

やすらぎ

2018.
Vol.14

栗田病院グループインフォメーション——P11

KURITA☆SPORTS!——P10

栗田病院レビュー——P9

ほのぼの通信・つばさ通信——P8

健康レシピ——P7

グループ施設——P5

くりたのげんば——P4

特集——P1

アルコール依存症



がんばろう! 日本



栗田病院 広報誌やすらぎ第14号

平成30年1月9日発行 編集・発行／栗田病院広報誌編集委員会 長野市栗田695 電話番号026(226)1311(代)

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 長野南福社会	
募集職種	看護師【常勤・パート】 若干名 看護助手【常勤】 若干名 ※夜勤業務可能な方大歓迎!	募集職種	介護職員【常勤・パート】 若干名 看護職員【常勤・パート】 若干名
勤務時間	日勤/8:30~17:00 夜勤/16:30~9:30 ※上記時間以外もご相談ください。	勤務地	勤務地についてはご相談ください。
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	法人規定による シフト勤務による週休2日制
お問い合わせ	☎026-226-1311 (人事課) mail:jinji@kuritahp.or.jp	お問い合わせ	☎026-217-2397 (法人本部/久保) mail:honbu@minamifukushi.or.jp

●職場見学等、お気軽にお問い合わせください

栗田病院外来担当医表 (2017年11月1日現在)

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	交代制	交代制	倉石(章)	倉石(章)	一由	一由	三井	三井	休診	
第2診察室	—	—	—	—	—	—	—	—	稲田	—		

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*2	中澤*2	—	—	岡田*1	—	—	—	—	—	休診	
第5診察室	—	—	荒井*1	—	荒井*2	荒井*2	—	—	—	—		
第6診察室	倉石(三)*1	—	金山*1	—	田中	田中	萬羽	萬羽	竹内*1	—		
第7診察室	金山*2	金山*2	竹内*2	竹内*2	倉石(和)*2	倉石(和)*3	田中*1	—	倉石(三)	倉石(三)		
第8診察室	稲田	稲田	—	—	萬羽*1	—	岡田*2	岡田*2	—	稲田*4		

*1: 初診(予約制) *2: 予約制 *3: 物忘れ(認知症) 外来(予約制) *4: アルコール関連外来(再診) 雷鳥会(金曜11:00~12:00) 白樺会(水曜10:30~11:30)

栗田病院

〒380-0921 長野市栗田 695

TEL.026-226-1311(代)

FAX.026-224-8673

地域連携室専用/ TEL.026-224-3961

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・循環器内科・消化器内科・歯科・小児歯科・人間ドック

■診療時間(受付時間)

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

土曜日 午前 8:30~12:30(8:30~12:00)

※初診(予約制)/月~金曜日:原則午前中のみ ※()内時間は受付時間

■休診日

内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科/土・日・祝休日

心療内科・精神科/土(午後)・日・祝休日

歯科・小児歯科/水(午後)・土(午後)・日・祝休日

人間ドック/土・日・祝休日

アルコール依存症とはどんな病気ですか？

栗田病院
稲田志穂子先生 監修

1 アルコール依存症とはコントロール障害です。

アルコール依存症はアルコールをコントロールして飲むことが出来なくなる病気です。

「身体的依存」と「精神的依存」があり、「身体的依存」はお酒がされると、イライラ、不眠、冷や汗、手足の震え等が出て、身体がアルコールを要求します。

「精神的依存」は長期間の飲酒をすると、お酒に強くなり（耐性ができる）、アルコールを摂取することへの強迫的な要求、酔いを求めるようになります。

「身体的依存」と「精神的依存」の比重には個人差があります。

2 病気の特徴について

①一杯飲めば、次の一杯が欲しくなる

アルコール依存症になると、酒を適度に飲むことができなくなります。一杯飲めば、次の一杯が欲しくなり、それを飲めば、また次が欲しくなるというように、アルコールへの渴望が激しくなってきます。したがって、断酒以外に回復の道はありません。

②回復は可能であるが、治癒はしない

アルコール依存症には、他の病気（例えば風邪など）と違う点が多くあります。多くの病気は原因を取り除くことによって病気が治ります。

それに対してアルコール依存症は、アルコールを抜くことだけでは解決にならず、少量でも再びアルコールが体内に入ると、すぐに元の飲み方に変っていきます。また、飲み続けている限り、身体的な面だけでなく、精神的、社会的問題も深刻化していきます。

