

厚生連ながの

KOUSEIREN
NAGANO



Vol. **91** 2022.Apr

2 「医療は住民のもの」
浅間南麓こもろ医療センターの紹介

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

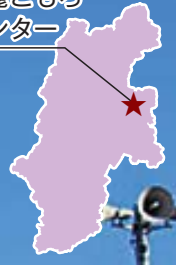
「しゃぼん玉 ふー！」 荒井 彩
富士見高原医療福祉センター

 **JA長野厚生連**

長野厚生連

検索 

浅間南麓こもる
医療センター



「医療は住民のもの」

浅間南麓こもる医療センターの紹介



不整脈治療の新しい選択肢

カテーテルアブレーション治療を積極的に行なっています

発作性上室性頻拍、心房粗動、心房細動、心房頻拍、心室性期外収縮、心室頻拍などのほとんどの頻脈性不整脈を治療することができます。

治療方法は、足の付け根や頸の血管から長くて細いカテーテルを挿入し心臓まで到達します。カテーテルの先端から高周波電流を流して原因部位を焼灼することで不整脈を治療します。治療時間は不整脈の種類によって変わりますが、1～3時間程度のことが多いです。入院期間は、心房細動以外は2泊3日、心房細動は3泊4日を基本としており、年間60件前後行なっています。



カテーテルアブレーション治療の様子

人工関節センターでは、関節の痛みを治す

人工関節置換術を積極的に行なっています

長野県は全国でもトップクラスの長寿を誇りますが、足腰の痛みを抱えたまま辛抱し、老後の生活を送っている人が多いかと思えます。人の健康は二本足で歩くことから始まっているといっても過言ではありません。膝や股関節の痛みで自由に歩くことができなくなると、運動不足になり、さまざまな生活習慣病の危険因子が増えます。旅行や買い物など人生の楽しみが減ってしまうことで、認知症の原因になったり、心の健康が侵されてしまうこともあるかもしれません。足腰も健康であってはじめて本当の健康長寿県を自慢できるのではないのでしょうか。

そんななか、増えているのが、すり減ってしまった軟骨の表面を金属やセラミックでできた関節に置き換える人工関節置換手術です。当院では1962(昭和37)年に整形外科を開設、1985(昭和60)年ごろから信州大学と連携し、人工関節置換手術を行うようになり、年間50件前後行なっています。



中期 末期
変形性膝関節症のレントゲン写真



人工膝関節(模型)



はし もと しん いち
橋本晋一院長が語る

浅間南麓こもろ医療センターの魅力

私たちは医療を通じて、お互いに助け合いながら、経済と心と健康の豊かさを実現する運動（農業協同組合の精神）を行います。そして厚生連医療の理念に従い、「医療は住民のもの」という標語をかかげて、地域の皆さんの暮らしや健康、そして、命の源として欠かすことのできない農業と農村の自然環境を護ることを念願しています。



浅間南麓こもろ医療センターは 2022年1月にSDGs活動を宣言しました

地域の医療・福祉の向上に貢献する

病気の予防と救急医療、高齢者福祉への取り組みを通じて、安心して暮らせる豊かな地域社会の実現に努めます。

- ①常に研鑽を重ね、質の高い医療を提供します
- ②行政や地域の医療・福祉機関と連携し、保健予防活動・福祉活動を推進します
- ③365日24時間救急患者を受け入れます
- ④いのちと生きがいのあるくらしを守り、健康で豊かな地域づくりに貢献します



いきいきと働ける職場をつくる

職員の負担軽減に取り組み、男女の差がなく誰もがいきいきと働ける職場をつくりまします。職員のキャリアアップや資格取得などを支援し、学び続けられる環境づくりと人材育成をすすめます。

- ①労働時間の適正を図ります
- ②ハラスメントを許さない職場をつくりまします
- ③ジェンダー平等を実現し、多様な人材が活躍できる環境を整備します
- ④職員の教育研修を実施し、キャリアアップや資格取得などを支援します



