

長野松代総合病院だより



Nagano
M.G.H.

〔長野松代総合病院理念〕

〔基本理念〕

地域社会を背景とし、環境にも配慮した、安全で良質な医療への、いきいきとした挑戦

〔基本方針〕

1. 質の高い愛のある誠実な医療・保健・福祉事業の推進による社会への貢献
2. 人と人との信頼の創造と、患者・医療者間の権利・義務の遵守
3. 現場からの持続的研究 (RESEARCH) にもとづいた医療 (CARE・CURE) の実践



屋上庭園に咲くオダマキ

目次

救急外来で誤嚥性肺炎が増加中……………	2	せ/介護者教室開催/面会制限について)……	8
診療最前線「皮膚科 一帯状疱疹ワクチンについて」	4	当院への寄贈品について、トピックス(南館3	
漢方薬で癒すところとカラダ@……………	5	階病棟で院内コンサート開催/入院患者さん	
知っておきたい診療技術「『口腔ケア』で誤嚥		の昼食に行事食提供/中庭花壇の植え替え)	9
性肺炎を予防しよう」……………	6	新任医師を紹介します……………	9
すぐに役立つ医療の知識 シリーズ たばこ		旬を味わう「カマス(鮪)」……………	10
の有害性@「たばこと糖尿病」……………	7	長野松代総合病院職員の講演・学会発表一覧	10
健康ガイド「疲れをためない「アクティブレスト」のすすめ	7	お盆期間中の診療について……………	10
おしらせ掲示板(回復期リハ病棟を拡大/検		まちのお医者さんを紹介します……………	11
診・健診のご案内/2025年度病院祭・医療展、		外来診療案内(若穂、ちくま診療所、JAビル診療所)	11
地域医療フォーラム in ながの開催のおしら		外来診療案内(松代)……………	12



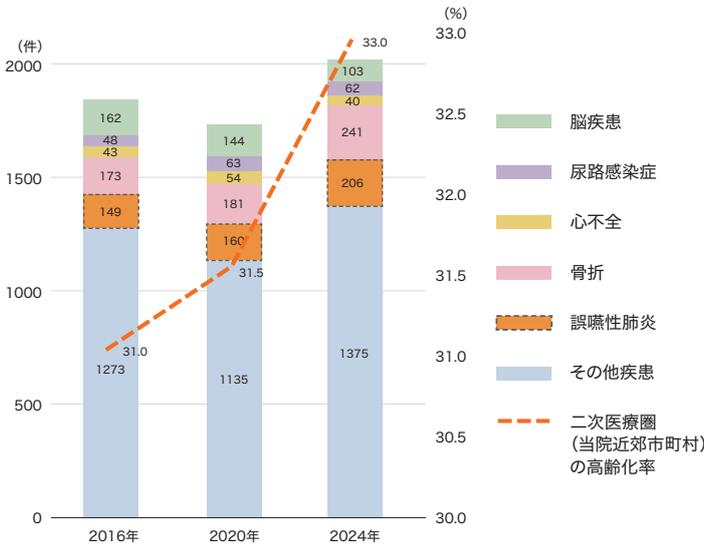
救急外来で

誤嚥性肺炎が増加中

救急搬送される高齢者の増加に伴い、誤嚥性肺炎の患者さんが増加しています。地域医療において対策の強化が重要な課題となっています。

誤嚥性肺炎は高齢者に多く見られる疾患であり、加齢に伴う嚥下機能の低下や基礎疾患の影響により発症しやすくなります。

近年、当院でも高齢者の救急搬送件数の増加と並行して、誤嚥性肺炎の患者さんの数が増えています。



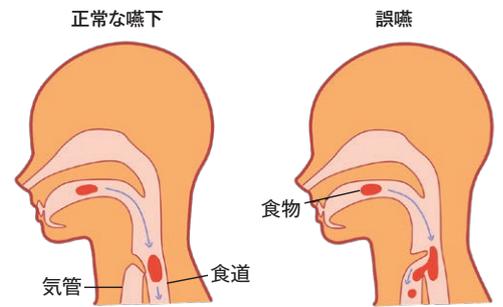
当院における搬送患者疾患別内訳

誤嚥性肺炎とは

口の中に入れたものが、気管に入ってしまうことを誤嚥といいます。誤嚥性肺炎は、唾液や食べ物、内服した薬剤、あるいは胃液などを誤嚥したときに、細菌を一緒に気管に吸い込むことにより発症します。また、経口摂取（口から栄養を摂取すること）をしない方でも、口の中の細菌が唾液とともに気管に流れ発症することもあります。