このように、いったんアルコールが体内に入るとコントロールできなくなるといった、心身の状態が変わることはありません。その意味では「治癒」はありません。しかし、一切酒を飲まず、自分自身を振り返って（体験を語り、自分のあり方を掘り起こし続けて）行く中で、身体的、精神的、社会的に健康を取り戻すことも可能なのです。それをアルコール依存症からの「回復」と言います。

以上のように、アルコール依存症とは、「治癒はない」訳ですが、回復することは、不可能ではない病気なのです。

③家族ぐるみの病気

アルコール依存症の方の周囲には、酒を飲まない多くの病人ができる、と言われています。特に家族など身近な人の心の中には、「巻き込まれ」と呼ばれている状態が起こりやすく、それがまたアルコール依存症者の回復を妨げる結果となっています。また、アルコール依存症の親を持つ子どもたちは「ACOA（アダルトチルドレン・オブ・アルコールリックス）」と呼ばれ、特別の援助を必要とする場合もあります。

3 アルコールの分解過程

日本人の約半分はアセトアルデヒド脱水素酵素の働きが弱いので、アルコールに弱い人が欧米よりも多くいます。

アルコールを摂取すると、体内でアルコールはアルコール脱水素酵素によりアセトアルデヒドに分解されます。アセトアルデヒドは、アセトアルデヒド脱水素酵素により酢酸へと分解され、最終的には水と二酸化炭素に分解されることにより体外へと排出されます。（表1）

アルコールの中間代謝物質であるこのアセトアルデヒドは毒性が非常に強く、その毒性により引き起こされる症状が二日酔いです。アルコールの分解には一定の速度があります。たとえば、体重70kgの人は、1時間に7gの純アルコールが処理できます。それを上回る量のアルコールが入ると処理されないアルコールが体内に溜まり、その影響は全身におよびます。

表1	アルコール	→	アセトアルデヒド	→	酢酸	→	二酸化炭素・水
	アルコール脱水素酵素 (ADH)		アセトアルデヒド脱水素酵素 (ALDH-1・2)				
	アセトアルデヒドは毒性の強い物質で顔面紅潮や心悸亢進、嘔吐などの不快な症状を起こします。						

缶ビール500ml 1本には20gの純アルコールが入っています。

それは、日本酒1合、ウイスキーダブル1杯、焼酎2/3合、ワイングラス2杯と同じ量です。（表2）

例えば1日3合のお酒（66gの純アルコール）を飲んだ人は約10時間かけてアルコールを分解しており、これが毎日の晩酌ならば1日の半分近くを体内にアルコールが入ったまま過していることとなります。その間、肝臓はフル活動しており、処理しきれないアルコールは全身に影響をおよぼします。

