

# やすらぎ

2013.  
Vol.10

特集——P1

正しく知ってきちんと飲もう

薬の効能・効果を活かす！

くりたのげんば——P5

栗田病院 薬剤科

服薬指導をレポートします！——P6

健康レシピ——P7

子どものころをのぞいてみたら——P8

栗田病院レビュー——P9

栗田病院グループインフォメーション——P11



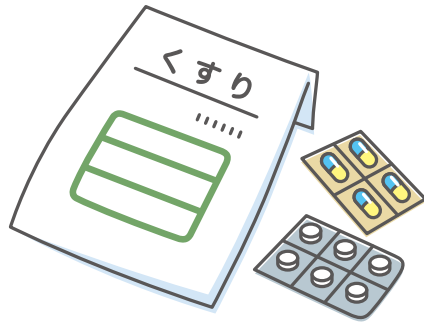
がんばろう! 日本 

正しく知ってきちんと飲もう

# 薬の効能・効果を活かす！

## ■薬を正しく飲む意味とは

病院やクリニックで医師が処方してくれる薬は、正しく使われて初めて本来の効果が発揮されます。その為には、薬の飲み方や薬の特徴など、薬に関する正しい知識を身に付ける事が大切な事です。



## ■薬が身体に入ってから出ていくまでの流れ

薬の多くは胃や腸で吸収されて、血液の流れによって全身にいきわたり、目的の作用部位で効き目をあらわします。その後、主に肝臓で代謝し、尿や便と一緒に排泄されます。高齢になると、肝臓や腎臓の働きが弱くなり、薬の排泄が遅れます。また、肝臓や腎臓の機能が低下している人は、薬の代謝や排泄が遅れることがあるので、用量には注意が必要です。医師は、腎機能、肝機能の状態により薬の種類・用量の調節をします。

## ■薬と薬の飲み合わせ

複数の薬を飲むことにより薬の作用が強くなり、これに副作用につながってしまうことがあります。逆に作用が弱められ、期待される薬の効き目が出ないことがあります。このことを「薬物相互作用」といいます。

(この相互作用はどの薬にも起こるわけではなく、限られた一部の薬と薬の組み合わせで起こります)

## ■薬の副作用

薬が本来目的とする作用を「主作用」といい、好ましくない作用を「副作用」といいます。薬の効き方が人によって違いがあるように、副作用の現れかたも人により違いがあります。

## ① 薬の効きすぎによる場合

薬の主作用が強くなり出すと、むしろ体にとって好ましくない症状があらわれます。例えば、糖尿病治療薬である血糖降下薬は血液中の糖分(ブドウ糖)の濃度を下げる働きがありますが、効き目が強く出ると、ブドウ糖の血中濃度が低くなりすぎて、脱力感・手足のふるえなどの「低血糖症状」が現れます。食事が不規則であったり、薬の飲み合わせが原因で生じることもあります。

## ② 薬がもっている他の作用がでる場合

多くの薬は、体のどの部分に作用するかにより違った効果が現れます。たとえば抗ヒスタミン薬は、皮膚のかゆみを抑えたり、鼻汁を止める作用があり、アレルギー症状やかぜ症状に対して用いられます。しかし、眠くなる、口が渇く、尿が出にくくなる作用もあります。

## ③ 薬の作用とは無関係にでる場合

薬がもっている作用とは直接関係なく現れる副作用として「過敏症」があります。発疹、発赤、かゆみのような症状や、まれにアナフィラキシーショックが起こります。本人や家族がアレルギー体質であったり、薬や食品によるじんましんやかゆみなどのアレルギー症状が出たことのある人は、必ず医師や薬剤師に伝えましょう。また、アレルギーの出たことのある薬の名前は覚えておきましょう。



### ～薬の自己管理7か条～

- 1 薬の名前を知っておきましょう
- 2 なぜ薬を飲むのか、その目的を知っておきましょう
- 3 薬は医師の指示を守って服用しましょう
- 4 人に薬をあげないようにしましょう
- 5 「何か変だな」と感じたらすぐに相談しましょう
- 6 他の病院へかかる時には、今飲んでる薬を持参しましょう
- 7 疑問な点は質問しましょう