安心・安全な医療・福祉を提供する

安心・安全な医療を提供し、患者・地域住民の皆様の満足度向上を目指します。

- ①院内感染対策と医療安全対策を徹底して行います
- ②院内の情報管理を厳正に行います
- ③病気や障害、困窮等による患者さんやご家族の心配事やお悩みの相談に積極的に応じます
- ④患者・地域住民の皆様の声を集め、医療改善活動につなげます



環境に配慮し、食料と農業を守る

省エネ・省資源・リサイクル等をすすめ、環境に配慮した医療活動を目指します。農協組織の一員として持続可能な食料生産と農業の振興に寄与します。

- ①職員の環境意識を高めます
- ②省エネ・省資源設備を導入し、水資源の保護とCO₂の排出を抑えます
- ③医療廃棄物をはじめ、院内発生のごみの削減と適正な処理をすすめます
- ④病院給食に地元農産物と無農薬野菜を積極的に使用します



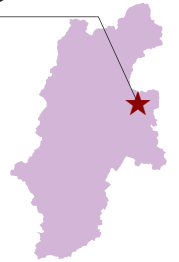


当院の

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



浅間南麓こもろ医療センター 内科医長

まつやま ありたか
松山 有隆先生

〈職歴・研究歴〉

- 2007 (平成 19) 年 3 月
神戸大学医学部卒業
- 2007 (平成 19) 年 4 月
諏訪中央病院
- 2018 (平成 30) 年 4 月
浅間南麓こもろ医療センター

今回は、浅間南麓こもろ医療センターの松山有隆先生にお話を伺いました。

Q1 出身地はどちらでしょうか

大阪府の堺市になります。初期研修で長野県に来ました。15年くらい経ちます。最初は今の病院に来る前に諏訪中央病院にいましたが、学びたい、教わりたいと思う先生がいたのがきっかけです。

Q2 医師をめざしたきっかけを教えてください

簡単に言えば、手に職を付けたい思いで医者をめざしました。身内では、いとこに医師がいます。

Q3 患者さんに対して心がけていることはありますか

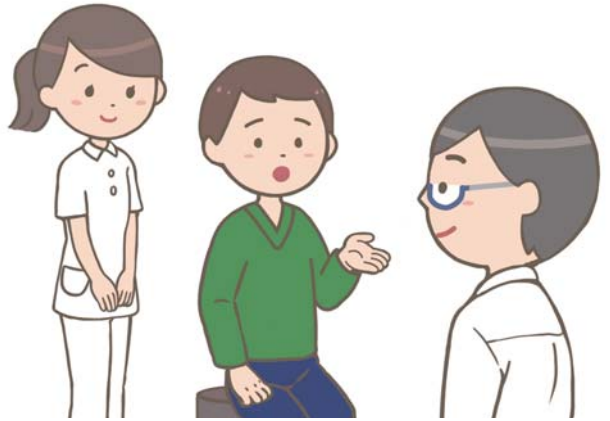
余計なことはしたくないというか、私たちがやっている治療が正しいとは限らないというスタンスでやっています。本当は何もせずに、患者さん自身力でよくなるのが一番だと思っています。

内科の紹介

内科といってもその範囲は広く、風邪や腹痛、高血圧といった身近なものから、より専門性の高い難病までさまざまな疾患を対象としている診療科です。具体的には臓器・疾患別に、脳神経・循環器・呼吸器・消化器・内分泌・糖尿病・腎臓病・血液（貧血・白血病）・アレルギー膠原病（関節リウマチ・全身性エリテマトーデス）・感染症（敗血症）などに分類されますが、当院でも生活習慣病などを対象とする一般内科をはじめ、呼吸器科、循環器科、神経内科、消化器内科、腎臓内科、血液内科、代謝内分泌科の各科を開設し、専門的診療を行っております。



▲診察の様子



Q4 診察など力をいれていることはありますか

救急、総合診療的な感じであらゆる年代、あらゆる症状を診るつもりでやっています。基本的には病気に関してはなるべく自分たちで診て、本当に専門的なものは他の先生に任せられればと思っています。

