

独立行政法人国立病院機構 信州上田医療センター



■発行：令和元年10月 ■発行人：院長 吉澤 要

信州上田医療センターの理念

私たちは目指します

- 1) 互いに信頼し尊重しあえる関係
- 2) 安全で質の高い医療
- 3) 情報を共有して納得のできる医療
- 4) 地域と連携して安心できる医療
- 5) 医療の将来を見すえた健全な経営

【患者さんの権利】

1. 一人の人間として、その人格・価値観などを尊重される権利があります。
2. 良質かつ適切な医療を平等に受ける権利があります。
3. 病気・検査・治療・見通しなどについて、納得できるまで十分な説明を受ける権利があります。また、自分の診療記録の開示を求める権利があります。
4. 十分な説明と情報提供を受けたくうえで、治療方法などを自らの意思で選択する権利があります。そのために担当医以外の医師を考え（セカンドオピニオン）を求める権利があります。
5. 医療の過程で医療者が知り得た個人情報を守られ、入院中も可能な限り私的な生活が乱されない権利があります。



日本医療機能評価機構
認定病院

みどりが丘だより第100号発行によせて



信州上田医療センター院長
吉澤 要

広報「みどりが丘だより」の創刊は、平成9年7月、国立東信病院と国立長野病院が統合して、現地に国立長野病院として発足した時です。それから22年間に99回、上田市の全戸に配布されてきました。今、創刊号を手にとっています。私が当院に赴任したのは9年前ですので当時のことは知りません。ただ、巻頭言に、当時の院長長田敦夫先生が新病院への取り組みを書かれています。それによりますと、病床数420床、医師45名、看護師220名を含む360名の職員数であったとのこと。地域の皆様には、診療機能を充実して、住民の皆様が安心して生活できる、信頼される医療を提供することをモットーに、職員に対しては、地域の皆さんに信頼され、また、生き甲斐をもって働ける病院にとあります。これは今も変わりません。長田先生は、私が新人医師として入局した大学医局で講師をされて

おり、医学のみならず、医師としての生き方を学びました。また、のちに派遣された病院でも上司として指導を受けました。医師として、人間として最も尊敬する一人です。その思いを今、私も心に誓って病院運営に取り組んでいます。

当院は、一時、医師数が32名まで減少し、病床数を320床にしました。現在も320床のままですが、医師数は、常勤医が61名、初期研修医が7名に増え、看護師267名を含む435名の職員数で開院当初の420床運用時より職員数は多くなっています。診療機能も年々充実してきました。このため、救急を含め患者数が増加し、満床に近い状態が続いています。地域連携に力を入れ、退院や転院の促進に努めています。国は地域医療構想の中で2次医療圏（当地は上小）ごとに病床数を決め、急性期病床は減らす方向にあります。このため、休床100床をすぐに復活できません。ただ、来年度には、その一部を東信地区初の緩和ケア病棟として開設することを目指しています。医師が増えたとはいえ、まだ十分ではない診療領域もあり、さらに医師はじめ医療スタッフの確保を行い、地域の方々に信頼される病院を目指したいと思います。引き続き、暖かいご支援とご協力をお願いいたします。

特集

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2019 信州長野の参加について

経営企画室長 宮下 竜太郎

「リレー・フォー・ライフ」は、がんの患者さんやその経験者を主体として、家族や支援者たちが一緒に同じフィールドを語りながら歩き、24時間交代でリレーすることで、がん征圧への願いを社会に訴える催しで、1985年にアメリカで始まったとのこと。日本では2006年からその第一歩を踏み出し、長野県でも毎年、長野市と松本市で開催されています。

上小地区の地域がん診療病院である当院もその趣旨に共感し、2017年から「リレー・フォー・ライフ・ジャパン信州長野」(会場:篠ノ井中央公園)の催しに参加の意思表示をしており(2017年は悪天で中止)、2018年の初参加に引き続いて、今年も9月14日(土)～15日(日)に病院のチームとして参加させていただきました。

今年の会場は大変好天に恵まれ、真夏のような日差しの中、当院からは2日間で延べ47名の参加がありました。副院長などの幹部を含め、複数の職種の職員がこのイベントに参加し、日頃は交流が多くはない職員どうしても、がん患者さんの気持ちに寄り添う意識を高めながら協力して参加することができ、コースの周回も130周を重ねる結果となりました。



その数では、周回賞の第1位となった北信総合病院のチーム(285周)には遠く及びませんでした。イベントを通じて、地域のがん医療を担う医療機関の一員として、改めて、よりよいがん医療の提供や、がん患者さんへの支援に思いを寄せる機会とすることができ、有意義なイベント参加となりました。来年におきましても、開催の趣旨を共有しながらより多くの職員が積極的に参加し、このイベントを盛り上げていければと感じました。

特集

「第8回上小脳卒中市民公開講座」 健康寿命を延ばそう! 脳卒中を防ごう!

統括診療部長、脳神経外科医長 酒井 圭一

日本脳卒中協会は、毎年5月25日～31日を「脳卒中週間」と定め、脳卒中の予防と対策の啓発活動を行っています。それに合わせて、脳卒中の予防・克服の啓発活動と健康増進のために、毎年5月に脳卒中市民公開講座を開催してきました。今回が第8回で、令和1年5月25日（土）に上田市サントミュージアムにて、「健康寿命を延ばそう、脳卒中を防ごう」をテーマに開催いたしました。健康、フレイル、脳卒中をキーワードに公開講座を3部で構成しました。講演のタイトル、講師名と内容の概要は以下のごとくです。

1. 長く健康で過ごすための秘訣（信州上田医療センター 酒井圭一）

フレイルの予防と治療が、健康な生活を送るために大切であり、そのために、①食事、歯、口腔ケア、②運動、③社会との交流、参加、④病気の予防、健診・検診の受診、⑤持病のコントロール、が重要なポイントです。

2. 運動の習慣を身につける（鹿教湯病院 大澤道彦院長）

日々の中で運動を意識し、運動を生活パターンに組み込む。運動の継続に大切（効果的）なことは、①お手軽で楽な運動から、②運動を生活パターンの中に、③若いときの栄光は忘れる、④途中で止めても気にしない、⑤気軽に再開できるという気持ち、⑥本人にとって楽しい時間、⑦回りの人は褒めてあげる、です。続いて、鹿教湯病院理学療法士による日常生活ですぐに取り入れられる運動が紹介されました。

3. 生活習慣を見直して脳卒中を予防する（小林脳神経外科・神経内科病院 鳥羽泰之院長）

脳卒中の予防、症状、こんな症状の時にはすぐに病院へ、と注意事項が説明されました。脳卒中の予防がフレイルの対策になり、健康な生活につながります。

当日は30度を超える真夏日にもかかわらず、200名を越える大勢の市民の皆様にお越しいただきました。心より深く感謝申し上げます。私たちは、これからも、脳卒中の病気を中心にさまざまな情報を発信し、地域の皆様の健康に役立つようにしていきたいと考えております。

次回の第9回上小脳卒中市民公開講座は、2020年5月30日（土）午後にサントミュージアムにおいて開催予定です。皆様のご来場を心よりお待ちしております。

