



仁雄会 穂高病院

広報誌

Contents

- 着任医師に聞く (上田医師)
- 新入職員紹介 ● 入会式
- ハローベビークラス再開 ● 学会発表
- 美容男子への道【フォトセラピー 編】
- 認知症マップ贈呈式
- スプリングコンサート ● 看護の日



発刊: No.56 発行者: 仁雄会 穂高病院
編集: 穂高病院 広報委員会 広報誌部会
仁雄会 穂高病院 長野県安曇野市穂高4634
TEL 0263-82-2474 (代) FAX 0263-82-7514
URL: <http://www.hotaka-hospital.or.jp>



撮影: 大久保 喜雄

着任医師に聞く 上田医師

●お名前とご出身を教えてください

2025年4月に着任しました上田和彦です。出身は福井県です。越前国府のあった武生市で生まれ、まもなく福井市に移り、大学からは石川県金沢市で過ごしました。

●専門領域を教えてください。またその領域を志した理由はありますか

私は放射線科医として画像診断とInterventional Radiology (画像誘導下治療) を専門としてきました。最先端の科学技術を用いた的確な診断と身体への負担が少ない治療を提供する放射線科診療に魅力を感じ、この道を志しました。先進技術と専門的知識を融合させて病気の本質を見抜き最適な治療へと導くのが放射線医学の醍醐味です。

この放射線医学を第一の専門とし、データサイエンス、医療施設間連携、遠隔医療をもう1つの専門にしています。健康診断施設、診療所、病院、介護施設など、予防医学・医療・介護の垣根を越えてデータをやり取りできる環境が整うと、患者さんが過去に受けた検査結果を有効に活用でき、よりの確な治療方針を決定できます。また、患者さんがご自身のデータをスマートフォンで閲覧できる仕組みも欧米では日常的に使われています。かかりつけ医、病院、介護施設のチームワークに欠かせない技術で、その恩恵を安曇野にお住まいの皆様にもいち早くお届けできたらと考えています。

●大都市ではなく安曇野で先端の医療を受けられるのですね。それでは穂高病院にお越しになったきっかけを教えてください

穂高病院とのご縁は私が金沢大学から信州大学へ赴任した2003年に遡ります。以来20年余、職員のおひとりおひとりが、安曇野にお住まいの皆様の健康増進に尽くしておられる様子を拝見し、常勤としてご一緒にしたい

思いが強くなりました。長野県では数少ない放射線科常勤医として、最新の医療が身近にある安心を安曇野にお住まいの皆様にお届けできたらと思っています。

●実は長いお付き合いだったとは嬉しい話です。穂高病院にお越しになって感じたことを教えてください

職員の皆さんが、患者さんに明るく丁寧に接しておられる姿がとても印象的です。穏やかであたたかな雰囲気院内に広がっていて、私自身も心が和みます。

●心を込めた職員の対応をしっかりと見ていただいたことには感心します。安曇野市にお越しになった感想も聞きたいのですが

自然の豊かさ、そして何よりも人の温かさに癒されます。時間の流れが穏やかで、四季折々の風景を感じながら、落ち着いた日々を過ごせることに感謝しています。

●それではここで少しプライベートなことについても教えてください。趣味や特技はありますか。休日はどのように過ごされますか

休日には、医療に限らず多方面の新しい知識を得るのを楽しみとしています。その合間に辺りの景色を眺め、音楽を聴くことで心が癒やされます。

●和やかな景色と美しいしらは最高の癒しですね。最後になりますが穂高病院でどんな診療をしてみたいですか

受診者のご家族の皆様が笑顔になるような医療をお届けできたら幸いです。

優しく穏やかな上田先生。英国紳士のような佇まいで、まさにジェントルマンという言葉がぴったりです。素敵な笑顔の上田先生、末永く穂高病院での活躍を期待しております。



新入職員紹介

リハビリテーション科 堀内 智美



今年も新しい仲間が増えました。病院の印象や趣味などについてお聞きました。

与曾井 エリカ 療養病棟 看護師

みんなで助け合い、支え合おうという気持ちで働く人が多い地域密着型病院と感じました。私も温かい気持ちで仕事ができありがたいです。趣味はキャンプで焚き火をぼうっと眺めること・簡単うまいズボラ飯を作ることです。

