



ペインクリニック（イメージ） 中島医師

目次

- 2 新年のご挨拶
- 4 **特集 1 「ペインクリニック」のご紹介**
- 8 **特集 2 「再構築へのあゆみ」⑦**
- 12 医療人のコラム
- 13 私のかかりつけのお医者さん
- 14 知っておきたい豆知識
- 16 治療食シリーズ
- 18 みなさまからのご意見
- 19 お知らせ
- 20 トピックス
- 24 診療担当医表



J A 長野厚生連
篠ノ井総合病院

日本医療機能評価機構認定病院・臨床研修指定病院

<http://shinonoi-ghp.jp>

平成二十六年



謹賀新年

午年



新年のご挨拶

院長 木村 薫

あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、希望に満ちた幸多き新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。

日ごろは当院の運営に際し、地域住民の皆様、更級、千曲医師会の先生方、地元 J A、関係行政、関連大学などの皆様にご支援をいただき誠にありがとうございます。医療費抑制、医師看護師不足など厳しい医療情勢ではありますが皆様方のご支援、ご理解、ご協力のお陰で何とか地域医療を守ることが出来、心より感謝申し上げます。

昨年は東日本大震災の復興が進まない中、台風による風水害、ハリケーンによる災害など大災害が相次ぎ、猛暑まで重なった大変な年でした。自然の力には抗し難く、自然と戦うのではなく、いかに共生していくか考えさせられました。そのため昨年秋には大災害を想定した二回目の災害訓練を実施しました。その結果、一昨年の一回目の訓練に比べてとてもスムーズに対応できるようになりました。災害はいつ来るかわかりません。備えあれば憂いなし、今後も毎年訓練を積み重ね、盤石な体制を作り上げたいと思います。

またソフト面だけでなく、災害や高度医療に対応するハード面の整備をするため、病院南に地下一階、地上六階、屋上にヘリポートを設置した免震構造の災害に強い新病院建設着工を昨年三月にいたしました。完成の暁には地域の災害、救命センター



第2回災害対応訓練





工事現場越しに見える篠ノ井中央公園

平成 29 年完成予想図



となるとともに、癌、脳卒中、心臓病、周産期（産科）、透析、外傷、内視鏡検査及び手術、リウマチ膠原病、糖尿病、睡眠時無呼吸治療、尿路結石治療、スポーツ医学、不妊治療など、高度で特色ある医療を展開し、住民の皆さんの命と健康を守る一大拠点として今まで以上に頑張る所存でございます。

新病院は、病床数は四三三床と同じですが延べ床面積は現在の一・八倍、特に救急、集中治療室（ICU、HCU）、手術室、地域周産期母子医療センター等に力を入れ総額一三〇億円、九年がかりの壮大な計画です。隣接地には災害時の避難場所もかねた篠ノ井中央公園も出来、病院の環境は素晴らしくなります。

当院は救命センターを中心とした急性期医療を担います。しかし急性期医療だけでは地域の皆さんの一生を看ることはできません。当院は急性期医療を、慢性期の患者さんは開業医や地域の老健施設、新町病院にお願いし、この地域で生まれてから亡くなるまでの医療を提供出来る地域完結型の医療を目指します。医療資源には限りがあります。外来は開業医で入院は病院でというように分業することで、医師不足で多忙な病院医師がより重症な患者の診療に力を注げるようになります。住民の皆さんには、かかりつけ医を持っていただいて普段はかかりつけ医、高度な検査や入院が必要になったらかかりつけ医に紹介状を書いてもらい病院を受診する様お願いいたします。

さて当院は本年創立四十七周年を迎えます。開院時はわずか三〇床の病院でしたが、地域の皆様の御支持のおかげで四三三床の長野市南部の中核病院に発展いたしました。この地域の医療を末永く守るため、これからもより一層急性期病院として高度医療、救急医療に力を入れ安全で信頼される病院になるよう努めてまいります。皆様にとって本年が良い年であるように願うとともに、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。



二〇一四年一月一日

ペインクリニック のご紹介



麻酔科統括部長

中央手術センター長 中島浩一

今回はペインクリニックについてです。ペインクリニックで開業されている先生もいらっしゃるの最近では一般にも知られてきているとは思いますが、どのような病気にどのような治療をしているのか今回はお話ししたいと思います。

◆ペインクリニックとは

痛みの治療をする部門で、ペインクリニックをしている医師は、麻酔科出身の医師が多いです。私も麻酔科部長ですので毎日手術室で外科や整形外科などの手術の麻酔を担当しております。われわれの担当している手術の多くは全身麻酔ですので眠っている間に手術は終わってしまうのですが、手術が終わり、麻酔が覚めてくると痛みが出てきます。術後の痛み止めとして、鎮痛剤の投与もされますが、もうひとつの有用な手段として、神経ブロックという方法があります。麻酔科医師は、日常的に行っているこの神経ブロックの技術を痛みの治療に応用しています。

◆硬膜外ブロック

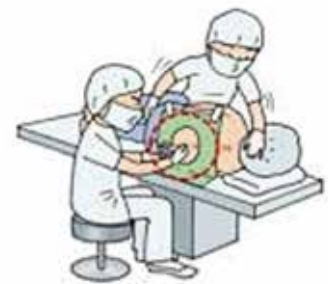
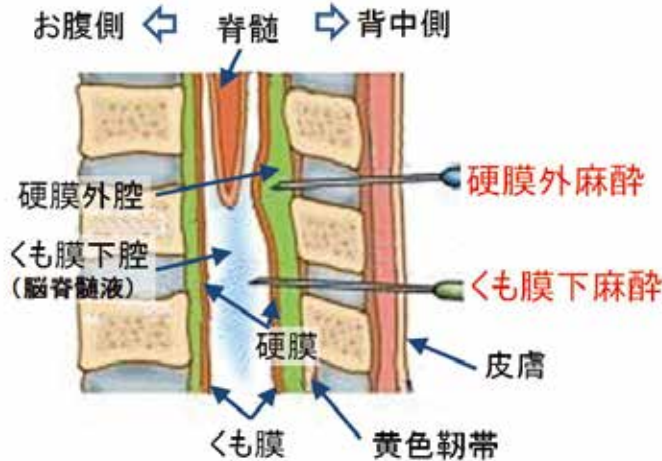
当科で最も多く行っている神経ブロックです。人間の背骨には体重を支える椎体と、その背側に神経を通す脊柱管があります。椎体と椎体の間には、椎間板というクッションのようなものがあり、これがあるおかげで背中を丸めたり伸ばしたりでき

るわけですが、何らかの原因で椎間板が背中側にとびだして神経や脊髄を圧迫することがあります。これが椎間板ヘルニアです。圧迫されている神経に応じた症状（その神経の行き先の部位の痛み、しびれ）がおこります。また、年齢を重ねていくと背骨がだんだんと変形していつか、神経の通り道が狭くなり、やはり神経が圧迫されることによつて症状が出ます。これが脊柱管狭窄症です。また、上下の椎体がずれてしまうと神経の通り道が狭くなります。すべり症と言われるものです。ほかにもいくつかありますが、いずれも何かが神経を圧迫して痛みやしびれを起こしています。このような症状が出てつらくなったら整形外科を受診し、まずは安全な内服治療をします。リハビリや整体もいいかもしれませんが、症状が重く、生活に支障をきたす場合には、最終的には手術が必要な場合もあるでしょう。しかし、手術をするほど悪くない、かといって飲み薬だけでは辛い、という人もいます。このような場合、硬膜外ブロックが有効なことがあります。整形外科疾患以外にも慢性疼痛、たとえ