これぐらいの規模の病院だと各科の専門の先生がそんなにたくさんいなこともあり、そうすることで他科の先生の負担を減

らせればと思っています。病気は内科・総合診療科で診て、本当に専門的な治療が必要な人を各科の専門の先生にお願いするということができる規模、これぐらいの病院が一番そういうことをできると思うのでやっていますが、それが果たしてうまく行えているかどうかは分かりません。

Q5 浅間南麓こもろ医療センターのよいところを教えてください

この規模の病院にしては各科に専門の先生が揃っていて、診れる疾患は多いと思います。ポテンシャルは高いと思っています。普通は何科がないとか、この病

気は診れないとか、そういう理由で私が診療を担うことになってもおかしくない規模だと思っておりますが、各科の先生がしっ

かりいますし、それなりに対応できる医療支援が整っていると思います。

Q6 趣味、座右の銘を教えてください

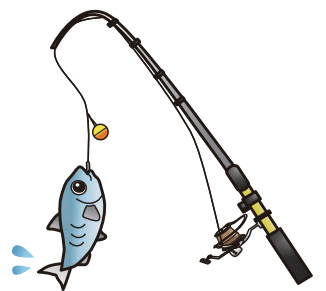
趣味は、最近「釣り」にしようかと思っています。昔もやっていたのですが、最近もコロナ禍でやることがないなと思って、ときどき行っています。釣りも上手くなったらいつか大きな魚を釣りたいと思っています。

また、座右の銘としては「一病息災」が好きです。僕は病気にかかったことがないので痛み止めも飲んだことがないで



▲趣味の釣り道具

す。なので、病気の人の気持ちには分らないと思っていますので、そうすると病気の人を見ると苦しいだろうなとか勝手に考えるのです。ですので、病気とか抱えながら生きてくのがよいのかなと思っています。必ずしも病気にならないことがよいことではないと考えています。



地域の方へ一言お願いします

安心して出掛けられるような病院をめざしてこれからもやっていきますので、よろしくお願います。

インタビュアーの一言

仕事に対する姿勢が感じられた一面でした。趣味の「釣り」もぜひ楽しんでください。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

南長野医療センター篠ノ井総合病院



南長野医療センター
篠ノ井総合病院



南長野医療センター篠ノ井
総合病院 ICU 看護師
集中ケア認定看護師

わかばやし けいこ
若林 景子

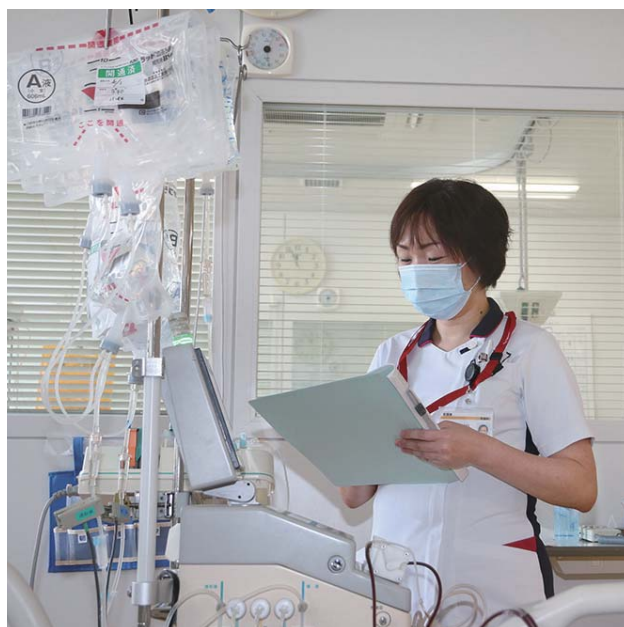
早期回復に向けた看護ケアを

私が働いている ICU（集中治療室）には、生命の危機的状況に陥り集中治療を必要とする方や手術直後の方、病棟で急変した方など、すべての診療科のさまざまな疾患の方が入室されています。