また、女性や若年者、高齢者ではアルコールの処理能力は低くなるため、その影響は非常に大きくなります。

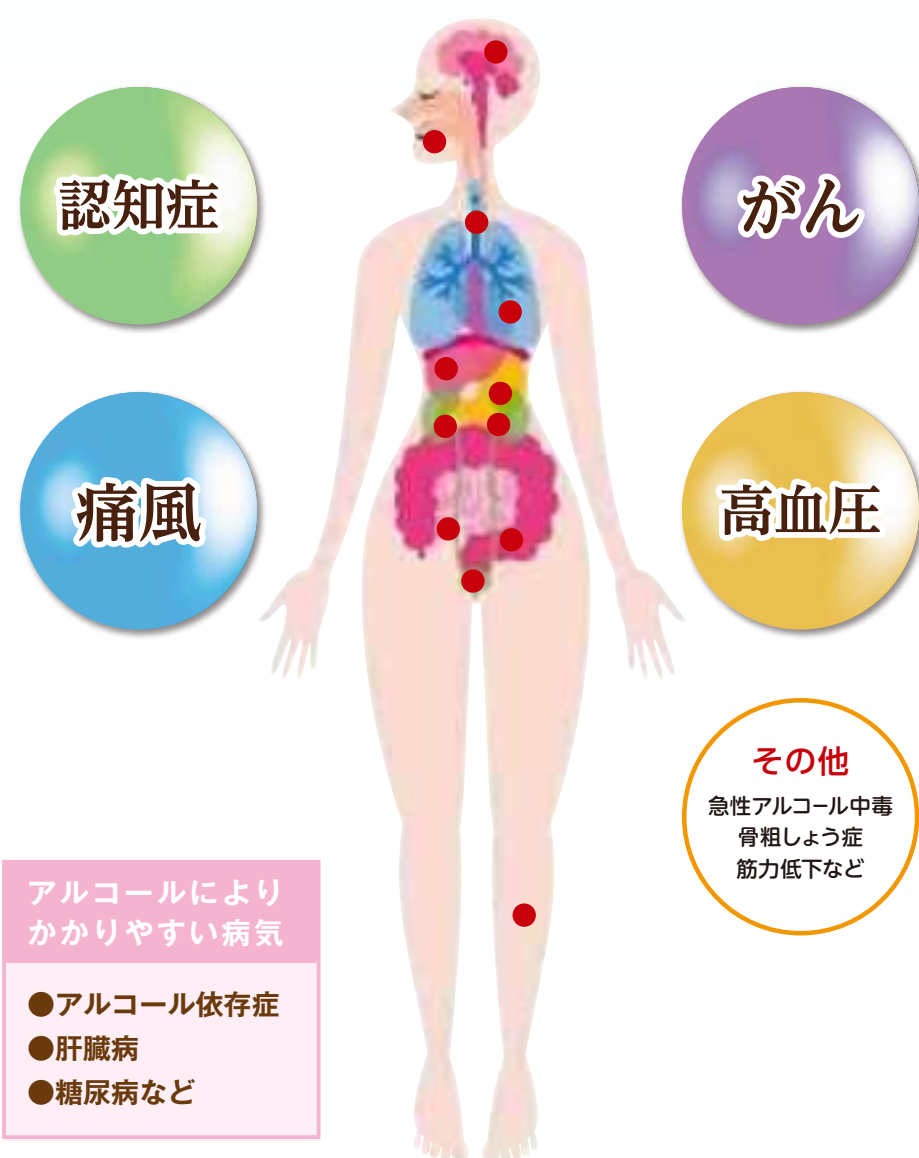
4 アルコールが原因で起る病気

少量のアルコールは、各器官に刺激を与えてその働きを活発にしますが、この効果は短時間しか続きません。飲酒量が多くなると、心の働きを鈍らせ、やがては機能そのものを障害

過度の飲酒は、身体の様々な所に悪影響をおよぼします。

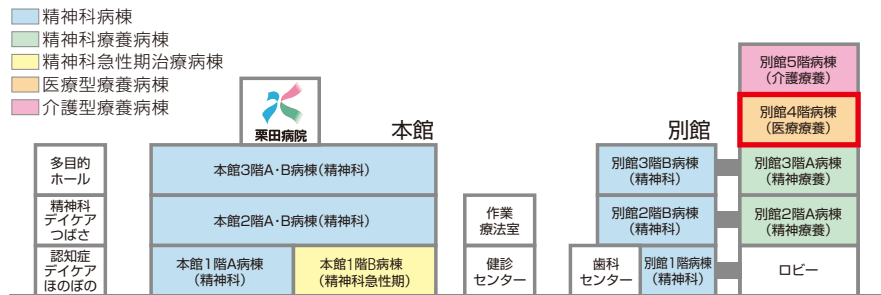
するようになります。この機能の鈍化や障害は飲酒を止めれば回復するのですが、飲酒量が増えるにしたがって回復は遅れるようになります。

表2 アルコール量20gの目安



アルコールにより
かかりやすい病気

- アルコール依存症
- 肝臓病
- 糖尿病など



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。今回は医療型療養病棟の別館4階病棟を紹介します。

●別館4階病棟の特徴

医療保険適用型で、高齢者を中心に比較的病状の安定した慢性期の患者さんが対象です。1人当たりの専有面積を広くし、快適に過ごしていただくためにゆったりとしたスペースがとられています。そのため安心して長期療養をしていただけます。また、家具や床は木目調となっていて、とても温かみのある病棟となっています。



ゆったりしたフロアレイアウト



申し送りの様子



別館4階病棟内ラウンジ

●病棟の取り組み

患者さんのほとんどが経管栄養と点滴をしています。異常の早期発見に努め、安心して快適な入院生活が送れるように援助させていただいています。

また、医療だけでなく介護も含めた総合的ケアを実践しています。



伊藤師長からひとこと

スタッフ一同患者さんの状況を的確に把握し、適切な処置及び介助が行われるように心がけています。そして、安心して快適な入院生活が送れるように苦痛の緩和に日々努めています。



