

やすらぎ

2012.
Vol.9

特集——P1

正しい理解と正しい治療

アルコール依存症

利用者さんに聞いてみました——P5

健康レシピ——P6

くりたのげんば——P7

心を感じるココロ——P8

栗田病院祭が開催されました——P9

栗田病院レビュー——P10

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 

正しい理解と正しい治療

アルコール依存症

「酒は百薬の長」ということわざは、誰にでもなじみのある言葉ではないでしょうか。飲酒によつてリラックスできたり、他人とお酒を囲んで親しくなったり…と、お酒がもたらすメリットは、もちろんあります。しかし、それらのメリットは、適量を守つてこそ得られるものです。

多量の飲酒は心身に好ましくない影響を及ぼします。飲み過ぎが習慣化している人の中には、時間や場所を選ばずにお酒が飲みたくなり、飲み始めたらずめられなくなつてしまふといった状態に陥る人もいます。先程のことわざとは正反対に「酒は万病のもと」となつてしまふのです。

現在、日本国内のアルコール依存症患者数は80万人以上と言われています。依存症予備軍も含めると約440万人にもなると推定されており⁽¹⁾、身近に起こる病気だといえます。

今回の特集ではアルコール依存症についての正しい知識をご紹介します。



(1)尾崎米厚、松下幸生、白坂知信、他…わが国の成人飲酒行動およびアルコール症に関する全国調査、アルコールと薬物依存
40:455-470 2005 より

アルコール依存症とは

アルコール依存症とは、「大切にしていた家族、仕事、趣味などよりも飲酒をはるかに優先させる状態」です。具体的には「飲酒のコントロールができない」「離脱症状がみられる」「健康問題」などの原因が飲酒と分かつていても断酒ができないという症状が認められます。

飲酒のコントロール障害

人は自分の持つている欲求に対して、時と場合によつてそれを行動に移すかどうかを脳で判断し、決めていきます。飲酒に関しても同様ですが、アルコール依存症になると飲酒欲求は病的なものとなり、「飲む量」や「飲む時間」をコントロールすることができなくなります。そしてこの体質は一生治ることはありません。長期に断酒していても、再飲酒すればほどなく飲酒のコントロールができなくなります。

心理面の変化

アルコール依存症になると、自分が病気であることを認められず、家族や仕事など周囲のせいにして自分を正当化しようとするという特徴を示します。また、嘘をついたり理由をつけたたりしてお酒を飲むこともありまふ。これらの心理的な変化のほとんどは病気になるつてから作り上げられたものです。その一方で、心の中には「お酒をやめなければ」という強い葛藤もあります。しかし、病気がらくる強烈な飲酒欲求に勝てず問題飲酒を繰り返してしまうのです。周囲は「意志が弱い」「やめる気があればやめられるはずだ」と考えがちですが、これらは病的な飲酒欲求に



主な離脱症状

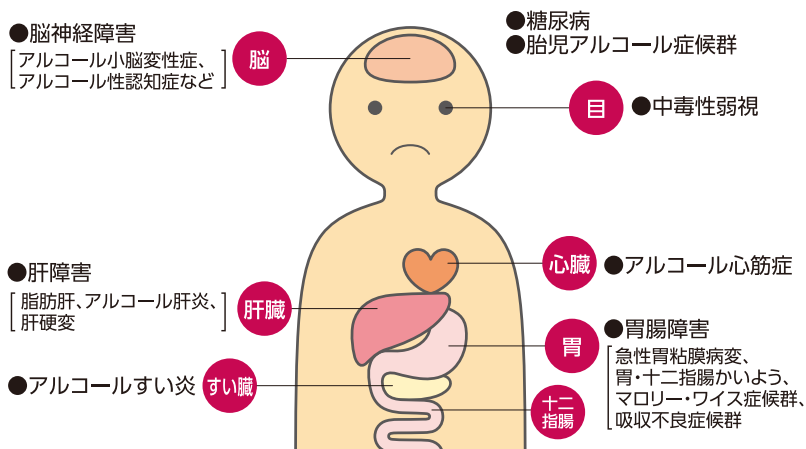
<p>早期離脱症状 (断酒後48時間以内)</p>	<p>手のふるえ、発汗(特に寝汗^{しんきこうしん})、心悸亢進 高血圧、嘔気、嘔吐、下痢、体温上昇、さむ け、入眠障害、中途覚醒、悪夢、不安感、 うつ状態、イライラ感、けいれん発作</p>
<p>後期離脱症状 (断酒後2~3日後)</p>	<p>一過性の幻聴、幻覚、時間や場所・人物 の見当がつかなくなる (ほとんどの場合、数日程度で消失しますが、 まれに3ヶ月ほど続くこともあります)</p>

