

雪がた

—— 豊科病院だより ——

豊科病院広報誌

令和3年11月17日 発行

発行者 豊科病院広報文化委員会

〒399-8205

長野県安曇野市豊科5777-1

Tel : 0263-72-8400

URL <http://www.shironishi.or.jp/>

豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心を礎に、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

菊の日 一者を表彰

11月16日、「菊の日」が開催されました。菊の日とは、当法人に貢献、寄与された方々を表彰する式典です。毎年11月に、当法人内の各事業所において開かれます。

当院は今年度、患者さんのご家族お二方から、多額のご厚情を賜り、本式典にて表彰させていただくことになりました。

お二方はご都合により本式典を欠席されましたが、お預かりした

メッセージ

ジを西

村事務

局長が

代読み

たしま

した。

また、

関理事

長総長

より、謝



関理事・総長より訓示を受ける職員

とともに、職員に対して「厚情に
応えられるよう業務にあたつて欲
い。」と訓示し、職
員一同、身の引き
締まる思いになり
ました。

表彰されたお二
方には、後日感謝
状と記念品が贈呈
されます。



面会 順次緩和へ

今秋に入り、全国的に新型コロナウイルスの感染者数が減少し、こ
野県も感染警戒レベルが引き下げ
れました。

それに伴い当院も、入院患者さんの
面会方法を一部変更しております。
10月までは、オンラインでの面会を
実施していましたが、対面での面
会も順次再開しています。

面会をご希望の方は、電話にてご相
談いただくとお願いいたします。

医師 着任のご挨拶

医局 中村 千恵美



10月4日付けで着任しました、中村千恵美と申します。

出身は旧豊科町です。

この豊科病院の隣は今安曇野市役所やバラ園、図書館などになっていますが、以前は豊科中学校が建っておりそこを卒業。

最近健康のために徒歩でここを抜け、出勤しています。当時体育館の雑巾がけをしたことや、友達といたずらして遊んだことが懐かしく思い出されます。当院の散歩の列にもよく遭遇しましたね。私は高校時代に西丸四方先生の新書をたくさん読み、ひどく感動。そして精神科医になりました。が、結婚や子育てのため思うようにいかず、郷里を離れて就職。精神医療そのものよりも、認知症治療などに長く携わりました。

60歳を過ぎ子ども達も自立し、ようやく自分の自由がきくようになりました。今回郷里に戻り、また西丸先生の本をしっかりと読みつつ、当院にて精神医療に貢献したいものです。

まだ慣れないことも多く、い迷惑をお掛けす

るかと思いますが宜しくお願いいたします。

中村先生って、どんな先生？ 突撃インタビュー

Q 豊科出身ということですが、豊科の街で以前と変わったところは？

A 都会になりました笑。道も広くなってお店も増えましたね。豊科の街といえは「カクミズ」によく買い物に行きました。その隣に「きかいや」という手芸店があって、女子中学生としてはファンシーグッズを見たり…。八十二銀行と豊科病院は昔から変わらず同じ場所にありますね。

Q 中学校の部活は？高校はどこに？

A 化学クラブ。石の成分を調べたり…。高校は松本深志高校。隣の席に、のちに同じ精神科医になり、私と違い地元で有名人になった女子がいて、よく一緒にふざけていました。

Q 高校の時に、精神科医を目指すことを志したとありますが、精神科一筋？

A 医学部に入學し色々な診療科を学び、一時外科を目指したこともありましたが、手術台が高くて、身長が足りず諦めまし

た。

そして、信州大学病院精神科医局へ入局。最近まで長野県精神保健福祉センターの所長だった先生と同期です。精神科の医局では、ICD-10（WHOの国際疾病分類及び診断基準）を、国内で初めて翻訳した融教授の第一期生として指導を受けました。

当時、信州大学病院精神科外来と一緒に勤務していた、現豊科病院の精神科デイケアの立澤看護師に、自分はあはな研修医だったので、よく怒られていたことが懐かしいです笑。

Q 医学部を卒業後、ずっと県内で精神科医療を？精神科医の傍ら家事も？

A 育児で完全に休職したのは3年間。あとは医師と家事を両方やってきました。夫の転勤などで新潟県で生活をしましたこともあります。同時に9カ所の仕事を掛け持ちしていたこと



もありました。

Q 文面から、精神科医療の中でも認知症が専門？

A そついつわけではないです。日本でまだ認知症の診断も治療も明確になつていなかった平成7年頃、国立小諸療養所（現小諸高原病院）に勤務していて、国立病院機構が認知症対策として認知症専門治療病棟を全国14病院に併設しました。この病棟を長期間担当しました。当時はMSAが流行り、その対応などで大変でした。その後、地元の介護老人保健施設二ヶ所にも勤めました。