では、薬にはどんなものがあるのでしょうか。ここでは、薬の種類が多い精神科と内科について取り上げましょう。

■精神科の薬

精神科で使われる以下のような薬は「向精神薬」と呼ばれます。

睡眠薬(催眠薬)	睡眠を引き起こす
抗精神病薬	1. 不安・焦燥・興奮を鎮める 2. 幻覚・妄想等の異常体験を軽減する 3. 意欲をたかめるといった作用を持ち、いわゆる精神病に使われる
抗不安薬(精神安定薬)	不安感をとる
抗うつ薬	うつ状態を改善する
抗躁薬	躁状態を改善する
気分調整薬(気分安定薬)	気分の波を抑える
精神刺激薬(覚醒薬)	気分を持ち上げる
抗てんかん薬(抗けいれん薬)	てんかんの発作を抑える
抗パーキンソン病薬	パーキンソン症状を和らげる
抗酒薬	アルコールの分解を妨げて、アルコール依存症の治療に用いられる
その他	認知症治療薬 漢方薬
	認知症の治療に使われる 精神科領域でも様々な場合に使われることがある

作用に応じて分類されているとはいえ、分類名通りの病気にのみ使われるとは限りません。抗精神病薬が躁うつ病や神経症、不眠症に使

われたり、抗てんかん薬が躁うつ病に使われたりすることもあります。夜尿症に抗うつ薬を使うこともあります。主治医の先生がどういう考えで使用しているかを確認することが大切です。いずれにせよ、自分ひとりで判断せず、医師にどんな質問しましょう。

■今回は特に睡眠薬と抗不安薬(精神安定薬)についてご説明します。

■睡眠薬

睡眠薬は、文字通り睡眠を引き起こす薬です。睡眠薬としては、古くからいくつかの薬が用いられていますが、現在、安全性の面から最も多用されるのはベンゾジアゼピン系といわれる一群です。ベンゾジアゼピン系は、いずれの薬物も共通して以下の作用を持ちます。

1. 抗不安作用…不安感を和らげる。
2. 催眠・鎮静作用…気持ちを落ち着かせ、眠気を催させる。
3. 筋弛緩作用…筋肉の緊張をとる。
4. 抗けいれん作用…「てんかん」の発作を抑制する。

副作用として、眠気、ふらつき、食欲不振、便秘、口渇などが認められることがあります。若干の依存性があり、長期大量服薬後に急に止めると離脱症状(禁断症状)がでることがあります。

ベンゾジアゼピン系薬物のうち、催眠・鎮静作用の強いものが「睡眠薬」と呼ばれています。従って、同じ薬が、抗不安薬や抗てんかん薬に

分類されることもあります。どういう病状に、どの薬を使うかといった、確定したやり方はなく、薬の選択は、作用特性や副作用の出方、作用時間などで決めます。

睡眠障害は、入眠障害(寝付きが悪い)、熟眠障害(すぐ目が覚めてしまい、寝た気がしない)、早朝覚醒(朝早く目が覚める)に分けられます。入眠障害には作用時間の短い薬を、熟眠障害や早朝覚醒には作用時間の長い薬を使うのが原則です。アルコールの併用、車両の運転は、注意しましょう。抗不安薬・抗精神病薬・抗うつ薬なども不眠の治療に用いられます。

寝る時間がどんどん遅くなる、昼夜逆転してしまう、このような時は薬の服用だけでなく、寝る時間、起きる時間をしっかり決め、眠れなくても時間になったら起きる習慣をつけましょう。この時、体内時計をリセットするために、起きたら朝陽を浴びる(明るいとこを見る)ようにすると良いでしょう。

■抗不安薬(精神安定薬)

抗不安薬は、不安感を和らげる薬です。精神科以外の科でもかなりの量が処方されています。ほとんどの薬は「ベンゾジアゼピン系」と呼ばれるもので、ベンゾジアゼピン系は、睡眠薬の項で述べた作用を持ちます。