別館4階病棟スタッフ

●スタッフの特徴

とても明るく、気持ちが若く、そして性格的にとても優しいスタッフが集まっています。

特集 アルコール依存症



栗田病院 断酒会 雷鳥会の由来

栗田病院の断酒会が、発足した時にメンバーさんたちが会の名前を「雷鳥会」とつけました。雷鳥は長野県の県鳥でもあります。長野県のシンボルですが、栗田病院の断酒会のシンボルでもあります。一説には、雷鳥の語源には、火難、雷難除けの信仰と結び付けられ、「雷の鳥」と呼ばれるようになったとのことです。



栗田病院 断酒会

栗田病院には、「雷鳥会」と「白樺会」の二つの断酒会があります。

断酒会とは、お酒に悩む人たちによる当事者のための自助グループです。お互いの飲酒の問題について経験を分かち合い、そのときだけは飲酒をせずにいられた、ということから広がっていった共同体です。

自助グループとは、同じ問題を抱えた人同士が、お互いに支え合い、励まし合うことによって問題の解決や克服を図ることを目的に集うグループのことです。

「雷鳥会」は平成10年から活動しており、栗田病院の「雷鳥会」として親しまれています。主にミーティングを通しての活動を行なっています。

「白樺会」は平成15年から活動を始めた、主にアルコール関連について学ぶための勉強会です。現在両断酒会には、断酒を希望される皆さんと稲田志穂子医師、高橋勇樹精神保健福祉士が活発な活動を行なっています。

断酒会は普段は事前に登録されたメンバーさんのみ参加できるクロースで行なわれていますが、毎年行なわれる「栗田病院祭」では外部の方も参加いただけるオープンプログラムで行なっています。またその折には、「雷鳥会だより」を発行しています。今年で18年目となり、好評をいただいています。

稲田志穂子先生よりひとこと

アルコール依存症の専門家猪野重朗先生の著書から引用します。

”癒し”とは、「病や飢えや渇き、心の悩みを治すこと」と説明されている。漢字の語源からは「心のしこりがとれて、病が身体からくり抜いたように抜けていくこと」と言う。また、”癒し”はより高度の人格の統合、人間としての一層の成熟、成長、より充実した自己実現感への到達、患者における全体性を育成することとも定義される。また、”癒し”とは傷や痛み、苦痛を鎮め、和らげ、安らげることであり、自分の心の傷や痛みを分かち合い、認めてくれる人がいることであり、他の人々からの理解、共感、他の人の思いやり、やさしい心、暖かい心、慰め、励まし、ねぎらいである。癒されて初めて疲れていた、病んでいたことに気付くことは多い。

高橋精神保健福祉士よりひとこと

断酒プログラムに関わらせていただくようになって2年が経ちます。まだまだ、勉強不足でメンバーさんと一緒に知識を深め、プログラムの質の向上に努めています。支援をより充実させていく上で、他の断酒会の様子をメンバーさんから伺ったり、自分自身でオープンミーティングを見学させていただくなかで、断酒会全体から見た「当院の断酒会」の役割もほんの少しですが見えてきたように感じています。

これからもメンバーさんがアルコール依存症から回復していくなかで、断酒会が「錨」となっていけるよう、今後も精進していく所存です。



●白樺会(勉強会)

毎週水曜日 10時30分～11時30分

○アルコール依存症とはどんな病気なのか。

○心と体にはどのような影響があるのか。

○家族、社会にどのような影響があるのか。

○アルコール依存症から回復するにはどんなことをしたら良いのか。

テキストを用いて学ぶグループです。

雷鳥会(ミーティング)

毎週金曜日 11時00分～12時00分

○ミーティングを通して、アルコール依存症による影響や生活の変化に気づき、飲まないで生きてゆくという共通の目的に向かって、その基礎固めをします。

基本的なルールは聞きっぱなし、言いつ放し、その場の発言は他の場所では話さないです。

アルコールをやめ続けるためには、同じ志を持つ仲間が必要です。しかし、「酒はもともと好きじゃない。飲む奴の気が知れない」という人に、アルコールが好きで、しかし今はやめようと思っている人の気持ち、ときどきアルコールを飲みたくなる気持ちは分かってもらえないでしょう。ですから、「もともとアルコールを飲んでいただけ、今はやめている」という仲間を作ることが大切です。断酒会にはそのような仲間がたくさんいます。

