

ひまわり

東御市民病院

〒389-0502 長野県東御市鞍掛198番地
TEL:0268-62-0050 FAX:0268-62-0400
URL:http://hospital.city.tomi.nagano.jp/

2023年(令和5年)7月
第49号

発行責任者:岩橋 輝明
印刷所:東部プリント



MRI検査装置を更新しました

解像度が向上、早期発見に期待

更新したMRI装置の性能は、磁場強度が1.5テスラで、従来の機器より解像度が高いため、小さな病変が発見しやすいなど診断能力が高まり、早期発見、早期治療が期待できます。
また従来のMRIでは困難であった心臓や乳房、全身撮影ができるなど、様々な検査が可能になりました。

撮影時間が短縮

高速、高画質での撮影が可能となり、撮像時間が短くなりました。このため、長時間安静でいることが難しい患者様でも、検査を受けやすくなりました。

非造影撮影も可能

新しい装置の特長の一つが非造影で全身の血管を描出できる点です。造影剤を使用せずに血管画像を取得できるため、腎機能が悪い患者様でも検査頂けます。当院のMRI装置は、全身の非造影MRA検査に対応するアプリケーションを多数搭載しています。

新旧機器の撮影時間の比較

撮影部位	旧MRI (0.4T)	新MRI (1.5T)
脳血管 (MRA)	13分	2分30秒
腰椎 (T2WI)	4分	1分

【MRA】

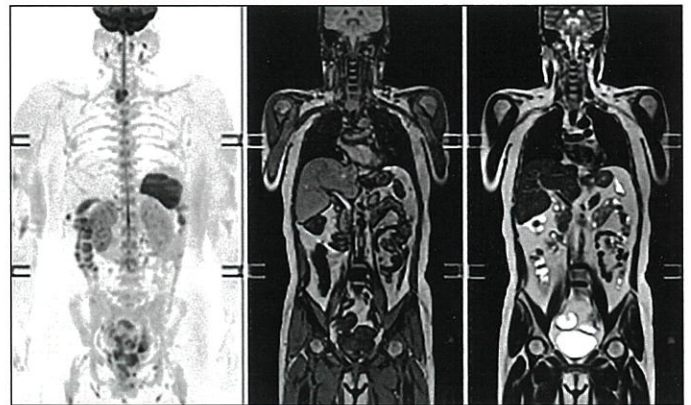
造影剤を使用しないで血管を白く描出する撮像法。

【T2WI(T2強調画像)】

液体が白く脂肪が白く描出される撮像法。



全身のがん検査が可能に



快適な検査環境

MRI装置の患者口径は、71cmとクラス最大です。従来装置よりも広々としていることから、体格の大きな患者様、腰の曲がった高齢の患者様には、楽な姿勢での検査が可能です。更に、従来の患者口径は狭く四肢関節の撮影の際に撮影部位を中心にするのができませんでした。特に肩関節は幅が広いので、中心に合わせにくい部位になりますが、当院の装置はクラス最大開口径のため、対応することが可能です。
また検査室内は、開放的で明るい空間になりましたので、狭いところが苦手な患者様にもリラックスして検査を受けていただけます。

全身MRIが可能

当院のMRI装置は、近年注目を集めている「全身MRI検査」に対応しています。全身MRI検査は、全身のがんの広がりを表示する検査に応用されています。
この他、撮影時の体動を補正したり、DWIの歪みを低減することが可能な豊富なアプリケーションを搭載しており、幅広い検査に対応できます。
全身MRI検査とPET検査を比較した際、全身MRI検査は被ばくがないこと、ブドウ糖を使用しないため糖尿病の患者様にも検査いただけること、検査時間が短いなどのメリットがあります。

DWI

拡散強調画像

正常細胞は黒く異常細胞は白く描出される撮像法。全身MRIは見やすくするために白黒反転処理をする。

T1WI

T1強調画像

液体が黒く脂肪が白く描出される撮像法。

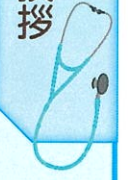
T2WI

T2強調画像

液体が白く脂肪が白く描出される撮像法。

以前は部位ごとにしか撮影することが出来ませんでしたが、当院のMRIでは全身を一度に撮影することが可能です。そのため従来よりも少ない負担で、広範囲にわたっての検査が可能となりました。

