

# 厚生連ながの

KOUSEIREN  
NAGANO



Vol. **83** 2020.Apr

- 2 長野PET・画像診断センター
- 3 北信総合病院
- 4 当院のやさし医、たのし医、くわし医、お医者さん
- 6 こちらナースステーション
- 7 介護・福祉のひろば

- 8 旬菜堂
- 9 健康相談 Q&A
- 10 佐久総合病院看護専門学校だより
- 11 トピックス

「一休み」  
三石 哲也 佐久総合病院佐久医療センター

 **JA長野厚生連**

長野厚生連

検索

# PET/CTの更新

〈長野PET・画像診断センター〉



PETの歴史は意外に古く、1960年代後半には臨床でも使われるようになってきました。

また薬を作るためのサイクロトロンは、1980（昭和55）年には導入されるようになってきました。



▲今回新しく導入したPET/CT

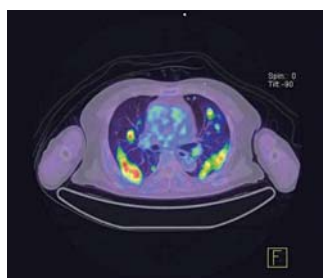
CTは、1976（昭和51）年に東芝EMI CT-1010頭部専用機が開発されました。

PET/CTは、これらの3つの装置が重なったことにより普及した医療機器です。PETによりがんが集まった薬の位置を同定できるようになりまた小型のサイクロトロンの開発により半減期110分のFDG（がんが集まる薬）が使えるようになりました。また集まった薬をCTと重ねることによりがんの場所がわかるようになりました。

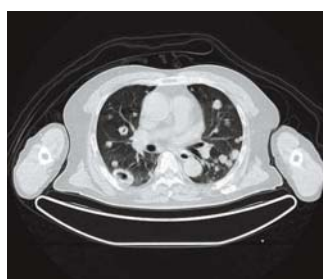
これらの医療機器は導入から12年経過してメーカーのサポート



▲人体の3次元画像



▲CTとPETの重ね合わせ画像



▲CT画像

トが難しい状況となり、2台あるPET/CTのうち1台を最新のPET/CTに更新することになりました。最新のPET/CTの特徴として撮影が以前の装置と比較し3分の2程度の時間で可能になります。

さらに長時間寝台に寝ることが辛い方や幼児などの撮影に際しても高速で撮影する技術が搭載されており、対応することが可能です。がんの大きさは5mm程度のものから見つけられる可能性があるとされています。

また、がんの大きさが分かるだけでなくリンパ節の状態、転移の有無なども以前の装置よりはつきり分かります。

がんの診断、治療は、日々進歩してきています。腫瘍マーカーにより治療効果の判定は効果をあげています。また血液で

がんの発見ができる時代がもうすぐそこまで来ていますが、がんの位置の同定、全身状態を把握するにはPET/CTは、最適な検査方法だと思われれます。がんは早期発見が第一です。検診をご希望の方は当センターにお電話ください。また病院で診断、治療を受けている患者さんは、主治医に相談の上お申し込みください。



▲PETセンター外観

長野市若里6-6-10  
026-269-0550  
0120-780-336

# 薬の適正使用のため「フォーミュラリー（使用ガイド付き医薬品集）」を作成し活用しています



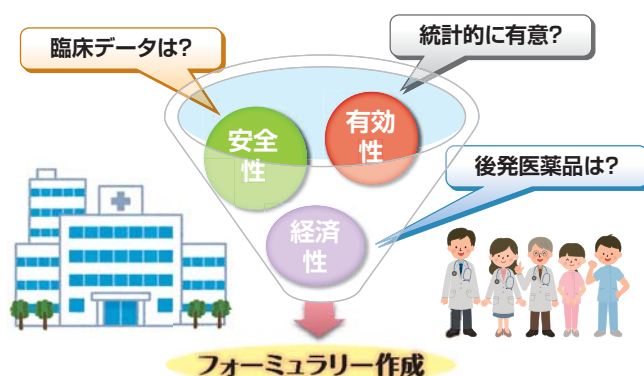
～ 北信総合病院 薬剤部 ～ <http://www.hokushin-hosp.jp/>