急変とは、患者さんの状態が急に変わることがありますが、多くの急変には何らかの前兆があるといわれています。院内心停止になった患者さんの7割に、心停止が起こる8時間前から「呼吸」や「意識」に異常がみられたという報告もあります。この異常にいち早く気付くことができるのは、24時間患者さんの一番身近にいる看護師ではないかと思えます。ICUには、声を出して自ら症状や苦痛を訴えることができない方も多くいらっしゃいます。そんな患者さんたちの SOS にいち早く気づき、早期回復に向けた根拠のある看護ケアを提供したいと思い、昨年度、集中ケア認定看護師の資格を取得しました。まだ認定看護師としてのスタート地点に立ったばかりではありますが、私の今の最大の目標は、当院に Rapid Response System (RRS) というシステムを構築することです。これは、予期せぬ急変を防ぐシステムで、近年多くの急性期病院で導入されているものです。

私たち看護師の力で一人でも多くの患者さんの

急変を防ぎ、早期回復への手助けをしたい、まずは、患者さん一人ひとりにとって最適なケアは何か、スタッフみんなで考えていく環境づくりをしていきたいと思います。



▲医療機器の安全点検と観察からも異常の早期発見に努めています

※ RRS = Rapid Response System (院内迅速対応システム)
患者に対する重篤有害事象を軽減することを目的とし、迅速な対応を要するバイタルサインの重大な増悪を含む急激な病態変化を覚知して対応するために策定された介入手段。

紹介者 から

若林さんは ICU 看護師として、チームのリーダーとして、目標達成に向けたチーム活動やスタッフ教育を担うなど頼りになる存在です。また、情熱と根拠を持った看護は、スタッフに ICU 看護のやりがいを教えてくれます。さらなるスキルアップをめざし、2021（令和3）年度に集中ケア認定看護師の資格を取得し、実践・指導・教育などの役割を担っています。また、多職種で構成されるチームでも積極的に活動しています。今後も患者さんが安心して療養できるように、多職種連携のもと横断的な活動をされることを期待しています。



ICU・HCU 病棟師長
あおぬま まみ
青沼真奈美

「在宅療養・介護を支援する」

訪問看護を紹介します

北信総合病院



北信総合病院
訪問看護ステーションなかの 所長
やまだ じゅんこ
山田 純子

ンなど管が入っている場合は管理方法や観察点を説明しています。また清潔援助や排便ケアなども体調に合わせて行なっています。難病を抱え生活介助が必要な方や、がん終末期の患者さんの在宅での緩和ケアや看取りも行なっています。

▼訪問看護とは

訪問看護とは、ご自宅で医療処置が必要になったり、介護に不安を抱えているご家族の相談など、在宅療養を支える医療福祉サービスのひとつです。介護保険・医療保険どちらも利用でき、乳児からお年寄りまで幅広く、看護師がご自宅に訪問しケアを行なっています。

▼訪問看護の実際

訪問看護では、呼吸器や在宅酸素など医療機器を使用している患者さんやそのご家族に、使用方法を指導したり、カテーテルやドレー

▼在宅療養のいいところ

住み慣れたご自宅で過ごすことは、「家族の声が聞こえる」「自分の役割がある」「自由に時間を使う」などの利点があります。今は介護保険を利用し、住宅改修や福祉用具、訪問サービス（介護・看護・リハビリ）の利用など、住みやすい環境づくりや介護を補助する手助けもできます。介護が必要になると、ご家族の協力が欠かせません。現代では介護を担えるご家族が遠方にいるなど、独居や老々世帯などが増え、在宅での介護も困難になってきていますが、今は地域で支えていくネットワーク（地