どんな**麻酔**をするのでしょうか？

こうまくがい ますい
硬膜外麻酔
せきすい まくか ますい
脊髄くも膜下麻酔

せきすい
脊椎(背骨)の間から
脊髄のまわりに薬を入れて
麻酔をする。



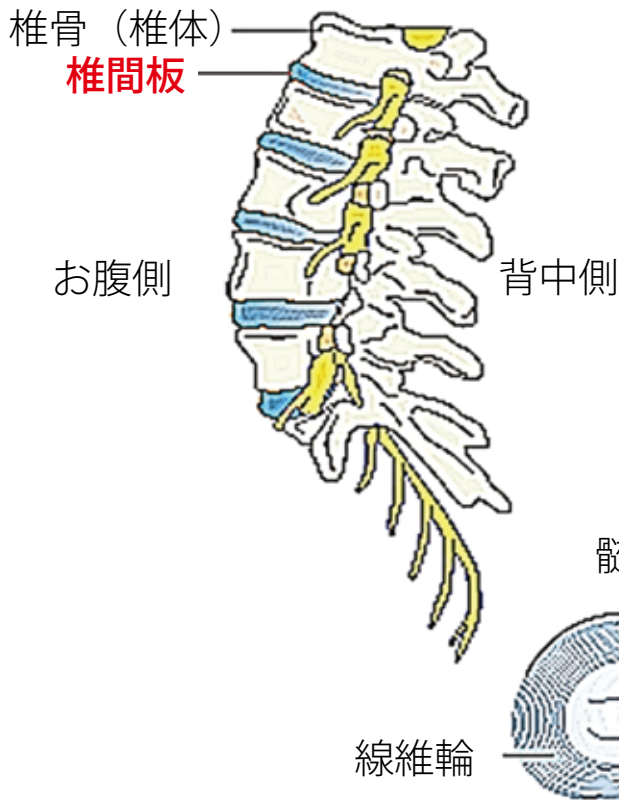
◆実際のブロックは

ば帯状疱疹後神経痛なども適応となることもあります。帯状疱疹とは水疱瘡のウイルスが神経に残っていて体調が悪くなった時をさかいに体に帯状の水疱ができ、そのあと神経痛が残るものです。

実際のブロックですが、当院のブロック注射は、手術室で行っています。神経の近くに薬を入れますのでなるべく清潔な操作をしたいのと、以下に述べる合併症が起こってしまったとき、手術室だと必要な機材、人員が確保しやすいことがあげられます。着替えてもらった後ベッドの上で横向きになってもらい、まず針を刺すときの痛み止めとして前麻酔をします。その後、持ちやすいように羽根のついた針を進めていきます。硬膜とは脊髄や神経を入れてある袋のことです、その中に脳脊髄液に浮かんで、脊髄や神経が入っています。豆腐のパックのように大事な神経などを保護するのに最適な構造になっています。その背中側には黄色靭帯というものがあって背骨を固定

しています。硬膜外とはこの硬膜と黄色靭帯の間のことをいいます。針先が黄色靭帯の中にあるときは、水を入れた注射器をつけて押してみてもまったく入りませんが、針を進めて針先が靭帯の先に入ると抵抗がなくなって水が入ります。硬膜外腔に針先があるのを確認したら局所麻酔薬と炎症を抑える薬を入れます。ブロックの後一時間くらい休んでいってもらいます。

硬膜外ブロックでは局所麻酔薬を使用しますので、どんな痛みもとらずあえず一時的に痛みが軽くなります。ブロックの効果は麻酔が切れてくるとなくなるはずなのですが、痛みの楽な時間が長く続くことも多いのです。痛みのメカニズムは完全には解明されてはいませんが、教科書に載っていることを総合すると、痛みを生じている患者さんが、治療を受けず痛みを放置すると、交感神経の緊張から血管が収縮し血液の循環が悪くしてしまい、局所的に発痛物質が生じて痛み、痛みによって交感神経が緊張する。この悪循環が、痛みを持続させてしまうということのようです。硬膜外には痛みを伝える神経の他にも、血管



硬膜外ブロック

※イメージ写真撮影用に手袋はしていません。

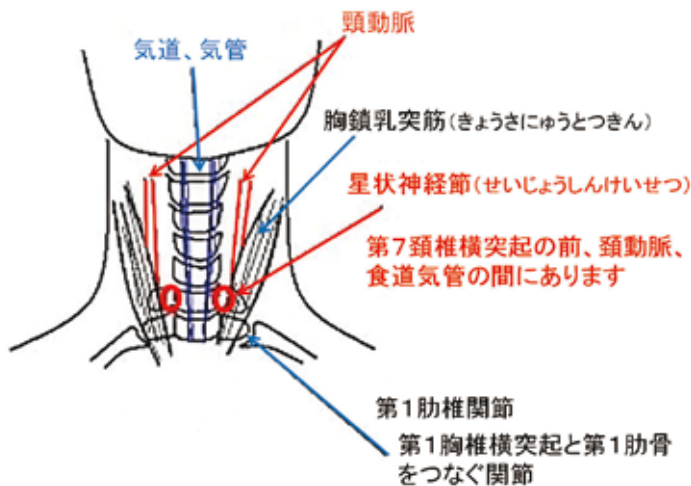
椎間板の断面イメージ

をしめて血流をコントロールしている交感神経も通っています。局所麻酔薬で、交感神経を一時的に麻酔してやると、血管がゆるみ血液の循環が良くなり、たまっていた痛みの原因物質が、循環の回復した血液に流し出されます。また、抗炎症作用の薬をまぜることにより、痛みの原因物質が作られにくくなりさらに効果的です。一回の注射の効果は短時間ですが、この神経ブロックを重ねる事で痛みがすっかり消える患者さんもあるようです。

◆注意点をあげます

いいことばかりではありません。なので、注意点をあげます。一つはブロックでは効果のない場合があるということです。神経の圧迫が強すぎるときには麻酔薬の効果がなくなるとまた元の痛みの痛みが戻ってきてしまいます。一回では効果のほどはわからないので、四〜五回はやってみますが、それでもブロック前と殆ど痛みが変わらなかつたりすることもあります。もう一つは合併症です。どんな名人がやっても一〇〇〇回に一回くら

いは、硬膜の先まで針を進めてしまうことがあります。針先がちよつとしたズレや、ブロックで何回か薬を入れることによつて黄色靭帯と硬膜外の抵抗がわかりづらくなるためです。硬膜の奥には脳脊髄液があり、液が出てくると進めすぎたのがわかりますが、まれに液が出てこないこともあります。ここに間違つて薬を入れてしまうと、虫垂炎や単径ヘルニアや足の手術をする時と同じ麻酔になつてしまいうえ、入れる薬の量が多いので二〜三時間足が動かなくなつたり血圧が下がつたり呼吸が苦しくなつたりします。麻酔がきれてくると元通りにはなりません。また、硬膜に穴があくことになるので、硬膜の中の脳脊髄液が硬膜外に出てしまい、硬膜内の圧力が下がつて頭痛がおこることもあります。あと、滅多にはありませんが、針先が直接神経にあたつてしまうと神経障害が起こつたり、針穴からばい菌が入つて神経の近くに感染が起こつてしまつたり、神経近くの細い血管からの出血が止まらなかつたりすると神経が圧迫されて緊急で手術が必要と



星状神経節ブロック
※イメージ写真撮影用に手袋はしていません。

なったり後遺症が残る可能性もあるかと思えます。ですので、このような説明を文書でした上で、ブロックを行うようにしています。また、当科では原因の診断はしていませんので、整形外科の診断がなされてから院内紹介をもらった方のみ診療をしております。早急に手術が必要な人、例えば感染や腫瘍のために症状のある人をいたずらにブロックを続けることにより手遅れにしたくないためです。整形外科での内服治療やリハビリと同時にブロック治療を行うことでより効果が出ることで、定期的な整形の診察を受けることも大切と思っているため、整形外科との協力のもと治療を行っています。