## フォーミュラリーとは

近年、高齢化や高額な薬剤の使用による医療費の増大が問題となっています。また、同じ病気、同じ症状に使用するほぼ同一の作用機序の薬が、後発医薬品を含め膨大な数にのぼり、その管理も大変煩雑になっています。

数多くある薬のなかから、品質、効果、副作用、適切性、経済性などに準じて、医療機関において決定された薬剤選択の際の処方ルールをフォーミュラリー（使用ガイド付き医薬品集）といいます。

効果や副作用が同じなら、安価な後発医薬品の使用を推奨します。



## なぜフォーミュラリーが重要なのでしょうか

フォーミュラリーを導入し後発医薬品を有効に活用することで、患者さんは医療費（薬剤の自己負担額）を抑えることができます。医療機関では簡単に有効で経済的な薬を選択でき、質の高い適正な薬物治療が実施できます。フォーミュラリーのメリットを表にまとめました。

### フォーミュラリー作成のメリット

- 薬の適正使用の推進
- 後発医薬品の有効活用による医療費（薬剤費）の低減
- 院内採用医薬品数の削減
- 医薬品による医療事故の防止（リスク管理の向上）

フォーミュラリー：エビデンスと経済性に基づいた薬剤選択（薬事日報社）より改変

## 院内で活用しているフォーミュラリー

当院では長野県内の厚生連病院に先駆けて、薬剤部が主導してフォーミュラリーを作成しました。例えば、血圧を下げる薬であるアンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬は現在、7種類採用しています。まず薬剤師がその7種類について、効果や副作用の臨床データからエビデンス（その薬が良いとされる科学的根拠）を調査します。また薬の値段や、後発医薬品では品質および供給体制についても確認し、医師と協議しながら第一選択薬、第二選択薬と推奨する順に7種類のリスト化を行い、作成します。

作成したフォーミュラリーは、医師が日常診療で処方する際に参照する、薬剤師が患者さんにより適した薬を医師に提案する際に利用するなど、多くのスタッフが活用するようになりました。

私たちは、今後もフォーミュラリーをとおして薬の適正使用を進め、地域の皆さまに質の高い医療を届けられるよう努力してまいります。





▲家族と愛犬

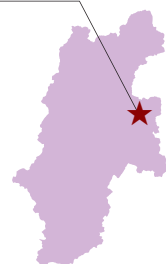
## 本所職員が医師へインタビュー

当院の

やさし医、たのし医、くわし医、

# お医者さん

浅間南麓こもろ  
医療センター



生まれは大阪府堺市です。最近世界遺産に登録された、百舌鳥古墳群というところがあるのですが、仁徳天皇陵の近くで生まれま

**Q1** 先生の出身は？ また出身地の様子やおすめの場所など紹介してください

今回は、浅間南麓こもろ医療センター副院長の北側恵史先生にお話を伺いました。

した。歴史の街「堺」は戦国時代に鉄砲鍛冶屋があります。今は包丁などの刃物の鍛冶屋さんがあり、日本のプロ調理人が使う刃物の大部分が堺で売られています。長野に來たきつかけは、高校生の時に学校のスキー教室でスキーをやつて、スキーが楽しくてですね。受験する学校を選ばなかくで、信州大学で長野県に暮らしてみても良いのかなと、軽い気持ちで信州大学を受験して來ることになりました。