ベンゾジアゼピン系のうち、抗不安作用の強いものが「抗不安薬」です。不安状態に対しては、抗うつ薬(強迫神経症などに)や、抗ヒスタミン薬、本来は循環器系の薬である「ベータ遮断薬」が用いられることもあります。

## 内科の薬

内科は、今や専門特化して、循環器内科、消化器内科、呼吸器内科など細分化されていますが、症状の緩和や治療に使われる薬は多様です。

今回は特に高血圧の薬と胃炎の薬に絞って紹介します。

### 高血圧の薬

高血圧症は、生活習慣病の一つですが、血圧が高いのにまだ大丈夫と思って治療していない方も多くいます。血圧とは、からだのすみずみまで血液を流すための、押し出す力のことです。血圧が高いと血管に負担がかかります。その結果、脳梗塞や脳内出血あるいは心筋梗塞といった病気が起こります。さらに、腎不全などの合併症もあります。そこで、代表的な血圧の薬の分類を紹介します。

#### アンジオテンシン変換酵素阻害薬

アンジオテンシンⅡという血圧を上げる物質をつくらないようにします。

#### アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬

アンジオテンシンⅡという血圧を上げる物質が受容体を刺激することを妨げます。

#### カルシウム拮抗薬

血管を収縮させるカルシウムの筋肉への流入を抑制し、血管を広げます。

#### ベータ(β)遮断薬

自律神経系のベータ(β)受容体を遮断して心臓の拍出量減少などにより血圧を下げます。

#### アルファ(α)遮断薬

自律神経系のアルファ(α)受容体を遮断して血管拡張により血圧を下げます。

#### 降圧利尿薬

尿量を増加させることにより循環血液量が減少し、血圧を下げます。

血圧を適切に保つことは、将来起こるかもしれない脳卒中や心臓病、腎臓病を防ぐことにつながります。薬を飲めば血圧を下げる事ができますが、まずは肥満、お酒の飲み過ぎ、塩辛いものの食べ過ぎ、ストレスの状態が多いといったことを改善しましょう。生活改善は薬を飲んでいても必要です。

### ●血圧の薬の注意点

1. 血圧が下がっても毎日服用する。勝手に止めたり、飲んだり飲まなかったりしない。
2. 勝手に薬の量をかえたり、服用時間をかえない。
3. 他に服用している薬があれば必ず医師に知らせる。
4. いつもと違う不快な症状は自己判断せず、必ず医師か薬剤師に相談する。



### ●胃炎の薬

胃炎は急性胃炎と慢性胃炎がありますが、胃酸分泌抑制薬が市販薬にも使われるようになります。誰でも手軽に服用できるようにしました。しかし、市販薬だけに頼ると重い病気を見逃してしまうことがあるので注意が必要です。

### ●薬物療法で使う主な胃炎の薬の種類

#### 胃酸分泌抑制薬

胃酸の分泌を抑える薬で、ヒスタミンH2受容体拮抗薬、プロトンポンプ阻害薬などがあります。

#### 胃粘膜保護薬

胃粘膜を保護して、胃粘膜の防御力や修復力を高める薬です。

#### 運動機能改善薬

胃の運動機能が低下している場合、胃の運動機能を促進する薬を使います。副交感神経刺激薬、ドパミン受容体拮抗薬などが使用されます。

慢性胃炎では、特有な症状というものはなく、胃の不快感や胃痛の影には胃潰瘍や胃がんのような病気が隠れている可能性もあります。胃の具合が悪いときや、胃炎が心配になったら内科の病院(できれば消化器内科)を受診しましょう。

胃炎の治療には、薬物療法、原因の除去、生活習慣の改善などがあります。薬物療法では、急性・慢性にかかわらず胃酸分泌抑制薬、胃粘膜保護薬、胃の運動機能改善薬が使われます。

