

TAKE FREE

ご自由にお持ちください

VOL.382

JA 長野厚生連佐久総合病院広報誌

2023.7

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

お加減は いかがですか

第75回 佐久総合病院 病院祭

腰椎椎間板ヘルニアの治療 椎間板内酵素注入療法
(ヘルニコア®)



わたしのかかりつけ医

診療室からここにちよ

第62回 農村医学夏季大学講座

旬な食材レシピ

フレー！フレー！フレイルおばあちゃん ～赤ずきんとゆかいな仲間たち～
(第75回病院祭 初期研修医による演劇)

病院祭

4年ぶりの現地開催!!

来場者数1万人越え!



～ウィズコロナのあらたな病院祭～

佐久病院とお茶べり



テーマ「働き方改革と救急医療体制の課題」

住民の方へ状況説明し、ご意見を伺うことができました。

参加者の声

- 我々患者が診療時間外に受診する際は、慎重にならなければと思った。
- 病院の現状や課題について直接お話を伺えて身近に感じました。
- 住民が病院の状況、医師の勤務状態を理解する必要性を感じました。

研修医が熱演 伝統の「劇」復活



『フレー! フレー! フレイルおばあちゃん

～赤ずきんとゆかいな仲間たち～』を上演しました。

脚本・演出すべてオリジナル。創意工夫と笑いに満ちた演劇でした。

医療トピックス

佐久病院で腎移植を受けても大丈夫?

腎臓内科副部長 村上 穰

腎移植について知ってもらい、腎移植を受けられる末期腎不全患者さんを増やすため、当院で行っている腎移植医療について紹介しました。

佐久病院にやってきた手術ロボット

佐久医療センター 副院長 遠藤秀紀

2022年3月に導入した低侵襲ロボット支援手術システム「ダヴィンチXi」について紹介しました。

クリップで治る心臓弁膜症

～心不全患者さんに新しい選択肢～

循環器内科 木村部長

経皮的僧帽弁接合不全修復術について MitraClip® (マイトラクリップ) デモ機と心臓模型を用いてカテーテル治療について説明しました。





第75回

佐久総合病院

またここからはじめよう！



ご挨拶 第75回 病院祭を終えて

4年ぶりとなる現地形式の病院祭を、さる5月21日に開催しました。当日はとても暑い日でしたが、大勢の皆さんにご来場いただき、心より感謝申し上げます。

私たちは、コロナ禍の3年間を過ごすなかで、地域とのつながりの重要性を改めて知ることになりました。その思いをエネルギーに変えて、感染に注意しながら今できる病院祭を、職員一同心を込めて準備しました。お楽しみいただけましたでしょうか？ 今回は再スタートですので、来年以降の病院祭もぜひご期待ください。

第75回佐久総合病院 病院祭 実行委員長 渡辺 仁



血圧測定・
健康おみくじ

新米ドクターの！
佐久ラジ



ふれあいバザー



ドクターカーに乗ってみよう

わいわい広場



療法 (ヘルニコア®)



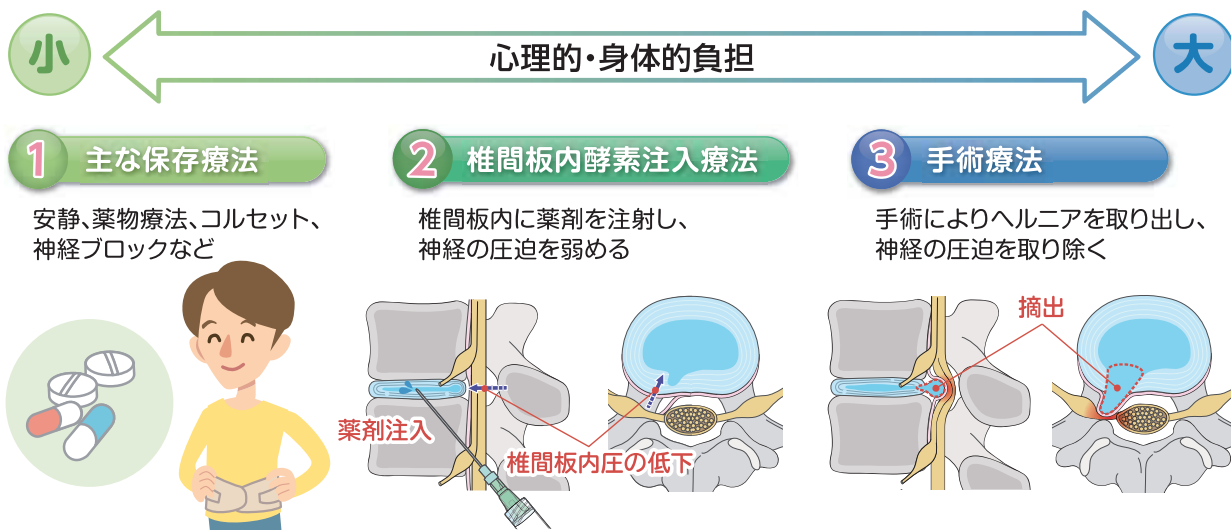
佐久医療センター
整形外科統括部長
ふくしまかずゆき
福島和之

2 椎間板ヘルニアの治療方法

椎間板ヘルニアは、自然に縮小したり、大きさは変わらなくても症状がおさまったりするケースが多いため、まずは保存療法で様子を見ます。保存療法で効果がみられない場合、そのほかの治療方法が検討されます。