■ 離脱症状の出現

離脱症状は、古くから「禁断症状」とも呼ばれています。アルコール依存症になると、血中のアルコール濃度が低下することで左記のような症状が出現します。これらの症状を抑えるために繰り返し飲酒をするため、悪循環を引き起こしてしまふのです。

より起こるため、本人はやめたくてもやめられないのです。正しい治療を受けない限り自分一人の力で飲酒のコントロールをすることは難しいと言われています。

アルコール依存症が原因で起こる主な身体疾患



■ アルコールによる健康問題

長期にわたる多量の飲酒により、さまざまな健康問題が併発します。原因は2つあり、1つめはアルコールにより内臓など身体の調子が悪くなることです。

2つめは栄養障害です。アルコール依存症になると食事をとらずに飲み続けることが多くなり栄養摂取が不十分となります。十分な食事をしていないとしても多量のアルコールのために吸収不良を起こすことが多いのです。

アルコール依存症の治療法

■ 解毒治療

まずは、精神・身体合併症と離脱症状の治療を行います。精神・身体合併症については症状に合わせて適した治療を行います。離脱症状治療は、まず交差耐性のあるベンゾジアゼピン系薬物でアルコールの肩代わりをさせます。この処置を行わずに体内のアルコール排泄促進をすると、離脱症状を悪化させてしまうことがあります。この治療は通常2~4週間行われます。

■ リハビリ治療

精神・身体症状が回復してきた後に、断酒に向けて本格的な治療を開始します。

患者さんに飲酒問題の現実を直視させる

断酒を決意させる

断酒継続のための治療を行う

まず、教育によりアルコール依存症について患者さんに正しい知識を提供します。それと同時に個人カウンセリングや集団精神療法などで病気になることを患者さん自身に受け止めてもらいます。退院後の断酒継続を見据え、断酒会(自助グループ^{※1})への導入を図るとともに、家族や職場との調整を行います。この時期から患者さんによく説明した上で抗酒薬^{※2}の投与を始めます。この治療は2ヶ月ほどかけてしっかりと行います。

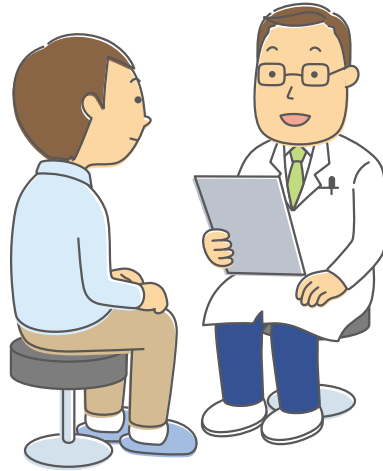
■ 退院後のアフターケア

患者さんの断酒継続を支援するとともに、再飲酒した場合には速やかに必要な治療を行います。

一般にアフターケアの二本柱は

- 病院・クリニックへの通院
- 抗酒薬の服用
- 自助グループへの参加

と言われており、この有効性は国の調査でも確認されています。



※1 自助グループ

断酒の継続を目的とした、アルコール依存症患者さんの市民団体。メンバーが集まって自己の体験を語ることを基本としており、断酒継続に非常に有効です。

※2 抗酒薬

断酒継続のために使用可能な、日本における唯一の治療薬です。ジスルフィラムとシアナミドという2種類の薬物があります。服薬して飲酒すると苦しい反応を引き起こすため、「アルコールを嫌いにする薬」「ひどい副作用がある」など