◆星状神経節ブロック

頸部の硬膜外は呼吸の神経がすぐそばにあり、硬膜内に薬を入れてしまうと呼吸が止まってしまいます。合併症は怖いので、もう少し安全なブロックを希望する人や、痛みを止めることよりも血流をよくすることにによって神経の状態を良くしていくことで症状が改善するような疾患の人にはこちらのブロックをすすめています。

頭部や上肢にいく交感神経は脊髄から分かれたあと、首の骨の前側左右の神経節というところに一旦集まります。このうち、上肢に行く神経節は特に大きく星型をしているため星状神経節と呼ばれます。この星状神経節に局所麻酔薬を作用させ、血流をよくしてあげようとするブロックです。星状神経節には痛みを伝える神経はないので、硬膜外ブロックのようなブロックした直後から痛みが止まるような効果はないのですが、比較的安全に時間もかからず行えます。

実際は、仰向けに寝てもらって消毒をしたあと、頰椎横の横

突起と呼ばれる部位を指で探り、そのすぐ内側に針を刺します。骨にあたるまで針を進めたあと、血管に針が刺さっていないか確認したら薬を入れます。ブロック後は四〇分くらい休んでいってもらいます。合併症として、麻酔薬が声を出す神経にも効いてしまうとしばらく声がかれてしまいます。声をもどるまで、食べたり飲んだり控えてもらっています。あと欠点として注射は結構痛いようです。

ペインクリニックで行っている二つのブロックについて述べました。詳しく知りたい方は、主治医から院内紹介をしていただければ、さらに詳しい説明をしたいと思います。よろしくお願ひします。



手術室スタッフ

再構築へのあゆみ 7

○ 工事の進捗状況



事務長
岡村和夫

デジタル・アニメーション画像で作成された完成予想図



「病院だより」第110号より、篠ノ井総合病院再構築計画についてシリーズでお知らせしています。第7回目は、前回お知らせした8月以降についての進捗状況と今後のスケジュールについて報告します。

平成二五年十一月末現在、全体の出来高は十六・三%です。内訳は建築工事二十四・七%、電気設備工事○%、機械設備工事一・九%です。

免震装置の取り付けは、全部で一六四基設置の内一三八基が設置終了しています。現在の現場状況は免震装置の上部に鉄筋を組み、柱及び梁を建築中です。併せて地階の床部分の建築も鉄筋を組んでいます。ようやく建物の一番下の部分の建築が始まりました。

(写真下)



9月2日撮影 基礎部分のコンクリート打設が終わり、免震装置の設置工事が準備されています。→



←10月1日撮影 免震装置を載せる台ができてきました。



11月14日撮影 免震装置を設置した上に柱や地階の床の配筋が進んでいます。→

現場事務所でのヒアリング1 各部屋ごとに詳細な聞き取り調査をしています。→



現場事務所でのヒアリング2
←

工事現場写真 (九月～十一月末)

総合プロット図のヒアリング

新しい建物の部屋ごとに医療機器等の設置場所を確認し、電源・水周り・ネットワーク配線などを決定していきます。プロット図を基に建築工事が進められていく重要なヒアリングです。現在二階部分のヒアリングが進行中です。



この免震装置が威力を発揮するような大きな地震は起きてほしくありませんが、当院が目指している「災害に強い病院・大災害発生時でも病院の機能の維持・継続」を実現させるためには必要な装備であります。

十月二四日・二五日と免震装置の見学会を行いました。二四日は地域の皆様を中心に三九名。二五日は職員を中心に三四名。二日間で七二名の方に見学をしていただきました。見学会は、まず工事現場入口でヘルメットを着用していただきながら、現場の見学を行い、続いて現場事務所の会議室にて免震装置のメーカーであるブリヂストンタイヤの担当者から、スライドを使って装置についての説明を受けました。再び現場に戻り、実際の装置の前で説明を受けました。クレーンで吊られた免震装置が定位置に設置される様子を見学していただきました。

免震装置見学会



免震装置見学会2 実際に現場への設置作業を見学しました。↑



免震装置見学会3 現場事務所会議室でメーカーからの説明を受けました。↑

前号（第一一五号）でご報告した、地下水の放流に関して、十一月中に二回に分けて簡易井戸（ディープウェル）の撤去作業を行い、放流が終了しました。赤茶色に変色した用水路は徐々に色が落ちて行くと思えます。長い間ご迷惑とご心配をお掛けしました。ご理解とご協力ありがとうございました。

地下水の放流について



中央の茶色の筒が簡易井戸（ディープウェル）です。現場内に8基あります。↑



8基のディープウェルで汲み上げた地下水を放流していました。↑

掲示版「ご近隣の皆様へ」掲示内容例 →

| ご近隣の皆様へ | | |
|---------|---|-----------------|
| 月 | 日 | 作業工程 |
| 11 | 月 | 鉄筋型枠工事 コンクリート打設 |
| 12 | 火 | 同上 |
| 13 | 水 | 同上 |
| 14 | 木 | 同上 |
| 15 | 金 | 同上 |
| 16 | 土 | 同上 コンクリート打設 |
| 17 | 日 | |

★安全最優先で作業をしております

コンクリート打設日は
作業時間が短くなる事があります。連絡先番 020-234-2400

工事現場周囲は仮囲いという背の高い塀に囲われていて、しかも地下部分の工事をしていするため、中でのような工事をしているかわりません。そこで「ご近隣の皆様へ」という掲示板を仮囲いの周囲四か所に設置しました。(図面参照してください) 毎週一週間分の工事内容を表示していますので、ご覧ください。



「掲示版」は左図の赤丸の4カ所に掲示されています。



タワークレーン (NO.2) が完成しました。↑

ご近隣の皆様へ

今後のスケジュール

十二月になりますと、地下の床部分のコンクリート打設がはじまり、いよいよ建物の形が現れてきます。掘削による土砂崩れを防ぐ目的で打ち込まれた土止め(シートパイル)の抜き取りも始まります。タワークレーンが立ち上がり、仮囲いの外側からも工事の様子が見えるようになってきます。現在工事を行っている新棟B(仮称)は平成二六年十一月完成を目指しています。その後は既存棟の解体や外構工事を行い、平成二九年十月竣工予定です。

最新の情報について

当院のホームページには「病院再構築」についてお知らせするコーナーがあります。そちらではできるだけタイムリーな情報を発信していますので、そちらの方もぜひご覧ください。と思います。

いつもと違う場所

泌尿器科 杵淵芳明



ヨセミテ国立公園は、そもそもは米国先住民が暮らしていたところだそうですが、現在は米国の代表的国立公園・観光地の一つで、一九八四年には世界自然遺産にも指定されています。

かれこれ十年近く前になります。当時私は信州大学に在職していましたが、米国で学会があり、たまたま行く機会がありました。会場はサンフランシスコでしたが、会期中日に空き時間ができて、せっかくだからと、ヨセミテ国立公園まで出かけました。

広大な畑が広がる平原をマイクロバスでひたすら走ること約五時間、いつしか山あいへと入ってゆき、遠くに岩壁や雪を頂く峰々が現れてきました。季節は五月でしたが、眺望ポイントでバスを降りると、空気が冷やっとして、なんともすがすがしく、目が覚めるようでした。いくつか観光ポイントを巡りました。遙か上方一〇〇メートルから滝が流れ落ちる場所や、木々の間をリスが走り抜ける林、透明な水をたたえた池など。有名な、世界最大の一枚岩といわれるエルキャピタンでは、ロッククライマーが、それこそ蟻どころか鉛筆でついた点のように見えました。日帰りで、往復七〇〇キロの強行軍でしたが、荘厳な雰囲気に触れ、なんだか自分の心持ちの一部がリセットされたような心境でした。今でもいい思い出の一つです。