腰椎椎間板ヘルニアの治療法は大きく **3** つに分けられます。

※合併症やヘルニアのタイプ、症状によって選択できる治療法は異なります。



イラスト提供: 科研製薬株式会社 (ヘルニコア疾患啓発ポスター) より

注意点

- ① すべての腰椎椎間板ヘルニアの方が対象となる治療法ではありません。治療の可否については医師に相談してください。
- ② 過去にヘルニコアによる椎間板内酵素注入療法を受けた方は、再度この治療法を受けることができません。
- ③ 以下に該当する方は治療前に必ず医師に相談してください。
 - アレルギー体質の方
 - 「腰椎不安定性」の疑いがあると医師から言われたことがある方
 - 変形性脊椎症、脊椎すべり症、脊柱管狭窄症などヘルニア以外の脊椎疾患のある方
 - 既往歴に骨粗鬆症、関節リウマチのある方
 - 妊娠中の方、妊娠している可能性のある方、授乳中の方

佐久医療センター 整形外科

佐久医療センターは、紹介型の病院です。受診を希望される方は、地域のクリニック・かかりつけ医からの紹介状が必要です。

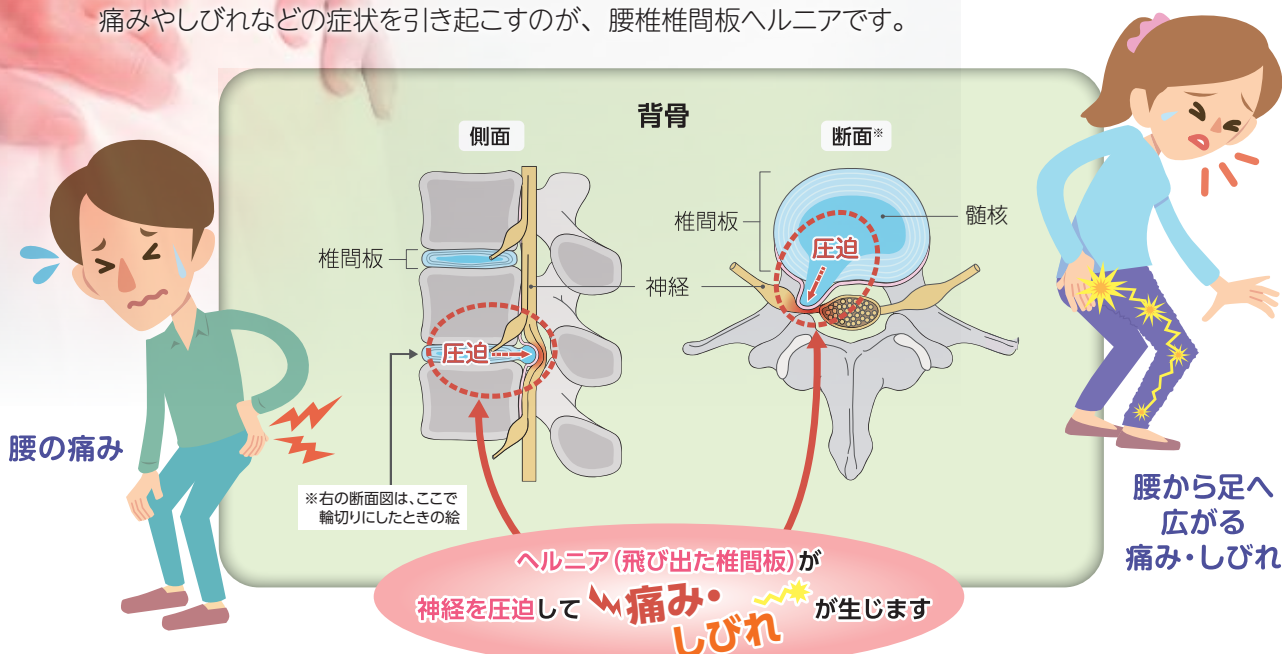


腰椎椎間板ヘルニアの治療 椎間板内酵素注入

1

椎間板ヘルニアはどんな病気？

背骨は椎骨という骨が積み重なってできており、その椎骨の間でクッションの役割を果たしているのが椎間板です。椎間板の中心にはゼリー状の髄核があり、周囲をコラーゲン繊維が囲んでいます。椎間板はとくに、日常生活で負担がかかることが多く、なんらかのきっかけで髄核が飛び出すことがあります。この飛び出した部分をヘルニアと呼び、このヘルニアの付近を通る神経が圧迫されて、痛みやしびれなどの症状を引き起こすのが、腰椎椎間板ヘルニアです。



イラスト提供: 科研製薬株式会社 (ヘルニコア疾患啓発ポスター) より

3

椎間板内酵素注入療法 (ヘルニコア®)

椎間板内酵素注入療法による腰椎椎間板ヘルニアの治療は、「医師要件」と「施設要件」を満たす医療機関でのみ実施可能です。当院は、日本脊椎脊髄病学会指導医が在籍しており、医師・施設ともに要件を満たしているため、ヘルニコアによる腰椎椎間板ヘルニアの治療を行うことができます。

酵素を含んだ薬剤 (ヘルニコア®) を椎間板内に注入して椎間板の組成を変化させることで、ヘルニアが消失し、神経の圧迫を弱めることができるという治療法です。髄核には保水成分が豊富にありますが、ヘルニコアを注射することで、コンドリナーゼという有効成分が髄核内の保水成分を分解します。これにより水分によるふくらみが適度に抑えられるため、結果として神経への圧迫が改善して痛みやしびれなどの症状が軽減するという仕組みです。手術と異なり、傷口は注射痕だけで、入院期間も1泊2日ほどで済みます。