生活習慣の改善も大切です。過労やストレスを避けて安静にすることが大切です。

暴飲暴食を避けるとともに、胃酸の分泌を促すような食事(コーヒー、濃い緑茶や紅茶、焼肉、強い香辛料などの刺激物)や脂質の多い食事は控え、規則正しい食生活を心がけましょう。

症状が治まったからといってすぐに薬を飲むのをやめたりせず、継続して飲みましょう。

ところで、ジェネリック医薬品というものがあるのを皆さんご存知でしょうか。



### ■ジェネリック医薬品について

ジェネリック医薬品は、厚生労働省が先発医薬品と同等と認めた医薬品です。先発医薬品の特許満了後に有効成分、分量、用法、用量、効能及び効果が同じ医薬品として新たに申請され、製造・販売される安価な医薬品です。製品によっては、大きさ、味、においの改善、保存性の向上など、工夫されたものもあります。

作用に違いはありませんが、先発医薬品開発に10～15年の歳月と数百億もの投資が必要といわれるのに対して、ジェネリック医薬品の開発期間は3年ほどという違いがあります。

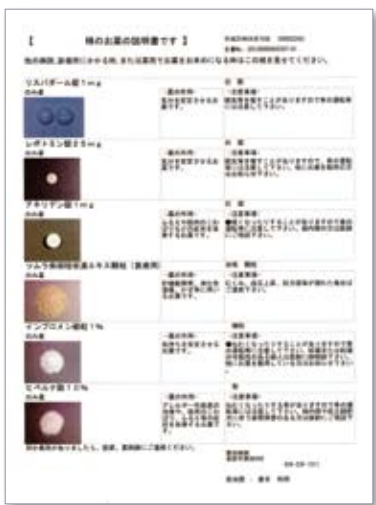
これらのコストを安く抑えることができるので、安価な値段で販売することができます。

### ■正しく知ってきちんと飲もう

薬物治療が中心の精神科や内科の代表的な病気とその薬の特徴、服用する注意点などを紹介してきました。医療機関には、薬の効果や副作用、用法用量について患者さんに様々な情報を伝えるために、「薬剤情報提供書」「服薬指導」などがあります。

### ■薬剤情報提供書について

薬剤情報提供書には、「薬の名前」、「薬の写真」、「効能」、お薬を服用する際の注意点・副作用などについて記載されています。「眠気」など生活上の注意も記載されているので、お薬をもらったらしつかりと確認しましょう。



### ■服薬指導について

薬剤師は医師の処方箋をもとに、薬を正しく調剤して患者さんに渡します。この時に薬の正しい使用法に関する情報も併せて説明し

ます。この服薬指導の時に薬剤師が提供する情報は、薬の服薬時間・服薬回数や服用量などの基本的な情報をはじめ、保管方法、注意したい副作用や飲み合わせなどがあります。

薬は正しく使われてはじめて有効なものとなります。服薬指導は正しく使うための情報を提供する事で、治療の助けとなるために行います。「指導」というと、二方向的に説明するだけのようにも聞こえますが、患者さんの話を聞くことも服薬指導に含まれます。薬を飲んでいて気になる点がある場合にも、薬剤師に聞くことで不安を解消できることがあります。薬剤師が伺った患者さんの声は、医師にフィードバックされます。また、服薬指導の記録は適切に保管され、今後のより良い治療に活かされます。

### ■栗田病院薬剤科では

栗田病院薬剤科では、727人(満床の場合)の入院患者さんの調剤、注射薬から経腸栄養剤まで取り扱っています。

外来患者さんには、お薬をお渡しするときに薬の飲み方の説明を行っています。

入院患者さんには病棟ごとに担当者を分担し、服薬指導を行っています。いつも飲んでる薬は、どんな薬で、なぜ飲むのかを説明し、副作用が出ていないか等のチェックも同時に行います。患者さんが服薬により安定した状態になるよう活動しています。栗田病院にかかれる時は、お気軽に薬剤師にどんなことでもお尋ねください。