両断酒会とも栗田病院の多目的ホールで行なわれています。

宿泊型自立訓練・自立訓練（生活訓練）／グループホーム

メゾン・ド・エスポワール

●メゾン・ド・エスポワール 施設案内
メゾン・ド・エスポワールは、平成11年4月に開設しました。施設名はフランス語で「希望の家」。障がいのある方が希望を持ち生活できるよう、4つの事業に取り組み、様々なニーズに対応します。

●施設の特徴

- ① 共同生活援助（グループホーム）は、利用者の身体及び精神の状況や環境に応じて、相談その他の日常生活上の援助を行います。
- ② 宿泊型自立訓練は、一定期間居住の場として、食事や家事など自立生活に必要な様々な経験を積み重ね、地域で生活するための訓練、相談及び助言、その他必要な支援を行います。
- ③ 自立訓練（生活訓練）は自立した日常生活または、社会生活ができるよう、一定期間、生活機能の向上のために必要な訓練を行ないます。
- ④ 短期入所事業所（ショートステイ）は、ご家族の事情や休養などで一時的に支援が必要になったとき、短期間の利用ができる機能も併せ持ち、在宅の障がいのある

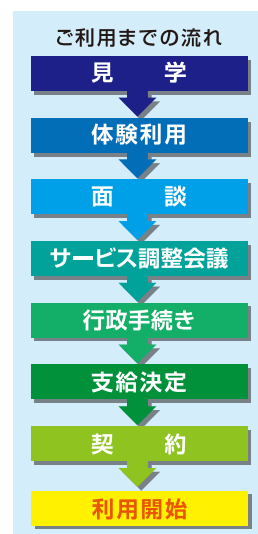
方やそのご家族の支援を行います。

●施設での暮らし

精神保健福祉士、社会福祉士等が利用者の日々の生活を支えます。
利用者の人格や価値観を尊重し、その状況に応じて個別又は集団的方法によって日常生活に必要な生活技術の習得、衛生管理、対人関係、就労などの支援を行います。
また、当番制で行う毎朝の味噌汁づくりや共有スペースの清掃、各月ごと行事もあります。外部から講師をお招きし、巾着作りに挑戦しました。生地を選ぶところから始まり一つの作業に「喜」憂しながら取り組んでいました。施設スタッフも参加者それぞれのペースに配慮しながら作業をサポートしています。



巾着作りの様子



地域活動支援センター／グループホーム

希来里

●希来里 施設案内

地域活動支援センター希来里は、障がいのある方が抱える問題について相談に応じ、必要な支援や援助を総合的に行っている施設です。

●相談支援事業

障がいのある方の福祉に関する様々な問題について相談に応じ、情報の提供等を行っています。主に、生活に関する相談等をいただいています。

●地域活動支援センター

希来里で行われる活動は、利用者さんが様々な体験を通じて他の方々と交流し、感動を分かち合っていたることを願って計画・実施されています。たとえば、「きらっと光る会&しゃべり場」では、利用者さん方は自身の生活上における悩みや思いを本音でお互いにつけあい、共有しあうことで心からの交流を深めています。

そのほか、お菓子作りやゲーム大会などの日中活動や、季節にあわせた様々な行事もお楽しみいただけます。また、社会の中で人と上手に関わりながら生活するための訓練（SST）等も行っています。

施設の利用料は100円で、当日10時までにお申し込み頂けると、登録者の方は200円、未登録者の方は250円で昼食サービスを受けることが可能です。（※登録料…2、400円／年）また、希来里は土日・祝日も開館しており、開館時刻内であればお好きなときにお越しいただき、且つお帰りいただくことができます。

※開館日…火・水・金・土・日曜日
開館時間…9時～17時まで

●グループホーム紹介

グループホームの居室はそれぞれ個室となっており、入所者の方々のプライバシーに配慮された作りとなっております。また、冷暖房も完備されているので、快適な生活を送ることが可能です。さらに、職員が宿直を行っているため、夜間も安心です。