アルコール依存症の早期発見

最近6ヶ月間のあなたの様子について下記の項目に「はい」または「いいえ」でお答えください。

〈男性用〉

	はい	いいえ
① 食事は1日3回、ほぼ規則的にとっている	0点	1点
② 糖尿病、肝臓病、または心臓病と診断され、その治療をうけたことがある	1点	0点
③ 酒を飲まないで寝付けないことが多い	1点	0点
④ 二日酔いで仕事を休んだり、大事な約束を守らなかつたりしたことが時々ある	1点	0点
⑤ 酒をやめる必要性を感じたことがある	1点	0点
⑥ 酒を飲まなければいい人だと言われる	1点	0点
⑦ 家族に隠すようにして酒を飲むことがある	1点	0点
⑧ 酒がきれたときに、汗が出たり、手が震えたり、いらいらや不眠など苦しいことがある	1点	0点
⑨ 朝酒や昼酒の経験が何度かある	1点	0点
⑩ 飲まないほうがよい生活を送れそうだと思う	1点	0点
合計点が4点以上：アルコール依存症の疑い 合計点が1～3点：要注意(質問項目1番による1点のみの場合は正常) 合計点が0点：正常		

〈女性用〉

	はい	いいえ
① 酒を飲まないで寝付けないことが多い	1点	0点
② 医師からアルコールを控えるようにと言われたことがある	1点	0点
③ せめて今日だけは酒を飲まないと思っても、つい飲んでしまうことが多い	1点	0点
④ 酒の量を減らそうとしたり、酒を止めようと試みたことがある	1点	0点
⑤ 飲酒しながら、仕事、家事、育児をすることがある	1点	0点
⑥ 私のしていた仕事をまわりの人がするようになった	1点	0点
⑦ 酒を飲まなければいい人だと言われる	1点	0点
⑧ 自分の飲酒についてうしろめたさを感じたことがある	1点	0点
合計点が3点以上：アルコール依存症の疑い 合計点が1～2点：要注意(質問項目6番による1点のみの場合は正常) 合計点が0点：正常		

新久里浜式アルコール症スクリーニングテスト(KAST-M,KAST-F)

アルコール依存症を防ぐために…

アルコール依存症は回復はあっても治療のない病気だといわれています。飲酒による身体的

と誤解されがちですが、わずかな量を飲酒することでそれ以上お酒を飲めないようにする薬なのです。

な後遺症、離婚や失職など社会的な損失も含め、特に飲酒に対してコントロールの効かない体質は一生治りません。しかし、早期に治療を始めればそれだけの治療効果がありやすい病気です。特に、プレアルコールリズム(依存症になる手前の状態)できちんとした対策をとれば、身体的な問題だけでなく社会的にも経済的にも、より少ない損失で回復が期待できます。プレアルコールリズムの段階では減酒でも回復可能なことが多いです。



■ 休肝日をつくる
 休肝日をつくり、連続飲酒を防ぐことでアルコール依存症のリスクを軽減することができます。また、これにより肝臓への負担も軽減され脂肪肝や肝炎といった身体の病気を防ぐことにもつながります。飲酒によって荒れた胃や腸の粘膜を修復するためには週2日程度の休肝日が必要と言われています。



1日の飲酒量がこの3倍以上になると「飲みすぎ」となり、アルコール依存症になるリスクが高まると言われています。

〔厚生労働省
健康日本21より〕

■ 節度ある飲酒量を守る
 アルコール依存症の発症リスクが少ないと言われる「節度ある飲酒量」を守ることが大切です。例えば壮年男性の場合、純アルコール量換算で1日20g以下が指標とされています。

■ どうぞご相談ください

アルコール依存症は早期発見することで、治療効果の高くなる病気です。しかし、ご家族や身内だけでは早期に発見することが難しい病気です。「うちの人は大丈夫」「少し飲みすぎているだけ…」と思う身内としての気持ちが発見を遅らせてしまう原因の1つです。発見が遅くなると精神・身体的な症状が悪化し、安定した社会生活を送ることが困難になるばかりでなく、社会復帰に向けた治療もより難しくなってしまいます。周囲の人の気付きがあることで、より早い段階から治療を行っていくことができるようになります。

栗田病院ではアルコール関連外来を設け、アルコール依存症と診断された方への治療を行うとともに、酒害ミーティングや勉強会等、アルコール関連のプログラムを用意しています。酒害ミーティングや勉強会では当事者の話を聞いたり自分の体験談を話したりすることで、再びアルコールに依存しなくても暮らしていけるお手伝いをしています。

より良い生活を送ることができるようになるためには、アルコール依存症についての正しい理解やお酒のない生活の見通しを持つことが必要になります。そのためにはご家族のご理解が必要であり、早期に受診をすることをお勧めしています。お一人、ご家族だけで悩まずに、お気軽にご相談ください。