**Q2** 医師をめざしたきっかけは？

信州へ行ってみたいと思ひ信州

た。農産物も美味しいですし、非常に気に入つて住み着いてしまいました。



▲ロードバイクに乗つてツーリング

浅間南麓こもろ医療センター  
副院長（整形外科）

きたがわ えいじ  
**北側 恵史**先生

昭和34年生まれ  
大阪府堺市の農家の次男として出生

〈学歴〉

昭和59年 信州大学医学部卒業

昭和59年 信州大学整形外科教室入局

平成7年 医学博士（信州大学）

〈職歴〉

信州大学入局後 小諸厚生病院、国

立東信病院、長野県立リハビリテーションセンターなどにて臨床研修

平成元年信州大学医学部医局員、助手を経て平成4年4月から国立東信病院勤務（その後統合にて国立長野病院 現信州上田医療センター）

平成11年から小諸厚生総合病院勤務 整形外科部長、副診療部長を経て平成31年から現職

整形外科のなかでも特に手、肩関節など上肢の外科を得意分野としている。

・整形外科専門医

・リウマチ学会専門医

・日本スポーツ協会認定スポーツ医

〈趣味〉

スポーツ観戦（サッカー・野球・ラグビー・テニスなど）

家庭菜園…主に夏の野菜が多いですが、秋に植える野菜にも挑戦したいです。

自転車でのツーリング



### 整形外科について

体の運動機能を担う、骨・関節・筋腱・神経などの治療を行う診療科です。手術だけではなく薬物治療やリハビリなども行います。

骨折・脱臼などの外傷の治療はもちろんのこと、手・肘・肩の上肢の専門分野、股関節・膝関節・足など下肢の専門分野、腰椎、頸椎などの脊椎分野、そのほか関節リウマチや骨粗鬆症の治療など幅広い領域の診療を行います。当院では専門分野の異なる経験豊富な医師が揃っているのでそれぞれの得意分野を分担して診療を行なっています。下部部門では人工関節センターとして股関節、膝関節の治療を積極的に行なっています。整形外科外来のなかでリウマチの専門外来を関節リウマチ専門医が行なっていて、多くのリウマチ患者さんを治療しています。また、当院では病院として救急医療にも力を入れており、骨折など多くの外傷の患者さんを受け入れています。

大学を受けたことと、僕が中学生くらいの頃に整形外科の病気で手術してもらった時があつて、「ドクター格好いいな」とちよつと思つたことですかね。僕は小さい頃病弱で、よく熱を出して扁桃腺を腫らしていたことがありまして、母の親族で小児科をやつていらっしゃる先生のために、長らく毎月のように母に連れられて通つていたことがあります。毎月病院へ通うなかで、病院という雰囲気になじんだというか、病院に対する抵抗はなかつたかもしれません。

### Q3 どのような患者さんが多く受診されますか

地域のお年寄りが多く、小諸、北佐久、上田、小県など多方面の方に大勢お見えいただいています。診療は整形外科全般をやつて



▲手術中の様子（左：北側医師）

いますが、当院は複数の医師がそれぞれの専門分野を分担するような形でやっています。主に上肢の疾患を私の方で担当しています。また、息子が少年野球をやつていたものですから、少年野球のチームドクターとして年1回子どもたちに上肢の障害がないかどうか、練習を見学がてら診察しています。

### Q4 患者さんに対して心がけていることはありますか

私が小諸に赴任した時に先輩の先生に言われましたが「病気だけ診てはいけない。患者さんの人を見なさい」というように教えられました。同じ病気、同じけがでも患者さんのご職業やご家庭の環境などによって、必要な状況が違つたろうと。あるいは、その人の置かれてある立場によっては、今すぐ手術をする選択肢を選ばなくてはならないと。職業や家族背景を考えて人を見なさいと教えられたことを大切にしています。

### Q5 何か新たにチャレンジしたいことはありますか

この歳になるとだんだん難しく



▲趣味のスポーツ観戦…日本代表ユニフォームの前に

なりますが、還暦を迎えて人生二回り目になったので、引退後の趣味を見つけていかないといけないと考えています。もう少し余裕ができたなら出身地の堺が歴史の街なので、歴史を勉強したいなどと思つています。

### Q6 浅間南麓こもろ医療センターのよいところは？

規模は小さいのですが、小さいなりに職員全体がまとまって仲が良いですし、お互いに話が通じて誰にでも相談に乗ってもらえます。コメディカルの人にも、困つているとすぐに相談に乗つてもらうなど、やりやすいところかなと思いますし、職場をまたいだ職員旅行なども行われていますので、ひとつの家族みたいな雰囲気があるのがいいところです。

### 地域の皆さんへ一言お願いします

病院だけではなくて、こもろは地域全体の健康増進や保健活動なども行なっていますが、小諸市のご当地体操で「小諸小唄シャンシャン体操」をボランティアの方たちと私も関わらせていただきプロモーションしました。地域の健康増進のためにも運動習慣をぜひ付けていただけて、健康で長生きしたいだけのような町になればいいなと思つています。



▲インタビュー時の様子

### インタビュアーの一言

今回は、新型コロナウイルスの影響により、オンラインでのインタビューとなりました。

実際にお会いすることができず残念でしたが、画面の向こう側からは先生のにこやかな表情がこちらにも伝わってきました。今年も美味しい野菜ができていいですね。お忙しいところありがとうございました。