外国ではありませんが、戸隠の奥社の、鳥がさえずる中、杉の巨木に囲まれた参道を歩くのも好きです。五月の水芭蕉の時期もいし、夏に涼みにでかけるのもいいです。帰りにうまい蕎麦でも食べられれば、いうことありません。ここ数年は、パワースポットで有名になりすぎて、休日は混雑するため、足が遠のいてしまいました。日常に紛れて、近視眼的になっていて自分を、ちよつとリセットする場所や機会があると思います。



私のかかりつけの お医者さん

ご紹介

その
26



わしざわ小児科

鷲沢 一彦 先生

当院は平成 18 年 5 月、稲里町田牧に小児科専門のクリニックとして開業しました。小さいお子さんが風邪をひいて受診されるケースが圧倒的で、結構元気なお子さんも多く、毎日泣き声と笑い声が交錯してにぎやかにやっています。特に感染力が強い病気の場合には、他の人に感染しないように隔離室や車の中でお待ちいただくようにしています。

また、なるべく待合室で待つ時間が少なくなるようインターネットによる順番取りシステムを採用しています。小さいお子さんでは病状が短時間で悪化するケースもありますので、必要な場合には近隣の病院と連携し、精密検査や入院をお願いしています。最近子どもたちに必要な予防接種の種類が増え、スケジュールも頻繁に変更になり戸惑っている親御さんも多くいらっしゃいます。スタッフ一同丁寧に説明し、安全に漏れなく予防接種が受けられよう心がけています。



米田整形外科クリニック

米田 和彦 先生

平成 15 年 4 月に長野市川中島町原（交通安全センター近く）に開業し 10 年を経過しました。整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科として診療しております。腰痛、膝痛、肩痛などの治療のほか、骨粗鬆症に対する検診、治療を積極的に行っています。そのほか外来で行える小手術なども可能な限り自院で対応しています。

当院の特徴としてはリハビリ室を広く大きくし、開放的な雰囲気の中で気持ち良く治療を受けていただけるようにしております。また接遇にも力を入れ、気持ち良く受診して頂けるよう努力するとともに、可能な限り患者様のご要望に対応できるように職員一同心掛けています。予約制ではないため、お待たせしてしまいご迷惑をおかけすることもあります。朝早く順番を取りにみえる患者様のため、毎朝 6 時には出勤して診療所の玄関を開けています。以前、篠ノ井総合病院に勤務していたこともあり、諸先生方にはいつも大変お世話になっております。今後ともよろしくお願い致します。



わしざわ小児科



診療科目 小児科、アレルギー科
 診察時間 午前 8:30～12:00 午後 3:00～5:00
 休診日 日曜日、祝祭日、水曜・土曜の午後
 〒381-2214 長野市稲里町田牧 1322-7
 TEL.026-286-0800
 FAX.026-286-0822



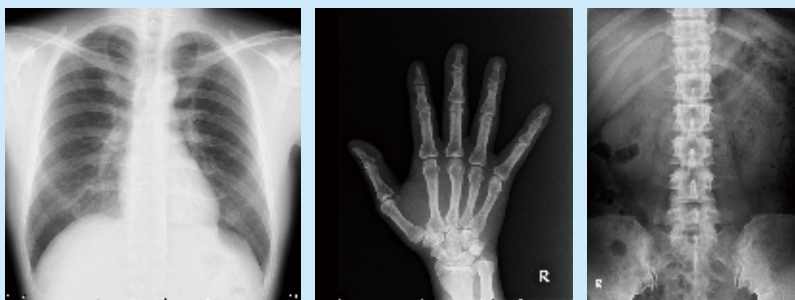
診療科目 整形外科、リハビリテーション、リウマチ科
 受付時間 午前 8:15～12:00 午後 2:30～6:00
 休診日 日曜日、祝祭日、木曜日・土曜日の午後
 〒381-2224 長野市川中島町原 937-1
 Tel.026-290-7722
 Fax.026-290-7723

医療画像のデジタル化

知っ



デジタル画像



— X線画像 —

影絵と同じで光源に手をかざすと地面に手の影が出来ます。X線は、光より波長が短いいためこの影の部分が骨を映し出しています。

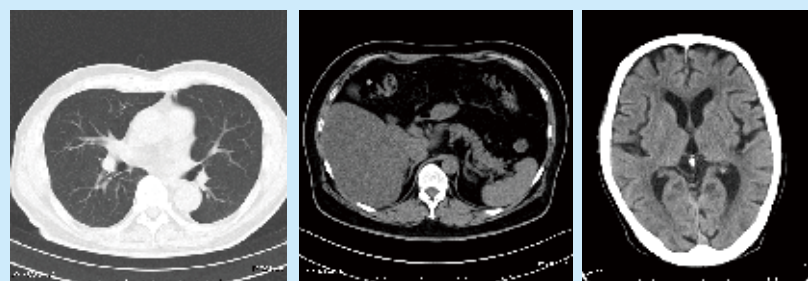


て

豆



知識



— CT画像 —

同じくX線を利用しています。人体を通過したX線量をコンピューターを使って計算して断層像を作っています。

診療放射線科

おきたい

総技師長

大谷和文

②

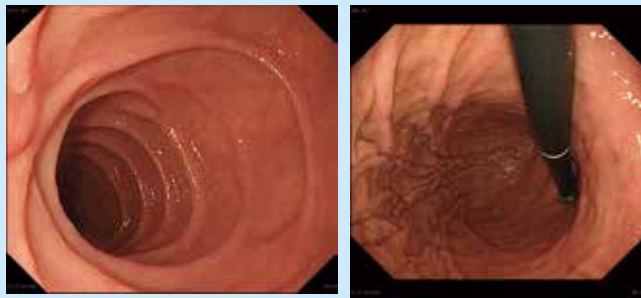
■画像のデジタル化

説明すると時間と話が難しくなりますが聞いてください。CTやMRIなど最初からコンピューターを使った物はデジタル化された画像だとわかってもらえると思います。ただ、今まではデジタル画像をアナログ画像に変換して（CT、MRIの画像をフィルム化）して読影しておりました。これをコンピューター・モニターで直接読影することによりデジタル画像のメリットを享受出来るようになりました。いままでのアナログフィルムでは、濃度の変換、拡大縮小、計測、画素値などできませんでしたが、デジタル化で全て



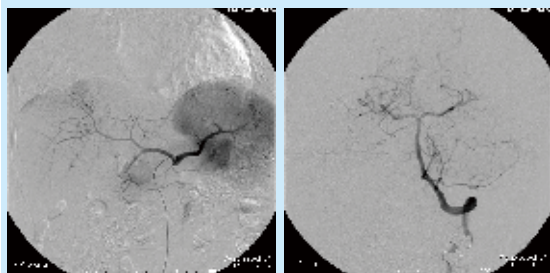
— 超音波画像 —

超音波の反射を利用して画像を作っています。



— 内視鏡画像 —

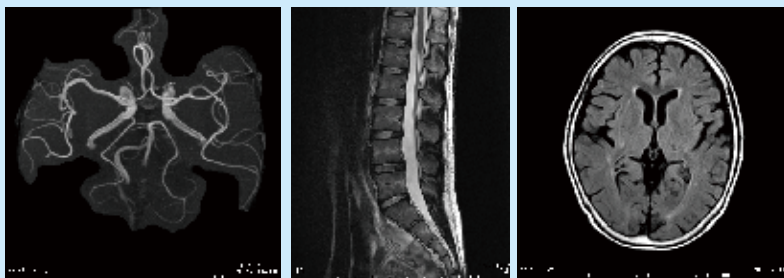
消化管内をカメラによって撮影されたものです。



— 血管撮影 —

↑ 腹腔動脈

↑ 頭部脳血管像



— MRI画像 —

主に人体の水（水素）を励起させその信号から画像を作っています。

デジタル画像

できるようになりました。しかし、デジタル化が一番困難な部署が一般撮影や透視撮影の分野でした。レントゲンがX線を発見して以来一〇〇年ほどは、まったく変わらない方法で診断していました。これをデジタル化することは、大変な事でした。皆さんが使っているデジタルカメラが一般的に使われ出したのが一九九六年頃からでした。これを医療画像に応用した物もありましたが、画素数が足りなかつたり、感度が足りなかつたり画像の歪みがあつたりして医療画像に使われたのは、ほんの一部でした。

