

あんず だより

2025

VOL. 19

令和7年10月1日発行

新任医師ご挨拶	2
不整脈アブレーション治療開始のご案内	3
医療スタッフから	4
市民のための健康講座・インフルエンザ予防接種について....	5
地域の医療機関の役割分担と連携体制の現状	6
遥 ^{はる} ばると一集いし人々とともに 大西益太郎伝 その19....	7
外来担当医一覧表	8



診療科案内

- ☐ 内科
- ☐ 肝臓・消化器内科
- ☐ 腎臓内科
- ☐ 循環器内科
- ☐ 心臓病センター
- ☐ 呼吸器内科
- ☐ 糖尿病・内分泌・代謝内科
- ☐ 消化器外科
- ☐ 肝臓・胆のう・膵臓外科
- ☐ 整形外科
- ☐ 脳神経外科
- ☐ 泌尿器科
- ☐ 皮膚科
- ☐ 婦人科
- ☐ 形成外科
- ☐ 救急科
- ☐ 放射線科
- ☐ 麻酔科
- ☐ リハビリテーション科
- ☐ 歯科
- ☐ 人工透析センター

千曲中央病院
病院祭を開催します！
テーマ
飛翔 ～地域への感謝と貢献～
日時：2025年11月2日（日）10:00～15:00
開会セレモニー 9:45
場所：387-8512 長野県千曲市杭瀬下58番地
※時間等、変更する場合がございます。
予めご了承ください。