# こちら ナースステーション

富士見高原医療福祉センター

富士見高原  
医療福祉センター



## 一人一人とゆっくり、じっくり 関わる看護をめざしています。

看護師になって23年が経ちます。はじめは、総合病院の内科病棟で5年つとめ、その後、実家の近くに「すずたけ」ができることを聞いて、もともと高齢者の方の看護をしたいと思っていたため応募しました。今年で18年目になります。その間には結婚、出産もありましたが、育休を取り、続けることができました。勤務場所は入所・デイケア・訪問看護ステーションを経験しました。

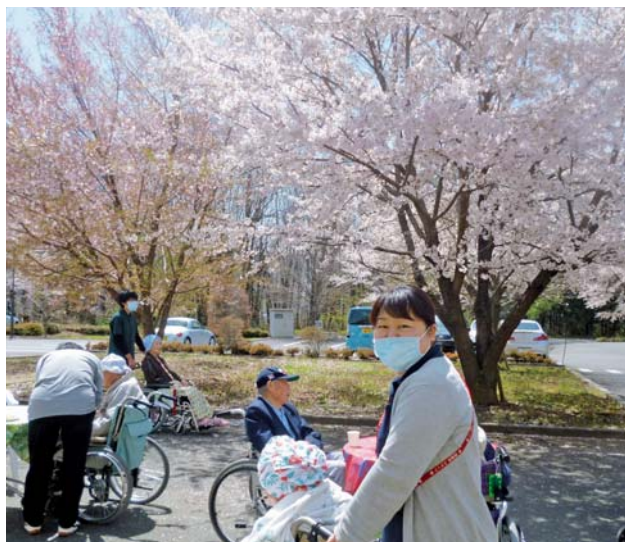
一年前から副看護師長として入所フロアで働いています。副師長の仕事はなかなか説明が難しいのですが、まずは利用者さんやご家族との繋がりの窓口、介護・看護業務の責任者、スタッフの健康管理、他の職種との連携窓口などです。また、施設では、病院のように医師や看護師が多くいないため、利用者さんに体調の変化があったとき、すぐに医師へ報告するべきか、もう少し様子を見ても大丈夫なのか判断することがあります。そのためには、利用者さんに一番長く関わっている介護スタッフからの情報がとても大切になります。「食事の量や排泄の状態」だけでなく「いつもと違う」という、介護スタッフの観察力に助けら

れてます。  
富士見高原医療福祉センター  
老人保健施設「すずたけ」  
介護・看護 副師長

いとう えりこ  
伊藤江梨子



れてます。  
幼い頃に、祖父母や曾祖父母と一緒に過ごし楽しかった時間が、高齢者の方の看護をしたいと思ったきっかけです。その気持ちを忘れずに、利用者さんが楽しく、安心して過ごせるよう、一人ひとりとゆっくりじっくり関わる看護をしていきたいと思ひます。



▲満開の桜咲く中庭で

### 紹介者 から



老人保健施設  
「すずたけ」  
介護・看護 師長

こばやし まさこ  
小林 正子

老人保健施設「すずたけ」は平成15年に開設しました。福祉施設に勤める看護師は、利用者さんやご家族、福祉関係者、他職種のスタッフなど、多くの方との関わりがあります。また、医師である施設長への報告・連絡・相談が重要ですが、江梨子さんは、利用者さんの状況を正確かつ端的に伝えることができ、施設長からの信頼も厚いです。スタッフみんなの思いも一生懸命聴いて応えようと必死にがんばっている彼女を、これからも全力でフォローしていきたいと思ひます。本当は、もう私がいなくても、大丈夫なんですけどね…。

# 地域共生社会の実現に向けて、 高校生と一緒に地域を元気に！

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター 鹿教湯病院



鹿教湯三才山リハビリテーションセンター 鹿教湯病院  
訪問リハビリテーション科  
ふるた だいじゅ 古田 大樹

## ▼ 当院の訪問リハビリテーション

訪問リハビリテーションは、病気や障がいなどで在宅生活に困難を抱えている方に対し、お家に訪問してリハビリテーションを提供するサービスです。当センターではリハビリテーション専門病院としての強みを活かして、全国に先駆けて訪問リハビリテーションの充実を力を入れてきた経緯があり、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士合わせて約50人の専任スタッフが中核、東信の幅広い地域で事業を展開しています。最近では「訪問リハビリテーション」の枠を超え、地域の高校生と連携した活動にも取り組み始めましたのでご紹介します。