●(文責) 薬剤科薬剤師 村澤和子

# くりたのげんば

# 薬剤科

このコーナーでは、当院各部署が担うそれぞれの機能についてご紹介していきます。

## ●薬剤科の特徴

当院薬剤科では外来患者さんのお薬を調剤し、お渡ししています。窓口では患者さんにお薬の種類や日数を確認していただきます。精神科・内科両科を受診される方も多く、お薬の量が増えても間違えないように、ニーズに合わせた調剤をしています。入院患者さんのお薬や、関連施設のお薬も調剤しています。また、注射薬をセットし各病棟に出しています。



お薬が正確に出来ているかを、調剤後に他の薬剤師が再度確認してからお渡ししています。

## ●服薬指導について

患者さんにお薬の説明をする服薬指導では、病棟へ伺い服用しているお薬を理解していただくためにお話をしています。患者さんのお話や様子、検査値などから、効果が得られているか、副作用など不都合が起きていないかを確認しています。

## ●D-I業務を行なっています。

お薬は全国全世界で服用後の調査が行われ、研究も行われています。それにより多くの薬剤情報が日々発信されています。それらの情報を収集し、評価し、医師をはじめとする各スタッフに提供するD-I（ドラッグインフォメーション）業務を行っています。

私たちは患者さんが正しい知識で病気と向き合い、克服していくお手伝いが出来るよう、笑顔で応援していきたいと思っています。

## ●スタッフの特徴

薬剤師は真面目で親切な人が多く、患者さんのためにと頑張っていて働いています。実年齢は内緒ですが、若さあふれるやさしい面々が活躍しています。



## 科長から一言



薬剤科は各年代の薬剤師が揃っており、患者さんの様々な訴えに対応できる明るい職場です。

# 服薬指導をレポートします。

毎週月曜日に別館2階B病棟に伺っています。別館2階B病棟は女性病棟で、精神科開放病棟であり、精神症状が安定され、社会復帰に向けて治療・療養されている患者さんの病棟です。担当している患者さんは15人です。

## バイタルチェック

まず、朝病棟詰所に行き、温度板でバイタルチェック、臨時薬などが出ているか、また、診療記録で患者さんの体調に変化はないかなどを確認します。



別館2階  
B病棟担当  
薬剤科  
尾形みどり

## 看護師と打ち合わせ

そして病棟の朝の申し送りに参加したあと、病棟師長から患者さんの詳しい状況聞き、その日の打ち合わせを行い服薬指導に入ります。



## 服薬指導

患者さんが緊張しないよう、どんなことでも話していただけるように患者さんに寄り添う形で服薬指導を行うことを心がけています。患者さんに薬の必要性、有効性を理解していただき、薬をなぜ飲み続けなければならぬのか、服薬にあたっての注意事項などを繰り返し説明しています。

## 服薬指導の実例

- 患者さん/A・Bさん
- 病名/統合失調症 躁うつ病
- 患者さんの特徴/症状は安定しているが時々軽躁状態になることがあります。薬は自己管理ができています。
- 薬の種類/非定型抗精神病薬
- 指導事例/Ⓢ: 健康のことを考えて100%ジュースを飲もうと思うんだけど…  
Ⓢ: グレープフルーツジュースは飲まないでください。今飲んでる薬の効果が強く出すぎる場合があるからです。



## 記録作成

また、毎回副作用をモニタリングし、血液検査の結果も参考にして副作用のチェックを行っています。患者さんが自分の飲んでる薬の特徴や副作用をよく理解したうえできちんと服用でき、自分の病気に対峙するためのお手伝いをさせて頂いています。



## 健康レシピ 薬と食品の組み合わせ

飲食物、嗜好品やサプリメントなどの「食品」と「薬」とが体の中で出会うと、思ってもみなかった事が起こることがあります。それを「薬と食品の飲み合わせが悪い」とか「薬と食品の相互作用」といいます。食品との組み合わせで、薬の作用が強くなったり、弱まったり、副作用が出たりすることがあるのです。