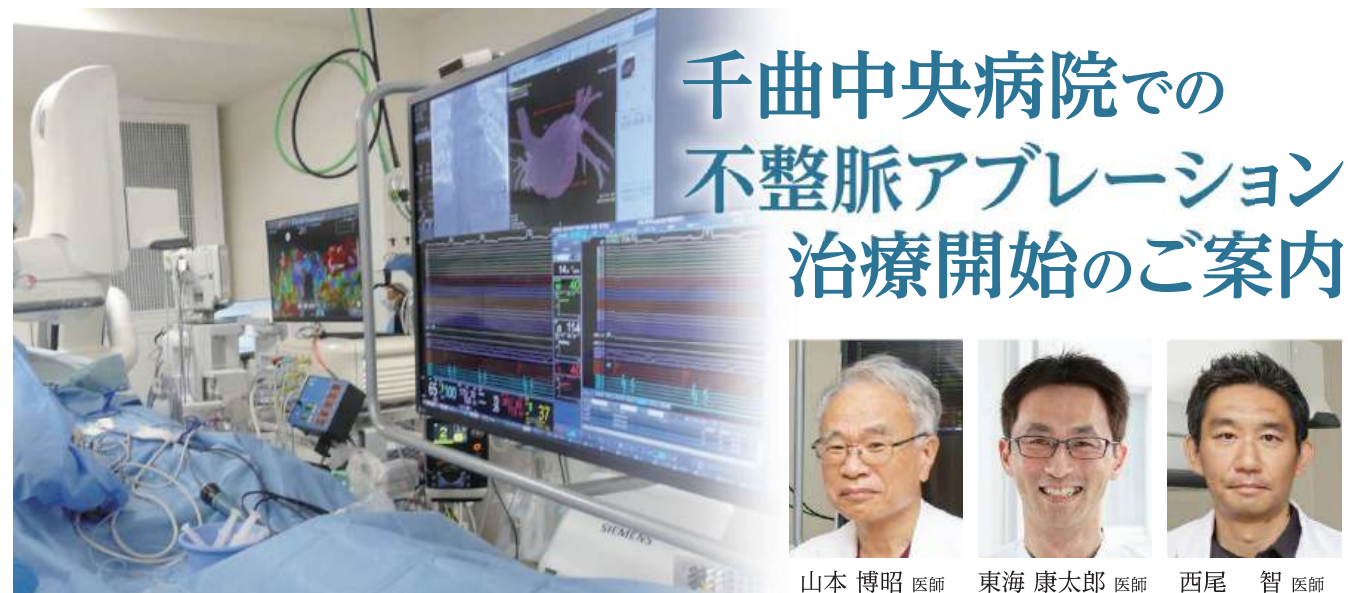
CHIKUMA CENTRAL HOSPITAL

TEL.026-273-1212 FAX.026-272-2991

URL <http://www.chikuma-chp.com>



千曲中央病院
ホームページ



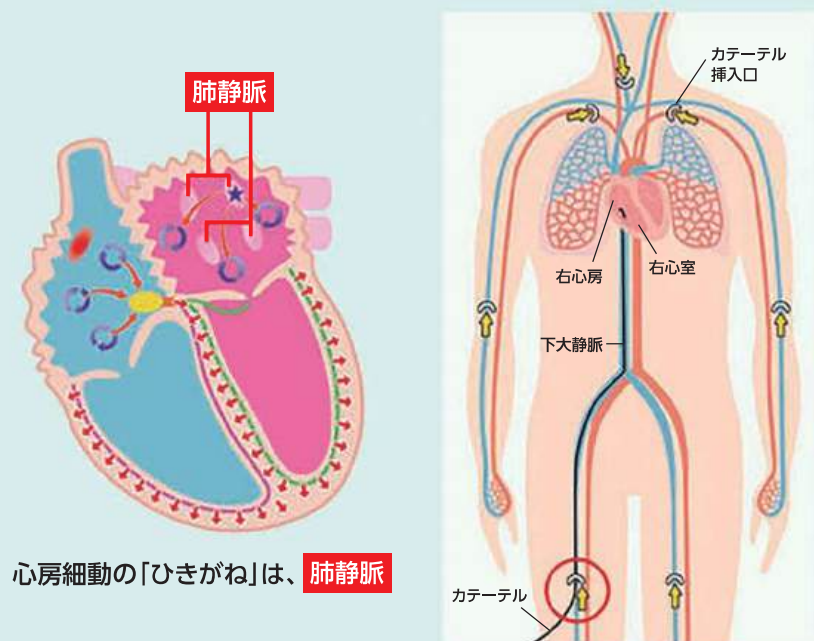
昨年4月末から心臓カテーテル検査・治療を開始して1年強となりました。おかげさまで、心臓カテーテル検査は180例、狭心症や心筋梗塞の冠動脈ステント治療は60例、下肢閉塞性動脈硬化症治療は10例程となり、大きな合併症もなく順調に滑り出しております。

さてその次のステップとして心房細動を中心とした頻脈性不整脈のアブレーション治療を9月より開始しました。アブレーション治療というのは、鼠径部などからカテーテル電極を入れて不整脈の原因となる部位を熱照射して根本から不整脈を無くす治療です。このアブレーション治療の主術者として杏林大学講師の西尾智先生をお招きしました。先生はたくさんの症例

を経験され成功率は非常に高く、再発例は少なく、合併症もほとんどありません。多くの学問的業績もあります。

心房細動のアブレーションに関しては臨床試験がいろいろ発表されており、心不全を合併した心房細動例に対するアブレーション治療は5年間での死亡率や脳梗塞の発生を大きく低下させることが証明されて、非常によい治療となっています。発作的に突然おこる心房細動例も非常によい適応となっていて、アブレーションにより根本治療が可能となります。不整脈や心不全でお困りの方は、ぜひ当院の医師や看護師にご相談ください。

図3 アブレーションとは？→根治を目指す心房細動の治療



カテーテルという細長い管で、心房細動の原因となっている部分に小さな「やけど」を作ります。

カテーテルは、局所麻酔で、太ももの付け根の血管の中を通して心臓まで入れます。

カテーテルをいれる傷は小さく、体への負担は少ないです。

手術時間は2-5時間です。

入院日数は4日程度です。

新任医師ご挨拶

Nice to meet you!