メリット

- ①傷口は注射痕のみ
- ②入院期間が短い(1泊2日ほど)
- ③傷の痛みが少なく、社会復帰が早い



科研製薬株式会社・生化学工業株式会社「ヘルニコアの治療を受けられる方へ」より

受付	診療科	午前/午後	月	火	水	木	金	土(第2・4)
外来受付①	小児科	午前	荻原美紀 坂本昌彦	清水 隆 重田大輔	依田達也 中沢孝行	蓮見純平 牛久英雄(第3のみ) 荻原美紀(第2・4) 山本 歩(第1・2・4・5) 奥田裕也(第1・3・5)	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)	交代制(紹介・再診)
		午後	予防接種	細谷まち子 蓮見純平 重田大輔 こども病院	依田達也 清水 隆 中沢孝行	乳児健診	降旗めぐみ 八木久子(アレルギー 第2・4)	
	小児外科	午前					藤野順子(第1・3・5) 畑中政博(第2・4)	
		午後					藤野順子(第1・3・5) 畑中政博(第2・4)	
	耳鼻咽喉科	午前	飯野 孝 清水雄太 大谷晃嗣	大谷晃嗣(第1・3・5)	小島博己 小林小百合	清水雄太	田中康広	交代制
		午後		大谷晃嗣(第1・3・5)	小林小百合	清水雄太 大谷晃嗣		
	循環器内科	午前	橘 賢廣(新患・再診第2・4) 丸山周作(新患・再診) デバイス外来	南野安正(再診 第2・4)	橘 賢廣(新患・再診) 神津亮輔(再診)	矢崎善一(新患・再診) 土屋ひろみ (再診第1・3・5,新患・再診第2・4)	木村 光(再診) 長谷川智也(再診)	
		午後	南野安正(不整脈外来) 丸山周作(新患・再診)	神津亮輔(新患・再診)	橘 賢廣(再診 第2・4) 近澤優太(新患・再診)	南野安正(再診 第2・4) 土屋ひろみ(新患 第1・3・5)	木村 光(新患) 長谷川智也(新患・再診)	
	血液内科	午前	北原茉莉 中澤剛士	森 勇一 田中順子	三石俊美 中澤剛士	森 勇一	田中順子	
		午後	北原茉莉 田中順子	森 勇一		森 勇一 中澤剛士	北原茉莉	
	呼吸器内科	午前	大浦也明	向角延聡 和佐本論(新患)	柳澤 悟(新患)	大浦也明 和佐本論	向角延聡 柳澤 悟	
		午後	武知寛樹(新患)	向角延聡 和佐本論(再診) 油井貴也	柳澤 悟(再診) 武知寛樹(再診)	大浦也明 和佐本論	向角延聡 柳澤 悟	
外来受付②	腎臓内科	午前	佐々本 格	降旗俊一	村上 稷 樋端恵美子	降旗俊一	交代制	
		午後	柳澤紀子	柳澤紀子 田中健太郎	村上 稷	降旗俊一 佐々本 格 仲野 惟	交代制	
	腎移植外来	午前/午後			村上 稷 大沢紘介			
	糖尿病・ 内分泌内科	午前	天満雄一	高見澤哲也 渡邊琢也	高見澤哲也	堀込充章 天満雄一	堀込充章 渡邊琢也(第2・4)	糖尿病連携/バス外来(第2)
		午後	服部佑亮		服部佑亮			
	リウマチ・ 膠原病内科	午前				小林聡一郎(再診のみ)		
	整形外科	午前	福島和之(脊椎) 串田淑久(上肢) 石黒啓輝(一般) 友利正樹(側弯)(第3)	元古貴之(脊椎) 片桐健太(膝関節) 竹村司(一般) 石井研史(股関節)	片桐健太(膝関節)	福島和之(脊椎) 小川貴久(一般) 王 耀東 (重傷/外傷)(奇数月の第2)	福島和之(脊椎) 串田淑久(上肢) 元古貴之(脊椎) 竹村司(一般) 平澤直之(股関節、第2・4)	鈴木英嗣(上肢)(第2)
		午後	串田淑久(上肢) 小川貴久(一般) 友利正樹(側弯)(第3)	石井研史(股関節)	石黒啓輝(一般)	福島和之(脊椎)		
	形成外科	午前	上原理恵 桑原亜実	大谷津恭之		窪 昭佳 上原理恵 大隈彩加(第1・3・4・5)		
		午後	上原理恵(爪外来)	窪 昭佳 大隈彩加 桑原亜実				
	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 小坂泰二郎	半田喜美也	久保和之(第2)	向山由美 半田喜美也	石毛広雪	交代制