- 出典及び参考資料
- 「アルコール依存症を知る！回復のためのテキスト」
著者：森岡洋 アスクヒューマンケア
- 厚生労働省ホームページ
<http://www.mhlw.go.jp/>
- 久里浜医療センター
<http://www.kurihama-med.jp/index.html>

栗田病院 相談室

電話 — 026(226)1311(代表)

026(224)3961(直通)

*精神科・心療内科の初診は予約制となっておりますので、事前にお電話でお問い合わせ下さい。

診察日 — 月曜～金曜(祝休日除く)

午前8時30分～12時30分 午後13時30分～17時
土曜

午前8時30分～12時30分(精神科再診のみ)

アルコール関連外来 — 毎週金曜

午後13時30分～17時
※初診は予約制となります。



利用者さんに聞いてみました!! 「断酒会」ってどんなところ?

Q 断酒会って?

断酒会とは、お酒に悩む人々による酒害者のための自助グループです。患者さん個々の精神症状による問題行動を自己洞察し、断酒のための気づきと認知を深め、アルコール無しの生活ができるようにサポートをします。

断酒会終了後にBさんにインタビューをしました。インタビューの冒頭、今日の断酒会はどうだったかの問いに、Bさんは「楽しかったです。毎回楽しいですけど、今日も楽しかったです。」と晴れやかに語ってくれました。断酒会についてお話を伺いました!



今回ご協力いただいた方

Bさん(仮名)50代

●利用暦2年 ●入院暦1回(1年)

Q 断酒会の雰囲気はどうか?

Bさん:いくつかの病院の断酒会に参加したことがあって、断酒会に対して暗いイメージがあったんですが、栗田病院の断酒会は明るい雰囲気でした。また、直接「断酒しなさい」と言葉では言われませんが「断酒しなくてはいけません」という雰囲気があります。顔を出すと断酒の雰囲気が身にしみるので、毎回足を運んでいます。スタッフの方々の魅力も毎回足を運ぶ理由の一つです。

Q 断酒会の利用を始めて どのような変化がありましたか?

Bさん:まず、断酒をするためには生活の中にリズムをもたなくてはいけないと思いました。1週間に1回の断酒会に参加することで生活のリズムを作ることができ、このことが他の生活の面にも大きく作用しておかげさまで断酒も続いています。私にとってこれは大変大きなことでした。断酒して6年近くになります。先生は退院してからが断酒の期間と言っていたので、そうなると1年弱ぐらいです。笑

体調も非常に良くなりました。今では、1時間10分かけて病院まで歩いてきています。結構距離があるんですけど、疲れを感じません。「バスで来たら?」とも言われるんですけど、断っています。笑

Q これからやりたいことは?

Bさん:挑戦してみたいことはたくさんあります。現在、グループホームにいるんですけど、そこの畑をいじって農作業をやりたいです。広い畑なのでたくさん作物を植えたいです。それから、グループホームでパンやおやきを作っているんですが、その仕事の発展のお手伝いをしたいです。また、グループホームで自費出版の受付をして本を作るという仕事の部門を立ち上げたいと考えています。

今後のことを生き生きと語ってくれたBさんがとても印象的でした。Bさんご協力ありがとうございました。

現在利用中の方、利用を検討中の方へ スタッフからのメッセージ

アルコールの病気は、ご本人の身体や精神に影響があるだけではなくその家族や友人など周囲の人にまで影響が及んでしまい、社会的な問題を抱えてしまう病気です。

当院のプログラムでは、病気そのものの理解を深めると共に、そのような社会的な問題への向き合い方や、健康で自分らしく生活するためにはどうしたらよいかを毎回メンバー皆で話し合っています。

明るい雰囲気できつぱらんに色々な話ができることが当院の断酒会の特徴だと思います。仲間と一緒に健康的な生活を送っていきましょう!