消化器内科
小野智子

みなさんこんにちは。そしてお久しぶりでございます。

今年度5月より消化器内科に入職した小野智子です。

生まれも育ちも富山県富山市、スキーが大好きな富山大学（旧富山医科大学）の第三内科出身で、当院の窪田芳樹医師は同門の先輩、宮林千春医師は大学の先輩、渕野真代医師は大学の後輩にあたります。

実は、医師3年目の時に当時の更埴中央病院で一年間研修し、まさに窪田医師・宮林医師に鍛えられたのでした。その当時は内科は細く分かれておらず、消化器だけでなく全体として患者さんを診る力を養いました。

まだ「医師の働き方改革」などというものはなかった時代ですから、朝食から夕食まで病院の職員食堂で食べ、それからカルテを書いて、夜寝るためにアパートに戻るという日々でした。（現在では電子カルテ

に現症を同時に記載することが重視されていますが、私が研修医時代には日中にカルテを書く暇があったら患者さんのところや内視鏡室や放射線検査室に行くべし、みたいな風潮でしたから全ての業務が終わってから1日を振り返ってカルテを書いたものです。）そんな病院漬けの毎日でも、その年は偶然にも内科研修医が3人とも女医だったのでむしろ楽しかった思い出はありません。

翌年結婚の為群馬県の病院に勤務し、長年子育てをしながら内視鏡検査と外来診療だけは途切れることなく続けてきました。もちろん家族の協力があったことです。この場をお借りして感謝したいと思います。（拍手）

その後、子どもの進路に合わせて6年前に埼玉県県の病院に異動した時は、消化器外科系の病院でしたので検査・診断・術前術後の管理、退院まで病棟業務を主に任されていました。また地域の病院としての施設からの入院・治療・その後の経過でのご家族との関わりなど、本当に学ぶことが多く充実した毎日でした。

今回、家族で長野県に移住するにあたり埼玉県の病院を惜しまれながら退職した今（笑）、今後どのように自分の経験を活かし、患者さんのために知恵を絞っていきたいのかを

考えた時、少し遠くても以前お世話になった千曲中央病院で働いてみたい、今なら研修医の時とは違ってお役に立てることがあるのではないかと、自分を奮い立たせて門戸を叩いたのです。

さて、久しぶりの千曲中央病院は大きく進化していました。内科は臓器別に専門の医師が診療にあたっており、我々消化器内科もより専門性の高い診療が求められています。

私は火・水の午前中の外来で腹痛・下痢・便秘などの症状、また便潜血などの健診異常指摘、潰瘍性大腸炎・逆流性食道炎・胃潰瘍など疾患の治療、ヘリコバクターピロリ菌の除菌療法などを扱っています。いつでもお気軽にご相談ください。

また、火・木・金は内視鏡検査室にて、胃カメラや大腸カメラを施行しています。私のモットーは患者さんになるべく楽に検査を受けてもらうことです。どちらも一生に一度で良いという検査ではありません。患者さんに「もう二度と検査を受けたくない」と思われたら負けだと思って、「これならまた受けても良い」と思っていたけるよう、毎回真剣勝負で臨んでいます。最近点滴で鎮静剤の投与を受けての検査もできるようになっていますので定期的なチェックをお勧めします。

胃に関しては、ヘリコバクターピロリ菌が胃潰瘍・ひいては胃がんの原因になることはご存知だと思いますが、除菌療法で成功したとしても長年胃内にヘリコバクターピロリ菌がいたのでそこからその影響で慢性的な胃炎（萎縮性胃炎）になってしまっています。そこからがん細胞が発生することが報告されていますので、除菌後でも年一度の胃カメラがおすすです。

大腸に関しては、ポリプの時点で内視鏡的に切除することでがんの発生を抑えることができます。便潜血を指摘されたらまずは大腸カメラ検査を受けることをお勧めします。小さなポリプでは症状もなく便潜血陽性にもならないかもしれませんが、便通異常などでも検査することでも偶然ポリプが発見されることもあります。それで小さいうちに切除できればラッキーです。