		午後	石毛広雪 小坂泰二郎	向山由美		向山由美 小坂泰二郎 (13日は半田喜美也)	石毛広雪	
	脳神経外科	午前	鹿兒島海衛 米澤あづさ		吉田貴明 小島丈夫 登坂雅彦(第3)		吉田貴明 中沢尚彦 落合育雄 平戸政史(ふるさと外来)(偶数月第4)	
		午後					濱 元拓(第2・4)	
	心臓血管外科	午前		松下努 白鳥一明	豊田泰幸(第1・2・3・5) 新津宏和(第1・2・4・5)	織井恒安	濱 元拓(第2・4)	
		午後			松下努(第1・3・4) 新津宏和 VAD外来		濱 元拓(第2・4)	
	放射線診断科	午前/午後					市川聡裕	
外来受付③	消化器内科	午前	伊藤唯	比佐岳史 西山秀	福島秀樹 山田崇裕	比佐岳史 大瀨良香三	工藤彰治	
		午後			友利彰寿 山田崇裕	福島秀樹(第2・4)	福島秀樹(第1・3・5)	
	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 長瀬通隆(新患)	
		午後	國枝献治 長瀬通隆 宮田佳典(新患)	宮田佳典 長瀬通隆(新患)	長瀬通隆	宮田佳典 長瀬通隆(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 手塚雅登 木村恵太		中山 剛 手塚雅登 木村恵太		中山 剛 手塚雅登 木村恵太	
		午後	中山 剛(特殊診療) 手塚雅登(特殊診療) 木村恵太(特殊診療)		中山 剛(特殊診療) 手塚雅登(特殊診療) 木村恵太(特殊診療) 筒井昌太郎(特殊診療)		中山 剛(特殊診療) 手塚雅登(特殊診療) 木村恵太(特殊診療)	
	消化器外科	午前	秋山 岳 杉原毅彦(第2・4) 真岸亜希子(第1・3・5)	恩田真二 堀内 亮 杉原毅彦(第1・3・5) 真岸亜希子(第2・4)	竹花卓夫 河合俊輔 遠藤秀俊 ヘルニア外来	秋山 岳 羽村凌雅 ヘルニア外来(第2・4)	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	恩田真二 恒松雅 杉原毅彦(第1・3・5) 真岸亜希子(第2・4)	河合俊輔 遠藤秀俊	依田惇志(第2・4) ヘルニア外来(第1・3・5)	當間大樹	
	外 科	午前	西澤延宏(外科)					
	甲状腺外科	午後						
	婦人科	午前	中島雅子(第1・3・5) 山中桜(第2・4)	小口治	牧内玲子	近藤沙織(第1・3・5) 牧野内理子(第2・4)	曾根原健太(第1・3・5) 鈴木貴士(第2・4)	
		午後						
	産科	午前	牧野内理子	牧内玲子	曾根原健太(第1・3・5) 小口治(第2・4)	中島雅子(第1・3・5) 鈴木貴士(第2・4)	山中桜(第1・3・5) 近藤沙織(第2・4)	
		午後	交代制	交代制	交代制		交代制	
	遺伝診療科	午前				降旗めぐみ		
		午後				國枝献治		
通院治療 センター	緩和ケア内科	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	
	放射線治療科	午前	大久保 悠 堀込瑛介	大久保 悠 持田慧史郎	大久保 悠 持田慧史郎	大久保 悠	持田慧史郎 熊澤琢也	
		午後	大久保 悠 堀込瑛介	大久保 悠 持田慧史郎	大久保 悠 持田慧史郎	持田慧史郎	持田慧史郎 熊澤琢也	
	皮膚科	午前					齋木実 渡邊あすか	
		午後	吉田香奈子					
	リハビリ テーション科	午前	交代制	交代制	交代制	交代制	交代制	交代制
		午後	交代制	交代制		交代制	交代制	
	眼科	午前			交替制			
		午後						
入院患者の み	外 来 受付②	午前	松島澤太郎 松島澤太郎 交代制	松島澤太郎 松島澤太郎	松島澤太郎 松島澤太郎	松島澤太郎 松島澤太郎 交代制	松島澤太郎 松島澤太郎	松島澤太郎
		午後						