● 栗田病院断酒会「雷鳥会」

開催日:毎週金曜日(祝日休み) 時間:11:00~12:00

● お問い合わせ:相談室 田村

☎026(226)1311(代)

☎026(224)3961(相談室直通)

健康レシピ 肝臓病の食事

肝臓の病気は、原因や経過、重症度によって様々なものがあり、急性肝炎・慢性肝炎・アルコール性肝炎・肝不全・肝硬変・C型肝炎、脂肪肝などが例として挙げられます。

例えばアルコール性脂肪肝と診断されたら、減酒か、できれば禁酒が望ましいです。一日三食の栄養バランスのとれた食事をしっかり摂り、適度な運動をすることが大切です。

従来、肝臓病の食事療法は「高タンパク、高カロリー食」と言われていましたが、現在では脂肪肝や生活習慣病の合併を防ぐため、「適切なエネルギーかつ栄養バランスの



とれた食事」を勧めています。

肝臓は鉄を貯蔵する機能もある臓器ですが、C型肝炎と過栄養脂肪肝の方は、過剰に鉄を蓄積してしまいます。鉄が過剰に蓄積されると、肝機能障害を引き起こしてしまうので、近年ではC型肝炎と過栄養脂肪肝の方は、あさり・ひじき・ほうれん草・レバーなどの鉄分の多い食品を控えるように勧められています。



監修
栄養士：田原良子

大豆のオムレツ



◆作り方

- ①ボールに卵を割り入れ、箸で切るように混ぜ、ピザ用チーズ、塩、こしょうを加える。
- ②フライパン（直径18～20cm）にバターを熱し、ソーセージを入れて炒め、油が出てきたら豆を加えてざっと炒める。
- ③②に①を流し入れて、全体をかき混ぜて半熟状になったら弱火にし、ふたをして7～8分焼く。
- ④③を裏返し、弱火でさらに2分ほど焼いて取り出し、切り分ける。好みでケチャップを添える。

※どの種類の豆でも美味しいオムレツができます！

材料（4人分）

- 大豆（ゆでたもの）…………… 200g
- 卵…………… 4個
- ピザ用チーズ…………… 40g
- 塩・こしょう…………… 各少々
- ソーセージ（小口切り）…………… 4本
- バター…………… 大さじ1
- ケチャップ……………適宜(お好みで)

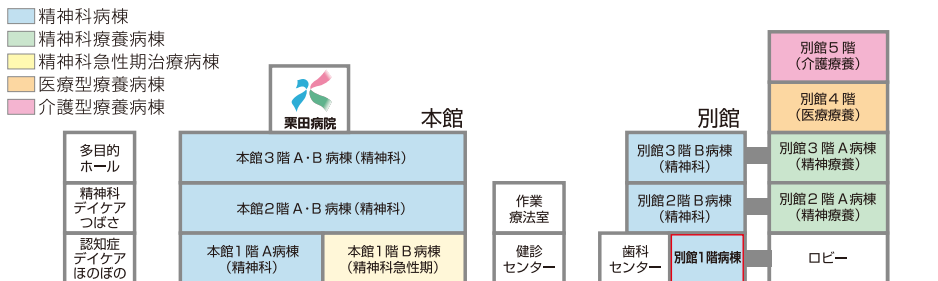
大豆の栄養パワー

世界の最長寿国となった日本。この要因の一つとして注目されるのが、栄養バランスの良い日本食です。日本人は古くから、米・魚・大豆などを食べ続けており、大豆をうまく食生活に取り入れてきたことも現在の長寿に繋がっていると考えられます。

大豆は必須アミノ酸がバランスよく含まれた良質な植物性タンパク質です。総コレステロールを低下させる大豆レシチン、骨粗鬆症の予防や更年期の不調を改善するといわれるイソフラボンといった機能性物質が含まれています。普段の食事から大豆を取り入れていきましょう！

別館1階病棟

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。



当院には様々な種類の病棟があり、患者さんの病状や使用されている保険によって入院する病棟が決定していきます。今回は**精神科開放病棟**としての機能を担う別館1階病棟をご紹介します。

●別館1階病棟の特徴

別館1階病棟は精神一般病棟で、当院の開放病棟の中では唯一の男女混合病棟です。社会への窓口となるよう、

退院支援を積極的に行っていきます。患者さんが安心して日々の生活を過ごされるようスタッフが支援しています。



●病棟作業療法の取り組み

作業療法とは、病気によって日常生活に困難を感じている方々に対して行う活動です。症状や病前の趣味・経験からその方に適した作業を選択し、患者さんの興味や自信を引き出します。

各病棟で、様々な作業療法を行っています。別館1階病棟では体操やレクリエーション、歌など、集団で行う活動の他に、作品作りや読書など、個々で取り組む作業療法も実施しています。患者さんたちは楽しみながら、日々熱心に取り組んでいます。