口腔内の常在菌が原因となることも多く、口中が清潔でない場合、誤嚥性肺炎を起こすリスクは高まります。

誤嚥性肺炎は、嚥下機能が低下した高齢者、脳梗塞後遺症やパーキンソン病など嚥下機能に障害が出る神経疾患の患者さ



正常な嚥下と誤嚥

ん、寝たきりの患者さんに起こりやすいです。また、若年者でも、アルコールの多飲などのため大量に嘔吐した際に、胃液を含めた異物を誤嚥して発症することがあります。

どのような症状が出る？

典型的な症状は、発熱・咳・膿性痰（色の濃い痰）です。高齢者では、これらの症状がなく、なんとなく元気がない、食欲がない、呼吸をするときに「ヒューヒュー」「ゼイゼイ」と音がする（喘鳴）、意識が低下するなど、あまり特徴的とはいえないような症状の場合もあります。



呼吸器内科外来診察

検査でわかること

画像検査では、胸部レントゲン写真や胸部CT画像で、肺の背中側に肺炎が認められることが多いです。血液検査では白血球数が増加したり、炎症反応の数値が高くなったりします。

どのような治療を行う？

治療は抗菌薬の投与が基本ですが、口の中を清潔に保つためにも非常に重要です。また、同じ姿勢で寝ている時間が少なくなるよう、筋力保持のためのリハビリテーションも有効です。日常生活の中で少しでも身体を動かす時間を多くし、活動性を低下させないようにすることが大切です。

さらに、嚥下機能に悪影響を及ぼす睡眠剤や鎮静剤、気道粘膜が炎症を起こすような抗菌薬や鉄剤などを内服していないかチェックし、可能であれば中止を検討します。

栄養管理も重要ですが、嚥下ができない方は、経口摂取もできませぬ。その場合どのように栄養補給をするかは、社会的・人道的側面からも検討する必要があります。経口摂取以外の栄養補給方法としては「鼻（あるいは口）から胃までチューブを入れて、そこから液体の栄養剤を注入する」「皮膚から胃に穴を空けて体表からチューブを入れて、そこから栄養補給をする（胃瘻）」などがあります。

予防するにはどうすればいい？

生活上の注意点としては、寝たきりの患者さんの食事の際には上体をしっかりと起こし、飲み込みやすい形態の食物を少量ずつ、ゆっくりと咀嚼・嚥下するように指導することが大切です。

また、喫煙は気道粘膜の浄化を抑制し、細菌が付着しやすく



入院中の嚥下訓練

なるとされているため、禁煙は重要です。

* * *

誤嚥性肺炎は老衰の結果であるともいえます。肺炎を繰り返すと体力が低下し、頻回に抗菌薬を投与することにより、体内で耐性菌が生まれやすくなります。肺炎を繰り返すほど回復しにくくなり、治療が難しくなります。

適切な治療を行っても状態が悪化することもあります。その場合には、気管内挿管をして人工呼吸器管理を行うのかどうかなども、患者さんが元気なうちから、ご家族との間で話し合っていたきたいと思います。

（呼吸器内科部長 横関万里）

※口腔ケアについて6ページでも解説しています。併せてお読みください。

喉の筋肉を鍛える!