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8:00～11:00	青松棟吉 星野奈津子 嶋崎剛志 藤井裕菜 山田 衛	鄭 真徳 池村正和 塩ノ崎 萌 宇戸谷翔太 藤澤郁哉	小松裕和 柳井真知 宮村保吉 宮下尚輝 櫻庭健太郎	山本 亮 小林和之 窪田淳志 長谷部敬子	三宅晃史 星野奈津子 新妻智紗 松村知彦 鄭 真徳	
			午 後	鄭 真徳 青松棟吉 矢藤有梧 山田 衛	伊藤泰斗 宇戸谷翔太 藤澤郁哉	三宅晃史 柳井真知 櫻庭健太郎	青柳佳奈子 木下裕介(第1・3・5) 窪田淳志 宮下尚輝 睡眠時無呼吸外来	三宅晃史 新妻智紗 松村知彦	
			午前受付8:00～11:00	高松道生(第2・4) 萩原正大(第1・3・5) 北澤彰浩 池井 肇 (2次検診 8:30～9:00) 飯島 浩宣		池井 肇 (2次検診 8:30～9:00)	飯島 浩宣	萩原正大 池井 肇 (2次検診 8:30～9:00)	
			午 後	北澤彰浩 萩原正大(第1・3・5) 飯島 浩宣	西本 寛(2次検診外来)	西本 寛(2次検診外来) 萩原正大(第2・4) 健康診断	健康診断・予防接種(第1・2・4・5)	萩原正大(第1・3・5)	
	中央外来	呼吸器内科	午前受付8:00～11:00		木村哲郎 木村哲郎	両角延聡(第2・4) 大浦也明(第1・3)	木村哲郎		
			午 後						
		循環器内科	午 前	矢崎善一 (第1・3・5)(9:30～)		柳沢 聖	木村 光(第1) 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)	池井 肇		木村 光 (第1 心臓デバイス) 木村 光(第3・5)		
		腎臓内科	午前受付8:00～11:00		池添正哉		池添正哉		
			午 後		池添正哉		池添正哉		
		リウマチ 膠原病内科	午 前	牛山 哲(新患)	松田正之 荻原暉子(新患) 小林聡一郎(新患)	牛山 哲 小林聡一郎	牛山 哲	松田正之 荻原暉子	
			午 後	小林聡一郎		荻原暉子 小林聡一郎	牛山 哲	松田正之	
		血液内科	午 前				三石俊美		
			午 後				三石俊美		
		漢方内科	午前受付8:00～11:00				松橋和彦		
			午 後				松橋和彦		
		整形外科	午前受付8:00～10:30	松本世津(8:00～10:00)		大学医師	坊 昭彦(第2・4金曜の前日) 松本世津(第1・3・5) 坊 昭彦(第2・4金曜の前日)	坊 昭彦(第2・4) 松本世津(第1・3・5) 坊 昭彦(第2・4)	
			午後受付13:00～15:30						
		脳神経外科	午前受付8:00～10:30	渡辺 仁		河野和幸 渡辺 仁		河野和幸 渡辺 仁	
			午 後			河野和幸		河野和幸	
		脳神経内科	午 前	小林千夏(新患)	小林千夏 尾澤一樹(新患)	尾澤一樹 高橋佑介	尾澤一樹 小林千夏 高橋佑介(新患)		
			午 後						
		海外渡航者外来	午 前						
			午 後						
	南外来	代内分 泌内科	午 前	堀込充章 渡邊遼也 長澤武志 堀込充章	萩原正大 天満雄一	服部佑亮	高見澤哲也		坂本昌彦/天満雄一
			午 後						
		ポリファーマシー 外来(第2・4)	午 前						
			午 後						
2階	外科	外科	午前受付8:00～11:00 (乳腺外来は10:00まで)	向山由美 夏川周介(第3 休診)	西澤延宏 小坂泰二郎	西澤延宏 山本 博 半田喜美也 工藤 恵	石毛広雪 山本浩二(肛門外科)	山本亮平 白鳥一明	山本浩二(肛門外科)
			午 後	植松 大 向山由美	小坂泰二郎	細谷米司(第2・4) 工藤 恵 下肢静脈瘤外来	石毛広雪	山本亮平 白鳥一明	
	形成外科	形成外科	受付月・木8:00～10:00 (水・金)8:00～11:00	大谷津恭之 大隈彩加		大谷津恭之	大谷津恭之	大谷津恭之	
			午前受付8:00～11:00	細谷まち子/中沢孝行 交代制 山本 歩	中沢孝行/交代制 木村宜子 細谷まち子 佐藤真菜(第1・3・5)	荻原美紀/交代制 細谷まち子	細谷まち子/交代制 木村宜子 山本 歩(第3)	交代制 細谷まち子 重田大輔(第1・3・5) 中沢孝行(第2・4)	細谷まち子(第2) 中沢孝行(第4)
	小児科	小児科	午後受付14:00～16:00	細谷まち子/中沢孝行 山本 歩	中沢孝行 木村宜子 予防接種 佐藤真菜(第1・3・5)	交代制 細谷まち子 荻原美紀	交代制 木村宜子	交代制 細谷まち子 重田大輔(第1・3・5) 中沢孝行(第2・4)	
			受付月8:00～10:30 (水)8:00～15:00 (木)8:00～10:30		清水雄太(第2・4)		大谷晃嗣		
	耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科				小松正彦			
	皮膚科	皮膚科	午前受付8:00～10:30	吉田香奈子	吉田香奈子 渡邊あすか	渡邊あすか	交代制 長谷川淳一(第1・3)	吉田香奈子 齋木 実	
			午 後			交代制			
	泌尿器科	泌尿器科	午前受付8:00～10:30	柏原 剛	柏原 剛 須田紗代	柏原 剛 須田紗代	柏原 剛 須田紗代	柏原 剛 須田紗代	
			午 後	柏原 剛	山ノ井万里子(第2・4)	柏原 剛 須田紗代		柏原 剛(第2・4) 須田紗代(第2・4)	
	女性泌尿器科	女性泌尿器科	午 前	須田紗代				須田紗代(第1・3・5)	
			午 後						
	眼科	眼科	午前受付8:00～10:30 ※状況により制限する場合があります	井出光直 金井秀美 周 麗花	松本牧子	井出光直 金井秀美 尤 俊博 周 麗花	金井秀美 尤 俊博 周 麗花	松本牧子 高瀬 博	交代制
			午 後	井出光直 金井秀美 周 麗花		井出光直 金井秀美 尤 俊博 周 麗花	金井秀美 尤 俊博 周 麗花 松本牧子(第2・3・4・5) 三浦文英(第1・2・4・5)	高瀬 博	
	精神神経科	精神神経科	午 前	大西直樹 伊澤 敏 平野 亘(第1)	大西直樹	大西直樹	笠原信行 城甲泰亮 金山浩信 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(第4) 笠原信行(第4)
			午 後	伊澤 敏 平野 亘(第1)		笠原信行	伊澤 敏	狩野正之 川原伸夫(第2・4)	
	心療内科	心療内科	午 前		伊澤 敏			飯田俊穂(第3)	木村宜子(児童精神)
			午 後		伊澤 敏			飯田俊穂(第3) (歯科)美濃和秀幸	交代制
	歯科口腔外科	歯科口腔外科	午前受付8:00～11:00	宮田幸長 藤浪さや(り) (歯科)美濃和秀幸	宮田幸長 藤浪さや(り) (歯科)美濃和秀幸	宮田幸長 藤浪さや(り) 新井 剛(第2・4) (歯科)美濃和秀幸	熊坂 祝 宮田幸長 藤浪さや(り) (歯科)美濃和秀幸		
			午 後	熊坂 祝 宮田幸長 藤浪さや(り) (歯科)美濃和秀幸	熊坂 祝 宮田幸長 藤浪さや(り) (歯科)美濃和秀幸	熊坂 祝 宮田幸長 藤浪さや(り) 新井 剛(第2・4) (歯科)美濃和秀幸	熊坂 祝 宮田幸長 藤浪さや(り) (歯科)美濃和秀幸	(歯科)美濃和秀幸	
	ペインクリニック科	ペインクリニック科	午前受付8:30～11:00	深澤正之	深澤正之	深澤正之(第1・3・5) 後藤真也 田村 真(第2)	深澤正之	深澤正之(第2・4・5)	浅野克則(第2)
			午 後	深澤正之	深澤正之	深澤正之(第1・3・5)			
	リハビリテーション科	リハビリテーション科	午 前	太田 正	交代制	穴戸康恵	交代制	交代制	
			午 後	太田 正	交代制	太田 正(装具外来)	交代制	交代制	