海口 莉奈 レディース病棟 看護師

雰囲気明るく、スタッフも優しく働きやすいと思いました。初めての分野での看護もあるので日々の学びを大切に頑張っていきたいです。趣味は漫画を読むこととダンス。ダンスは月1くらいで今も通ってます。

藤本 梓 療養病棟 介護福祉士

スタッフの皆さんが優しく丁寧に教えて下さいます。早く仕事を覚えて皆さんの様にテキパキ動けるように頑張りたいです。趣味はお菓子作り。細かい作業が得意で折り紙や切り絵など好きです。

村井 いずみ 健康管理部 事務

地域をとっても大切にしている病院という印象です。医療系が未経験なので、1日でも早く確実にできることが増えるように取り組んでいきたいです。バトミントンを週2回やっています。アウトドアも好きなので今年はBBQやキャンプにも行きたいです。

坂上 智絵 一般病棟 看護師

「6つの心」を心にとどめ、病院・病棟業務に早く慣れるように頑張ります。趣味はパン屋・ケーキ屋・和菓子屋さん巡りです。おススメのお店があったら是非教えて下さい。

市丸 優希 薬剤科 薬剤師

地域に根付いて患者さんたちのことを一番に考えた医療を提供している印象を受けました。職員の皆様もとても温かく、早く病院の一員になれるよう頑張ります。登山が好きで福岡から移住してきました。この冬はやってみたいウインタースポーツができなかったのが名残惜しいです。



二村 有美 一般病棟 看護師

声を掛け合い、助け合う素晴らしいスタッフの皆さんに囲まれて働ける環境に感謝です。病院の一員として恥じぬよう務めて参ります。旅客機や戦闘機を見に行ったり、旅行をするのが好きです。今は現存天守12城を巡っています。

石田 裕子 療養病棟 介護福祉士

「人」をとっても大切にされており、温かさを感じます。自分もその一員となれるように何事にも向き合いたいです。ふらっと色々な所へ行ってみることが好きです。その場の物や人と関わるととても元気をもらえます。

北原 由香 薬剤科 薬剤師

職員の対応がとても親切に感じました。早く仕事に慣れてチームの一員として働ける様になりたいです。長野出身ですが今まで関東で働いていました。旅行が好きで世界遺産検定2級を取りました。御朱印集めも再開したいです。2年程前からフルートを習い始めました。先生を見つけて続けたいです。

赤羽 一昭 放射線科 放射線技師

スタッフの皆さんが良く挨拶される病院だと思いました。一日も早く業務に慣れるように努力します。最近はカレー作りにはまっています。使い切れないスパイスが溜まっていくのが難点です。

角田 真美 訪問看護ステーションふるる 看護師

初めての訪問看護です。早く仕事に慣れ、患者さんが安心してお家で過ごせるようお手伝いしたいです。趣味は家庭菜園です。採れた野菜を子供たちが喜んで食べてくれると嬉しいです。



入会式

少し肌寒く感じた4月1日、2025年の入会式が行われました。

辞令交付後、古屋院長より「産まれてから目を落とすまで人生のトータルケアを担っていく、それが当院の役目です。個々のスキルアップを心掛け、地域の皆様に還元していきましょう。」と激励がありました。

放射線科に着任した上田医師からは、「画像診断と地域医療は非常に親和性が高いものだと考えています。地域に根ざした病院に携わることができて大変嬉しく思います。」とのお言葉をいただきました。

その後、1月1日以降に入会した職員と一緒にオリエンテーションを行いました。穂高病院に新しい風を吹き込んでいただくことを期待しています。これからよろしくお願いします。



ハローベビークラス

レディース病棟 小島 舞



4月からハローベビークラスを再開しました。参加いただいたお母様からは「模型を使いながら説明してくれて分かりやすかった」「お産のイメージができた」「院内を見学できたので、事前に病棟の雰囲気分かって安心して入院できた」といった感想をいただきました。