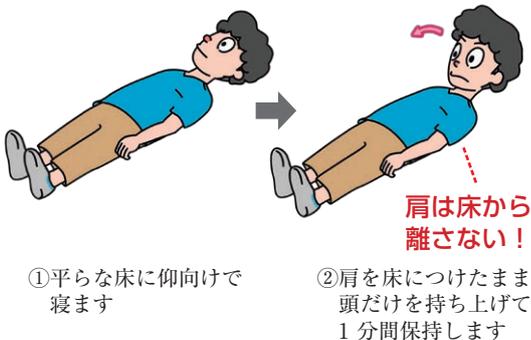
誤嚥性肺炎予防エクササイズ

加齢に伴う喉や舌の筋力低下、免疫力の低下によって引き起こされる誤嚥性肺炎。口腔内を清潔に保つなど様々な予防策がありますが、今回は予防に役立つエクササイズを2つご紹介します。

過去に高血圧といわれたことがある方は血圧が大きく変動したり、呼吸器疾患にかかったことがある方は息苦しさを感じたりする場合があります。体調の変化に注意して行ってください。

シャキア訓練

喉の筋力を鍛えるトレーニングです！
1日3回、食事前に行ってみましょう。



①平らな床に仰向けで寝ます

②肩を床につけたまま頭だけを持ち上げて1分間保持します

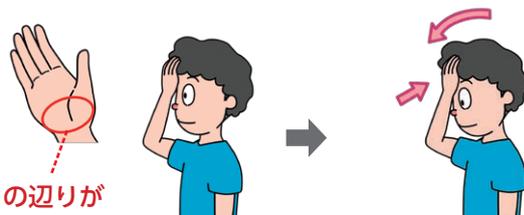
肩は床から離さない！

ポイント

無理をせず、疲れない程度から始めましょう。10秒程度でも大丈夫です。

嚥下おでこ体操

飲み込みに使用する筋肉を鍛えるトレーニングです！
1日3回、食事前に10秒を3セットずつ行ってみましょう。
※シャキア訓練の姿勢が苦しいと感じる場合はこちらがおすすめです。



この辺りが力を入れやすい

①手のひらの付け根あたりをおでこにつけます

②おへそを覗き込むように顎を引きます

③おでこと手のひらを押し合せて、そのまま保持します

ポイント

自分で押すことが難しい方は、家族や他の人に押ししてもらいましょう。

診療最前線

皮膚科

— 带状疱疹ワクチンについて —

■ 带状疱疹とは？ ■

带状疱疹にかかったことがある方は少なくないと思います。ひどい痛みを悩まされたこともあるでしょう。実は、带状疱疹は体内に残った水痘（水ぼうそう）のウイルスが原因です。多くの方は子どもの頃に水ぼうそうにかかっているでしょうから、ほぼすべての方は带状疱疹にかかるとは可能性が低いのです。



■ 带状疱疹の後遺症

— 特に神経痛について —

带状疱疹で特に深刻なのは『带状疱疹後神経痛』です。治療が遅れるほど、年齢が上がるほど神経痛が出やすい傾向があります。



带状疱疹による発疹

身体の片側に発症し、痛みを伴う場合がある

ます。患者さんによっては、人生を棒に振るほどの深刻な痛みを悩まされている方もいます。特にお尻あたりに带状疱疹が発症した方に、排尿や排便の障害（尿や便が出にくくなる障害）がしばしば見られます。

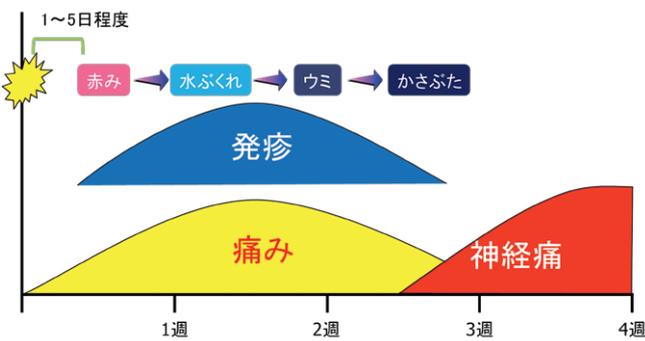
さらに最近の研究では、带状疱疹が認知症リスクの上昇に関わっているとの報告が出てきています。このように、带状疱疹は様々なリスクを抱えた疾患であり、かからない方が良い疾患