また、たとえポリプの中にがん細胞があつたとしても、小さなものなら内視鏡的に治療を進め、大きなものはスムーズに外科に繋がります。私の医師人生の中で千曲中央病院時代第二章は始まったばかりです。これから皆さまの協力を得ながら末長く続けて実り豊かなものにしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

医療 スタッフから

放射線科所属
河西診療放射線技師

診療放射線技師って？

はじめまして。放射線科所属の河西と申します。入職して約1年経過しましたが、今でも緊張しながら日々仕事に向き合っています。

(ところで) みなさんは診療放射線技師の仕事をご存知ですか。診療放射線技師は、レントゲン、CT、MRI、アンギオ、マンモグラフィなどの画像検査が主な業務になります。各検査で画像を撮影し、医師が正確な診断や治療を行えるようにサポートすることが役目になります。

検査内容にはありますが、より良い画像を得るために、患者さんの息止めや体を動かさないことなどが求められることがあります。そのため検査装置を操作するだけでなく、患者さんへの説明と声かけも重要な役目となります。

また、検査以外にも装置を管理するための就業前後の点検も欠かさず行っております。



患者さんに安心してより良い検査を受けて頂けるよう、日々課題に奮闘中です。

入職する前と現在を振り返って

当院の放射線科は、現在9名の診療放射線技師が業務を行っております。

当科のベテラン技師の動きは、正確で確実なのにスマートフォンでもあり近くで見えて吸収できる場面が沢山あります。各検査で、どう判断し、どんな対応をしているのか、日々のスキルアップにつながっています。

また自分が勤めていた以前の職場と比べて、当院には様々な検査装置が完備されています。その分、対応すべき業務が多く、入職したての頃は、緊張と不安でいっぱいでした。そんな中でも、ひとつひとつ丁寧に確かなアドバイスをいただき、なんとか今ではある程度の検査を一人で対応できるようになりました。最近ではMRI検査をメインに担当しています。

忙しい時でも、「なんか困っていない?」「必要なら手を貸すよ」と声をかけてくださるベテラン技師さんが近くにいてくださり、とても心強いです。また、必ず各検査の手技や手順の確認と相談の時間があり、ひ

とりで突っ走ることもなく安全に業務ができる環境です。

放射線科より患者さんへ

患者さんが安全に検査を行えるように、スタッフ一同、各検査の手順を日々確認し、連携しながら業務を行っています。検査を受けていただく際



に、何かご不明なことなどがありませんか、遠慮なくお声がけください。

新人職員に向けてのメッセージ

今でも、「こうしたら更に良かったの」と思うことなど、自分の中の課題は沢山あります。それでも、検査を終えた患者さんから「思っていたより早かった。ありがとう」と声をかけていただいたり、ベテランの技師さんから「今日はスムーズに対応できていたね」と、変化に気付いてもらえたりすることが、最近はずいぶん増えてきました。これらが自信に繋がっていて、これから頑張るための活力にもなっています。

所属部署は異なりますが、これから当院で働く皆さんにも、その職種ならではの不安や緊張を感じる場面があると思います。私自身も、わからないことや改善すべきことは今でもありますし、日々の中で少しずつ学びながら前に進んでいます。

最初は戸惑うことがあっても、まわりのスタッフがしっかりサポートしてくれてるので、安心して飛び込んでみてもらえたらと思います。

これからも、安心して検査を受けていただけるように業務に取り組んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

市民のための健康講座

令和7年6月21日(土)にあんずホールにて「市民のための健康講座(以下「健康講座」と記載します)」を開催しました。「健康講座」は今回で13回目、コロナ禍や台風被害などで中断していたので6年ぶりとなりました。

今回の健康講座は最近赴任された当院の医師2名による講演と、特別講演として山口達也さんをお迎えし、「人生をあきらめない」と題してアルコール依存症に立ち向かうお話をいただきました。