CR登場

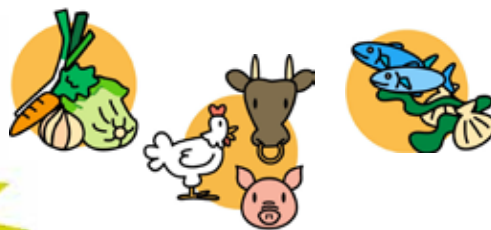
そこで登場したのがCR（コンピ्यूテッド・ラジオグラフィ）と呼ばれる物でした。これは、富士フィルムと癌センターが協力して作り上げた物で画期的な物でした。エックス線のエネルギーを蓄える物質とレーザー光線を当ててエネルギーを取り出して画像化する物でした。

これももう古い技術になり現在は、フラットパネルと言われて直

接X線を電気信号に変える方法が主力になりつつありますが、まだ値段が高く一般的に普及する段階に入つた所です。

以上の技術により医療画像のすべてがデジタル化されるようになり大きな革命を起こすことが出来るようになってきました。従来のフィルムで撮影されていたものも含んで上の図の医療画像は、すべてデジタル化されています。

このような画像のデジタル化が進んで医療画像のフィルムレス化が見られるようになり大幅な医療費削減効果を生みました。また放射線画像を専門に読む放射線科読影医が少ない日本では、専用のネットワークを利用して専門医のいるところに画像を送って遠隔読影も行われるようになりました。当院でも3人の読影医師がおりますが、一日一〇〇件近くのCT、MRI画像の読影が間に合わなくて一部遠隔読影を行っています。これらのおかげで高度医療水準がどこにいても、だれでも受けられる時代になりました。



免疫力アップの食事

体を感染症やアレルギーなどから守る力は「免疫力」です。免疫力をアップさせる方法にはストレスを溜めないことやしっかり睡眠をとることなどがありますが、「栄養状態が良いこと」が大前提です。毎日の食事で栄養状態の良い体を作りましょう。バランスの良い食事に加えて意識して摂ると良い栄養素・食材をご紹介します。

①ビタミンE（ACE）とミネラル（亜鉛・セレン）

ビタミンやミネラルは生理機能を調節したり様々な代謝を円滑にしたりする働きをしています。ビタミンA、ビタミンC、ビタミンEは合わせて摂ると効果が高まり、ビタミンEと呼ばれます。抗酸化力があり、細胞の酸化・老化を防ぎます。ビタミンCは水溶性のビタミンなので体外に排出されてしまいます。毎食意識して摂取するようにしましょう。

| 栄養素 | 働き | 多く含まれる食材 | 食事摂取基準（18歳以上） |
|-------|--|---------------------------|--|
| ビタミンA | 鼻腔や気道の粘膜を強くする | 緑黄色野菜（南瓜・人参・レバーほうれん草など）、鰻 | レチノール当量として 男性：850 μ g 女性：650 μ g |
| ビタミンC | コラーゲンの生成 ストレスに対抗する ホルモンの生成 鉄分の吸収を促進する | 果物、野菜、芋類 | 男性・女性：100mg |
| ビタミンE | 血行を良くし新陳代謝を活発にする | 大豆、落花生、緑黄色野菜 | 男性：8.0mg 女性：6.5mg |
| 亜鉛 | 細胞の形成 免疫細胞の生成 酵素の構成成分 | カキ（貝類）、赤身の肉、卵、玄米 | 男性：12mg 女性：9mg |
| セレン | 活性酸素を除去し細胞の酸化・老化を防ぐ | アジ、イワシ、貝類、胡麻 | 男性：30 μ g 女性：25 μ g |

②体を温める食材

体温が下がると代謝が下がり、免疫力が低下してしまいます。食べ物で体を温める工夫をしましょう。葱、生姜、ニンニク、唐辛子などの香辛料には血行を促進し体を温める効果があります。逆に砂糖の多い甘い物、脂肪の多い物、生野菜は体を冷やす効果があるので摂り過ぎに注意しましょう。

③良質なたんぱく質

たんぱく質は細胞や免疫物質、ホルモンの構成成分です。さらに体内で栄養素を運んでいるのはたんぱく質です。食事から摂った栄養素が身体全体に届き、しっかり効果を出すためには良質なたんぱく質を摂ることが大切です。肉、魚、卵、大豆製品といったたんぱく質のおかずを1食に1品は用意するようにしましょう。

担当：管理栄養士 石井歩美

かぶと鶏肉の生姜煮

生姜のショウガオールが血行を促進し、体を温めます。片栗粉でとろみが付くので料理も冷めにくくなります。



●材料（4人分）

かぶ・・・8個
 鶏もも肉・・・250g
 生姜・・・1片
 煮汁（だし・・・450cc
 酒・みりん・・・各大さじ2
 薄口しょうゆ・大さじ2
 塩・・・少々）
 片栗粉・・・少々

●作り方

- ①かぶは茎を1cm程残して葉を切り落とし、皮をむく。茎の付け根の土などを竹ぐしなどで除きながらよく洗う。
- ②鶏肉は一口大に切り、塩小さじ1/2と酒大さじ1をもみ込み下味を付ける。片栗粉を薄くはたきつける。
- ③鍋に煮汁を入れ、かぶを煮る。煮立ったら弱火でかぶに7分ほど火が通るまで煮含ませる。
- ④かぶを鍋の片側に寄せて鶏肉と薄切りにした生姜を加え、肉に火が通るまで煮る。

●栄養価（1人分）

熱量：181kcal たんぱく質：11.3g 塩分：1.4g 亜鉛：1.1mg

南瓜と人参のポタージュスープ

ビタミンAが豊富な南瓜と人参のスープです。バターや生クリームのおよと一緒にとることでビタミンAの吸収率が上がります。

●材料（4人分）

南瓜・・・皮むきで300g
 玉ねぎ・・・1/4個
 人参・・・50g
 スープ・・・450cc
 （固形コンソメ1個を溶いたもの）

●作り方

- ①南瓜はワタを種ごとくり抜き、皮はできるだけ薄くむいて一口大に切る。玉ねぎは薄くスライスにする。
- ②鍋にバターを溶かし、玉ねぎを炒める。南瓜と人参を加えて表面の色が変わる程度まで炒め、スープを加えて煮立てる。
- ③南瓜と人参に火が通ったら火を止め、粗熱を取ってからミキサーにかける。
- ④ミキサーをかけたものを鍋に戻し、生クリームを加えて温める。塩・こしょうで味を調える。

●栄養価（1人分）

熱量：223kcal たんぱく質：2.2g
 塩分：0.8g レチノール：982μg



病院に対するあなたのご意見をお聞かせ下さい

みなさまからの

ご意見

私たちは、昭和42年の病院開設以来、地域の皆様の命と健康を守るべく保健・医療・福祉の包括化に努めてまいりました。

患者様をはじめ地域の皆様とともに、さらにより良い医療のあり方を考え実践してまいりたいと考えております。貴重なご意見をいただければと考えます。

ご意見

すぐに開業医を紹介する

医師が忙しいのか、何の為か理由もわからず開業医を紹介したがる。私個人としては、篠ノ井総合病院に通院可能であり安心できるのですが、非常に不快でなりません。何故こちらの総合病院ではないのでしょうか。