バーベキューを行いました

●メゾン・ド・エスポワール 施設概要

運営主体
社会福祉法人長野南福祉会
施設名称
メゾン・ド・エスポワール
事業の種類と定員
・宿泊型自立訓練・自立訓練（生活訓練） 定員20名
・共同生活援助（介護サービス包括型事業所） 定員10名
・短期入所／定員1名

●入所相談窓口

メゾン・ド・エスポワール
サービス管理責任者 宮崎 みどり
問い合わせ時間 8時30分～17時15分



メゾン・ド・エスポワール/
希来里
橋詰 ゆき枝 施設長

●希来里 施設概要

運営主体
社会福祉法人長野南福祉会
施設名称
地域活動支援センター／グループホーム 希来里
事業の種類と定員
地域活動支援センターI型・長野市障がい者相談支援センター・相談支援事業（特定一般）
共同生活援助（グループホーム）／定員18名
短期入所／定員2名
所在地
〒380-0915 長野市稲葉147-15
電話
026(267)5685
FAX
026(225)5668

●入所相談窓口

電話 026(267)5586 ※相談専用
希来里 担当 宮下・板倉
問い合わせ時間 開館日の9時00分～16時30分

健康レシピ 「減塩」のススメ

皆さんは食事に含まれる「塩」について考えたことがありますか。厚生労働省の日本人の「食事摂取基準2015」では、1日の食塩摂取量が、成人男性で8g未満、成人女性で7g未満を目標量として定めています。一方、実際の摂取量は男性平均値11.3g、女性平均10gと大幅に目標量を超えているのが現状です。

食塩の摂り過ぎは血液中の塩分濃度を高めます。塩分濃度が高くなった身体は、濃度を一定に保つために水分を溜め込み、血液量を増やします。すると多量の血液を押し出そうと強い圧力がかかるため、高血圧につながります。高血圧は脳卒中や心筋梗塞、腎疾患など多くの病気の原因となります。また食塩の摂り過ぎは胃がんのリスクが高くなるとの研究報告もあります。自分はまだ高血圧になっていないので大丈夫と思われる方も、食塩の摂り過ぎには極力注意しましょう。

減塩のコツ 以下の項目を意識して塩分摂取量を減らしてみましょう！

- 「かける」より「つけて」食べましょう。
- 調味料は味を確かめてから使いましょう。
- 汁物は具沢山にして汁気を減らしましょう。
- ラーメンなどの麺類の汁は残しましょう。
- 出汁、ハーブ、スパイス、果物、ゴマ、ナッツなどを利用し美味しさをプラスしましょう。
- 低塩の醤油、ケチャップ、ソース、酢などの調味料を使いましょう。
- 外食や加工食品などは栄養成分表示で塩分量を確認しましょう。
(ナトリウム表示の場合は、ナトリウム(g)×2.54で食塩相当量が分かります)

DHA・EPAがたくさん！ サバのマリネ

青魚には、DHAやEPAが豊富に含まれます。DHAやEPAにはコレステロール低下や血圧を下げる効果がある他、記憶力の向上やうつ病の予防にも効果があると言われています。



材料(4人分)

- さば(3枚おろしの切り身)…2切れ
- 片栗粉……………50g
- たまねぎ……………100g
- ほうれんそう……………80g
- ぶなしめじ……………40g
- 黄パプリカ……………40g
- ミニトマト……………120g
- 小ねぎ……………適量
- オリーブオイル……………20g
- ★めんつゆ(ストレート)………100ml
- ★酢……………50ml

◆作り方

- ①さばを食べやすい大きさに切る。その際、小骨を抜いておくと食べやすい。
- ②ペーパータオルでさばの水気を拭き取り、片栗粉をまぶす。
- ③フライパンにオリーブオイルを入れ、両面をカリッとするまでよく焼く。
- ④さばを取り出し、そのままフライパンでぶなしめじと一口大に切ったほうれんそうを炒める。
- ⑤たまねぎ、パプリカは薄切りにし、ミニトマトは半分に切って、★調味料の中につけておく。
- ⑥さば、しめじ、ほうれんそうを5に混ぜ、好みで小ねぎを散らす。