であることは間違いないと思います。

■ 带状疱疹の治療 ■

带状疱疹治療の原則は、早期治療に尽きるといえます。そもそも、抗ウイルス効果のある飲み薬はウイルスの増殖を抑えるものであり、ウイルスの量を減らすことができない場合が多く、時間が経ってウイルスが増えてから治療を始めても高い効果は見込めません。

内服開始の理想は、発疹（皮膚の赤みや水ぶくれなど）が出



带状疱疹の経過

る前です。体の片側にだけ痛みがあるようなときは、带状疱疹の可能性も考える必要があります。ただし、発症初期に痛みがない带状疱疹もあり、痛みの有無だけでは診断できない場合もあります。早期治療は意外に難しいのです。

■ 带状疱疹ワクチンについて ■

带状疱疹に対するワクチンには、「乾燥弱毒生水痘ワクチン（ピケン）」と「乾燥遺伝子組み換えワクチン（シングリックス）」の2種類があります。有効性には大きな差があり、特に乾燥遺伝子組み換えワクチンは、接種の初期には90%を超える発症抑制効果が認められており、11年後でも高い効果の維持が確認されています（乾燥弱毒生水痘ワクチンの効果は5年後で50%程度）。

その一方で、2つのワクチンには5倍ほどの価格差があります。ただ、乾燥遺伝子組み換えワクチンは長期的に確かな発症抑制効果が維持されることを考えると、こちらの接種が推奨されます。

■ 定期接種でどう変わるのか

公費での定期接種は65歳時の1回のみです。ただし、2029年3月までの5年間は、65歳を超える方を救済するための経過措置があります。期間中に、70/75/80/85/90/95の各年齢に達する方と、2025年度だけは100歳以上のすべての方が対象となります。



公費での定期接種は『生涯一度のチャンス』です。65歳になる年に接種を見送った場合、70歳で再度定期接種の機会は来ないのです。せっかく安価に接種できるのですから、効果のある乾燥遺伝子組み換えワクチンを選択するのが良いと思います。公費負担の金額は自治体により異なります。詳しくはお住まいの市町村にお問い合わせください。数多くの帯状疱疹患者さんを診てきた立場からは、このような疾患には、かからないのが一番良いと常々考えておりました。

不幸な経過をたどる患者さんを少しでも減らすためにも、積極的な接種が求められます。接種をご希望の方は、内科外来・皮膚科外来にご相談ください。
(皮膚科部長 瀧澤好廣)

65歳を過ぎたら推奨されるワクチン



高齢者に推奨されているワクチンとして、帯状疱疹ワクチンのほかに、肺炎球菌ワクチン、インフルエンザワクチンおよび新型コロナウイルスワクチンが挙げられます。ワクチン接種により肺炎球菌、インフルエンザウイルスおよび新型コロナウイルスによる重症な肺炎などを予防することができます。

いずれのワクチンも当院で接種することができ、接種を希望される方は主治医にご相談ください。

詳しくは以下のウェブサイトをご覧ください



▲厚生労働省「65歳以上に実施している予防接種」

漢方薬で癒す
こころとカラダ
20

寝れない夜に酸棗仁湯

寝苦しい夜が続きます。人間は高くなった体温が下がり始めると眠くなりますが、夏は夜中になっても体温が高いままなので、なかなか寝付けないのです。酸棗仁湯は、心の熱を冷まし眠気をさそう薬と言われています。主成分の酸棗仁とはサネブトナツメの種で、心を静める作用があります。保険上の適応は、不眠しかありませんが、昭和の名医大塚敬節先生は、酸棗仁湯の服用で耳鳴、肩こり、頭重



がとれ、5、6時間の安眠ができようになり、記憶力が増進した患者さんについて報告しています。また、江戸時代の吉益東洞先生は、5、6日の間ほとんど眠り、死んだようになって目覚めないものにこの方を用いて速やかに改善したと語っています。
(小児科部長 池野一秀)

