 7:30～10:30 (坊医師の受付は11:00まで) 午後受付 13:00～15:30	大学医師(第2・4) (診察開始 10:00～)	石井宣一(第1.3.5)	大学医師	坊昭彦(第2・4金曜の前日) 田村聡彦(坊医師以外の日) 坊昭彦(第2・4金曜の前日)	坊 昭彦(第2・4) 酒枝健太郎(第1・3・5) 坊 昭彦(第2・4)	
			渡辺 仁 新患(交替制)		河野和幸 渡辺 仁 河野和幸		河野和幸 富田庸介 河野和幸	
	神 経 内 科	午 前 午 後	小林千夏(新患のみ)	小林千夏 佐藤充人(新患のみ)	佐藤充人 上條祐衣	佐藤充人 小林千夏	高松良太 上條祐衣	交替制
	海外渡航者外来	午 前 午 後						
	代 謝 ・ 内 分 泌 内 科	午 前 午 後	大橋正明 堀込充章 長澤武志 渡邊琢也	萩原正大 高見澤哲也 渡邊琢也	大橋正明	大橋正明(インスリン治療のみ)	坂本昌彦 大橋正明 渡邊琢也	糖尿病連携バス外来(第4)
			堀込充章	高見澤哲也	大橋正明 堀込充章		大橋正明 川谷夕里(第2・4土の前日)	
	禁 煙 外 来	午 前 午 後			禁煙外来(第2.4)			
2階	外 科	午前受付 7:30～11:00 (乳房検診は10:00まで)	半田喜美也 夏川周介(第3休診) 工藤 恵 楯川幸弘 (小児泌尿器・小児外科)	西澤延宏 石毛広雪	西澤延宏 工藤 恵 楯川幸弘 (こども便秘外来・小児外科)	夏川周介 山本浩二(肛門外科)	山本亮平 白鳥一明	山本浩二(肛門外科)
			檀松 大 半田喜美也	石毛広雪(第1・3)	細谷米司 下肢静脈瘤外来		山本亮平 白鳥一明 細谷米司	
	形 成 外 科	受付月 7:30～11:00 金 7:30～15:00	窪 昭佳	上原理恵(爪外来)			大谷津恭之 (診察開始 14:00～)	大谷津恭之
	小 児 科	午前受付 7:30～11:00 (出 10:00 まで)	牛久英雄 坂本奏子 山本 歩(第2・4・5) 木村宣子(第3)	交替制 木村宣子	牛久英雄 細谷まち子 交替制	坂本奏子 交替制 木村宣子	牛久英雄 細谷まち子 交替制	交替制(10:00 まで)
			午後受付 14:00～16:00 交替制 山本 歩(第2・4・5) 木村宣子(第3)	交替制 木村宣子 予防接種	交替制 細谷まち子 児玉香織	交替制 木村宣子	交替制 重田大輔(第1・3・5) 中沢孝行(第2・4) 細谷まち子	
	耳 鼻 咽 喉 科	受付月・木 7:30～10:30 水 7:30～15:30		清水雄太		柳 徳浩(7/19～)		
	皮 膚 科	午前受付 7:30～10:30 午 後	渡邊 あすか 吉田香奈子 渡邊 あすか	渡邊 あすか 吉田香奈子	小松正彦 渡邊 あすか 吉田香奈子 交替制	長谷川淳一(第1・3・5) 交替制	斉木 実 吉田香奈子 斉木 実 吉田香奈子	交替制
	泌 尿 器 科	午前 受付 7:30～11:00 (水・木・金 10:30 まで)	柏原 剛	柏原 剛(10:30 まで) 須田紗代(10:30 まで)	柏原 剛 須田紗代	柏原 剛(10:30 まで) 須田紗代(10:30 まで)	柏原 剛(10:30 まで) 須田紗代(10:30 まで)	
			午 後 柏原 剛		柏原 剛 須田紗代		柏原 剛(第2・4) 須田紗代 (第1・3 女性泌尿器・第2・4 一般)	
	眼 科	午前受付 7:30～11:00 (出 10:30 まで)	三浦文英 得居俊介	群大医師	三浦文英 得居俊介	群大医師	三浦文英 得居俊介	交替制(10:30 まで)
			三浦文英 得居俊介	群大医師	交替制	群大医師	三浦文英 得居俊介	
	精 神 神 経 科	午 前	大西直樹 伊澤 敏 平野 亘(第3) 中村千恵美	大西直樹 中村千恵美	大西直樹 中村千恵美	笠原信行 城甲泰亮 黒崎成男(第3)	大西直樹 狩野正之 川原伸夫(第2・4)	大西直樹(第2) 狩野正之 笠原信行 中村千恵美
			午 後 伊澤 敏 平野 亘(第3) 中村千恵美	中村千恵美	笠原信行 中村千恵美	喜多 等	狩野正之 川原伸夫(第2・4)	
	心 療 内 科	午 前 午 後	藤井 伸(第2・4・5)	伊澤 敏	藤井 伸(児童精神)		藤井 伸 飯田俊穂(第3)	伊澤 敏 木村宣子(児童精神)
			藤井 伸	伊澤 敏	藤井 伸		藤井 伸 飯田俊穂(第3)	
	歯科口腔外科	午前受付 7:30～11:00 午 後	岩瀬正泰 岩瀬正泰	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正・第2)
			岩瀬正泰	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	岩瀬正泰 荻村真友子(矯正)	
	ペインクリニック科	午前受付 7:30～11:00 (水 10:30 まで)	深澤正之 室伏真里	深澤正之 室伏真里	深澤正之(第1・3・5) 後藤真也 田村 真(第2・4)			浅野克則
			午 後 深澤正之	深澤正之 室伏真里	深澤正之(第1・3・5) 後藤真也			
	リハビリテーション科	午 前 午 後	太田 正 太田 正	刈屋 朋 刈屋 朋	交替制 交替制	交替制	交替制 交替制	
					太田 正(装具外来)			