山口達也さん

山口さんご自身の経験を踏まえ、「トンネルはいつか抜ける、雨はいつか止む、そして暗く長いトンネルだったからこそ小さな光が眩しく感じる、たくさんの雨が降ったからこそ大きく稲が育つ」という比喻なども用いて講演され、最後に「全ての事に感謝できる日がくればあきらめなかった甲斐があり、豊かな人生になると私は信じています。」とまとめられました。

予定時間を大幅に超過するほど熱く楽しい、かつ、考えさせられるご講演でした。

約500名のお客様にご来場いただきありがとうございました。



山口さんのXより→ https://x.com/yamaguchi_inc/status/1936342952974172320

CHIKUMA
CENTRAL
HOSPITAL
お知らせ

インフルエンザ予防接種について

令和7年10月6日(月)からインフルエンザの予防接種を開始します。

◎受付時間

月曜日～金曜日 15:00～17:00 (祝日、第3木曜日、12月30日から1月2日除く)

土曜日 9:00～12:00 (第2土曜日、1月3日除く)

※当院かかりつけの方は、定期診察時に接種できます。

※予防接種のみご希望の方は上記以外の時間は接種できませんので、お間違えのないようよろしくお願いします。

※土曜日は大変混み合うことが予想されますので、ご了承ください。

◎料 金

1) 65歳以上の方 1,000円～

※当院に配備してある予診票をご記入の上、各市町村が定めた期日内に接種してください。

※お住まいの市町村により接種料金は異なります。

2) 一般の方(小学生以上) 3,500円

※13歳未満は2回接種をお奨めします。2回目も3,500円です。

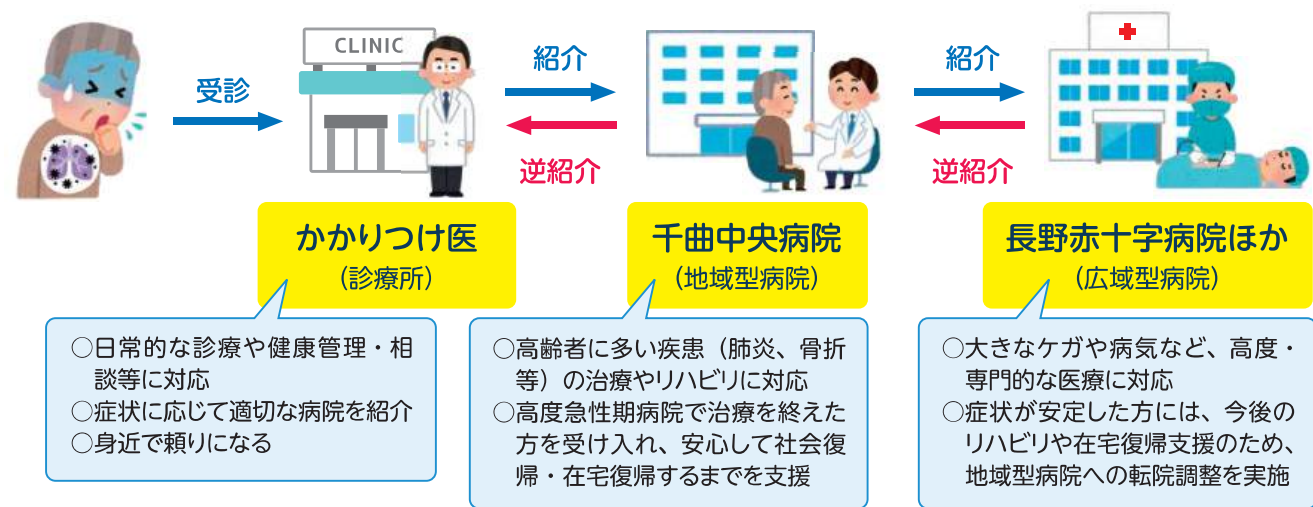
※千曲市在住の小学生から高校3年生は、市から配布された予診票をお持ちいただければ、2,500円で接種できます。(1回目のみ)