域包括ケアシステム）も推進されており、安心して自宅生活が送れる支援も整っています。

▼新型コロナウイルス対策

コロナまん延に伴い、病院では面会制限が続いています。「入院すると会えなくなる」と入院を希望されない患者さんやご家族もいま

北信総合病院



▲当ステーションのスタッフ

す。在宅療養を希望される場合の支援や、急性期治療を経過した後早期退院に向けて、ケースワーカー・退院支援看護師やケアマネジャーと連携をとり、安心して在宅療養に移行できるようお手伝いしています。コロナ陽性者や濃厚接触者となり通所サービスが利用できない方にも必要であれば、感染対策を行い訪問しています。

▼寝たきりにならないために

高齢者は骨折を機に、寝たきりになることがよくあります。転倒しないように動かさないのでなく、車いすに乗せて食事をする、デイサービスなど外に出る機会を作るなどベッドから離れる習慣を作ることも必要です。食事や排泄、睡眠など日常のリズムを整えることももちろん、話し相手になることも認知症予防につながります。ご家族の長年の介護には本当に頭が下がる思いです。少しでも肩の力を抜いて介護ができるようにお手伝いさせていただきます。在宅療養で不安を抱えている方、これから介護を始められる方は、まず主治医やケアマネジャーにご相談ください。



JA長野厚生連は、地産地消に積極的に取り組んでいます。



鹿教湯三才山リハビリテーションセンター
 鹿教湯病院 栄養科 管理栄養士
 あだち ちえ
足立 智恵



今回の主たる食材

せり

せりは小川など水分の多い土地に自生する野草です。旬は初春から晩春ですが、近年は夏を除いて年中出回っています。旬の時期が最も美味しく、早春を感じられる野菜です。

食材の栄養価と特徴

ビタミン・ミネラルが豊富

せりには体に欠かせないβカロテン（ビタミンA）、ビタミンCや食物繊維が豊富にあり、せり特有の芳香には鎮静効果のある「オイゲノール」が含まれています。

肉の臭みを消す効果があるので鍋に入れたり、香りを楽しむ天ぷらにするのもいいでしょう。

せりの栄養価

(可食部 100g 当たり)

エネルギー：17kcal
 βカロテン：1900μg
 ビタミンC：20mg
 鉄：1.6mg
 葉酸：110μg
 食物繊維：2.5g

レシピ

せりの胡麻和え

せりは春の七草になるほど香り高い香草です。小松菜を加えることで、特有な芳香が緩和されて食べやすくなります。



1人分の栄養量

エネルギー：42kcal 食物繊維：2g
 たんぱく質：2.2g βカロテン：2240μg
 塩分：0.8g 鉄：1.6g

材料

(2人分)

- せり 80g
- 小松菜 40g
- 人参 20g
- すりごま 大さじ1
- A ●砂糖 小さじ1
- 醤油 小さじ2

作り方

- ① Aの調味料を混ぜ合わせておきます。
- ② 人参は太めの千切りにして茹でます。
- ③ せりと小松菜はさっと茹でて、3cmほどの長さに切ります。
- ④ ①にそれぞれ茹でた野菜を入れて和えたらできあがりです。

調理のPOINT!

茹で過ぎるとシャキシャキ感が損なわれるので、気をつけましょう。

健康



相談

下伊那厚生病院
健康管理課 保健師

さ さ き ま ひ こ
佐々木真弓



「腸内フローラ」

Q1. 腸内フローラってなんですか

A: 腸内細菌って聞いたことがありますか? 私たち人間の腸内には、約 100 兆個、種類は約 1000 種類、重さにして約 1 ~ 2kg の細菌が生息しているといわれています。人体を構成する細胞の数は約 37 兆個ですので、それよりもはるかに多い細菌が密集して生息しています。この集まりを「腸内細菌叢(ちょうないさいきんそう)」といい、その様子がお花畑(flora = フローラ)