また七夕や花火など、季節毎に皆で一つの作品を作り病棟内に展示していますので、お越しいただいた際はぜひご覧下さい。

●スタッフの特徴

気持ちの若いスタッフが集まり、病院イチの接遇看護を目指して明るく規則正しく、毎日ハッスルして働いています！

開放・退院支援病棟として、一人でも多くの患者さんが退院していけるよう、頑張っています。



●師長から一言

別館1階には社会復帰を目指す患者さんが多くいます。患者さんたちが希望する退院先へ行かれるよう、スタッフ一同、日々援助しています。

「心を感じるココロ」

臨床心理士 佐々木尚子

「次回も待っているよ!」、雄太君(仮名)

の後ろ姿に手を振りながら、しかし、また今回もよく来たなあ…とひとりごちながら見送ります。雄太君は中学入学以降二日も教室に行けず、登校は、私との予約があった時間に相談室へやって来るのみでした。身長は会う毎に見上げるほど成長し、中一から二度も切らず伸び放題の髪の毛は肩甲骨に達し、ほつれたズボンの裾から見える裸足のかかどにつぶれたスニーカー、お風呂も入らず、食事も二度カップ麺を食べる程度、ゲーム三昧で家族とも言葉交わさず昼夜逆転の生活、ほとんど外出しないその皮膚は不健康で独特な色味です。それでも約束の日には、人目につかぬように校内の廊下の壁をつたいながらもやって来る、雄太君の健気な姿があります。

雄太君から何か話があるわけでもありません。「今日は何時に起きたの?」というような質問でも「さあ」「忘れた」と答えればよい方で、一時間ずつと私に背を向けて無言で座っている回もありました。あるときは席につくことも出来ず、室内をぐるぐる歩き続ける回もありました。大概パズルやゴム飛ばしをしながらぼつりぼつりと話す程度。雄太君と私は、一体何をしているのだろうか? 行き着く場所はどこだろうか? もっとやるべ



きことは他にないのか?

「……心の専門家」と呼ばれる私が、ただそこに居るしか術がないことを苦しくないといえば嘘になる時もありました。雄太君の耐えがたい心の闇や重さに潰されそうな時もありました。でももし私が何か少しでも前に進むための相談室に來られなくなる予想がついたし、そのまま中断、それだけは絶対に避けたかったです。

「細くともつなぐこと」「無害な存在であり続けること」そして「今回もここに來室した雄太君を信じること」。これが、私が雄太君から学んだ関わりの作法です。そして、「こんな二人の時間もなんかいいよね」という私の思いを、当時、人と関わる空間が唯一無二の雄太君にも、是非感じて欲しいと願っていました。

「僕はね、

ノートにだけはなりたくないんだよ」中三の秋、雄太君が口にします。その時「このトンネルの先には出口がある」と確信しました。雄太君の自室の窓ガラスは、御多分に漏れず黒い布や紙で覆われているようでしたが、その真つ暗闇の部屋にも、心にも、光が差し始めたのです。

一月には三年近く伸ばした髪の毛を切り、教頭先生の前では過呼吸を起こしながらも面接の練習、定時制高校を受験し、合格。現在は、無遅刻無欠席の皆勤で自転車通学している。と風の便りで聞いた時は、思わず目頭がジンとしました。

『あなたが自分と闘っていた三年間、あなたの近くにいられたことを、私は誇りに感じています。今、あの頃を振り返ることであるの? あの頃から這い上がった生活が、日常"になっただけのつて、ねえ雄太君、どんな気分?』



第15回 栗田病院祭が開催されました!

平成24年9月8日(土)・9日(日)の2日に渡り、毎年恒例の栗田病院祭が開催されました。今年で15回目を数える栗田病院祭ですが、本年は天候にも恵まれ、大勢の方にお越しいただいて大変盛り上がった病院祭となりました。