酸棗仁湯
さんそうにんとう

【効能又は効果】
心身がつかれ弱って眠れないもの。心血虚・心肝火旺。すなわち、寝つきが悪い、眠りが浅い、多夢、動悸、健忘、頭のふらつきなどの心血虚の症候に、いらいら、焦燥感、のどや口の渇き、のぼせ、ほてり、などの心肝火旺の熱証を伴うもの。
※必ず医師の指示のもと服用してください。

池野医師の書籍紹介

Dr.イケノの
思春期お悩み相談室
漢方薬で癒すこころとカラダ
著：池野一秀
価格：3,278円(税込)
B6判・180頁
発行：新興医学出版社



当院1階売店「ハーモニー」にて好評発売中!

知っておきたい 診療技術

「口腔ケア」で 誤嚥性肺炎を予防しよう

人の口の中は、通常37℃前後に保たれており、唾液によって潤っています。温度、湿度、栄養の条件が揃っている口の中は、細菌が繁殖するには最適な環境です。

成人の口の中には300種類以上の細菌が生息し、歯に付着した菌垢1mg中に1億個以上の細菌がいるといわれています。そのため、歯磨きが不十分で口の中が汚れていると、虫歯や歯周病などを引き起こす細菌が爆発的に増えます。

さらに、口の中の細菌が気管から肺に流れ込むと、肺に炎症



を引き起こします。これが「誤嚥性肺炎」です。

気づかずに誤嚥していることも…

むせたり、咳込んだりすることなく、気づかないうちに唾液などが気管に入ってしまう誤嚥があります。これを「不顕性誤嚥」といいます。

就寝中や寝たきりの場合に起こりやすく、知らないうちに誤嚥している場合もあります。食べ物や唾液が飲み込みにくくなった人などは、不顕性誤嚥が起こりやすくなります。



大切なのは、口の中を常に清潔にすること

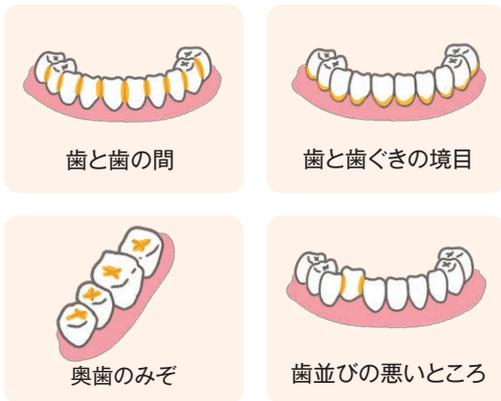
この誤嚥性肺炎を予防するうえで重要なのが「口腔ケア」です。口の中の細菌が多いと、誤嚥してしまつたときに肺炎になるリスクが非常に高くなります。誤嚥性肺炎になるリスクを下げるためには、**口腔内の細菌を**でき

るだけ減少させ、常に清潔な口腔内環境を整えることが非常に重要です。

歯磨き

一日2回以上の歯磨きを徹底しましょう。そのうち1回は時間をかけて丁寧に、歯垢の蓄積を防ぎましょう。特に「歯と歯の間」や「歯と歯ぐきの境目」は重点的に清掃しましょう。

また、入れ歯を使用している方は、就寝前には必ず義歯ブラシで磨き、洗浄液なども利用して清潔にするようにしましょう。



磨き残しが多い箇所

定期的な歯科健診

定期的な歯科健診を受けるこ

とで、虫歯や歯周病の早期発見・早期治療が可能となります。また、歯科衛生士による専門的な口腔ケアも、口腔内の衛生を保つために重要です。



お口の豆知識 唾液のチカラ

健康な人の1日の唾液分泌量は1〜1.5ℓです。唾液は口腔内を潤すだけでなく、自浄作用を持ち、細菌の増殖を抑制します。唾液の分泌量が減少すると、口腔内の乾燥が進むため、細菌が繁殖しやすくなります。唾液は口腔内の潤いと健康を守っています。



