

第26回病院祭・医療展、地域医療フォーラム in ながの (第32回地域医療懇談会) を開催しました

清々しい秋晴れとなった10月7日(土)、第26回病院祭・医療展と地域医療フォーラム in ながの(第32回地域医療懇談会)を同日開催しました。2019年の台風19号被害や新型コロナウイルス感染拡大防止による中止が続き、いずれのイベントも5年ぶりの開催となりました。

第26回病院祭・医療展 テーマ『共に創る健康な地域社会～長野松代総合病院の決意～』

医療講演

本館7階ホールまほろばで、眼科部長 長田ひろみ医師が『眼科よもやま話』、皮膚科部長 瀧澤好廣医師が『アトピー性皮膚炎の新しい治療』をテーマに講演を行いました。それぞれの分野の最新治療について、来場者は熱心に耳を傾けていました。



美容フェア

形成外科のパネル展示のほか、美容品の販売を行いました。女性を中心に多くの方が、専門知識を持った職員から商品の説明を受けていました。また、美容品購入者には肌診断も行いました。

手術体験コーナー (中央手術部)

模擬手術体験機器(内視鏡手術機器)で手術体験を行いました。子どもたちは画面を見ながら手術機器で一生懸命お菓子をつかんでいました。



検査体験コーナー (臨床検査病理部・診療放射線部)



超音波検査体験コーナーでは、果物が入ったゼリーに機器を当てて超音波検査を体験しました。診療放射線部の体験コーナーでは、身近なものを撮影した放射線画像のクイズに挑戦しました。

調剤体験コーナー (薬剤部)



お菓子などをお薬に見立てて調剤体験を行いました。チョコレート菓子やラムネ菓子を調剤機器に入れ、分包された自分専用のお薬が作れるということで、子どもたちに大変好評の企画でした。

各診療科パネル展示

各診療科で作成したパネルを展示しました。疾患の最新治療のほか、マイナンバーカード健康保険証やロコモティブシンドローム、子宮頸がんワクチンなど、最近注目されている話題も取り上げ



られました。来場者からの質問に対し、職員がパンフレットなどを使用して説明を行いました。



救急フェア

初期救急講習会では、来場者へ心臓マッサージやAEDの使用方法について説明を行いました。また、松代消防署救急隊のご協力のもと、救急車の見学も行われました。

院内ツアー・ドクターヘリ見学

院内ツアーでは、屋上庭園・臨床検査病理部・診療放射線部・ヘリポートなどを巡りました。普段は一般の方が入ることができないエリアの見学も行われ、ツアー参加者は職員からの説明を熱心に聞いていました。



病院祭・医療展の大人気企画であるドクターヘリ見学は、今年も大変多くの方にお申し込みいただきました。ヘリは予定通りに飛来し、ヘリが大きな音を立てて近づいてくると歓声が上がっていました。来場者はヘリポートに上り、機内を見学したり記念撮影をしたりするなど、貴重な機会を楽しんでいました。また、地上8階から見える松代町内の景色を楽しむ方の姿もありました。



検診コーナー（各種検診）



腸内フローラ検査、肺がんCT検診、マンモグラフィ検診、骨粗鬆症検診、動脈硬化検査を行いました。気軽に受けられることもあり、多くの方が申し込みました。

医師・看護師体験コーナー

医師、看護師のユニフォームを着て記念撮影ができるコーナーには多くの家族連れが訪れました。子どものかわいらしいユニフォーム姿に来場者も職員も思わず笑顔になりました。



書道家によるポストカードプレゼント

書道家 伊藤倫さんに、好きな1文字をポストカードに書いてもらう新しい企画です。来場者は自分の名前の1文字や好きな漢字1文字を選び、目の前で披露される伊藤さんの筆の運びに見入っていました。会場には伊藤さんの作品のほか、作品を生み出す貴重な道具の展示や、書道パフォーマンス映像の放映が行われました。

