



町の花 コスモス

第 36 号

平成 25 年 6 月 1 日

〒389-1305
上水内郡信濃町柏原380
TEL (026)255-3100
FAX (026)255-2427
<http://www.shin-etsu-hp.jp>

信越病院だより

病院の 理 念

1. 命の大切さと個人の人格を尊重した医療を提供します
2. 予防・救急から専門治療・訪問看護に至るまで、良質で安らぎを提供する医療を行います
3. 地域の皆様との人間味溢れる信頼関係を大切にします

ここちよい眠りは、万人に与えられた幸せの根源であり生命線のひとつです。

最近、家族から「寝ているとき大きないびきをかいていてうるさい！」とか「時々静かになったと思ったら突然ふうーっ！と大きな息をしているけど大丈夫？」と言われたことはありませんか？

家族にとっては安眠妨害くらいに思われていても、本人にとっては大きな問題を抱えている可能性があります。



「いびきが気になる方へ」…睡眠時無呼吸症候群検査

臨床検査技師 本間 秀代

ている可能性があります。

自分ではなかなか気づかないものですが、中には夜熟睡できない為に昼間著しい眠気に襲われることで「おかしいな？」と思う方もいるようです。



昼間の眠気は居眠り運転や、仕事での不注意につながりかねません。また、繰り返される無呼吸の為に低酸素血症になり、不整脈や、心筋梗塞、脳梗塞などを起こしやすくなります。夜中に何度も目覚めに近い状態が繰り返されるこ

とで自律神経が乱れ内分泌系に異常をきたし、そのストレスも加わることで高血圧や糖尿病などの合併症も発症すると言われています。

当院では、「睡眠時無呼吸症候群」を見つける為の簡易検査を実施しています。ご自宅で夜お休み前に簡単な機械を装着していただくだけで、夜間のいびきの回数や呼吸の休止時間、それによる酸素不足の状態も確認できます。

検査の予約が済んだら、一度来院していただき検査室で15分ほど装着の説明を聞きます。結果によっては、最終的に専門病院での治療↓安眠↓安心につながります。

ここちよい眠りを求めている方、自薦他薦問わず疑わしきはおためしあれ！

：さわやかな朝を迎えるために

新しく着任した医師をご紹介します♪

1月より信濃病院で、内科医としてお世話になっております南部江美です。今までは、長野市内で勤務しておりました。主に消化器内科、内視鏡を担当させていただいてますが、その他にもいろいろな患者様の病気の診療に携わりたいと思っています。人間ドックも担当させていただいていますので、何か不安な事や疑問に思う事があれば、どんどん質問してください。できるだけ長く、この自然豊かな信濃町で勤務したいと思っています。みなさま、どうぞよろしく願いいたします。

南部 江美(一般内科・消化器内科)

地域の皆様には、看護師確保のためにご協力を頂き感謝申し上げます。この春には数人の看護師が採用されました。地域の病院として使命を果し、愛される病院を目標に、共に力を合わせて活動していきたいと思ひます。どうぞ宜しくお願いいたします。

総看護師長 中村 けい子



荒井 千恵

昨年4月から臨時職員として勤務しておりましたが2月から正職員となりました。引き続きよろしく願い致します。



小林 いずみ

職場にも少しずつ慣れてきました。笑顔をもっとに頑張ります。



小林 紘

さくら病棟に配属されました。まだ慣れない環境でわからない事も多いですが、頑張って仕事を覚えたいと思ひます。宜しくお願いします。



相樂 輝代

外来勤務となりました。黒姫山を眺め、季節を感じながらの通勤を楽しみにしています。



宍戸 裕一郎

3月に福島県から信濃町に移住してきました。仕事も生活も不慣れで皆様にご迷惑をおかけしますが出来るだけ早く一人前になれる様頑張りますのでよろしくお願い致します。



原田 智恵

さくら病棟に配属となりました。地域医療に貢献できるように、頑張りたいと思ひますのでよろしくお願い致します。



町田 順子

さくら病棟に勤務しています。いろいろ不慣れな事もありますが頑張っていきたいと思ひます。よろしくお願い致します。



宮下 恵里子

こちらで皆さんに色々な事を教えて頂きながら頑張っていきたいと思ひます。宜しくお願い致します。

リハビリ室から こんにちは!