小海分院 外来診療担当表

は予約制 (令和5年7月1日現在)

診療科	時間	月	火	水	木	金	土 (第2・4)
内科	午前 新患 11:00 まで	山田 繁 交代制	由井和也 向山和彦	山田 繁 青柳佳奈子	荻原 淳 交代制	由井和也 伊藤泰斗	交代制
	午後	山田 繁 松橋和彦 (漢方外来)	山口 博 交代制	山口 博 交代制	荻原 淳 交代制	塩ノ崎 明	
循環器内科	午前				柳澤 聖 (第1・3)		
	午後			石井博之	柳澤 聖 (第3) ペースメーカー外来 12:00 ~ 池井 肇 (第2)		
小児科	午前	清水 隆	日野原陽一	日野原陽一	清水 隆	清水 隆	
	午後	清水 隆	日野原陽一 受付 15:00 まで	予防接種	清水 隆	清水 隆	
外科	午前		清水義雄	清水義雄	清水義雄 (第2・4・5)	清水義雄	
	午後		清水義雄	清水義雄	清水義雄 (第2・4)	清水義雄 (第1・3・5)	
整形外科	午前	尾形淳子		塩川 司 (9:30 ~ 診察開始) 受付 11:00 まで	尾形淳子	福島和之 (第2・4) 受付 9:30 まで	
	午後	塩川 司	塩川 司		塩川 司		
リハビリ科	午前		藤井博之				
脳神経内科	午後	松田正之 (第4) ※				交代制 (第4) ※	
泌尿器科	午後					柏原 剛 (第1) ※	

※脳神経内科・泌尿器科は、月により診察週が変更になる場合があります。

小海診療所 外来診療担当表

は予約制 (令和5年7月1日現在)

診療科	時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前	木下裕介	北澤彰浩	木下裕介	由井和也	木下裕介	
専門外来	午後				眼科 (第1・3) 皮膚科 (第2・4)	フットケア (第3)	

ゴーヤチャンプルー

旬な
食材レシピ 4

太陽の光がさらに強くなってくるこの季節。暑さに
疲れた身体をいたわるレシピをご紹介します。

夏野菜のゴーヤは、ほどよい苦味が食欲を増進させ、豊富な栄養からは、
むくみ予防や美肌効果を期待できます。夏バテ対策として、豚肉と組み合わせて食べるのがおすすめです。



材料 (2人分)

ゴーヤ	1/2 本
木綿豆腐	1/2 丁
豚バラ肉	80g
卵	1 個
サラダ油	小さじ1
ごま油	小さじ1
醤油	小さじ1
中華だし	小さじ1/2

作り方

- ① ゴーヤを縦半分に切り、種とワタを除いて薄くスライスし、塩もみ (分量外) する。
- ② 豚肉と豆腐を一口大に切る。
- ③ フライパンにサラダ油を入れ、豆腐を焼き色がつくまで炒め、一度取り出す。
- ④ ③のフライパンにごま油を入れ、肉を炒め、火が通ったらゴーヤを入れてさらに炒める。
- ⑤ フライパンに豆腐を戻し入れ、醤油と中華だしで味付けする。
- ⑥ 溶き卵を回し入れたあと、軽く炒めて器に盛り付ける。



1人分の栄養量

エネルギー	: 315kcal
たんぱく質	: 15.6g
脂 質	: 25.0g
塩 分	: 0.6g



調理の
ポイント

Point

- ・豆腐は崩れにくい木綿がおすすめです。下ごしらえでしっかり水切りをしましょう。
- ・卵は入れたあと10秒ほど待ってから炒めると、具材に卵がしっかり絡んで固まります。

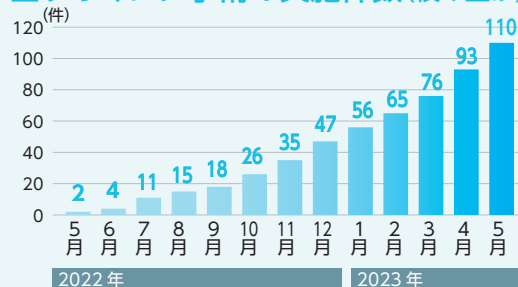


佐久医療センター
栄養士
つちやかな
土屋佳奈

佐久医療センターでのダヴィンチ手術が 100症例を達成しました!!