回答

国は少ない医療資源を有効に活用するために、必要な方を病院に紹介するという方針を示しています。風邪など軽症の方が病院にかけられると、多忙な病院の医師はさらに忙しくなり、入院患者や手術患者に手が回らなくなって、この地域の医療は成り立たなくなります。当院も国のその方針にしたがっています。この地域の医療を崩壊させないためにも皆様の御理解と御協力をお願いいたします。

ご意見

予約時間について

自分の希望で予約したわけではないのですが、指定時間の15分前に外来にまいりまして。初診では1時間半待ち、これは仕方のないことと思いますが、予約をして呼ばれるまでに3時間待ちました。診察は2〜3分で終えました。その間呼ばれてはいけないうのでトイレすら立てません。先生も本当に大変だと察しますが、時間内の人数を何か考えて頂くわけにはいかないのでしょうか。3時間じっと座っている間、緊急患者さんやら、手術などが入っている場合もあるかもしれませんが、ちょっと一言知らせてほしいと思います。忙しい中ですが一声頂ければ「ああ、そうなのか」と自分に言い聞かせられます。他の人様も同じく感じているのではないのでしょうか。よろしくお願い致します。



回答

この度は不快な思いをさせてしまい申し訳ありませんでした。以前から待ち時間に対する検討は進めており、今後も継続して院内で協議してまいりたいと思います。待ち時間をなくすことは現実的には困難な状況になっておりますが、お待ちいただいている方々に、ご意見にも書いていただいているような声掛けを積極的にしていきたいと考えっております。ご意見ありがとうございました。

ご意見

お世話になりました

先生方、師長さんを中心に、病棟全体のチームワークが大変良い事を感じました。また、患者に対しての看護師さんたちの接し方が大変あたたかく、ちょっとした心配事も親身になって聞いて下さり、明るく穏やかに対応して下さいるので、安心して過ごすことができました。

技術面だけでなく、患者の心に寄り添って看護していただいた事に大変感謝しています。本当にありがとうございました。

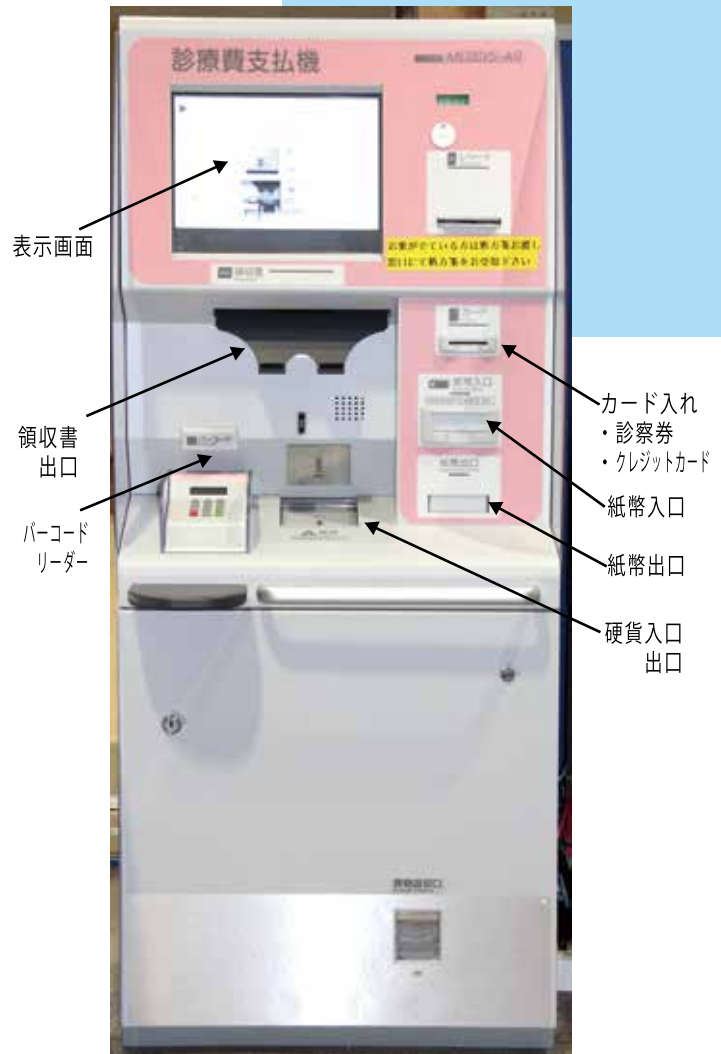


回答

この度はお褒めのお言葉ありがとうございました。職員一同今後の励みになります。今後も多くの方々に、この度のお言葉のように思っていただけのように取り組んでまいりたいと思います。ありがとうございました。

診療費支払機の運用を開始しました

正面玄関エントランスホールの医事課受付前に「診療費支払機」を2台導入し現在使用を開始しています。診療費支払機は患者様自身で金融機関のATMの様に、診療費の支払いを行えるシステムです。診察券または診療明細書をお持ちになり、診療費支払機の表示に従って操作を行えば簡単に診療費の支払いができます。銀行のATMを使用したことのある方であれば、比較的簡単に操作できると思います。さらに、クレジットカード（暗証番号制）での支払いも可能になっています。最初に「現金」ではなく「クレジットカード支払い」を選んでいただければ、クレ



ジットカードを使って診療費の支払いができます。診療費支払機導入は、患者様の会計の待ち時間の軽減に少しでも繋がればと考えてのもので、使用方法の良く分からない方のために、しばらくは医事課職員が操作のお手伝いをさせていただきますので、お気軽にお尋ね下さい。また、病院駐車場の無料パンチ機も自動支払機の脇にありますので、お車でお越しの方は忘れずに駐車券をお持ちになって無料パンチをしてお帰りいただきたいです。



■使用できるクレジットカードは、下記のクレジット会社のマークが印刷されているカードです。



篠ノ井総合病院イルミネーション点灯しました

冬季限定の恒例のイルミネーション、今年も12月11日に木村院長による点灯式が行われ始まりました。写真のイルミネーションは3方を病棟に囲まれた外来棟の屋上に設置されたものです。夕方5時から消灯時間の9時まで点灯しています。入院患者さんの安らぎになればと、施設課職員の手作りの作品です。



第2回災害対応訓練開催しました 11/2



↑訓練参加者全員によるミーティング。

災害は自然災害（地震・疾病・風水害など）と人為的災害（戦争・テロ・列車事故など）に大別され、災害の規模にもよりますが、発災直後から医療は資源と需要のバランスが不均衡となり、より壊滅的な結果をもたらすことになりえます。地域の健康と命の砦である病院は、被災を受けても医療を守らなければなりません。災害の1番は医療、2番が水・食糧、3番が衣服、4番が住居と言われています。地域の病院には大きな要求が求められます。それに応えるため



↑本部には院内の情報が集められ整理されました。

◆昨年に続き、第2回目の災害対応訓練を11月2日（土）の午後に開催いたしました。

にも、稀にしか起こらない災害に備え、質の良い対応を行う訓練が必要です。しかし、災害を実際に体験することは困難なため、災害訓練を通じて災害に対する認識を高め、災害医療運用面での不備や問題点を明らかにし、見直しを行い、災害発生時にスムーズな連携・協力体制の構築を図るため今回の様な訓練が必要です。