* * *

毎日の口腔ケアは、誤嚥性肺炎のリスクを大きく減少させることができます。今日から、できることをひとつずつ続けていきましょう。

(歯科口腔外科外来 歯科衛生士)

すぐに役立つ

医療の知識

シリーズ たばこの有害性⑥

たばこと糖尿病



「たばこを吸うと、糖尿病になりやすい」って、ご存知ですか？喫煙は糖尿病を発症しやすくし、糖尿病を悪化させる原因になります。喫煙者は、2型糖尿病の発症リスクが平均で38%高く、禁煙でリスクが低下することが、日本人を対象とした研究で明らかになっています。

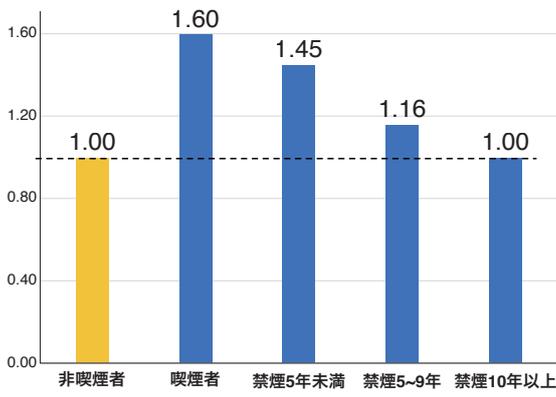
喫煙は交感神経を刺激し、心拍数を上昇させ、血管収縮により血圧を上げます。これは、人間が本能的に危険から身を守るための状態です。すぐに動き出せるように、血糖値も上がりまします。また、たばこは膵臓のインスリン分泌量を減らし、体内でのインスリンの働きを妨げます。すなわち、同じだけ血糖値を下げるために、より多くのインスリンが必要となり、膵臓が疲労することで糖尿病を発症します。

また、糖尿病は動脈硬化を進め、糖尿病の合併症の一部（心筋梗塞、狭心症、脳梗塞）は喫煙の合併症と共通しています。そのため、喫煙する糖尿病患者の合併症発症リスクはより高くなります。

最後に、「食欲が出て太る」から禁煙しない方もいます。しかし、禁煙による一時的な食欲・体重増加の影響は、喫煙による将来的な糖尿病発症・悪化リスクと比べれば十分に許容できるものと考えられます。喫煙者の方には、強く禁煙をお勧めしています。

（総合診療科統括部長 新井浩朗）

非喫煙者を1倍とした場合の相対的な糖尿病発症リスク



S Akter et al./J Epidemiol 27 (2017) 553-561.fig5より作成

健康ガイド

～いきいきとした生活を送るために～

「メタボリックシンドローム」や「ロコモティブシンドローム」を予防するには運動が大切といわれています。このコーナーでは「簡単で」「どこでも」「誰でも」できる運動や、日常生活のコツを紹介します。ぜひ日々の生活に取り入れてみてください。

疲れをためない「アクティブレスト」のすすめ

リハビリテーション部 理学療法士 岩崎航大

日々の仕事や運動で疲れを感じたとき、皆さんはどのように休んでいますか？「横になってスマホやテレビを見る」「睡眠をとる」などでしょうか。

ただ横になる「消極的休養（パッシブレスト）」も大切ですが、疲労回復を早める方法として「積極的休養（アクティブレスト）」が注目されています。



アクティブレストとは、軽い運動やストレッチを行いながら疲れを取る休養方法です。

例えば、ウォーキングや軽いストレッチをすると、血流が促進され、疲労物質（乳酸）の代謝が促されることが研究で明らかになっています。また、適度な運動は自律神経を整え、ストレス軽減や睡眠の質向上にも効果的です。



実践方法は簡単です。デスクワークの合間の軽い運動、入浴前のストレッチなど、日常の中で無理なく取り組みます。

疲れを感じたら、あえて動くことを選択肢に入れてみてはいかがでしょうか。

お知らせ掲示板

▶ 回復期リハビリテーション病棟を拡大しました

回復期リハビリのニーズの高まりを受け、回復期リハビリテーション病棟（南館3階病棟）に39床あるベッド数が、5月1日から44床へ拡大しました。

療養環境のさらなる向上を目指し、個室が2室増え6室になりました。地域の回復期医療の拠点として、患者さんが自宅復帰や職場復帰するために、充実したリハビリ提供を通じた支援強化を図ります。