病院祭の様子

屋台・ステージ発表

どの屋台も大盛況で、ステージ発表は大変盛り上がっていました。毎年出店して下さる企業の方々、バザーへ品物を提供して下さった方々、本当にありがとうございました。



作業療法の作品、素敵なものばかりです



(株)ミールケアさんの屋台は、毎年おいしいものがいっぱい♪



恒例の櫻ヶ岡中学校吹奏楽部の演奏は、毎年大勢の方が聴きにきます



華やかなフラダンス

栗田病院祭特別企画

認知症患者を支える家族のための 家族教室

大勢の方がお越し下さりました。認知症の方への接し方や、よりよい介護のためのワンポイントなどに、皆さん耳を傾けていらっしゃいました。



講演後の個別相談会では、介護現場に携わる職員が一人ひとりのお悩みに合わせたアドバイスを行っていました。

認知症デイケアほのぼの お問い合わせ 026-226-1311(代) 担当中西まで

けんこうパビリオン

地域の方々の健康への関心を高めるために、無料で行える血圧測定や健康相談のブースを設けました。また、伊那食品工業株式会社様にご協力いただいた「**かんてんばば** わくわくクッキング」には大勢のお子様に参加いただき、楽しく『食べることについて』を学びました。



さらに

本年は『動物療法』の観点から小諸市の「ハローアニマル」さんをお呼びし、動物ふれあいコーナーを設けました。新たな試みもあり、例年以上に笑顔があふれる病院祭になったと思います。

地域の方々には栗田病院を知っていただく良い機会になったのではないのでしょうか。

当院はこれからも地域において様々な情報を発信するとともに、医療・介護・福祉の分野で貢献して参ります。



栗田病院祭 ボランティア活動について

ご家庭で不用になった本ゲームソフト・CD・DVDを回収し、ブックオフでの買い取り額+10%をアジアの子供たちの教育支援に充てる「リサイクル・ブック・エイド」活動へのご協力、ありがとうございます。期間中に集まった本は193冊、ソフトは106点で、合計10,267円を寄付いたしました。

また、病院祭での作業療法科の売上額30,300円を栄村に寄付いたしました。一日も早く栄村が震災より復興することを祈っております。



リサイクル・ブック・エイド 感謝状



左)栄村長 島田秀樹様 / 右)伝田作業療法科長

医療安全管理職研修会を行いました

平成24年8月24日(金)、多目的ホールにて医療安全管理職研修会を開催しました。

当院では定期的に管理職に対して研修会を行い、管理職のレベルアップ・職員全体のレベルアップを目指しています。今回はキャリアメデイカル研究所所長の木村有子先生を講師としてお招きし、「ヒヤリハット防止の指導の仕方」について講演頂きました。管理職に必要な条件とは何か、個人指導の仕方・注意点や、人事考課の評価方法・面接の仕方について、事例を挙げて学ぶことができました。

「長野びんずる」に参加しました

平成24年8月4日(土)に開催されました「長野びんずる」に、本年も「栗田病院連」として各部署から総勢50名弱の職員が参加しました。

当日は、心配された雨も降らず晴天の中、連長・副連長のかけ声に合わせて、汗をかきながら一生懸命踊りました。また、お祭りを通して地域の方と交流することもできました。

今後も当院では地域の行事に積極的に参加し、地域交流を深め、地域に貢献して参ります。

ご意見BOX



栗田病院では外来・入院の患者さんやご家族の方々などご来院される方から様々なご意見やご要望をいただけるよう「ご意見箱」を設置しております。いただいたご意見を参考にし、ご来院される方々により良い医療・サービスを提供できるよう改善を行いますので、どうぞ貴重なご意見・ご要望をお寄せ下さい。

ご意見

食パンの数を5枚にして下さい。炊き込みご飯が好きです。好きなメンチカツがとても美味しかったです。スープ類の味がすこいいです。

回答

病院の食事が美味しいというご意見ありがとうございます！栄養科にとって何よりの励みとなります。食パンの枚数については、病院では患者様の1食分の熱量（カロリー）を考慮して献立を考えているので、枚数を増やすことはできません。何卒ご了承ください。

これからも美味しいと言っていただけるように頑張りますので、よろしく願います。

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】 准看護師【常勤】 …………… 各若干名 ※夜勤業務可能な方大歓迎です。	募集職種	介護職員 (ヘルパー2級以上)【常勤・パート】 …………… 各若干名
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	稲田	小岩井	大月	大月	小岩井	小岩井	大月	大月	稲田	小岩井		

精神科外来担当医表

*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 ●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	—	休診
第5診察室	大本	—	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	竹内(再診)	山本	山本	—	—	—	
第7診察室(再診)	—	—	竹内	竹内	倉石(和)	稲田	中澤(彰)	中澤(彰)	倉石(三)	倉石(三)	倉石(和)	
第8診察室	—	—	—	—	—	倉石(和)*1	—	—	—	稲田*2	—	



〒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

■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