のように見えることから「腸内フローラ」と呼ばれています。近年、この腸内フローラが私たちの健康に大切な働きをしていることがわかってきました。

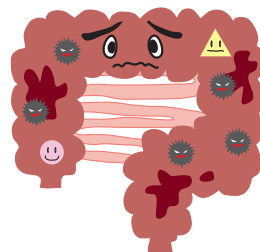
Q2. 健康に大切な働きとはどんなことですか

A: 腸内に多種多様な菌がバランスよく生息していると、身体により代謝物質が産生され、免疫力が高まります。このバランスが乱れると免疫力の低下につながり、腸の病気だけでなく糖尿病や肥満、アレルギーなどさまざまな病気と関わりがあるといわれています。

Q3. 腸内フローラはどうやって作られるのですか

A: 腸内フローラのバランスは、一人ひとり異なります。一番大きな影響を与えるのは母親の腸内環境だといわれています。赤ちゃんは生まれてくるときに母親の産道にある腸内細菌に接触することで細菌をもらい受けます。これが腸内に入り込み、腸内細菌として増えていき、食事や生活環境の影響も受けながら、3 ~ 5 歳頃までにベースが作られていきます。

腸内フローラのバランスは毎日変わっています。加齢やストレス、食生活の偏りや睡眠不足などの要因で腸内フローラのバランスが崩れてしまうこともあります。



Q4. 自分自身の腸内フローラの状態を知るには、どうしたらよいのでしょうか

A: 便の状態を観察することです。便は、水分(70%くらい)を除くと残りは“腸内細菌”と“はがれた腸粘膜”と“食べかす”でできています。そのため、便には腸内環境の情報が含まれており、バナナのような形の黄褐色の便が出たときは、腸内環境がよい状態であると考えられています。いつもと違う便が出た場合には、何か原因はないか、生活を振り返ってみることが大切です。

最近、腸内フローラを調べる検査もあります。当院のように、人間ドックのオプションで受けられる病院もあります。気になる方はぜひ受けてみてください!



60期生

卒業式



JA旗の前で



記念写真



卒業証書写真スポット

3月7日、60期生の卒業式を執り行いました。今年度も新型コロナウイルスの感染拡大を懸念して、保護者の方・来賓・在校生は参加できず、少人数で行いました。



卒業証書授与

60期生は2年次の戴帽式も保護者の方が参加できなかったこともあり、オンラインで式に参加させていただきたいという希望がありました。学校としては急遽、授業用オンラインシステムにてリアルタイムで卒業式の様子を映し、参加していただくことになりました。

式前には笑顔でリラックスした表情の学生たちも、いざ式が始まると顔が引き締まり、頼もしい姿に変わりました。この学生生活で、本当によい成長を見ることができました。式前には、学生から3学年教員へのサプライズとして、花束贈呈も行われました。教員として嬉しい限りです。

今年初の取り組みとして「卒業証書写真スポット」を用意し、その前で写真撮影する学生の姿をたくさん見ることができました。コロナ禍で多くの行事がなくなったこともあり、卒業生にとって少しでも思い出に残る式典にしてもらいたいという思いから作成しました。

学生たちは、4月からJA長野厚生連のスタッフとして同じ仲間になります。これから看護師として成長していきます。たくさんのことを現場の皆さんから学んでもらいたいと思います。

看護師は生涯学び続けることが必要です。辛いことがあっても、楽しいこともたくさんあります。これからも教職員一同応援していきます。

たまには、学校に遊びに来てね。(^^)!



仲間たちと

オンライン面会のご案内

北アルプス医療センターあづみ病院



北アルプス医療センターあづみ病院

新型コロナウイルスの感染拡大に収束のめどがつかず、各病院でも面会禁止や面会制限の対応がとられているなか、タブレットを使い、オンライン面会を行なっている病院も多いかと思えます。当院でも以前より、LBSを使用しているオンライン形式の面会を導入しています。

当院では、このシステムを院内に派生し、リハビリの様子や多職種カンファレンスの様子などをオンラインにてご家族に見



▲カンファレンスの様子



▲リハビリの様子

ていただくなど、さまざまなおに活用しています。

リハビリの様子をご家族の方に見ていただくことで、患者さん自身のやる気に繋がったり、ご家族の方からも、「頑張っている姿を見て安心した。早く退院できるようにサポートしていきたい」などのお声もいただいています。こちらは利用時間に制限はありますが、どなたでもご利用いただくことができます。