患者さんの転院を検討されている医療機関の方は、当院地域医療連携課の医療ソーシャルワーカーへお問い合わせください。

【お問い合わせ・ご相談】
TEL：026-278-2031（代表）

長野松代総合病院
回復期リハビリテーション病棟サイト



▲詳しくはこちらをご覧ください

▶ 長野市がん検診・各種検診、国保特定・後期高齢者健診等のご案内

当院では各種検診/健診を予約制で行っています。

実施日・予約方法・対象者などは、検診/健診によって異なります。詳細は、対象となる方に届く案内通知および当院ホームページをご確認ください。

定期的な検診/健診を受け、病気の早期発見・早期治療につなげましょう。

【ご予約・お問い合わせ】
健康管理センター
TEL：026-278-3500（直通）

詳しくはこちらをご確認ください▶

長野松代総合病院
健診・人間ドックサイト



▶ 2025年度病院祭・医療展、地域医療フォーラム in ながの開催のお知らせ

今年も「病院祭・医療展」を開催します。今回の病院祭・医療展では、医療講演として「地域医療フォーラム in ながの（第34回地域医療懇談会）」を行います。

多くの方のご来場をお待ちしております。

日時：10/12(日) 10:00～16:00
場所：長野松代総合病院(本院)

▶ 介護者教室開催のお知らせ

自宅で介護をしている方や介護に関心のある方など、どなたでもご参加いただけます（全3回）。参加をご希望の方は、前日までに下記へお申し込みください。

第1回	9/17(水)	認知症について (講師：認知症看護認定看護師)
第2回	10/15(水)	自宅でできる運動について (講師：理学療法士、作業療法士)
第3回	11/12(水)	人生会議について (講師：社会福祉士)

【時間】10:00～11:30

【場所】松代公民館

【参加費】無料

【定員】30名

【お問い合わせ・お申し込み】

長野市地域包括支援センター長野松代総合病院

TEL：026-278-2058（直通）



面会制限について（お願い）

現在、入院患者さんへの面会は**在室許可証登録者の方のみ**となっています。

面会の際は、不織布マスクの着用、手指消毒など病棟での感染対策にご協力いただき、必ずスタッフステーションにお声掛けください。

ご理解とご協力をお願いいたします。

登録者の方は、来院時に**在室許可証**を忘れずにお持ちください





下肢マッサージポンプ
Kendall SCD SmartFlow™
(CardinalHealth 社製)

**下肢マッサージポンプ
(株式会社本久様)**
空気力で下肢をマッサージする医療機器「下肢マッサージポンプ」を寄贈いただきました。



軽自動車 スズキ「アルト」

福祉用車両 (JA全農長野様)
社会貢献活動の一環で、軽自動車1台を寄贈いただきました。患者さん宅への訪問などに使用させていただきます。

当院への寄贈品について

下肢の血行を促進し、血栓(血の塊)ができる「深部静脈血栓症」を予防する効果が期待できます。手術後や、ベッド上で長期間の安静を必要とする患者さんに使用させていただきます。

皆様からのご支援とご厚意に心から感謝申し上げます。

トピックス

**南館3階病棟で
院内コンサートを開催しました**

亀山薫さん(ピアノ)と新山久志さん(トロンボーン)の演奏による、恒例の南館3階病棟院内コンサートを開催しました。

「朧月夜」

や「花」「春の小川」など春ならではの曲のほか、日本の名曲やクラシック音楽、トロンボーンソロ曲などが披露されました。



今回、新山さんには「バリトン(ドイツ式バリトン)」という金管楽器も演奏していただきました。やわらかな低い音色が出る楽器で、美しいオーケストラ演奏の雰囲気味わうことができました。