常勤医師 着任のご挨拶



東御市民病院
医師 宮嶋 友希

4月より当院に常勤医師として勤務することになりました宮嶋友希と申します。

富山大学を卒業後、富山で初期研修を含めて8年ほど勤務し、一般内科、内科救急、感染症などを中心に診療させていたいております。当院は地域の公立病院として急性期診療をはじめ、慢性期の管理や健診、リハビリテーションなどの多岐にわたる役割を担っております。みまき温泉診療所や

地域の開業医の先生、また高次医療機関と密な連携をとり充実した医療を提供できるようにしたいと考えております。

この度当院に着任し、病院の掲げる地域プライマリケア診療体制の充実に微力ながら、お役に立てるよう努めて参りたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いたします。



検査科

検査科は、臨床検査技師5名が業務にあたっています。

●臨床検査技師の業務

主な業務は、①血液・尿・便・体液や組織・細菌・ウイルスなどの検体を採取し解析を行う「検体検査」、②心電図や超音波など、身体から直接測定し解析する「生理機能検査」、③そのほか輸血検査、精度管理業務な

ど、医療現場で診断や治療に必要な検査を行っています。

当院では検査科内に採血室を設けています。採血の際には、患者さまの安全性に配慮した「少し痛いけど優しい採血」を心がけています。また、検査値の見方や、ご質問などにわかりやすくお答えしています。

●待ち時間を管理

採血終了から検査結果が出るまでの時間は、検査項目によって様々ですが、一時間以内に外

来に報告ができるよう待ち時間を管理しています。

それ以上時間がかかる場合には、理由と遅延時間をお伝えするようにしています。

●検査の質の向上

臨床検査において検査精度を管理することは重要な業務のひとつであり、①測定機器や試薬の状態を評価する「内部精度管理」と、②全国の病院と比較して精度を評価する「外部精度管理」を行っています。

令和4年度に行われた外部精度管理の二団体の評価調査において、当院は100点満点を獲得しました。これからも品質保証体制を強化し、迅速で精度の高い検査結果を提供してまいります。



採血室側から見た検体検査室



新型コロナウイルス抗原定量検査装置

●新型コロナウイルス苦闘の三年間

新型コロナウイルス感染症にあたっては、令和2年の第1波から今年2月の第8波まで、病院一丸となって、保健所と協力し医療に携わってきました。検査科では、今年3月までの3年間で1万3777件の新型コロナウイルスの検査を行いました。

新型コロナウイルス感染症は、現在5類に移行しましたが、依然感染力は強いままで、引き続き注意が必要な状態です。また新興感染症は、平成15年のSARS、平成21年の年の新型インフルエンザなど数年の感覚を開けてパンデミックを起こしてきたという経過もありますので、この3年間の戦いで得られた教訓を無駄にしないよう、次の備えに役立てていきたいと考えています。

栄養科

栄養科は、管理栄養士11名、栄養士2名、調理員4名が業務にあたっています。

●治療効果と

おいしさの食事

病院の食事は治療のひとつであると同時に、楽しみでもあります。

当院では、八重原米、巨峰、イチゴなど地元食材を取り入れ、作りたての食事、炊きたてのご飯のおいしさをお届けするようになっています。

また、祝日には「行事食」に手作りメッセージカードやランチョンマットを添えたり、金曜日には「選択メニューの日」として、朝食と夕食の主菜を選ぶことができる日を設けています。



行事食「ひな祭り」



地元産食材の紹介カード

2023.6.21 本日の昼食 **脳いきいきメニュー** 東御市立西御市民病院

認知機能の衰えを防いでいつまでもいきいきと生活したいものです。今回は認知症予防に有効とされる栄養素を本日のメニューに添ってご紹介いたします。また、このほかにバランスのとれた食事で生活習慣病の予防や改善をすることも重要です。