UENO CLINIC

院長：上野 琢哉
 診療科：内科・消化器内科、外科、皮膚科
 休診日：木曜日・日曜日・祝祭日
 住 所：軽井沢町軽井沢 1323-1452
 はぶかるフォレストデッキ内
 電 話：0267-42-6666



★診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00 ~ 15:00	○	○	○	×	○	○※第2・4は17:00まで	×	×
15:00 ~ 17:00	○	○	×	×	○	×	×	×



☆スタッフの紹介をお願いします

医師1名 看護師2名 事務2名

☆医師を志したきっかけは？

育った環境は一つの理由だと思います。親戚や家族に医療従事者が多く、医療が身近にあったことが影響していると思います。

☆開業したきっかけは？

国内外の大学病院で移植外科・一般外科を専門として活動してきたのですが、後任の医師が育ってきたことや自身の年齢を考慮し、開業を決めました。現在もクリニックの休診日には、大学病院などで手術や当直を続けています。診療の判断にもつながってきますので、技量が落ちてしまわないように今後もできる限り現場に接していいたいと考えています。開業場所として軽井沢を選んだ理由の一つは、外国の方が多いことです。

☆クリニックの特色は？

診療科の関係で幅広い年齢層の患者さんのみならず、地域在住の外国人患者さんも多く受診されます。また、当院は休憩の時間がないので、ホテルやレストラン従業員の方も空いた時間に受診しやすいようです。検査については、胃カメラやレントゲン、超音波、院内採血、心電図などの基本的な検査が可能です。緊急でCT検査が必要なときは地域の病院が連携をとってくれています。

☆診療のモットーは？

少しでも長く患者さんのお話に時間を割くことができたいと思います。患者さんや、そのご家族、一人ひとりを大切にしていきたいです。幸い今はそれが可能な環境にあるのでがんばっていきたいです。

☆趣味・休日の過ごし方は？

休みはあまりないのですが、今はそういう時期かなと思っています。家に帰ったときは家族と食事やスポーツジムに行ったりします。

☆地域の方へのメッセージ

患者さんやそのご家族が安心して生活できる医療の提供を心がけています。



診察室



すてきな笑顔のスタッフ



ハーバード大学構内の写真が壁紙になっています



待 合

☆略歴 1995年 北里大学医学部 卒業、同院外科
 2005年 北里大学大学院 卒業(医学博士)
 2003年～2006年 Harvard Medical School
 マサチューセッツ総合病院移植外科(Fellow)
 2008年～ Harvard Medical School プリガムアンドウィメンズ病院腎移植センター(Instructor)
 2007年、2012年～ 東京医科大学八王子医療センター集中治療部(准教授)、腎臓外科(兼任講師)