地域の医療機関の役割分担と連携体制の現状

地域の医療資源は限られているため、各医療機関は役割を分担し、連携して地域医療を支えています。



「地域型病院」である 当院の役割



千曲中央病院
(地域型病院)

【当院の役割】

・千曲中央病院は長野県が策定した「医療提供体制のグランドデザイン」の中で示された地域住民の暮らしを支える「地域型病院」として、今後も千曲地域の地域包括ケア体制を支える役割を担います。

①早期治療を目指す急性期病床

急性期病床は、外傷・手術・感染症など集中的な治療を行い状態の早期安定化に向けた医療を提供します

②在宅復帰を目標にリハビリテーションを行う回復期病床

回復期病床は、急性期の治療後に、すぐに在宅や介護施設に移行するには不安のある方などを対象に、患者さんのご家族と一緒にリハビリ計画を考え、幅広い専門職種スタッフにより、患者さんが安心して住み慣れた地域で生活できるようサポートします

③長期にわたり療養が必要な患者が入院できる療養病床

療養病床は、寝たきりの方など常に医療・介護が必要だが在宅では対応が難しい場合に長期間の療養生活を提供します

必要なときに適切な医療を提供し、患者さんの状態にあった病床を選択することで、急性期の治療から在宅復帰までを継続して支援することを目指しています。

住民の皆様をお願いしたいこと ～上手な医療のかかり方を心がけましょう～

医療機関に受診するときは、まずは「かかりつけ医」を訪れることをお勧めします

具合が悪くなった時など最初の医療機関を受診する際に、とりあえず大きな病院には設備が揃っているし医師も多いから安心だろうと訪れたら長い待ち時間にうんざりした経験はありませんか。

確かに大きな病院には治療機器があり専門医も多いですが、それは高度で専門性が高い医療を提供する役割を担っているからです。患者さんの状態に応じた質の高い医療を効果的に提供できる体制を構築するため、医療機関は役割を分担しています。

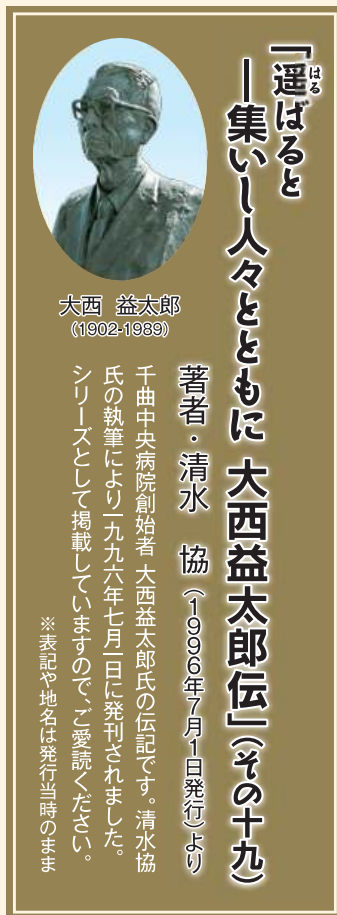
「かかりつけ医」に相談を

かかりつけ医とは、日常的な診療や健康に関することを何でも相談できる身近な医師です。診療所は大きな病院と比べると待ち時間は比較的短いところが多いです。体調の変化や症状が気になるときなど、まずはかかりつけ医を受診しましょう。入院や検査が必要な場合は、大きな病院や専門医を紹介します。

上手なかかり方をする事で医療費や待ち時間、さらには医療機関の負担も軽減されます。

かかりつけ医が休診等で連絡が取れない場合は、こちらも利用できます。

長野県救急安心センター



第二章 学窓の頃

―旧制松本高校・東北帝大時代―

二 挫折と出会い

アルバイトと恋と純愛

しかしこの他愛ない会話は、そんな気持ちをほぐすのに十分だった。彼は思い切って尋ねた。

「…あの、あの時は、彼の運命を思ったからですか？」

「彼」とは先程のテキストの有島注のことだった。彼はつい二ヵ月ほど前、近くの軽井沢で自殺していた。作家は「自分が思うところの自己に誠実に」という、白樺派の典型の生き方を貫こうとした挙げ句、人妻と心中したのである。加代は、女の生き様を扱った作品など、彼の文学や批評に心酔し、何冊かをテキストとして選んでいた。