監修：栄養科 管理栄養士
小淵 静

栗田病院の2つのデイケア「ほのぼの」と「つばさ」についてのご紹介のページです！

◆ご利用日 月～金(祝日除く)
◆時間 6時間
◆認知症デイケア ほのぼの

◆連絡先 0266(226)1331(代)
◆見学・体験を行っています。
◆ご相談ください。

活動の一部を紹介します

◎テラスでの野菜作り

春から毎日テラスに出て、大切に育てました。植物が大きく成長すると、こちらも元気をもらえますね。収穫して食べると、喜びもひとしおです。



小さな畑ですが、たくさん収穫できました。



11月になっても、まだ獲れます！ビッグなしとうです。



丸ナスでおやきを作っていました。

◎紅葉狩り

秋も深まり、川中島古戦場に紅葉狩りに行ってきました。茶屋でいただいたおでんが美味しくて、いつもは食が細い方も、べろりと召し上がっていました。



『おいこっただよー!!』
秋の公園を思い思いに散策しました。

認知症デイケア

ほのぼの 通信

一日の過ごし方

認知症デイケア「ほのぼの」は、在宅で暮らす認知症の方が、日中を楽しく過ごしていただけるようお手伝いをしています。一人ひとりのペースや体調などに合わせて、手作業や運動などを行っています。いろいろな活動を楽しみ、認知症の進行予防に繋がります。

◆ご利用日 月～金(祝日除く)
◆時間 9時～12時／9時～15時
◆精神科デイケア つばさ

◆連絡先 0266(226)1831(直通)
◆見学・体験を行っています。
◆ご相談ください。

活動の一部を紹介します

◎料理グループで作った野菜カレー

献立決めから買い物、お料理までみんなで楽しみながら取り組んでいます。



◎園芸グループでお手入れしているデイケア花壇

ボランティアの園芸士さんからお手入れの基礎を教わりながら大切に育てています。



◎ソフトバレー地区大会

年に1回の大会に向け、チーム一丸となって練習に励んでいます。



◎全体ミーティング

月1回利用者の皆さんが集まり、デイケアでの活動に必要な事柄について話し合いをしています。



精神科デイケア

つばさ 通信

デイケア活動紹介

精神科デイケア「つばさ」は、心の病を抱えた幅広い年代の方が社会復帰・復学・就労等を目的に利用しています。プログラムから自分に合ったものを選び、活動していく中で生活リズムや心身の調子を整えていきます。利用開始時から担当スタッフがついて少しずつ日々の活動に慣れるようフォローしていく為、体力や人付き合いに自信が無い方も安心してご利用いただけます。

医療安全全体研修会 開催

平成29年12月8日(金)に医療安全全体研修会を開催しました。
今回は外部講師から「転倒予防について～睡眠薬と転倒の関係～」をテーマにご講演いただきました。
参加した職員からは、「睡眠障害を抱える高齢の患者さんの、ふらつきによる転倒リスクも高まってきている。薬の作用を十分に理解し、患者さんの状態に合わせた使用と、適切な療養環境づくりをしていきたい」といった声が聞かれました。



▲医療安全全体研修会の様子

新任の先生の紹介

6月16日より就任された中田実先生から抱負をいただきました。
「今は、別館3階A病棟と、別館5階病棟を担当させていただいています。こころと、からだの関連について、勉強させていただきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。」



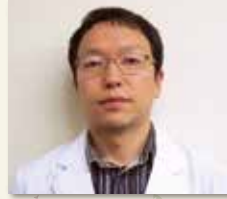
医師 中田実
(なかたみのり)
資格：日本産業衛生学会指導医

8月1日より就任された岡田文美子先生から抱負をいただきました。
「8月1日より栗田病院に勤務させていただいております、岡田と申します。これまでの経験を生かし皆様方にご協力頂きながら、恙無く診療を行っていければと思いますので、よろしくお願いいたします。」



医師 岡田文美子
(おかだふみこ)
資格：日本産婦人科学会専門医、日本医師会認定産業医、精神保健指定医

10月1日より就任された金山浩信先生から抱負をいただきました。
「まだまだ、分からないことばかりですが、病院のこと、職員の方々、そして患者さんの顔と名前を早く覚えたいと思います。そして、初志貫徹をモットーに少しでも地域医療に貢献できればと考えています。」



医師 金山浩信
(かなやまひろのぶ)
資格：精神科専門医、指導医、精神保健指定医

12月1日より就任された渡邊昌孝先生から抱負をいただきました。
「この度、栗田病院に勤めさせていただくこととなりました。地域の皆様が、健やかな生活を送れますよう尽力させていただきたいと思っております。よろしくお願いいたします。」



医師 渡邊昌孝
(わたなべまさたか)
資格：日本医師会認定産業医

KURITA★SPORTS!