〈所属学会〉日本外科学会(専門医、指導医)、日本消化器病学会(専門医、指導医)、日本移植学会(移植認定医)、日本消化管学会(専門医、指導医)、日本急性血液浄化学会(認定指導医、評議員)、日本腹部救急医学会(認定医、教育医、評議員)、日本抗加齢医学会(専門医)、米国移植学会(Fellow)、米国心臓学会(Fellow)

上野先生の
プロフィール



三木クリニック

院長：三木 淳

診療科：内科、脳神経内科、心療内科

休診日：土曜日午後・日曜日・祝日

住 所：佐久市岩村田 2013-4

電 話：0267-77-7376



★診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00 (受付 11:30まで)	○	○	○	○	○	○ (予約のみ)	×	×
15:00～18:00 (受付 17:00まで)	○	○	○	○	○	×	×	×



☆スタッフの紹介をお願いします

医師 1 名 看護師 3 名 事務 2 名
臨床心理士 1 名

☆医師を志したきっかけは？

高校の頃人と接する仕事に就きたいと思いました。医師は人と人のつながりが非常に重視される仕事であると思い、目指しました。

☆開業したきっかけは？

佐久総合病院で 19 年間勤務し、この地でやっていこうと決めました。佐久地域で 20 年目となる今年、今までとは別の形で佐久の医療に貢献できる方法はないかと考え、それをひとつのきっかけに開業を決めました。これまでは病院勤務で高度な医療に携わってきたのですが、クリニックで地域の方と密着した医療を行いたいと思いました。

☆クリニックの特色は？

院内で結果が出る採血装置、レントゲン・CT 装置などを整備し、ある程度は神経内科や内科の急性期・慢性期の病気に対応できるようにしました。

また、当院ではストレスに起因する心身症など心療内科的な分野の病気も診療します。臨床心理士によるカウンセリング (予約制・自費) も行うことができます。

☆診療のモットーは？

患者さんのお話を丁寧に伺いたいです。内科、脳神経内科、心療内科の専門医として専門的な医療も提供できたらと思っています。

☆趣味・休日の過ごし方は？

休日は子どもと過ごすことが多いです。映画・旅行・スポーツが好きです。

☆地域の方へのメッセージ

多くの方のご支援があってこの岩村田の地に開業できました。これからもこの地域の方に医療を通して貢献できるようにがんばりますのでよろしくお願いいたします。



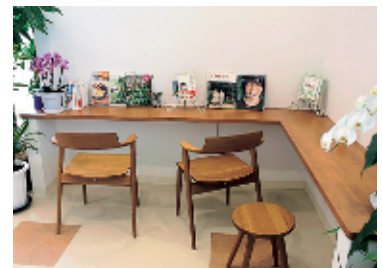
CT、レントゲン検査機器



スタッフのみなさん



カウンセリングルーム



待合の一角にある図書コーナー

☆略歴

岡谷市出身。秋田大学医学部を卒業し、信州大学医学部附属病院第 3 内科へ入局。複数の病院勤務を経た後、佐久総合病院にて 19 年間勤務。2018 年 5 月「三木クリニック」を開業。

〈所属学会〉

日本神経学会、日本心療内科学会、日本内科学会、日本認知症学会、日本神経学会認定神経内科専門医、日本心療内科学会認定心療内科専門医、日本内科学会認定内科医・総合内科専門医・指導医、日本医師会認定産業医

三木先生の
プロフィール

早期発見こそすべて

「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づいて、特定健診・特定保健指導が2008年から医療保険者に義務化されて実施されています。保健師の田中さんにお話しをうかがいました。

特定健診と特定保健指導とは何でしょうか？

特定健診は、40〜74歳の方が対象で、メタボリックシンドロームにスポットを当てた健診です。特定健診の結果で一定の基準に該当した方には、保健師や管理栄養士が内臓脂肪型肥満の要因となっている生活習慣を改善するための特定保健指導を行います。

特定健診の項目は、当院人間ドックの「日帰りドック」「泊ドック」「簡易ドック」「企業健診」「生活習慣病予防健診」「佐久市個別健診」に含まれています。

特定保健指導では、どのようなことを行つのでしょうか？

生活習慣病のリスクの程度によって、対象者が健診結果から自分の健康状態を理解し、生活習慣改善のための目標を設定し、実施できるよう保健師・管理栄養士が、一人ひとりにあわせた支援を行います。

医療保険者 医療保険事業を運営するために保険料(税)を徴収したり、保険給付を行う実施団体をいいます。

当院には、さまざまな背景をもつ対象者の方に保健指導をどうすすめていくか、どうやったら生活習慣を変えてもらえるかといった専門的な研修を受けた保健師が在籍しており、対象者の方が適切な支援を受けられるよう努めています。