「いえ、考え方は関係ありますけど、違います」

加代はもはや、憂いの影も見せずきっぱりと言った。そして本当の理由を話し始めた。

自分でも驚くほど冷静に打ち明けるその中で加代は、二人を取り巻く状況とそれについての自身の気持ちを正確に伝えることが、この青年に対する思いの告白になってしまうことに気付いた。だがその後も彼女は、言い淀むことなく考えを語った、理念や理想だけではない、もっといろいろな気持ちを分かち合うことのできる益太郎と、これからはずっと交際を続けていきたいということを―。

一方、共に歩きつつ耳を傾ける彼は、次第に抑えがたい思いに囚われていった。胸の奥で、熱い何かが激しく湧き上がるのが判った。淡々と自分を語る加代の言葉の一つ一つが、強く彼を突き動かしたのである。もし彼女が先程のように感情に囚われていたならば、心がここまで燃え上がることはないに違いなかった。

加代の告白を聞き終えた益太郎は、たぎる思いを抑え、一つ一つ言葉を

選びながら自分の気持ちを伝えた。そして言葉が止んだ時、二人はさらに強い絆で結ばれていたのである。

間もなく夏休みは終わり、加代は松本に戻った。しかしその後も二人の交流は途切れることなく続いた。彼女は週に二回は手紙を記し、受験生の暮らしを続ける益太郎も、一度は必ず返事をしたためた。それが二人の間の約束事だった。なお加代は、下宿屋の女将に不要な噂を撒き散らされないようにと、住所も名前も変えたものを彼に送ってきた。

彼女はまた益太郎に会うため、三日と続く休みの時は必ず町に帰った。当時は列車での、遠方を迂回しての往復だったため、時間も費用も馬鹿にはならなかった。彼女はそれを、安い内職などのアルバイト仕事で補った。

二人の出会いの舞台は、たいてい両隣りの上田か小諸だった。恋人同士が会うには、町はあまりに狭かったのである。だがそれでも、口さがない人の噂を止めることはできなかった。

しかしそんな中、益太郎は「あとしばらく」と念じつつ、教師仲間の不躰な問いかけなどを飄々と受け流した。また加代も、良子ら兄弟の応援もあって、戻るたびの親の小言や近所の好奇の視線に耐えることができた。

なおこの時期の益太郎にとって幸いだったのは、加代が田舎の町の孤独な受験生活の大きな支えになって

くれたことだった。しかも加代は、東京の学校を受けた経験から、地方出身の生徒の受験の不利を身を持って知っていた。例えば信州の高女は、語学や数学が元々弱いことに加え四年制だったため、五年間学んだ都会地の女生徒達に太刀打ちできなかったのである。

よく似た不利を抱えつつ努力する益太郎も、追い込みの時期に入る頃には、少ない睡眠時間も崇^{たか}めて、ともすれば思い詰めた気分になり勝ちだった。しかしそんなある日、帰郷していた加代は、次のように励ましてくれた。

「やるだけやって受けてみて、もしうまく行かなくても全然悲観なんかすることないわ。私がそうだったみたいに、どこにだって、きつと必ず素晴らしいものがある。熱心な人、一生懸命な人が集まるところ―。そんな所なら、きつとそこだけの、どこにも代えられない良いものがあるはずだから―」

この言葉は益太郎の心の負担を大いに軽くした。彼は愛する者の理解と優しさを得ただけでなく、「落ちたら一段下げるだけ」という、心のどこかに抜き難くあった思い込みを、かなりの程度払拭できたのであった。

(続く)