まずは、BCリーグ信濃グランセローズが球団創設11年目にして初のリーグ優勝を果たしました。おめでとうございます！日本一をかけたグラウンドチャンピオンシップでは悔しい敗戦により惜しくも日本一にはあと一歩届きませんでしたが、たくさんの人に感動を与えてくれました。来季はリーグ連覇と日本一を果たせるように今後もみなさんの熱い応援をよろしくお願いします。
今号は、試合観戦に行かれた職員の方々をご紹介します。生で試合を観戦する魅力や醍醐味をみなさんにお聞かせしました！



▲岡田夫婦。週末の楽しみは家族で試合を観戦すること。エスコートキッズやリスベクト宣言にも参加するなど、家族全員でパルセイロを応援されています！この日の試合はパルセイロが1-0で見事勝利しました！

■生で試合を観戦する醍醐味を教えてください！
知らない人達とその時その瞬間を1点で喜び合い、何千人もの人が同じ気持ちで観戦して同じタイミングで喜び悲しむ。そういった所が生で試合を観戦する醍醐味だと思います。

■好きな選手は？その選手のどんなプレーが好きですか？
背番号13の勝又選手です。自分がゴールを決めてやる！という熱い気持ちの入ったプレーが好きです。

■トップチームの魅力を教えてください！
迫力・スピード感があって見ていてワクワクします。選手同士のハイタッチや抱き合う姿がとても素敵だなと思います。

■パルセイロの応援を始めたきっかけは？
栗田病院よりチケットを頂いたのがきっかけで見に行きました。とても楽しかったです。

観戦1
パルセイロ応援チーム
別3A・別3B病棟所属の岡田夫婦に聞きました！

■チームメッセージを教えてください！
レディースチームも昨年の順位よりも更に上を目指し、長いシーズンですが怪我の無いよう残りのシーズン頑張ってください。今年も応援します。

■スタジアムの雰囲気は？
観客席とフィールドがとても近く臨場感のあるスタジアムで、メインやバックスタンドやゴール裏席はそれぞれの特色もあり、見る場所によってもさまざまな楽しみ方があるスタジアムです。

■レディースの試合を見に行こうと思ったきっかけは？
当院に勤務していた、前キャプテンの田中菜実選手が活躍されていたので、トップチームだけではなくレディースチームも観戦に行こうと思ったのがきっかけです。



▲笠原夫婦。サッカー経験者でもありサッカーにとても詳しく、ホームの試合はほとんど観戦にいくほどの熱狂的なパルセイロファンです！

■女子サッカーの魅力と楽しさを教えてください！
なでしこリーグとなでしこジャパンの選手達をこの長野で観戦できること、女子サッカーは初めての方でも試合の流れが見やすく家族でも楽しめて、試合後のファンサービスも楽しみのひとつです。

観戦2
パルセイロレディース
リハビリテーション科所属の笠原夫婦に聞きました！

第47回長野びんずる



▲連長・副連長 筆頭に栗田病院連



▲踊りの休憩中...

平成29年8月5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」として総勢88名の職員が参加しました。心配された雨も降らず、天候に恵まれる中、連長、副連長の掛け声にあわせて、一生懸命踊りました。また、びんずるを通して地域の方とも交流を深めることができました。
今後も地域の行事に積極的に参加し、地域に貢献できるように努めて参ります。

第20回栗田病院祭 開催



今年で20回目を迎えた栗田病院祭が9月9日・10日の2日間にわたって開催されました。

メインの会場になりました本館駐車場では太鼓やダンスの発表の他、合唱の披露や患者さんの発表など、様々なステージイベントで盛り上がり、そのステージ周辺では恒例の屋台がおいしい匂いを会場内に漂わせていました。メイン会場以外でも、恒例のバザーや健診センターで行った無料健康診断、公開講座などの催しも大好評でした。公開講座は田中先生による「認知症について」・荒井先生による「快眠を目指して」・大井先生による「むせ予防教室」の演題で行われました。

栗田病院では今後とも、地域の皆様と共に笑顔の輪を作っていきたいと考えております。これからもご支援の程、宜しくお願い致します。