災害医療を展開するためには、7つの基本原則であるCSCA TTT(*)の考え方を知り行動することが大切です。「災害医療」という共通の目的に対し、職種を超え共通の認識を持ち、連携をスムーズに行えるような体制を作り、その体制を開発・普及させるために、全職員向けの共通の教育として学習会、訓練を実施する必要があります。今回の訓練は、本部機能の一部を理想的にシミュレートできるように工夫し、また、多数傷病者受け入れの準備から実際までを体験できるように行いました。

- (*)
- C: Command and control 指揮、命令、統制
 - S: Safety 安全確保、二次災害防止
 - C: Communication 情報伝達
 - A: Assessment 分析、判断、評価
 - T: Triage トリアージ
 - T: Treatment 治療
 - T: Transport 搬送



↑エントランスホールに設定された重症群の赤のゾーンでは、医療機器や救急カートを持ち出し本番さながらの訓練が行われました。



↑病院玄関前では、次々に模擬患者が来院しトリアージを行う訓練が実施され、タグを付けた患者を病院内に運び入れられました。

「リレー・フォー・ライフ信州 長野」に参加しました



◆がん患者さんや家族と支援者らが集まって、24時間リレーで歩きながら「がん撲滅」を願う「リレー・フォー・ライフ・ジャパン信州長野」が、9月28日（土）の昼12時から、29日（日）の昼12時までの24時間開催され、当院からも述べ50人が参加しリレーウォークを行いました。

このイベントは、「がん患者は24時間がんを闘っている」をメッセージに24時間走り続け寄付を募ったアメリカの外科医が始めたもので、ともに歩き、語らうことで生きる勇氣と希望を生み出したいと言う目的で世界21カ国で開催されています。日本でも2006年から開催され、昨年全国37カ所で開催されました。

長野の会場は長野市城山公園のふれあい広場で行われ、広い広場全体を使って開催されました。リレーウォークは、広場の周回路をそれぞれの参加団体の旗などを持って歩き続けました。当院の参加者も、がん経験者（サバイバー）の皆さんと一緒に歩いたり、語り合う場所のサバイバーカフェでお話したりと元気に参加しました。長野では昨年からはまったばかりのイベントですが、大勢の参加者とともに好天に恵まれた2日間を有意義に過ごしました。また、会場内特設ステージでは演奏や漫才なども行われイベント

に華を添えました。さらにフィールド内には、がんの予防や治療を啓発するブースや各種模擬店も登場しイベントを盛り上げました。

夜になると、それぞれの願いや思いの書かれた紙袋にろうそくの明かりが灯った「ルミナリエ」と呼ばれる明かりが灯り、夜の部の雰囲気を出し、歩き続ける皆さんに勇氣と希望を与えてくれました。2日間で約3000人が参加されました。

映画「うまれる」無料上映会開催 11/16



開演挨拶をする実行委員長の西村先生（産婦人科医師）

◆映画「うまれる」の無料上映会を11月16日（土）病院のあい講堂で開催しました。朝から夕方まで4回の上映会を設定しましたが、毎回大勢の方々にご来場いただき、4回とも満席状態で計約600人の皆様に映画を観ていただくことができました。本当にありがとうございます。小さいお子さんと来られた方、ご夫婦で、あるいはご兄弟で、いろいろなお仲間と、本当に大勢の方々はこの映画を観ていただくことができ、この上映会を企画した実行委員会メンバーも心から喜んでおります。

一般の映画館と違い、座り心地の良い椅子や十分なスペースの確保、また心地よいエアコンの調整など不十分な点が多々ありましたが、まず多くの皆さんがこの映画「うまれる」を観ていただき何かを感じ取っていただけたことが何よりです。

この映画「うまれる」は、「子供は親を選んで生まれてくる」という胎内記憶をモチーフに、命を見つめる4組の夫婦の物語を通して、「自分たちが生まれてきた意味や家族の絆、命の大切さ、人との繋がりを考える、ドキュメンタリー映画」です。妊娠・出産・育児、流産・死産、不妊、障害など『うまれる』ということを幅広く捉える事で、親子関係やパートナーシップ、男性の役割、そして『生きる』という事を考える・感じる内容です。重いテーマだと思われたかもしれませんが、とても前向きで明るいストーリー展開となっていましたので、観終わった後は温かい気持ちになりました。観終わった後には温かい気持ちになりました。



満席の上映会場

院内ギャラリー展示ありがとうございました



美団「風」の皆さんの写真展
(11月25日～12月20日)



中嶋君忠氏「南アフリカの旅」写真展
(10月15日～11月22日)



MOA美術館 長野市児童画作品展
(10月15日～10月14日)

高齢者入所施設との懇話会が開かれました 12/9



◆高齢者入所施設との懇話会が12月9日(月)当院あい講堂にて開かれました。
篠ノ井総合病院と高齢者入所施設とは、常日頃から親密な関係を築いています。そのような中、もっと顔が見える関係をということで今回の懇話会を企画しました。
当院が日頃お世話になっている近隣の高齢者入所施設33施設から66名の関係者の方に参加していただき、病院からは院長、副院長、診療部長など20名が参加しました。
懇話会は講話を2題聞いた後に意見交換会を行いました。



・講話1は、リハビリテーション科言語聴覚士の小市主任から「高齢者の嚥下について」。
・講話2は、救急科・集中治療科統括部長・救命センター長の関口医師から「篠ノ井総合病院の救急事情―高齢者施設との連携―」について。
その後、意見交換会を行いました。参加者からは、看取りについてや、救急搬送時の苦勞したことなどの意見がだされ、活発な意見交換ができました。今回開催してみても、お互いの顔が見える関係の大事さを改めて痛感しました。
これからも継続して開催したいと思います。

院内文化祭典が開催されました 12/7

◆労組主催で開催される院内文化祭典ですが、今年は軽音楽部の歌と演奏、コーラス部のうたごえ演奏、そして地元の通明小学校の児童の皆さんによるコーラスが披露されました。
午後2時30分からのスタートでした。会場の受付エントランスホールには入院患者様はじめ多くの方々にお集まりいただき、ホールに演奏やうたごえが響きました。コーラスでは、歌詞カードを参加者に配布してみんなで合唱する場面もあり、和やかな雰囲気で行われました。
また、ホールには折り紙部、華道部、写真部の作品も展示されました。多くの方々に見ていただきました。



花岡教授講演会開催 (11/22)



信州大学医学部内科第一講座教授に就任された、花岡正幸教授の記念特別講演会を11月22日(金)に開催しました。

J Aグリーン長野の滝沢常務理事らが病院を訪れ、木村院長に「サンふじ」50kgが手渡されました。真っ赤によく実った地元特産の「サンふじ」は、早速入院患者さんの給食に栄養科から届けられました。

サンふじ贈呈式 (11/22)



ドクターヘリ訓練で飛来 (11/2)



11月2日(土)、篠ノ井中央公園の芝生広場(中央の円形広場)にドクターヘリによる救急搬送訓練を行いました。

J A長野厚生連では、医療安全の重要性を認識し、全病院をあげて医療安全対策に取り組んでいます。その一環として、平成25年11月25日から12月1日の1週間を「医療安全推進週間」と位置づけ、安全で安心な医療を実現し、さらに質の高い医療を提供できるよう医療安全対策の更なる推進を図りました。

医療安全推進週間実施 (11/25)



木村院長篠ノ井恵比須講にて乗船 (11/3)



11月3日(日)に開かれた、篠ノ井まつり恵比須講にて当院の木村院長が宝船に七福神として乗船し、ゴクまきを行いました。



当院看護師 1日消防士を勤める (11/8)



11月8日から始まった「秋の火災予防運動」に合わせ、消防演習や火災予防の啓発活動の運動の一環で、1日消防長、1日消防士が行われ当院からも看護師2名が1日消防士として行事に参加しました。