(注) 有島武郎(1878―1923)小説家。雑誌「白樺」の創刊に加わり、本格的リアリズムの作風により文壇の地位を確立した。

あんずだより 令和七年十月一日発行／長野県千曲市杭瀬下五八番地／社会医療法人大西会千曲中央病院／発行責任者千曲中央病院理事長・院長大西禎彦 TEL.026-273-1212 FAX.026-272-2991

診療科	専門		月	火	水	木	金	土 ※午前のみ
内科	一般内科	午前	大竹		松本(史)			
		午後	大竹			市川(智)		
	消化器	午前	窪田 石田	宮林 小野	窪田 小野	宮林(肝臓外来) 石田		宮林・窪田 松本(晶) 石田
		午後	石田	昭和大医師	昭和大医師 (受付16:00まで)	宮林(紹介のみ) 松本(晶)・石田	松本(晶)	
	内分泌代謝	午前		久保田	横田	春日(予約のみ)	関戸	
		午後	山内 (受付16:00まで)	久保田 (受付15:00まで)	横田 (受付15:00まで)	春日 (予約のみ)	横田(受付15:00まで) 関戸(受付15:00まで)	
	腎臓	午前				大西禎彦	大西禎彦	
		午後	大西禎彦					
	呼吸器	午後のみ		神田(第2・4週のみ)		小林(第2・4週のみ)		津島(第4週のみ) (受付11:00まで)
	循環器 心臓病センター	午前	山田 山本	大竹	東海	東海 山本	莫根	富松 山本(第1・3週のみ)
		午後	山田 山本		東海(予約のみ) 太田(受付16:00まで)	山本	富松 (受付16:00まで)	
外科	一般外科	午前		長谷川 大久保			大久保	大久保(肝臓外来/ 予約制第3・5週のみ) 加藤(10:00～) (第1・4週のみ)
	消化器外科 肝胆膵外科	午後	加藤					
整形外科	一般整形	午前	傳田	江崎	栗原		榊	信大医師 (受付11:00まで)
		午後	傳田 (受付16:00まで)	江崎 (受付16:00まで)	栗原 (受付16:00まで)		榊 (受付16:00まで)	
	膝・股関節	午前	森岡(9:30～)		森岡(9:30～)			
		午後					森岡(予約のみ)	
	脊椎脊髄	午前		矢澤		矢澤(予約のみ) (紹介のみ)	矢澤	
		午後			矢澤(骨粗鬆症) (予約のみ)			
上肢		午後				磯部(第2・4週のみ) (受付16:30まで)		
脳神経外科		午前	市川	市川	斎藤 飯島(予約のみ)	市川	市川	飯島(予約制/ 第1・3・5週のみ)
		午後	飯島	飯島	斎藤	飯島		
泌尿器科		午前	逸見 (予約外の受付11:00まで)	逸見 (予約外の受付11:00まで)		逸見 (予約外の受付11:00まで)	逸見 (予約外の受付11:00まで)	逸見(予約のみ)
皮膚科	予約制	午前	今井	今井	今井	今井		
		午後	今井(受付16:00まで)		今井(受付16:00まで)	今井(受付16:00まで)		
婦人科	完全予約制	午後					山本(14:00～16:00)	
形成外科	予約制	午前		宮澤 (第1・3・5週のみ)	宮澤	宮澤	宮澤	
		午後		宮澤	宮澤	宮澤	宮澤	
救急科		午前	飯島・岡田					
		午後						
歯科		午前	大西聖彦・大西真理					
		午後						

1. 午前受付 8:00～12:00

2. 午後受付 12:00～17:00

【午前診察】 9:00～

【午後診察】 14:00～ ※土曜日は午前中のみ

3. 急患等でお待たせする場合がありますが、
その際にご容赦ください。

4. 休診日：日曜日・祝祭日、第2土曜、第3木曜、
年末年始、7月1日(創立記念日)

5. 医師の都合により急遽休診・変更となる場合が
ございますので、ご了承ください。

6. 予約および予約変更の受付 月～金曜日
15:00～16:00(歯科は除く)