コロナ禍においてさまざまな制限がかかるなか、少しでも患者さんやご家族に寄り添った医療が提供できるよう、これからも工夫を凝らしていければと思います。

エイジングケア診療開始

長野松代総合病院



長野松代総合病院

古来より人は不老不死の薬や治療を探してきました。近年、研究が進み不老不死は無理でも老化を遅らせる、または健康寿命を延長できると考えられるようになり、日本でも都市部を中心にアンチエイジング分野に関する検査や治療を行う施設が増えてきています。

世界や首都圏との医療格差を縮め地域の健康増進を図るために、このたび当院で「健康長寿」をテーマとしたエイジングケア診療を開始します。「歳のせいだから…」という言葉がありませんが、まさにエイジングケア診療ではその点に注目した「老化」



▲診療を担当する神林玄隆 内科主任医師（写真右）

に対する予防・早期発見・治療を、保険診療ではできない内科的なアプローチで行います。とはいえ、老化に伴う病気の治療に関しては保険診療で行えることも多いため、まずは一度受診していただき、保険診療で治療できるか確認します。自費での診療が不安な方も安心して受診していただきたいと思います。

主な診療内容は、まずは腸内環境や動脈硬化、認知症、脱毛症の検査や治療、サプリメントの相談などから始め、徐々にがんの早期リスク検査や点滴療法など診療の幅を広げていきたいと考えています。腸に不調がある方や、肥満・喫煙などによる将来的な病気が心配な方、薄毛、使用中のサプリメントでお悩みの方はぜひご相談ください。

新しい診療分野ですので、患者さんと協力しながら長野の健康長寿に貢献できる診療科を作り上げていきたいと思えます。どうぞよろしく願いいたします。

長野県長野で

第一線の地域医療を

私たちと実践してみませんか。



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

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



お問い合わせは下記または各病院まで

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)
☎026-236-2305 E-mail:saiyo@kou.nn-ja.or.jp FAX:026-236-2307



JA長野厚生連
facebook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。

編集後記

色とりどりの花が多く見られ、また芽吹き季節となりました。
周りの景色を見ながら生活することが日頃の癒しになってい
ますが、新しいことも見つけていながら過ごしていきたいです。
(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

表紙の ひとこと



「しゃぼん玉 ふーー!」

撮影者：富士見高原医療福祉センター

あらい あや
荒井 彩

暑い夏の日、4歳の息子と公園でシャボン玉をして遊んだ時の写真です。シャボン液をこれでもかと付け、どれだけ大きなシャボン玉を作れるか、はりきっていました。「ママが入っちゃうくらい大きい作る!」と、全力で吹いている様子が愛おしいです。
コロナ禍で遠出ができず、近場の公園へ行くことが多いこの頃ですが、今年もキラキラした笑顔をたくさんカメラに収めたいと思います!

- 佐久総合病院 ☎0267-82-3131
- 佐久医療センター ☎0267-62-8181
- 小海分院 ☎0267-92-2077
- 浅間南麓こころ医療センター ☎0267-22-1070
- 北アルプス医療センター
- あづみ病院 ☎0261-62-3166

- 長野松代総合病院 ☎026-278-2031
- 附属若穂病院 ☎026-282-7111
- 北信総合病院 ☎0269-22-2151
- 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
- 三才山病院 ☎0268-44-2321

- 南長野医療センター
- 篠ノ井総合病院 ☎026-292-2261
- 新町病院 ☎026-262-3111
- 富士見高原医療福祉センター
- 富士見高原病院 ☎0266-62-3030

- 下伊那厚生病院 ☎0265-35-7511
- 長野PET画像診断センター ☎026-269-0550
- 健康管理センター ☎0267-82-2677
- 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

http://nagano-kouseiren.jp