低GI値の主食

麦入りごはん
GI値とは食後血糖の増加の程度を示すもので、低いものがお勧めです。精白米のご飯よりも、麦や雑穀、玄米など食物繊維が含まれているものがよいでしょう。

オメガ3脂肪酸

このメニューの中で含有量の多い順位(単位:mg)

1位 さわら60g
内訳 DHA460 EPA204 他 合計1062
2位 植物油3.3g
内訳 e1/ルン脂224
3位 くるみ2g(約小半分)
内訳 e1/ルン脂100

油脂の多い魚や植物油に多く含まれています。とり過ぎは体重増加につながりますが、適量で上手に使いましょう。少量のくるみでもしっかり含まれています。

ポリフェノール類とは?

果とんどの植物に含まれる色素や香り・味成分で、自然界に5000種類以上あると推定され、アントシアニン(赤ワイン)やイソフラボン(大豆)などが有名です。それぞれが持っている効果は違いますが、共通して含まれているのが、抗酸化作用です。ただし体内では3〜4時間程度しか効果が続かないとされるため、毎食の野菜や果物の摂取を推奨しています。ごまかゆりやすりおろしなど、調理の仕方によっても効果は変わります。

抗酸化物質

このメニューの中で含有量の多い順位

ビタミンC(単位:mg)	ビタミンE (α-トコフェロール単位:μg)
1位 ブロッコリー 11	1位 ほうれん草 1.0
2位 ほうれん草 8	2位 人参 48
3位 メロン 7	3位 ブロッコリー 13

抗酸化物質は、病を誘発させる活性酸素を無力化する働きがあります。本日のメニューの中では緑黄色野菜に多く含まれています。特にビタミンCは果物や野菜に多く含まれています。またトマトに含まれるリコピン(フィトケミカル)も有名な抗酸化物質です。

「脳いきいきメニュー」リーフレット

食品衛生管理として、HACCP(危害分析重要管理点)の概念を取り入れた手法で実施しています。

●地域包括ケアへの取り組み

入院中のお食事は、食物アレルギー、基礎疾患、摂食嚥下機能、栄養状態などに配慮しているところですが、退院後においても継続が必要な場合があります。

このような場合は、「食事・栄養サマリー(要旨)」を作成し退院先の施設などに必要事項を伝達する取り組みを行っています。

●食事療法の疑問を和らげる

管理栄養士による栄養指導で

は、日本糖尿病学会など各種学会が推奨する内容に沿って、疾患の改善や悪化の予防等につながる食事療法を説明しています。

祝日のない月に「脳いきいきメニュー」を提供しています。これは認知機能の衰えを防ぐといわれている栄養素を実際に食べて感じていただく企画として行っているものです。

●チーム医療へのかかわり

治療の妨げとなる低栄養の改善や、これにより発生しやすい褥瘡の予防や治療等に関して行われるカンファレンスにも、チーム医療の一員として参加しています。

市民病院は「発達外来」の診療体制を強化します!

市内のお子様の育ちを支えるために、子どもサポートセンターと連携し、発達に関する診療体制を強化します。

発達外来受診のご案内

○受診方法

家族から受診のための予約が必要です。保護者の方は発達外来診療申込書へ記入して病院へ提出してください。用紙は病院の窓口のほか「発達相談」の窓口となっている子どもサポートセンター(TEL:71-0450)、保育園、学校にもあります。

※予約についてご心配の方は、それぞれの相談窓口へご相談ください。
※診療申込を委任すれば、それぞれの相談窓口から病院へ提出することも可能です。

○対象年齢

乳幼児～15歳まで(16歳以上は要相談)

○診療日

	月		火		水		木		金	
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
第1週					天田		平林			
第2週					(天田)					
第3週					天田		平林			
第4週		※			(天田)					
第5週		※			天田		平林※			