### 相互作用の組み合わせは多種多様

納豆の摂取により、血液の凝固を抑制する薬である「ワーファリン」の作用が弱くなることが知られています。これは、納豆がビタミンKを豊富に含んでいて、「ワーファリン」がビタミンKの作用に拮抗（互いに張り合って優劣のないこと）するからです。納豆のほかには、緑葉野菜（ほうれん草やブロッコリー）などにもビタミンKが含まれています。ワーファリンを服用している場合には、納豆以外にもビタミンKを多く含む食品の過剰摂取は避けた方が無難でしょう。

また、グレープフルーツとカルシウム拮抗剤（血圧を下げる働きがあります。）の相互作用も知られています。同時に摂取することによって、カルシウム拮抗剤の血中濃度が上昇して強く現れるため、注意が必要です。

### アルコールと中枢神経の薬

抗不安剤、鎮痛解熱剤、抗ヒスタミン剤など、中枢神経抑制作用を持つ薬剤とアルコールをとともに摂取することにより、中枢神経抑制作用が増強します。

### お茶と鉄剤

鉄はお茶の成分の一つであるタンニンと結合するため、お茶の飲用により鉄の吸収が阻害されると考えられてきました。しかし、最近では貧血患者が鉄剤を服用する時に、お茶が血液中の鉄値の上昇を防げるという影響はそれほど大きくない、ということが分かってきました。鉄剤服用者がお茶をやめる必要性はないと考えられています。

お茶にはカフェインも多く含まれています。カフェインもさまざまな薬剤と相互作用を示します。薬は水か白湯で服用するようにして下さい。

## 胃腸快調! いいこといっぱい ホットサラダ

野菜は、加熱すると、たっぶり食べられるので、しっかり食物繊維がとれて便秘の予防にもなります。子供から高齢者までみんなが食べやすいやわらかさも魅力です。

食物繊維が、不足しがちな高齢の義歯の方も食べやすいよう、ホットサラダをご紹介します。



### 材料(4人分)

- スロッコリー・にんじん・かぶ・パプリカ……各200g

### ドレッシング

- すり白ごま……………大さじ2
- 練り白ごま……………大さじ1.5
- しょうゆ……………大さじ3/4
- 酢大さじ……………3/4
- 砂糖……………小さじ3
- みそ……………小さじ1



### ◆作り方

- ① ブロッコリーは小房に分け、茎は1cmくらいの厚さに輪切りにする。
- ② にんじんは7~8mmくらいの厚さで輪切り。
- ③ かぶは葉柄を2cmくらい残して切り、6等分のくし形に切る。
- ④ パプリカは、縦に2等分にして1.5cmくらいの幅に切る。
- ⑤ 十分に湯気が上がった蒸し器に野菜を並べて入れ、強火で7~8分蒸す。
- ⑥ ドレッシングの材料をボールで混ぜておく。
- ⑦ 皿に蒸しあがった野菜を盛り付け、混ぜておいたドレッシングをお好みでかけて出来上がり。

監修：栄養科 管理栄養士 田原良子



# 「子どもは(1)(1)ろをのぞいてみたなら」

臨床心理士 佐々木尚子

小学3年生の愛菜さん(仮名)は、妊娠中のお母さんと、再婚相手のお継父さん、継父との間にできた異父弟妹3人、合わせて6人家族です。最初に会ったときから「尚子先生、愛菜のこ」と好き?」何度も確かめてくる人懐っこい子でした。そして、話はずも「お母さんに怒られてばかり」「お母さんは弟や妹をかわいがるけど愛菜はかわいがってもらえないの」というものでした。お母さんの膝の上にも背中にも、弟や妹がいて、近くに寄ることもできないし、狭いアパートの二部屋では家族全員が眠ることはできず、愛菜さんだけが「隣の部屋に1人で眠る」ということも聞きました。



とです。

「だから愛菜、いつも寂しくて。」(そんなときは、どうするの?)「うんとね、お皿を洗ったり洗濯物をたたんだり、妹のオムツも替えたりね、いっぱいお母さんのお手伝いをするの。いっぱい褒めてもらえるように。だけどどうしてもギョウとしてもらえないの。妹や弟がいるからね。」