## ▼ 福祉の魅力若き世代に！ 「ふくしニア」

皆さんは、福祉あるいは介護の仕事と聞いて何を感じますか？ 大変そうな仕事だ、という漠然とした印象をお持ちの方も多いのではないのでしょうか。そこで、福祉や介護の魅力や面白さを地域に広めようという活動が上田市にある上田千曲高校で始まりました。その思いに共感した当訪問リハビリテーション科では、千曲高校生活福祉科の生徒、先生を積極的にサポートする取り組みを始めました。



▲ふくしニアでの松葉杖歩行を通した理学療法体験

鹿教湯三才山  
リハビリテーション  
センター 鹿教湯病院



核をなすのが福祉のお仕事体験「ふくしニア」です。これは、介護やリハビリ、看護、保育の仕事を小学生や中学生が体験し、対価（その場でのみ使える仮想通貨）を得て、お買い物をするという一連の体験プログラムです。仕事体験は、大人が子どもに一方的に教えるのではなく、まずは高校生が専門職に仕事内容をインタビューし、そこで得た情報を分かりやすくまとめ直し、高校生から体験者である小中学生に伝えられます。訪問リハビリスタッフは、体験する仕事内容の検討や当日のサポートを行います。

2019（令和元）年6月に長野市ビッグハットで開催されたハピスポひろば、同年8月に長野県庁で行われた夏休み県庁見学イベント、同年11月には千曲高校を会場にしてふくしニアを実施し、多くの方に福祉の仕事の魅力に触れてもらうことができました。

## ▼ 福祉機器展 in うえだ

上田市では、毎年12月頃に「福祉機



▲福祉機器展で車いすの説明を受ける高校生

器展 in うえだ」というイベントを開催しており、当科のスタッフも企画運営に携わっています。ふくしニアでのつながりもあり、一昨年から千曲高校生活福祉科の生徒が授業の一環として福祉機器展に会場し、エアマットレスやリフトなど、授業ではふれることのない福祉機器を見て、触って、体験することでさまざまな福祉機器の役割や効果を具体的に知ることにつながっています。

## ▼ 今後の展望

このようなさまざまな機会を通して、地域の若い世代が今住んでいる地域の未来やそこに暮らす高齢者や障がい者に関心を持つきっかけになればと考えています。今後も地域の力が高まり住み心地の良い社会に近づくと、高校生との取り組みを継続していきたいと思っております。





J A 長野厚生連は、地産地消に積極的に取り組んでいます。

南長野医療センター篠ノ井総合病院  
栄養科 管理栄養士  
すずき あや  
**鈴木 亜弥**



### 今回の主たる食材

## なばな

春野菜には独特なほろ苦さを感じるものが多く、そのほろ苦さを味わうことで春の訪れを感じることができます。そのうちのひとつであるなばなには、栄養も豊富に含まれています。

### 食材の栄養価と特徴

## トップクラスの栄養価

なばなはβ-カロテンを多く含んでいます。β-カロテンは体内で必要に応じてビタミンAに変わり、がんや老化の予防、皮膚や粘膜を正常に保つなどさまざまな免疫作用を発揮します。また油と一緒に摂ることで吸収がよくなりますので、油を使った料理や肉や魚などの動物性の食品と合わせて摂ることがオススメです。

その他にもビタミンB群や葉酸、カルシウム、鉄なども豊富に含んでいます。また、なばなの苦み成分はポリフェノールやアルカロイドといった成分で、疲労回復やストレス解消の効果が期待できます。

### なばなの栄養価 (可食部 100g 当たり)

エネルギー： 33kcal  
β-カロテン：2600μg  
葉酸： 340μg  
カルシウム： 97mg  
鉄： 0.9mg

### レシピ

## なばなとアサリのペペロンチーノ風

旬のアサリを使った簡単イタリアンです。なばなに含まれる葉酸とアサリに含まれるビタミンB<sub>12</sub>は一緒に摂ることでより強い造血作用を発揮します。なばなには、鉄も多く含まれるので貧血の予防にオススメのレシピです。