平林医師…第5週木曜日がない月は、※の最終週の月曜日に診療日を変更します。
天田医師…当面、第1、3、5水曜日の診療とし、10月以降は毎週診療予定です。

心理相談・心理検査のご案内 ※R5.8～

～医師の診察と合わせて臨床心理士が支援します～

○心理相談

ご家族やお子さんに関わる方からお話を伺い、抱えている問題について一緒に考えていきます。

○心理検査

お子さんを理解するために、必要に応じて心理検査等を行います。

言語療法のご案内

○対象となるお子さん

- ・言葉の発達に遅れがみられる。または遅れが疑われる。
 - ・言葉でのコミュニケーションがとりづらい。
 - ・発音が不明瞭で、話の内容が伝わりづらい。
- など、言葉やコミュニケーションに何らかの課題のあるお子さんが対象です。

○どんなことをするのでしょうか

- まず、言葉やコミュニケーションの力がどのような状態か調べます。その上で、
- ・お子さんが今持っている言葉やコミュニケーションの力で生活しやすくなるように、また、それらの力の成長を後押しするために、周囲の人たちの関わり方や環境づくりの助言をおこないます。
 - ・発音が未熟だったり、不明瞭だったりするお子さんには、正しい発音が獲得されるような練習をおこなうこともあります。

子ども発達を支える市民病院スタッフ紹介

【医師】発達外来…平林伸一、天田大輔 小児科…服部和裕
【臨床心理士】R5.8雇用 【言語聴覚士】餅田亜希子 【作業療法士】雇用予定

東御市民病院 TEL:0268-62-0050 Eメール:hospital@city.tomi.nagano.jp



外来医師勤務表

東御市民病院

(令和5年7月1日現在)

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	午前	宮嶋 岡田 田代 川瀬	松河 田代 山家 齋藤	川瀬 山家 岩橋 宮嶋	竹村 松河 岩橋	宮嶋 天田 川瀬 柴田
	午後	宮嶋	田代 川瀬(予約)	田代 池添(第4)	竹村	宮嶋(第2・4) 山家(第1・3・5) 柴田
外科	午前	唐澤	間瀬(第1・3・5)	唐澤	大澤	唐澤
	午後	唐澤	間瀬(第1・3・5)	唐澤	大澤 (第1・2・4・5)	唐澤
発達外来	午前	平林(第4)(予約) ※第5木曜日がない月のみ		天田(第1・3・5) (予約)	平林(第1・3・5) (予約)	
	午後	平林(第4)(予約) ※第5木曜日がない月のみ			平林(第1・3・5) (予約)	
小児科	午前	服部	服部	服部	服部	服部
	午後	服部	服部	服部	服部	服部
整形外科	午前	穂吉	穂吉	吉松(第1・3・5) 穂吉(第2・4)	奥泉	穂吉
	午後	江田(第1・3・5) 穂吉(第2・4)	江田	穂吉	吉松(第1・3・5) 穂吉(第2・4)	吉松(第2・4)
眼科	午前	富山	富山(不定期)	富山		富山
	午後	新井				
産婦人科	午前				江夏(第2・4) (婦人科のみ)	木村
	午後				江夏(第2・4) (婦人科のみ) 木村(第1・3)	渡邊(第2・4)
循環器科	午前					信州上田医療センター (第3)
	午後					信州上田医療センター (第1)

※受付時間 午前8時00分～11時30分、午後1時30分～4時30分

※診療時間 午前8時30分～12時00分、午後2時00分～5時00分

※土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始は休診です。

ただし、時間外、休日における急患の場合はいつでも対応いたします。

受信を希望される方は、事前に電話(0268-62-0050)まで連絡をお願いします。

※担当医や時間帯は変更になることがあります。予約のない場合は事前に電話(0268-62-0050)でご確認ください。

みまき温泉診療所

(令和5年7月1日現在)

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		齋藤 倉澤(第1・3)	岩橋	齋藤 倉澤(第1・3)	久堀	齋藤	天田、久堀、齋藤 (当番制)
午後		天田	齋藤	奥泉	齋藤 (整形)	奥泉 (第1・3・5整形) (第2・4総合)	

※受付時間 午前8時30分～11時30分、午後3時00分～4時30分

※診療時間 午前8時30分～12時00分、午後3時00分～5時00分

※土曜日午後、日曜日、祝祭日、年末年始は休診です。

※担当医や時間帯は変更になることがあります。予約のない場合は事前に電話(0268-61-6002)でご確認ください。