クラスは3コースあり、どれも少人数制でのご案内となっています。ぜひお気軽にご参加ください☆



お産の話

- ・第1、3、5木曜日
- ・時間：13:30～15:30
- ・場所：北棟4F
人間ドックホール
- ・定員：6組
- ・対象：妊娠30週頃から
- ・内容：お産の流れ
お産中の過ごし方
家族のサポート



育児の話

- ・毎週火曜日
- ・時間：13:30～15:30
- ・場所：本棟1F
助産指導室（売店隣）
- ・定員：3組
- ・対象：妊娠30週頃から
- ・内容：産後の生活、役割分担について
赤ちゃんについて
育児体験



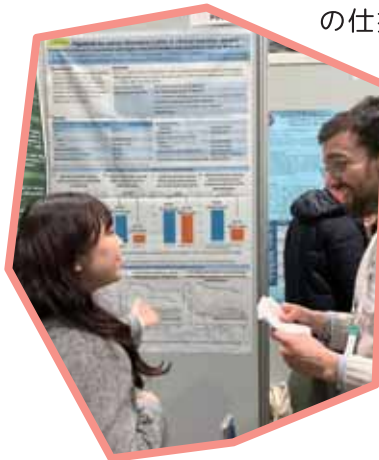
母乳の話

- ・第4水曜日
- ・時間：13:30～15:30
- ・場所：本棟1F
助産指導室（売店隣）
- ・定員：4人（妊婦さんのみ）
- ・対象：妊娠30週頃から
- ・内容：授乳について
母乳育児について
妊娠中の乳房ケアについて



学会発表に参加して

内科医師 山田 茜



2月に国際学会（ECCO：欧州クローン病・大腸炎学会）に参加するため、ドイツに行って参りました。研究データをまとめた1枚のポスターを抱え飛行機に乗り込み、まずはミュンヘンに向かいました。ミュンヘンでは市庁舎の仕掛け時計を見に行き突然現れた日本好きのドイツ人のおじさんに周辺を案内してもらったり、城の建設で莫大な資金を消費し「狂王」と呼ばれたルートヴィヒ2世の建てた城のひとつ、ノイシュバンシュタイン城のツアーに参加したりしました。本来の目的である学会はベルリンで開催されました。欧州をメインに世界中から炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎やクローン病など）を専門とする医師が集まり、大変大規模な学会で発表できたことは貴重な経験となりました。学会後は指導医の先生とオペラを観に行ったり、宮殿を見に行ったりとベルリン観光も楽しみました。もちろんドイツならではのハリボーやニベアのショップにも行き大量のお土産を買いこみ、帰りのスーツケースははち切れんばかりで物理的にも充実したドイツ学会&旅行となりました。



美容男子への道

第2回 【フォトセラピー 編】



美容男子への道、第2回目はフォトセラピーです！

フォトセラピーは、脱毛と同じIPLという器械を使います。IPLは数種類の波長の光を出力することができ、メラニン色素を狙い打つ光をだすと同時に、光と熱が肌の真皮層に働きかけ、肌のターンオーバーを促します。この効果により、シミやそばかすが薄くなったり、コラーゲンの生成が促されハリやツヤなど肌の状態がよくなる施術です。

施術後はシミやそばかすが反応して一旦濃くなって薄いかさぶたのようになります。数日後、薄皮が剥けると、シミがすこし薄くなります。1回でも効果を実感しますが、1カ月おきに5回ほど施術を受けることにより、シミやそばかすが徐々に薄くなり肌の状態もよくなります。IPLはレーザーと違い、一発でシミを消すことができない代わりに、ダウンタイムがないので絆創膏を貼ったりする必要はなく普段通りの生活が送れます。この人知れずきれいになれるというのがフォトセラピーの最大のメリットです。

施術料金

フォトセラピー	全顔1回	¥16,500
ひげ脱毛	ひげ全部1回	¥16,500
すね脱毛	両下腿1回	¥22,000
	ティーンズ	¥11,000



施術後の感想

【フォトセラピー】1回目から効果を感じました。若いころからスポーツをやっていて日焼けを気にしていなかったので、細かいそばかすなどがあったのですがそれが減ったと思います！