<b>1人分の 栄養量</b>	エネルギー：170kcal	葉酸：253μg
	たんぱく質：11.7g	カルシウム：193mg
	脂質：10.4g	鉄：6.7mg
	β-カロテン：1540μg	塩分：2.8g

### 材料 (2人分)

- なばな 1束
- アサリ(砂抜き) 240g
- ペーコン 1枚
- にんにく 1かけ
- 輪切り唐辛子 少々
- 白ワイン 大さじ2
- オリーブオイル 小さじ2
- コショウ 少々

### 作り方

- ① なばなはサツと茹で、5cmほどに切る。ベーコンは1cmほどに切っておく。
- ② フライパンにオリーブオイルとみじん切りにしたにんにくを入れ弱火にかけ、色づいてきたらベーコンと唐辛子を入れ炒める。
- ③ アサリとワインを加えて蓋をし、アサリの口が開くまで蒸し焼きにする。
- ④ アサリに火が通ったら①を加え、サツと炒める。コショウで味を整えて完成。

### 調理のPOINT!

あらかじめなばなを下ゆでしておくことで、色鮮やかに仕上げることができます。苦みが苦手な方はなばなを茹でるときに、塩と少量の酒を入れると苦みが和らぎます。



# 健康

佐久総合病院  
心臓血管外科統括部長

しらとり かずあき  
白鳥 一明



## 相談

### 下肢静脈瘤について

#### Q1. 下肢静脈瘤とは？

A：足（下肢）の皮膚の下にある血管（静脈）がふくらんで、ポコポコとコブ（瘤）のように見える状態をいいます。あまり症状のない方もいますが、皮膚に強い炎症が生じてくることがあります。



下肢静脈瘤



潰瘍

#### Q2. 原因は？

A：静脈の内側には、立ったときに血液が落ちていかないように、逆流防止弁がいくつも付いています。その弁が何らかの原因で壊れ、血液が逆流し、皮下の静脈に血がたまりふくらむことにより起こります。

#### Q3. 症状は？

A：静脈瘤のある足に、疲れやすい・むくむ・かゆい・こむら返りがよく起こる・ほてる・痛むなどの症状が起こります。炎症が起き長期化してくると、皮膚が黒ずんだり硬くなったりと変化が出てきます。さらには、皮膚の傷がいつまでも治らない「皮膚潰瘍」が生じてくる場合があります。

#### Q4. どんな人がなりやすい？

A：静脈の圧が高くなる立ち仕事を長時間される方、女性、近親者に静脈瘤がある方などが静脈瘤になりやすいです。

#### Q5. 治療法は？

- A：1) 弾性ストッキング：弾力性の強いしっかりしたもので、静脈を圧迫し、血液が逆流しないようにして悪化を防ぎます。  
2) 硬化療法：静脈瘤のなかに硬化剤という薬を注入し、静脈に炎症を起こさせて血管をつぶす方法です。比較的軽症な静脈瘤に対し行います。  
3) 手術治療：根治的な治療です。逆流の強い静脈を高周波やレーザーのカテーテルで内側から焼く血管内治療が、近年主流になっています。焼くだけであれば20分前後で済み、日帰り手術も可能です。

#### Q6. 静脈瘤があれば手術を受けるべき？

A：症状があり皮膚に変化が生じている場合は、手術を受けた方がよいでしょう。しかし、症状が強くなくても、静脈瘤をととても気に病まれる方には、手術を行なっています。

下肢静脈瘤があり気になる方は、お近くの病院の血管外科もしくは静脈瘤外来を受診してみてください。

# 佐久総合病院 看護専門学校 だより

佐久総合病院  
看護専門学校



第58期生の卒業式を、3月6日に同校で開きました。例年であれば併設の体育館で行いますが、今回の新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の影響を受け縮小開催となり、当日は卒業生62人と伊澤敏敏（いざわみんみん）校長、学校職員、関係者のみ参加了。また、卒業生は白衣とナースキャップを着ける慣例ですが、この日はスーツ姿での出席となりました。