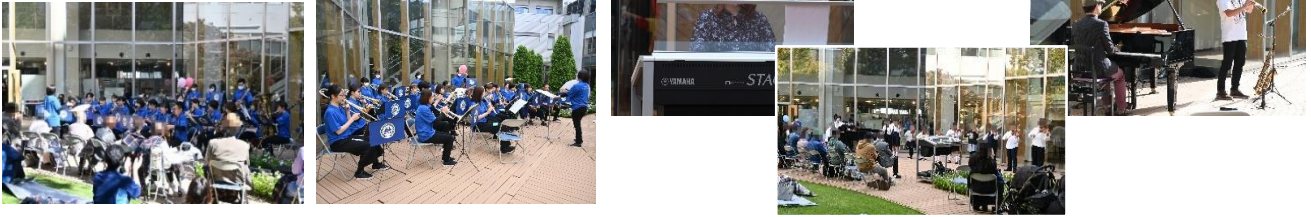


「シン・長野市はつらつ体操」実演

長野市と長野市医師会が考案した体操を、リハビリテーション部職員の指導のもと体験しました。



中庭コンサート



開場にあわせて、当院ブラスバンド部が会場を明るく盛り上げる演奏を行いました。ほかにも、エレクトーン演奏（ヒオキ楽器共催）、バイオリン&チェロ演奏（スズキ・メソッド）、「CaF₂」によるジャズ演奏が披露され、来場者は手拍子をするなど思い思いに音楽を楽しんでいました。

地産地消やさしいスイーツ



栄養管理部職員が病院祭特製スイーツを提供しました。米粉のシフォンケーキ、ティラミス、フルーツの盛り合わせを限定40食用意しましたが、好評により昼前には完売となりました。



各種販売コーナー

院内では、デイリーヤマザキによる肉まん、お団子等の販売、正面玄関では農産物（A・コープ松代店）と峠の釜めし（おぎのや）の販売が行われました。



キャラクターによる風船くばり

長野県 PR キャラクター「アルクマ」、千曲市キャラクター「あん姫」が来場し、子どもから大人まで写真撮影を楽しむ様子が見られました。

地域医療フォーラム in ながの（第32回地域医療懇談会） テーマ『フレイル予防』



整形外科統括部長の北原淳医師が『あなたはロコモティブシンドロームを知っていますか？』と題し、医療講演を行いました。運動器の障害のため移動機能の低下をきたした状態である「ロコモティブシンドローム（ロコモ）」はまだ一般的な認知度が低い一方で、コロナ禍では多くの方が体力低下を自覚しています。体力低下により、体のバランスが悪化し、転倒・骨折を起こしやすくなることで要介護状態につながるといった悪循環に陥ります。ロコモに



なっているかどうかをチェックするテストが紹介され、“今、自分がどのくらいの度合いか”を確認することも大切であると説明しました。そのうえで、ロコモの進行を予防するためには、継続的な運動習慣や適切な栄養摂取が必要であると解説しました。

医療講演を踏まえ、「フレイル予防で健康長寿をめざしましょう」をテーマに、“動く”“食べる”“つながる”の観点から話題提供が行われました。“動く”についてリハビリテーション部 小林武雅理学療法士は、長野市と長野市医師会が考案した『シン・長野市はつらつ体操』を紹介し、運動の習慣化のコツを説明しました。“食べる”については栄養管理部 腰原裕之管理栄養士が、高齢者が体重維持のために摂るべき栄養素について講義を行いました。“つながる”として、長野市地域包括ケア推進課課長補佐の吉澤康子さんは、コロナ禍による認知症相談件数の増加にふれ、地域活動へ積極的に参加すると身体的、精神的にも活発に生活することができると強調しました。松代地区代官町「にこにこ」クラブ代表の徳竹一雄さんは、“老いの坂道を長く緩やかに下っていく”ことを理想に掲げ、地域活動の実績を報告しました。