川中島地区住民福祉大会で整形外科の丸山先生講演 (10/5)



川中島支所2階の大会議室において、第21回川中島地区住民福祉大会が開催され、記念講演として「スポーツと健康」と題し、当院整形外科・関節疾患スポーツ障害治療センター長の丸山正昭医師が講演いたしました。

看護師再就職支援研修会開催 (11/12～11/19の間の4日)



出産・育児などで、しばらく職場を離れていた方、再就職を考えている方、すでに再就職をしているが職場で最新の知識や技術を学ぶ機会のない方などを対象に、臨床現場に安心して復帰していただくために「再就職支援研修会」を開催しました。

新年号は毎年院長の年頭のご挨拶から始まります。今年も「病院だより」を宜しく願っています。今回はあまり知られていない「ペインクリニック」をご紹介します。特集記事をお読みになれば幸いです。病院再構築は2年目に入り工事も急ピッチで進んでいます。毎回最新情報をご報告して行きますのでご期待下さい。(TS)

編集後記



各科診療担当医表

平成26年1月1日現在
担当医表は予告なく変更されることがあります

- 受付は8時～11時30分までです。
- 午後の診察は予約外来、慢性疾患のみです。
- 各科の再診は予約もできます。
- 毎月第2・3・5土曜日は休診です。
- 救急患者様につきましてはこの限りではありません。

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------------|--------------|----------------|--------------------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------|--------------------------------------|
| 内科 | | 田村(腎) 小川(脚) | 中村(腎) 上野(脚) | 長沢(腎) 牧野(脚)(腎) | 田村(腎) 豆原(脚) | 牧野(脚)(腎) 鈴木(脚)(脚) | 齋藤(第1週)(血内) 中牧(第4週)(血内) (予約のみ) |
| | | 峯村(内分泌代謝) | 森(内分泌代謝) | 峯村(内分泌代謝) | 大岩(内分泌代謝) | 内分泌特診 (予約のみ) | |
| | | 長坂 | (午前)片倉/ (午後)駒津(内分泌代謝) | 樋渡(内分泌代謝) | 長坂 | 樋渡(内分泌代謝) | 長坂 |
| | | 和田(呼) | 松尾(呼) | — | 和田(呼) | 津島(呼) | 消化器内科特診 (予約のみ) |
| | | 牛丸(消) | 牛丸(消) | 倉石(消) | 児玉(消) | 倉石(消) | 倉石(消) |
| | | 児玉(消) | 出浦(第4火曜) | 信大呼吸器内科 | 吉田(神内) | 信大神経内科 | 信大(第1) 小泉(第4) |
| | | 田中(脚) | 穂苅 | 横山 | 中村(腎) | — | |
| | | 糖尿病指導外来 | — | (片倉) | (片倉) | (片倉) | (片倉) |
| | 睡眠呼吸センター | — | — | 松尾(予約のみ) | — | — | — |
| | 呼吸器外科 | — | 青木 | — | — | 青木 | — |
| 循環器科 心臓血管外科 | I | 一瀬 | 矢彦沢 | 丸山(脚) | 中澤 | 佐藤 | 交代制 |
| | II | — | 土居 | — | — | — | — |
| 外科 | | 宮本 | 池野 | 宮本 | 池野 | 池野 | 池野 |
| | | 斉藤 | 斉藤 | 斉藤 | 宮本 | 秋田/宮本 | 斉藤/秋田 |
| | | 坂口 | 五明 | 秋田 | 五明 | 坂口 | 五明 |
| | | 秋田 | 坂口 | 岡田 | — | 岡田 | 岡田 |
| 産科 | 午前 | 本道 | 加藤 | 西村 | 武田 | 本道/井田 | 西村 |
| 婦人科 | I | 武田 | 西村 | 本道 | 井田 | 加藤 | 井田 |
| | II | 木村(予約紹介のみ) | 本道(予約紹介のみ) | 木村(予約紹介のみ) | 木村(予約紹介のみ) | 木村(予約紹介のみ) | 本道(予約紹介のみ) |
| | III | 井田 | 松岡 | 加藤(予約のみ)/井田 | 松岡/西村 | 武田 | 武田 |
| 特殊外来(予約) | 午後I・II | 不妊症 | 不妊症 | 1ヶ月検診 | — | 不妊症 | — |
| 整形外科 | | 北川 | 外立 | 丸山(脚) | 丸山(脚) | 北川 | 宗像 |
| | | 丸山(脚) | 北川 | 塚田 | 北川 | 外立 | 笠間 |
| | | 宗像 | 宗像 | 外立 | 宗像 | 信大 | 外立 |
| | | — | — | 笠間 | 笠間 | — | 丸山(脚) 北川 |
| スポーツ関節治療センター | | — | — | 丸山(脚) | 丸山(脚) | — | 交代制 |
| 小児科 | 午前 | 池上/柳沢 | 諸橋/山川/柴崎 | 諸橋/池上 | 諸橋/柳沢 | 池上/山川/柴崎 | 諸橋/柳沢 信大(第1) 小池(第4) |
| | 午後 | 予防接種 柳沢/柴崎 | 乳児健診 諸橋 循環器外来 池上/柴崎 | 1ヶ月健診 慢性外来 諸橋/池上/柳沢/柴崎 | 慢性外来 諸橋 循環器外来 柳沢/柴崎 | — | — |
| 脳神経外科 | I | 宮下 | 外間 | 外間 | 宮下 | 外間 | 宮下 |
| | II | 平山(新患) | (平山(新患)) | 平山(新患) | (平山(新患)) | 平山(新患) | 平山(新患) |
| 泌尿器科 | 午前 | 杵淵/鶴田 | 和食/鈴木(脚)/信大 | 和食/信大 | 和食/杵淵又は鈴木(脚) | 杵淵/鈴木(脚) | 交代制 |
| 特殊外来(予約のみ) | 午後 | — | — | — | 和食 | 杵淵 | — |
| 眼科 (新患はすべて予約のみ) | 午前 | 永田/信大 | 永田 (新患・予約のみ) (受付10:30まで) | 永田 (予約のみ) (受付10:30まで) | 永田 (新患・予約のみ) (受付10:30まで) | 永田 | 休診 |
| | 午後 | 永田(予約のみ) | — | — | — | 永田(予約のみ) | — |
| 皮膚科 | 午前 | 木藤 | 木藤 | 信大医師 | 木藤 | 木藤 | — |
| | 午後 | — | — | 木藤(予約のみ) | — | — | — |
| 形成外科 | | 長田 | — | 長田 | 長田 | 長田(レーザー予約) | — |
| 耳鼻咽喉科 | 午前 | 浅籍 | 浅籍 | 信大医師 | 浅籍 | 浅籍 | 信大医師 |
| | 午後 | — | 専門外来(予約) | — | — | 専門外来(予約) | — |
| リウマチ 膠原病科 | 午前 | 上野 | 松井 | 小川 | 石井 | 豆原 | 田中 |
| | 午後 (予約のみ) | 下島 天野 下島 | 小野 松井 浦野 | 浦野 — 浦野 | 浦野 石井 | 小野 鈴木(脚) 浦野 | 小野 — |
| 心療内科 | | 大村 (予約のみ) | もの忘れ新患外来 大村(予約のみ) | もの忘れ外来 大村(予約のみ) | 大村 (予約のみ) | 休診 | 専門外来 大村(予約のみ) |

新患は予約制です。詳しくは外来にお尋ね下さい。

当院では、初診時に他の医療機関からの紹介状(診療情報提供書)をお持ちでない患者様から保険外療養費3,000円(税込み)を頂いております。初診の際はできるだけ「紹介状」をお持ち下さい。