【脱毛】（ひげ・右ひざ下を3回施術して）ひげも脚も2日目が終わった時点で「すごく減った！」と実感しました。日々のひげそりが不要なくらい。ところが2日目と3回目の間の待機期間が2カ月開いてしまい、またひげが生えてきてしまいました。コンスタントに1カ月おきに続けて施術を受けた方が効果が出ると思います。

認知症マフ贈呈式



3月25日、安曇野市社会福祉協議会、安曇野赤十字病院、安曇野市クラフトの会のみなさんから認知症マフの贈呈を受けました。認知症マフとは認知症特有の症状から手元に不安を感じる人が触れたり手を通したりして落ち着けるように、さまざまな飾りを縫い付けた円柱状のニット小物です。赤十字病院では認知症看護認定看護師・飯島久仁絵さんを中心にマフを看護に取り入れています。この取り組みをもっと広げようと活動したところ社協が協力を引き受けてくれることになりました。マフの製作はクラフトの会の方々が担当してくださり、今回当院に贈呈して頂くことになりました。色とりどりのマフを受け取った古川厚理理事長は、皆さんの心がこもったマフを有効に利用したいとお礼の言葉を述べました。



スプリングコンサート

4月17日に療養病棟にて、スプリングコンサートが開催されました。多くの患者さんにお集まりいただき、職員によるオペラ歌唱、ピアノソロ、サクソやバイオリン演奏を披露しました。春の代表曲「花」のほか、聴きなれた親しみやすい曲目を多く取り入れたプログラム。体を揺らしながら楽しむ患者さんの姿が見られました。

恒例の寺島医師によるバイオリン演奏。「少年時代」や「川の流れるように」が流れると、心地よいメロディーに身をゆだね、皆さんうっとりとして聴き入っていました。病棟師長による寸劇あり、お誕生日祝いのサプライズあり、盛り沢山のプログラムでした。最後は全員で「早春賦」を歌い、会場全体が温かい空気に包まれました。

当初は昨年12月に予定していましたが、新型コロナウイルスの影響から延期になっていたコンサート。今回無事に開催できたことを嬉しく思います。きれいな歌声や楽器の美しい音色が響き渡り、療養する患者さん、そして職員にとっても、優しく穏やかな午後のひと時となりました。



5月12日 看護の日

外来 西村 朱美

当院でも「看護の日」にちなんだイベントが行われました。外来受診で来院された患者さんや、入院中の患者さんに、メッセージカードと風船かずらの種をお配りしました。風船かずらの花言葉は「ふくらむ夢」です。看護の日は「看護の心」「ケアの心」「助け合いの心」を育むきっかけとして制定されました。看護について、福祉について考えるきっかけにいただければと思います。