まだ幼い子特有の甘い匂いが漂う愛菜さんが、お母さんに抱きしめて欲しい、一緒に眠りたい、そんなただ当たり前のことをしてもらうことが、どうしてこんなにも遠い道のりなのだろう…。あどけない表情、カサカサの細い指を目の前にして、(そっか)に続く言葉が浮かばなかったことを覚えています。

私だけでなく学校の先生方も、福祉の職員も、何とかこの状況を打破できないかと、お母さんやお継

父さんにも何度も足を運んでいたできました。「これ以上は無理」というお母さんの言葉も、「自分なりにやっている」というお継父さんの言葉も、正直な思いでしょう。お母さんもお継父さんも、愛菜さんも妹弟も、お腹の赤ちゃんだって皆同等に一生懸命なのだとは知ってしまおうと、次に出来る手立てがないままだった、ある時のことです。

「このままじゃダメになっちゃう。あのね、愛菜だけお引越しすることにしたよ。」自分に言い聞かせるように話してくれたその言葉には、静かだけれど強い決意がありました。それは、養護施設に入ることであり、同時に学校を転校すること、何よりも大好きなお母さんや家族との別離を意味しています。

私たちが感傷的に憂いている間も、愛菜さんは、願っても叶わない思いと向き合いながら、何度落胆してきたことだろう。叫びそうになるほどの寂しい夜を、二体いくつ重ねてきたのだろう。本当に大好きなお母さんではあるけれど、今、自分から手放さなければ、もっと大切な何かを失ってしまう。時間をかけて考える中で、愛菜さん自身がそれに気づいたのです。

小さな愛菜さんの大きな重い決断に、生きていくことはこんなにも切なくて酷なことでもあるのだ、と目を覚まさされた瞬間でした。また、こんなに小さくても、歩む道は自分で探し出せるのだ、とも。

時に、その決断は手放しのハッピーエンドではないこともあります。いやむしろそんな苦しい結論を出させるべきではない、という人もいるかもしれない。それに、大切なことほど、何が絶対に正しいかなんて、本当は誰にもわからない。だけど、今決断しなくてはならない時というのが必ずあつて、愛菜さんにとつては、それがまさに9歳のこの時だったことが私には伝わりました。

だったら私にできることはただひとつ。(よく決断したね)と愛菜さんが必死で見つけたその生き方を認めることでした。「尚子先生、愛菜のこと忘れられないね」振り返り振り返り、最後まで別れを惜しみながら転校して、それきり。もう何年も経ってしまったけれど、あの時の愛菜さんの覚悟は、今もこんなにも深く私の心の中に刻まれています。



TVC第4期「医療と介護編」放映中

栗田病院の人材募集テレビCMが昨年12月から新しくなりました。地域に貢献する病院として、医療と介護の連携を日々実現していることを表現しています。栗田病院のTVCMはこれで4作目になります。今後も地域の皆様に親しまれるように情報発信して参りたいと考えています。



看護研究発表会が開催されました

3月22日、デイケア棟多目的ホールで看護研究の発表会が開催されました。病棟ごとにそれぞれテーマを決めて計画、実行、振り返り、再実行といったPDCAサイクルで研究を進めた研究の成果を発表しました。聴講した看護師も熱心に質問したり、意見を交換していました。



## 入院費支払日の変更について

毎月6日から10日までの間にお支払いいただいております入院費の支払日を変更させていただきました。  
皆様には大変ご面倒をおかけいたしますがご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

●開始期日／平成25年5月11日(土)～(4月分入院費)

●支払日／毎月11日から15日までの間に窓口でお支払いください。

※退院時は原則として当日の精算となります。

## 5月11日より土曜日再診外来が 予約制になりました

栗田病院 精神科外来「土曜日の再診」が予約制になりました。  
詳しくは次の通りです。

●予約診察内容／土曜日 再診

●予約診察開始日／平成25年5月11日(土)

●予約方法／受付にお申し出ください。

※お電話での予約も可能です。

☎026-1226-1311(代)