一人ひとりに合わせたとはどのようなことでしょうか。

生活を改善するつもりのない方には、現在の健康状態をわかりやすくお話し、できること、例えば「10分歩く」と「ブラス1000歩です」や「毎日体重計ののってみる」など取り組めそうなことから提案します。すでに生活改善をしているのになかなか結果が出ない人には、「踏ん張り時！」と励まし、結果が出ない原因を一緒に考え、改善した行動が継続できるように支援します。

特定健診を受けられる方、特定保健指導を受けられる方にひとことお願いいたします。

特定健診や特定保健指導を受けていただき、ご自身の健康を見直すきっかけにいただければと思います。特に仕事や子育てが忙しくて健診を受けていない方は、ご自身の体のことは次の次になっているかと思えます。仕事や子育てを続けるために、健診を受けて健康を考えていただきたいと思います。

また当院では、さまざまなコース・オプション検査があります。ご自身の希望、状況にあわせて選んでいただければと思います。健康相談では、保健師や看護師、管理栄養士がどんなお話でもうかがいます。お気軽にご相談ください。



トピックス

一泊ドック限定オプション検査

- 心臓精密検査** 10,000円(税別) 心電図検査で波形の異常や不整脈を指摘されている方や胸部レントゲン写真で心臓が大きいといわれている方におすすめです。
- 歩行姿勢検診** 3,000円(税別) 足の変形や膝・股関節の痛みのある方、腰痛でお悩みの方やウォーキング時の効果的な歩行姿勢を知りたい方におすすめです。
- 前立腺MRI検査** 20,000円(税別) 前立腺が心配な方やPSA検査で3以上、昨年度よりPSA値が2倍以上に増えた方、PSAが4以上で経過を見るよう言われた方などにおすすめです。

人間ドック
予約・お問い合わせ

TEL0267-82-2688 FAX0267-82-9928

【予約受付】 8:30〜17:00 【お問い合わせ】 14:00〜17:00 月〜金曜日(祝日を除く)

ちよつと
病気になる
病気の話

蜂刺され

佐久総合病院 皮膚科部長
よしだ かなこ
吉田香奈子

蜂刺されの被害は夏から秋にかけて多く、8月がピークになります。人を刺す蜂はスズメバチやアシナガバチ、ミツバチの3種類に代表されます。蜂は巣を守るために外敵へ向かっていく習性がありますが、こちらから刺激をしなければ刺されることはまずありません。蜂に刺されないために、蜂や蜂の巣に近づかないようにしましょう。また、蜂は黒っぽい色に向かって攻撃をしたり、甘いにおいに誘われたりする習性もありますので、野外での作業やレジャーの際には、露出の少ない明るい色の服装で、香水やヘアスプレーの使用は避けましょう。



自宅では、靴の中や洗濯物の中に蜂が潜んでいることがあります。洗濯物を取り込むときはよく確認しましょう。蜂に刺されると激しい痛みが出現し赤く腫れます。これは蜂毒の刺激作用

によるもので、はじめて刺された場合は通常1日以内に症状は治ります。しかし2回目以降に刺されるとアレルギー症状が加わり、刺された直後からじんま疹が生じたり、血圧の低下や意識障害を起したりします。これはアナフィラキシーショックと呼ばれる症状で、重症の場合は死に至ることもあります。

蜂に刺された場合は、安全な場所に移動し、患部をしっかりと冷してください。じんま疹や胸の痛み、息苦しさなどがあれば、すぐに病院で受診してください。特に全身症状もなく、元気な様子であれば心配はいりませんが、数日後に腫れてくることもあります。

なお、蜂に刺されてショック症状を起こす可能性がある方には、緊急時に使用する「エピペン」という自己注射薬を携帯する方法があります。処方には登録医の診察が必要です。

連載

中込うまいもん屋 めぐり ⑮



ステーキ蒼天

佐久市猿久保667-5 Tel 0267-67-1868

営業時間/ ランチ 11:30~14:00

ディナー 17:30~21:00

定休日/ 月曜日、月1回火曜日



200g ステーキランチ

肉料理が食べたくなったらステーキの蒼天さんはいかがでしょうか？

2品をご紹介します。200gステーキランチはお肉をしっかりと食べたい方におすすめ。マリネしながら3日間熟成させ、ミディアムで焼き上げられたきれいな赤身のお肉は柔らかく、自家製のソースや岩塩、フライドガーリックと食べるとさらに絶品。自分のお好みの食べ方を見つけてみてはいかがでしょうか。そして、ローストビーフ丼は、桜色のお肉がきれいに重ねられた女性に人気の高い一品。柔らか〜いお肉