■ダヴィンチ手術の実施件数(積み上げ)



佐久医療センターは2022年3月、長野県東信地域では初となる「ダヴィンチXi」を導入しました。これまでに泌尿器科、消化器外科、呼吸器外科、産婦人科においてダヴィンチを使用したロボット手術を行い、2023年5月に100症例を達成しました。今後もダヴィンチチーム一丸となって治療に取り組んでいきます。

第62回 農村医学夏季大学講座

ZOOM 同時配信

メインテーマ

地域医療をともにつくる

～医師の働き方改革と持続可能な医療をみんなで考える～

とき 7/21 | 金 ~ 22 | 土

ところ JA 長野厚生連佐久総合病院
農村保健教育ホール

時 刻	テ ー マ
1日目 7/21 金	13:30~14:40 《若月賞受賞講演》生活困窮者支援の現場から 一般社団法人つくろい東京ファンド 代表理事 稲葉 剛 氏 15:00~16:10 《若月賞受賞講演》これからの精神医療保健福祉のあり方について思うこと ～愛媛県愛南町における精神科医療の構造変革に取り組んで～ 公益財団法人正光会御荘診療所 特定非営利活動法人ハートinハートなんぐん市場 長野敏宏 氏 16:30~17:40 《講演》働き方改革と今後の医療提供体制 厚生労働省保険局 医療課課長補佐 加藤琢真 氏
2日目 7/22 土	9:00~10:10 《若月賞受賞講演》私が頂いたこと、見たこと、これからすること 環境NGOグリーン・アクション代表 アイリーン 美緒子 スミス 氏 10:30~11:40 《講演》患者の理解が不可欠な医師の働き方改革とチーム医療 認定NPO法人ささえあい医療人権センターCOML 理事長 山口育子 氏 13:00~15:00 《シンポジウム》地域医療をともにつくる ～医師の働き方改革と持続可能な医療をみんなで考える～ 厚生労働省保険局 医療課課長補佐 加藤琢真 氏 佐久総合病院 副院長兼診療部長 鄭 真徳 佐久広域連合長 柳田清二 氏 認定NPO法人ささえあい医療人権センターCOML理事長 山口育子 氏

《司会》佐久総合病院小海分院
院長 由井和也

参加 どなたでも参加できます 〈受講料〉3,000円 (1日のみ参加は1,500円)

受講希望の方は、佐久総合病院ホームページ (<http://sakuhp.or.jp/ja/>) をご覧ください➡



申し込み・問い合わせ

第62回農村医学夏季大学講座事務局

長野県佐久市臼田197 佐久総合病院健康管理部
(直通) TEL.0267-82-2677 FAX.0267-82-7034

前立腺肥大症でお困りの方に 水蒸気の熱を利用した 内視鏡手術 (WAVE 治療) を開始しました

佐久総合病院 (本院) 泌尿器科副部長 須田 紗代



WAVE 治療 (Water Vapor Energy Therapy: 経尿道的レーザー前立腺水蒸気治療) は、水蒸気の熱を利用して前立腺を縮小させる治療法です。体に優しい (低侵襲な) 治療法として 2022 年 9 月から保険適用となり、佐久総合病院 (本院) 泌尿器科では今年 3 月に開始しました。

従来の経尿道的レーザー前立腺手術 (蒸散、核出、切除など) は 1～2 時間ほど手術時間がかかりましたが、WAVE 治療では 5 分間前後と大幅に短縮されます。入院期間も約 7 日から 2 泊～3 泊に短くなります。ただし、効果が出るまでに 1 カ月ほどかかります。この治療は、術後 5 年時点でも安定した効果と性機能の維持が示唆されており、今まで基礎疾患などが原因で手術治療ができなかった患者さんにも行えるメリットがあります。

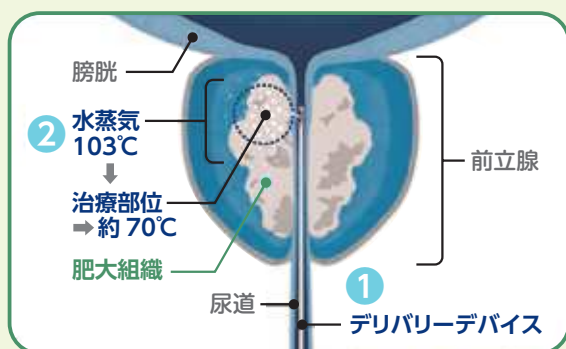
治療方法

Rezüm (レジューム) と呼ばれる治療用水蒸気発生デバイスの専用針を、尿道から肥大した前立腺の内部に穿刺し、高温スチームによって前立腺組織を 70℃ まで加熱します。その熱により組織が壊死・退縮し、結果として尿道の圧迫による症状を和らげることができます。

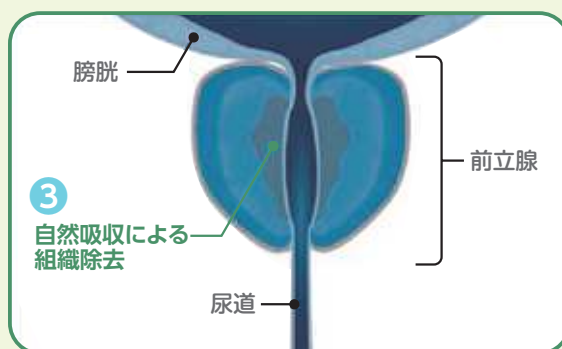


WAVE 治療の流れ

術前



術後



WAVE 治療の適応

- 前立腺肥大症による排尿困難症状があり、薬物療法 (飲み薬) の効果も不十分で症状が強い方
- 尿閉 (尿が出ないためカテーテルの挿入が必要な状態) だったことがある方
- 性機能の温存を希望される方
※ 治療後、完全な温存とはなりません
- 全身状態や基礎疾患の状態によって、従来の経尿道的手術療法が困難な方

〈参考〉日本泌尿器科学会：経尿道的水蒸気治療に関する適正使用指針

https://www.urol.or.jp/lib/files/other/guideline/rezum_use_guidance.pdf

注意点

- 術後は前立腺のむくみや、尿が非常にに出にくくなるといった一過性の症状が出ます。そのため、術後数日～1 週間ほどは尿道にカテーテルを入れた状態での生活をお願いしています。カテーテルは外来受診日に抜去します。
- 血液をサラサラにする薬 (抗凝固薬・抗血小板薬) を休薬しなくても、手術可能です。ただしその場合は、血尿の有無に注意する必要があります。