●予約受付時間／8時30分～17時(月～金)

(土曜日は12時30分まで 祝日・休日は予約できません。)

より多くの患者さんにスムーズに受診いただけるように予約制いたしました。  
ご理解とご協力を頂きますようお願い致します。

## 【広報誌やすらぎ】 HISデザイン賞「企画賞」受賞！

当院の広報誌やすらぎVol.8が、NPO法人日本HIS研究センターが主催する、全国医療機関広報誌コンクール「HISデザイン賞」の「企画賞」を受賞しました。

受賞した第8号は「うつ病」をテーマに編集したものです。早期治療が回復への特效薬ということを柱に「見逃さないでうつ病のサイン」と題した特集を組みました。  
ご興味のある方もない方も、当院ホームページに広報誌を公開していますのでぜひご覧ください。



ホームページURLはこちら

<http://kuritahp.or.jp>

## 栗田病院グループインフォメーション

# 栗田病院グループスタッフ募集

栗田病院		社会福祉法人 長野南福祉会	
募集職種	看護師【常勤・パート】 ..... 若干名 ※夜勤業務可能な方大歓迎です。	募集職種	看護師【常勤】 ..... 若干名
勤務時間	日勤 / 8:30~17:00 夜勤 / 16:30~9:30 (パートは月80時間以上の勤務が可能な方)	勤務地	社会福祉法人 長野南福祉会運営の 介護施設
給与・休日	規定による (日勤常勤のみでも正社員となります)	勤務時間 給与・休日	規定による
お問い合わせ	☎026-226-1311 mail:jinji@kuritahp.or.jp	お問い合わせ	☎026-213-6021 mail:honbu@minamifukushi.or.jp

## 栗田病院 外来担当医表

\*精神科外来「初診」は予約制です。

### 内科外来担当医表

●赤字は女性医師

曜日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第1診察室	一由	一由	三井	三井	倉石(章)	倉石(章)	一由	一由	三井	三井	休診	
第2診察室	小岩井	小岩井	大月	大月	小岩井	小岩井	大月	大月	稲田	—	休診	

### 精神科外来担当医表

●赤字は女性医師

曜日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第3診察室	—	—	中澤(美)*3	中澤(美)*3	—	—	—	—	中澤(美)*3	中澤(美)*3	—	—
第5診察室	—	—	山本	山本	—	—	中里	中里	—	—	鈴木	—
第6診察室(初診)	倉石(三)	—	中澤(彰)	—	竹内(初診)*6	竹内(再診)*6	山本	山本	坊田	—	—	休診
第7診察室(再診)	稲田*5	稲田*5	竹内*6	竹内*6	倉石(和)	—*5	坊田	坊田	倉石(三)	倉石(三)	倉石(和)*4	—
第8診察室	—	—	—	—	—	倉石(和)*1	—	—	—	稲田*2	—	—

\*1:物忘れ(認知症)外来(予約制) \*2:アルコール関連外来(初診予約制) 酒害ミーティング(金曜11:00~12:00) \*3:9:30~15:30の診察となります  
\*4:予約制 \*5:6/3から開始(水→月に変更) \*6:竹内医師の外来は退職につき6月末で終了



〒380-0921 長野市栗田 695

TEL.026-226-1311(代)

FAX.026-224-8673

健診専用 / TEL.026-226-0007

歯科専用 / TEL.026-269-0011

HP <http://www.kuritahp.or.jp/>

### ■診療科目

内科・心療内科・精神科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科・歯科・小児歯科・人間ドック

### ■診療時間(受付時間)

月曜~金曜 午前 8:30~12:30(8:30~12:00) 午後 13:30~17:00(13:30~16:30)

土曜 午前 8:30~12:30(8:30~12:00)

※初診(予約制) / 月曜~金曜:原則午前中のみ、木曜:午後あり、土曜:再診予約制

### ■休診日

内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科・人間ドック / 土・日・祝休日

心療内科・精神科・歯科・小児歯科 / 土(午後)・日・祝休日