と卵、特性のソースが相性抜群で、ぺろっと食べてしまいました☆ ランチは、300gステーキランチや不定期の限定メニュー、500円ランチなどもあります。お肉を食べてスタミナを☆



ローストビーフ丼



店主
市野瀬 光さん

ランチが
お得
おすすめです

●このコーナーでは中込の食事処取材して参ります。



information

お知らせ 佐久総合病院

看護専門学校オープンキャンパスのご案内

佐久総合病院看護専門学校の夏のオープンキャンパスを開催いたします。

当日は模擬授業や看護の体験、学食体験があります。また、希望者の方には個別進学相談をいたします。

開催日時 9:00～13:00ごろ

7月21日(土)【申込締切】7月11日(水)

8月4日(土)【申込締切】7月25日(水)

8月25日(土)【申込締切】8月16日(水)

申し込み方法 佐久総合病院看護専門学校
ホームページから

持ち物 上履き、下ばき袋、筆記用具

【お問い合わせ】 佐久総合病院看護専門学校 TEL 0267-82-2474 FAX 0267-82-2152
URL <http://www.saku-kango.ac.jp>



お知らせ 佐久医療センター 心臓病教室のご案内

テーマ「心筋梗塞、狭心症」

心臓の病気との付き合い方や再発防止に向けた心臓リハビリの学習会を開催いたします。

日時 8月25日(土) 10:00～

会場 佐久医療センター 1階ホール

参加費 (資料代) 500円

【お問い合わせ】 佐久医療センター医事課
TEL 0267-62-8181(代)

職員募集

平成31年度求人募集

・保健師・助産師・看護師(正職員)

お問い合わせ TEL:0267-82-3131

(人事課:内線3205)

小海診療所 眼科・皮膚科外来予定表

診療科	眼科	皮膚科
	第1・3木曜日	第4火曜日
診療日	7月5日(木)	7月24日(火)
	7月19日(木)	8月28日(火)
	8月2日(木)	9月25日(火)
	8月16日(木)	
	9月6日(木)	
受付時間	8:00～15:00	8:00～15:00
診療時間	12:50頃～	13:30～

※眼科・皮膚科は当日受付です

佐久病院 休診日

7月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29



佐久医師会 休日当番医のお知らせ

都合により変更となる場合がございますので、
お問い合わせの上、受診してください。

月	日	医療機関+電話番号 (0267) (北部-岩村田・望月・浅科)	医療機関+電話番号 (0267) (南部-中込・野沢・臼田)
6	3	佐久長土呂クリニック 68-7899	おおくら皮フ科 65-9915
	10	川西赤十字病院 53-3011	斎藤産婦人科医院 62-0823
	17	金澤病院 67-2048	佐久平エンゼルクリニック 67-5816
	24	すみだクリニック 62-7122	佐久平こころのクリニック 68-8556
7	1	高橋医院 53-2366	いまいレディースクリニック 66-7050
	8	安紀内科クリニック 63-1201	中澤眼科クリニック 62-0157
	15	荻原医院 67-2051	さとう泌尿器科クリニック 68-2233
	16	工藤医院 62-0475	佐久平みゆき眼科 68-5422
	22	フルタクリニック 63-0202	くろさわ病院 64-1711
	29	たばたクリニック 63-2821	雨宮病院 82-5311
8	5	都甲クリニック 64-1050	ねむの木公園クリニック 67-8866
	11	たばたクリニック 63-2821	佐久平透析クリニック 65-7700
	12	すみだクリニック 62-7122	佐久平整形外科クリニック 66-7150
	19	てらおかクリニック 51-5222	博愛こばやし眼科 63-1300
	26	野澤医院 62-0272	たむらペインクリニック 82-3981

お加減は
いかがですか

平成30年7月1日発行



JA長野厚生連

佐久総合病院

発行責任者 伊澤 敏

〒384-0301 長野県佐久市臼田197 TEL0267-82-3131 FAX0267-82-9638

<http://www.sakuhp.or.jp>

佐久総合病院

検索



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを
採用しています。