Q 休日の過ごし方は？

A 掃除と洗濯です。猫が6匹いるのでそのお世話で終わっちゃう笑。スポーツをすくくやる訳ではないけど、出歩くことは好きです。おもしろいことをするのも好きです。

Q そのほかに、趣味や夢中になつていっているものは？ストレスの回避法は？

A 古い和服（着物）を壊して作り直すことです。勿体ないから、ストレスがあつても寝れば忘れるタイプです。一日に8〜9時間は睡眠をとっています。ただ、近頃は日に日に体が言つたことをきかなくなりつつあるんですねえ…はあ…笑。

汚れた水栓のハンドルを

再び触っていませんか？

＜新型コロナウイルス・インフルエンザ感染予防＞

夏季に猛威をふるつた新型コロナウイルス感

染拡大の第5波が、今秋に入りやっと落ち着いて来ました。しかし、これに油断せず、引き続き気をつけて行かなくてはいけないことが沢山あります。特に今年は、インフルエンザも流行すると言われています。冬季は空気が乾燥し、各種ウイルスが感染しやすい時期になります。

【具体的な対策】

- ・ 人同士の距離を確保する。いわゆるワシアルディスタンスの徹底。
- ・ 会話は、可能な限り真正面は避け、大声は出さない。症状が無くてもマスクを着用。
- ・ 帰宅後は手や顔を洗つ。
- ・ 密閉、密集、密接の「3密」を避ける。
- ・ 毎日体温を測り、風邪症状がある際は外出せず自宅で休む。
- ・ ドアや扉は、なるべくノブを触らず、肘で開けるようにする。
- ・ 手洗いでは30秒程度かけ、石鹸と流水で行う。

【ポイント】

手洗いの際は、洗った手で水栓のハンドルを締めると、手洗い前の汚い手で触ったハンドルを触ることになり、再びウイルス等が手に付着します。せっかく手を洗っても、意味がなくなります。

水栓のハンドルを閉める際は、左の写真の通り、使用したペーパータオルを使用し、直接触らないようにしたり、ペーパーが無い場合は、レバー自体を石鹸で洗って流水で洗い流すといった工夫が必要です。

引き続き、感染対策を徹底し、感染予防に努めて行きますよ。



院内不在者投票の活用を

10月に安曇野市長選挙や衆議院議員通常選挙など、いくつかの選挙が行われましたが、当院では、院内にて各選挙の不在者投票が行われ、大勢の方が投票されました。入院機関や入所施設は、外出が困難な方々に対して、施設内で不在者投票を行うことが認められています。なお、外来通院されている方が、院内での期日前投票を希望される場合がありますが、あくまでも入院患者さんを対象とした不在者投票ですので、外来の方は院内の投票所はご利用できません。

院内の不在者投票は、研修を受けた院内の職員が適正に投票業務を行い、投票用紙は厳正に各市町村の選挙管理委員会へ提出されます。

当院では種々の選挙の度に適宜投票のお声掛けをしておりますので、入院患者さんには今後も不在者投票をご活用いただきたいと思っています。



外来 医師担当表

令和 3年11月 1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
内科	い わ さ た け ひ こ 岩浅 武彦 医師	休 診	休 診	ま ち だ り ょ う す け 町田 良亮 医師	休 診	休 診
精神科①	な か ざ わ ち と お 中澤 知遠 医師	に し ざ と よ し あ き 西里 吉昭 医師	こ み ぶ ち み つ の り 五味洸 満徳 医師	お か ざ き た か し 岡崎 隆司 医師	な か ざ わ ち と お 中澤 知遠 医師	こ み ぶ ち み つ の り 五味洸 満徳 医師
精神科②		な か む ら ち え み 中村 千恵美 医師				

◎ 受付時間 午前 7:00～正午

◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで ※木曜日の精神科は、午前9:30～診療開始

※ 午後は全科休診となります。 ※ご不明な点は受付へご確認ください。

※ 日曜・祝日は全科休診となります。 お問い合わせ先…Tel0263-72-8400



～ 編集後記 ～

豊科病院広報誌『雪がた』第72号をお届けしました。お読みになっていかがでしたか？

いよいよ里山も色づいて来ました。落葉寸前の木々は、まるでふかふかの絨毯のようにも見え、山が一回り大きく感じられる瞬間があります。落葉寸前の木から、力強い生命力を感じる瞬間ともいえるでしょうか。

また空気が澄むこの季節は、星が綺麗に見える季節でもあります。晩秋の夜長には、悠久の自然に思いを馳せてみるのはいかがでしょうか。

※表題「雪がた」について

春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことが出来ます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。また、表題の写真は当院屋上から撮影しました。