Vol.4

今回は、歩行補助具(杖・歩行器・歩行車)の
写真を、掲載したいと思います。



歩行補助具には、この他にも多くの種類があります。

使用される際には、杖の長さ、歩行器の高さ、つまり手の握りの位置が重要になりますのでリハビリ科スタッフまで気軽にご相談下さい。

リハビリ科では出張無料講座の依頼を募集しております。「腰や膝の痛みを軽くするには？」等、できるだけ要望に沿った講座を行います。お話を通して町民の皆様との交流を深めていきたいと考えております。

お茶のみ会などの少人数の場でも構いませんので、信越病院総務係までお気軽にご連絡ください。

信越病院 総務係 026-255-3100

平成 25 年 4 月 1 日から 信越病院 外来診療担当表

科	担当医師	月	火	水	木	金	土
総合診療科	藤村 (一般内科、一般外科、漢方)	○ 午後：漢方外来	○	○	○	○	
内科 ※午後の診療は予約 になります。	菊池 (呼吸器、一般内科)	○	○ (10時まで) 人間ドック 午後：呼吸器・ 禁煙外来	○	○ (午前・午後)	○	
	南部 (一般内科・消化器)	○	○	○	人間ドック	○	
	田中 (一般内科)	○	○ (第2・4) 検査(第1、3、5)	○ (午前・午後)	○	○	
	細江 (一般外科、内科)	○				○	
	長野中央病院 (交代制) (循環器、一般内科)		○				
脳神経外科	池田 (脳神経外科)	○	午前：脳ドック 午後：○	○ 午後：もの忘れ外来	○ (午前・午後)	○ 午後：ボトックス外来	
外科	椎葉 (一般外科、消化器疾患、 乳腺、内分泌)	○ 午後：乳腺	○	○	○人間ドック 午後：乳腺	○	
整形外科	高橋康彦 (運動器、リウマチ)	○ (初診)	○ (再診)		○ (初診)	○	
	高橋祐司 (運動器、リウマチ)	○ (再診)	○ (初診)	○	○ (再診)		
小児科	長谷川	午前	○	○	○	○	
		午後 一般外来 (受付時間 15:00~15:30)	○	○	○	○	
		午後 予約外来	予防接種	発達相談	受付時間 (15:30~16:15)	予防接種	
眼科	藤澤・南・高橋 (交代制) (診療開始は 9:00 です)		月 1 回 (予約のみ)	○	○	月 1 回	
耳鼻咽喉科	河原田		○ (午後のみ)				

休
診

- * 受付時間は、8:15~11:30です。急患の方は、この限りではありません。
- * 火曜日の耳鼻咽喉科の受付時間は、13:00~14:30です。
- * 診療時間は平日8:30~17:00です。
- * 漢方外来、呼吸器・禁煙外来、物忘れ外来、ボトックス外来は事前に予約が必要です。
- * 予約時間変更の電話での受付時間は15:00~17:00です。

予約診療について

当院は予約診療を行っています。予約以外の患者様は予約患者様の間に診察を行いますので、お待ちいただくこともあります。なお、体調の悪い方は各科窓口にお申し出ください。

1年に1回は健診を受けましょう!

特定健診・人間ドック・生活習慣病健診を実施中です。
★ご予約お問合せは★
健康管理室：健診科までご連絡ください。

★信越病院へのご意見・ご要望がありましたら、
TEL (026)255-3100 またはEメール
sin-etu.hp@town.shinanomachi.nagano.jp まで、
遠慮なくご連絡ください。お待ちしております。