〈お問い合わせ〉佐久総合病院 (本院) 泌尿器科外来
TEL:0267-82-3131 (代表) / 平日 15:00～17:00



アイ Aiクリニック

2023年5月に小諸市に開院

院長: 相澤 充 (あいざわ みつる)
 診療科: 整形外科・
 リハビリテーション科
 休診日: 木曜日、日曜・祝日
 住 所: 小諸市大字諸 303
 デリシア小諸インター店敷地内
 電 話: 0267-25-0555



★診療時間

	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:30～12:00	○	○	○	×	○	8:30～13:00	×	×
14:30～19:00	○	○	○	×	○	×	×	×

☆スタッフ数

医師1名、看護師1名、事務1名、理学療法士3名
 他 非常勤の理学療法士数名



☆小諸市に開院したきっかけは?

駐車場が広く、国道沿いでインターチェンジにも近い
 ため、通院に便利な立地だと思いました(私の住んで
 いる佐久からは遠くなってしまうが...)。私のめざ
 す医療を行ううえで、立地や建物の広さなど条件が
 一致したのが、小諸市にある現在の場所でした。

☆クリニックの特色・アピールポイントは?

来院された方はまず、リハビリ室の広さ(180㎡)に驚
 かれます。私たちの気合の表れと説明しております
 (笑)。また、よいのは広さだけではなく、スタッフも優
 秀です。老若男女を問わず、地域の皆さまにご利用
 いただきやすい環境を心がけております。
 もともとサッカーやフットサル、スキーなどスポーツの
 現場に医師として携わってきたこともあり、スポーツ
 選手の治療には力を入れており、またスタッフが現場
 に帯同することも積極的に勧めています。

☆診療のモットーは?

当然ながら「適切な診療と診断」と格好よく言いたい
 ところですが、私には力が及ばないケースも出てくると思
 います。その際には「分からない」で済ませず、相談のう
 え適切な医療機関を紹介するよう心がけています。本
 来なら手術が必要な疾患に対してタイミングを逸する
 ことのないよう診療していきます。

☆地域の方へメッセージをお願いします。

佐久に住んで早20年以上になります。小諸市は隣町と
 はいえ、来てみるとまだまだ知らないお店や路地があり、
 これからゆっくり探検してみたいと思っています。開院
 にあたり近隣の先生方に非常によくしていただき、お食
 事も一緒にさせていただくなかで、改めて小諸で長く仕
 事をしていく決意をいたしました。少しでも地域の皆さ
 さんの健康やスポーツ活動に寄与できるように頑張ります。
 どんなことでもお気軽にお声がけください。



リハビリ室

☆略歴 1996年 山梨医科大学(現山梨大学医学部)卒業
 同年 東京医科歯科大学整形外科勤務
 2000年 佐久総合病院整形外科勤務
 2006年 医療法人アレックス勤務
 2019年 医療法人修文会柳澤クリニック分院勤務
 2023年 Aiクリニック開院

相澤先生の
プロフィール

〈認定・所属学会〉日本整形外科学会専門医、日本スポー
 ツ協会公認スポーツドクター、日本整形外科学会運動
 器リハビリテーション医 ほか、日本臨床スポーツ医
 学会、日本運動器学会、日本関節鏡・膝・スポーツ整
 形外科学会、AC長野パルセイロレディースチームドク
 ター、ポアールフットサルクラブチームドクター、全日
 本スキー連盟情報医科学委員

佐久総合病院



佐久総合病院
ホームページ



佐久総合病院
YouTube



佐久総合病院
Twitter



スマートフォン
タブレットを
QRコードに
かざして
読み取ってね



新型コロナワクチン 接種



ペインクリニック科
Twitter



佐久総合病院
看護専門学校



佐久総合病院
看護専門学校
ホームページ



佐久総合病院
看護専門学校
YouTube



佐久総合病院
Instagram



佐久総合病院
休診日

7月

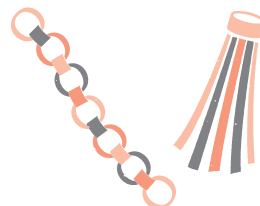
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

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	30



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、
お問い合わせのうえ、受診してください。

月	日	医療機関 + 電話番号 (0267)
7	2	野澤医院 62-0272 佐久平整形外科クリニック 66-7150
	9	フルタクリニック 63-0202 佐久平透析クリニック 65-7700
	16	三木クリニック 77-7376 みさと皮膚科クリニック 78-3132
	17	佐久心臓血管クリニック 67-0022 佐久平スカイ眼科 78-3936
	23	金澤病院 67-2048 斎藤産婦人科医院 62-0823
	30	川西赤十字病院 53-3011 佐久平エンゼルクリニック 67-5816
8	6	関口内科クリニック 63-5100 いまいレディースクリニック 66-7050
	11	わかば内科クリニック 67-6655 おおくら皮膚科 65-9915
	13	しのはら消化器内科クリニック 63-1107 雨宮病院 82-5311
	20	角田医院分院 68-0550 くろさわ病院 64-1711
	27	佐久心臓血管クリニック 67-0022 佐久平こころのクリニック 68-8556

お加減は
いかがですか

VOL.382

令和 5 年 7 月 1 日発行



JA長野厚生連
佐久総合病院

発行責任者 渡辺 仁

〒384-0301 長野県佐久市臼田197 TEL:0267-82-3131 FAX:0267-82-9638

〈佐久医療センター〉TEL:0267-62-8181 〈小海分院〉TEL:0267-92-2077

http://www.sakuhp.or.jp

佐久総合病院

検索