診療案内

令和7年6月

診療時間 午前**9:00～12:30** 午後**15:30～18:00**（受付終了17:30）

お問合せ 電話**0263-82-2474** ◎土曜日の午後及び、日曜・祝祭日は全科休診となります。

診療科目／曜日		月	火	水	木	金	土
内 科（1診）	午前	古屋直行	古川 厚	古川 厚	古川 厚	古屋直行	永江（循環器）
	午後		渡邊由布子	古屋直行			
内 科（2診）	午前	板垣（循環器）	川嶋 彰	多田井敏治	多田井敏治	川嶋 彰	山田 茜
	午後	多田井敏治	多田井敏治	渡邊由布子		山田 茜	
内 科（3診）	午前	寺島益雄	大久保喜雄	大久保喜雄	永江（循環器）	寺島益雄	寺島（第2・3週は 完全予約制）
	午後		大久保喜雄 13:30～ 15:00	大久保喜雄 13:30～ 15:00	渡邊由布子 15:00～	渡邊 14:00～ 禁煙	
内 科（4診）	午前	折井恭子（呼吸器）	渡邊由布子	永田美穂	永田（第2・4週）	渡邊由布子	川嶋（第2・3・5週）
	午後		寺島益雄	寺島益雄			
整形外科（1診）	午前	京島美樹	京島（第1・3・5週） ～10:30	京島美樹	京島（第2・4週）	京島美樹～10:30	京島（第2週） 江里（第1・5週）
	午後	京島美樹 15:30～ 16:30		京島美樹 15:30～ 16:30	京島美樹 15:00～ 17:30	京島美樹 15:00～ 16:30	
整形外科（2診）	午前	古屋（雄）～10:30	古屋雄一郎	古屋（雄）～10:30	古屋（雄）（第1・3・5週）	古屋雄一郎	古屋（雄）（第1・3・5週） 池上（第4週）
	午後	古屋（雄）15:00～17:30 （第1・2・4・5週）	古屋（雄） 15:30～ 17:30	古屋（雄） 15:00～ 17:30		古屋（雄） 15:30～17:30 池上（第1・3週 完全予約制）	
外 科 （乳腺・甲状腺）	午前	小松 誠	小松 誠	小松 誠	小松 誠	小松 誠	小松 誠
	午後		小松（完全予約制）				
産婦人科（1診）	午前	古川哲平	増田彩子	宮本 翼	古川哲平	古川哲平	古川（哲）（第1・2・3・5週） 宮本（第4週）
	午後	増田彩子 （完全予約制）	宮本 翼			増田（第4週は） 完全予約制	
産婦人科（2診）	午前	増田彩子	古川哲平	村山有美 9:30～	宮本 翼	宮本 翼	古川 穰
	午後	古川哲平 （完全予約制）				古川（哲）（第1・2・3・5週） 宮本（第4週 完全予約制）	
不妊相談外来		水曜日 9：00～9：30 / 木曜日（第2・4週）9：00～10：00（水・木とも完全予約制）					
眼 科	午前	亀田知加子	寺島紀子 受付11:00まで	野口真由美	亀田知加子	亀田知加子	信大 受付12:00まで
	午後		（予約検査）	亀田知加子			
小 児 科	午前	黒川／門田	黒川啓二	黒川啓二	黒川 受付11:00まで	黒川／門田 10:00～	黒川 受付11:00まで
	午後	黒川啓二				黒川啓二	
形 成 外 科	完全 予約 制	信大医師 金曜日（第1・3・5週）9：00～11：00（第2・4週）14：00～17：15・土曜日 9：00～11：30					
循 環 器		京島 火曜日（第1・3・5週）10：30～15：00・木曜日（第1・3・5週）9：15～12：30 土曜日（第4週）9：15～12：30					
禁 煙 外 来		月曜日 信大医師 9：00～12：30 / 木・土曜日 永江 9：00～12：30					
脊 椎 外 来		月曜日 折井 12：00～13：00 / 金曜日 渡邊 15：00～15：30					
		池上 金曜日（第1・3週）14：00～15：30・土曜日（第4週）9：00～12：30					
上部内視鏡検査		多田井／川嶋	古屋／多田井	古屋／川嶋	古屋／山田	永田／山田	川嶋（第1・4週）
下部内視鏡検査		川嶋 彰	古屋直行	多田井敏治	山田 茜	川嶋 彰	古屋直行
ド ッ ク	12:50～	永田美穂	多田井敏治	古屋直行	寺島益雄	永田美穂	
		多田井敏治	村山正道	渡邊由布子	渡邊由布子	村山正道	
特 定 健 診	9:30～	永田美穂	村山正道	渡邊由布子	渡邊由布子	村山正道	
往 診	13:30～	古川 厚	藏當辰彦	古川 厚		古川 厚（第3週のみ）	

●眼科受付時間：火曜11:00まで、土曜12:00までとなります。なお火曜午後は予約検査のみです。外来診療は行っておりませんのでご了承下さい。

●内科は診療予約も行っております。（電話でも可） 予約・変更またはお問い合わせは全科13:30～15:30の間にお願い致します。

●人間ドック及び検診の予約については、健康管理部直通**0263-81-1011**までお問い合わせ下さい。

受付時間 平日8:30～16:30 / 土曜日8:30～11:30

●訪問看護ステーションふるる直通**0263-31-3200**

医療法人 仁雄会 穂高病院

TEL.0263-82-2474（代） FAX.0263-82-7514

〒399-8303 長野県安曇野市穂高4634 HP <http://www.hotaka-hospital.or.jp> E-mail info@hotaka-hospital.or.jp