卒業証書授与を受けた卒業生



▲完成したナイチンゲール像

め、果たすべき役割を果たしていくことの重要性などが語られました。また、それぞれが配属先の

らに向けて、学校長からはなむけの言葉が送られました。今の佐久総合病院を作り上げた故若月俊一（つぎとしかず）名誉総長が34歳の時に医師として赴任し、生涯を佐久の地で過ごしたことや同校を創設したことに触れ、学校への願いなどが語られました。また、今回の感染症を例に挙げ、刻々と変わる状況に対し医療スタッフとして冷静に振る舞い自らの力で根拠のある情報を収集し、質のいい情報を吟味し行動を決



▲卒業証書授与の様子

病院で看護師として活躍することを期待しました。

卒業生の小山華澄（こやまかすみ）さんから答辞が述べられ、3年間の在学中の勉強や実習、それらに伴う緊張や困難、また仲間との励まし合いの思い出などが振り返られました。同期や学校職員、後輩たちに向けて感謝や励ましの言葉が送られるとともに「今後は地域の皆さまのお役に立てるような看護師になりたい」と抱負を語りました。

そのほか、毎年贈呈される卒業生からの記念品として、昨年57期生から寄贈され玄関先に設置されていたナイチンゲール像に対し、ナイチンゲールの言葉が刻まれた収納ケースが贈られ



▲卒業生一同

ました。完成した像は、第57期—58期卒業生記念品として看護専門学校正面玄関を入ったホールに構えています。

式終了後は学校玄関前の卒業式の看板を背に卒業生らが記念撮影などを行い、小さいながらも挙行された卒業式に対し仲間たちと喜びを分かち合う姿が見られました。





## 植込み型心臓デバイス認定士誕生！

北アルプス医療センターあづみ病院



▲左から高野和泉、大月幸恵

このたび、当院から看護師2人が、日本不整脈心電学会認定「第1回植込み型心臓デバイス認定士資格認定試験」に合格しました（資格認定は4月1日から）。

植込み型心臓デバイスとは、ペースメーカー、ICD（植込み型除細動器）、CRT-P（両心室ペースメーカー）、CRT-D（両心室ペーシング機能付植込み型除細動器）、S-ICD（皮下植込み型除細動器）、ICM（植込み型心電計）などのデバイス機器のことをさし、これらの機器は多機能化・高性能化により、不整脈患者さんにとって多大な恩恵をもたらしています。しかし、その一方で医師だ

けではなく、看護師、臨床工学技士、放射線技師、理学療法士、作業療法士などのサポートは必要不可欠であり、チーム医療がとても重要です。

これまでデバイス機器に特化して、患者教育も含めた管理を専門とする医療職を認定する制度がありませんでした。この制度認定によって、デバイス治療、医療スタッフの知識とレベルの向上、患者さんのQOL（生活の質）の向上に貢献できます。

そのなかでも、デバイスに特化して専門的にケアする看護師を「デバイスナース」といいます。全国でもデバイスナースとして活動している看護師は、まだ20人程度といわれています。

今までも当院のデバイス専門外来では、医師だけでなくデバイスナース、臨床工学技士、理学療法士、栄養士など多職種が関わり、デバイス植込み患者さんに包括的なサポートができる外来を行なってきました。

これからも専門的な知識を活かし、患者さんのQOL（生活の質）を維持向上できるように外来を行なっていきます。

## 第32回長野松代総合病院学会開催

長野松代総合病院



▲附属若穂病院とも中継で結び、休診日にもかかわらず、400人を超える職員が参加しました

長野松代総合病院ホールまほろばにおいて2月1日、第32回長野松代総合病院学会を開催しました。学会は、職員が一年間かけて論文としてまとめた症例や研究成果、業務報告を共有する場で、毎年恒例の病院行事となっています。

2019年度は医師・初期臨床研修医、看護師、理学療法士、薬剤師、臨床検査技師、事務など各部門の職員から23題の発表が行われました。



▲各発表後には多くの質問が出され、活発な意見交換が行われました

そのうち12人の初期臨床研修医は、担当指導医から基本的な臨床研究の手法や論文の書き方、発表技術を学び、取り組んできた成果を披露しました。論文作成は初期臨床研修医にとって将来必ず必要となる技術であるため、指導医たちも初期臨床研修医の論文指導に力を入れています。

発表された症例や研究はどれも今後の診療活動に直結する興味深いものでした。今回の学会で情報共有した内容を日々の診療活動に活かし、今後も安全で良質な医療の提供に努めていきたいと思えます。

# 感染を防ぐためには？

**1** 新型コロナウイルスは飛沫と接触で感染をすることが分かっています

飛沫感染 接触感染

**2** 感染しないために

洗っていない手で目や鼻、口を触らない

うがい

こまめな手洗い

**3** 感染を広げないために

不調時具合がよくない時などは外出を控え、自宅で安静にする

咳をする時、マスクがない場合はティッシュなどで口を覆う。その後は必ず手を洗う。

**4** 感染しないために、広げないために、3つの「密」を避けましょう

- ① 換気の悪い「密」閉空間
- ② 多数が集まる「密」集場所
- ③ 間近で会話や発声をする「密」接場面

一人ひとりの行動が感染拡大を止めることに繋がります

**医師募集**

**私たちと一緒に、地域医療を実践しませんか。**

長野県は低医療費・長寿で有名です。本会は県下に14病院を有し、救命救急センターや周産期母子医療センター、がん診療連携拠点病院などさまざまな指定を受け、保健・医療・福祉活動を包括的に展開し、その一翼を担っています。信州の自然豊かな環境のなかで、四季折々の変化を存分に感じながら、一緒に地域医療を実践しませんか。

**看護師募集**

**夢が実現できる看護職のキャリア形成を支援します!!**

- 新人看護職の卒後研修が充実しています
- 再就職支援をさまざまな形で行なっています
- 院内保育所や育児介護支援制度などがあります
- 認定看護師など資格取得を支援します

**JA長野厚生連facebook ページのご案内**

当会の活動や情報など、随時情報発信しています。ぜひ、ご覧ください。

薬剤師・医療技術職 随時募集中

地域医療を担うメンバーとして共に歩んでみませんか

**JA長野厚生連 人材確保対策室 人材確保対策課**

〒380-0826 長野県長野市南長野北石堂町1177番地3 (JA長野県ビル10階) FAX:026-236-2307

**☎026-236-2305** E-mail:saiyo@kou.nn-ja.or.jp

**編集後記**

4月に入り新たな気持ちで新年度を迎える方が多い時期ですが、今年は新型コロナウイルスの影響で緊迫した日々を過ごされていることと思います。早く終息することを願うばかりですが感染拡大させないためにも、一人ひとりが自覚を持って行動することが必要ですね。(A・Y)

---

**「厚生連ながの」の感想をお聞かせください。**

JA長野厚生連 本所「厚生連ながの」係  
〒380-0826 長野県長野市南長野北石堂町1177番地3 (JA長野県ビル)  
FAX:026-236-2307  
E-mail:info.honsyo@kou.nn-ja.or.jp

**「一休み」**

撮影者：佐久総合病院佐久医療センター 三石 哲也

暖かい春の日差しの中で散歩。ふと立ち止まると虫たちのかすかな羽音が聞こえ、草花がゆれていました。花の前でじっと待ち構えて撮影。

- |                                   |   |                                       |                                |
|-----------------------------------|---|---------------------------------------|--------------------------------|
| ● 佐久総合病院 ☎0267-82-3131            | ● 長野松代総合病院 ☎026-278-2031                  | ● 南長野医療センター 篠ノ井総合病院 ☎026-292-2261     | ● 下伊那厚生病院 ☎0265-35-7511        |
| ● 佐久医療センター ☎0267-62-8181          | ● 附属若穂病院 ☎026-282-7111                    | ● 篠ノ井総合病院 新町病院 ☎026-262-3111          | ● 長野PET・画像診断センター ☎026-269-0550 |
| ● 小海分院 ☎0267-92-2077              | ● 北信総合病院 ☎0269-22-2151                    | ● 富士見高原医療福祉センター 富士見高原病院 ☎0266-62-3030 | ● 健康管理センター ☎0267-82-2677       |
| ● 浅間南麓こども医療センター ☎0267-22-1070     | ● 鹿教湯三才山リハビリテーションセンター 鹿教湯病院 ☎0268-44-2111 | ● 佐久総合病院看護専門学校 ☎0267-82-2474          | ● JA長野厚生連 本所 ☎026-236-2305     |
| ● 北アルプス医療センター あづみ病院 ☎0261-62-3166 | ● 三才山病院 ☎0268-44-2321                     |                                       |                                |

http://nagano-kouseiren.jp