入院患者さんの昼食に

「行事食を提供しています」

入院患者さんに季節を感じられるお食事を楽しんでいただきたいという願いから、折り詰め形式の給食を行事食として提供しています。



当院栄養管理部職員が旬の食材を使って調理し、4月は「お花見弁当」、6月には「新緑弁当」を召し上がっていただきました。

回復期リハビリテーション病棟の一部の入院患者さんは東館3階上庭園に移動し、外の景色を楽しみながらお弁当を味わいました。入院患者さんからは「彩りもよく、おいしくい

けた」「今日は完食できた」などの声が聞かれました。

中庭花壇の植え替えを行いました

園芸福祉あんずの会の皆さん、JAグリーン長野女性部松代総支部の皆さんにご協力いただき、中庭花壇の植え替えを行いました。

花壇には、ペコニアとインパチェンス、千日紅といった暑さや雨に強い花々を合わせて約200本植えました。来院の際はぜひご覧ください。



新任医師を紹介します (7月1日より)



整形外科医師
小林 誉典



整形外科医師
土肥 久恒

まちのお医者さんをご紹介します

当院では地域の診療所との連携を密にして患者さんに医療の提供を行っております。当院と関係が深く、地域でご活躍されている先生方をご紹介します。

医療法人あい友会 あい長野クリニック



院長：袖山 治嗣 先生

開業のきっかけ

私はこれまで、長野赤十字病院で外科医として消化器がんを中心とする手術、抗がん剤治療、緩和ケア、地域連携、医療安全などに取り組んできました。在宅医療（訪問診療）を通じて、生まれ育った長野市に貢献したいと考え、2024年2月に開業いたしました。

特徴

善光寺平のほぼ全域を対象に、一人で通院が困難な方々へ在宅医療を中心とした診療を行っています。医師8名（常勤4名、非常勤4名）で24時間365日対応可能な在宅医療を提供しています。訪問看護や介護事業所、調剤薬局、ケアマネジャーの皆さんとも連携し、切れ目のない医療の提供を心がけています。

地域の方へひとこと

在宅医療を通じて、地域の皆さまと出会えることを楽しみにしています。法人理念である「出会いのキセキをいつくしむ」のもと、一人ひとりの人生に寄り添い、患者さんとご家族の一番の味方であり続けたいと願っています。どうぞお気軽にご相談ください。

医療法人あい友会 あい長野クリニック

〒381-0012 長野市柳原1471番地1
TEL：026-217-7705

【診療科目】 外科、老年内科、緩和ケア内科、訪問診療
【休診日】 土曜日、日曜日、祝日、年末年始
【ホームページ】 <https://nagano.aiyu-kai.or.jp>

附属若穂病院外来診療案内 (2025年7月1日現在)

診療科	月	火	水	木	金	土
内科		新井・三澤 (15:00~17:00)	新井・北澤 (13:00~17:00)	石津 (新患要問い合わせ)	北澤・田中 (15:00~17:00)	北澤
総合診療	熊木	熊木	熊木	熊木	北澤	北澤
小児科			池野		池野	
外科	熊木	熊木	熊木	熊木	熊木	
整形外科	望月 (第2・要問い合わせ)	中村		中村	中村	堀内・瀧澤 (第1) (第3)
その他診療科		皮膚科 (15:00~17:00)	泌尿器科 (14:00~16:00)			脳神経外科

* 診療時間：午前8時30分～12時まで（新患受付時間は10時30分まで）、午後の診療時間は各科にお問い合わせください。* 内科北澤医師の新患受付時間は、水曜日13時～15時、金・土曜日8時30分～10時30分。* 内科三澤医師の新患受付時間は16時まで。* 外科熊木医師の新患受付時間は11時まで。
* 整形外科の火・木・金曜日の新患受付時間は10時30分まで。* 皮膚科の新患受付時間は16時30分まで。* 泌尿器科の新患受付時間は15時30分まで。
* 時間内（8時30分～17時）は救急対応も致します。* その他診療科の担当医師については各科にお問い合わせください。

第2・第4・第5土曜日は
休診となります

住所：長野市若穂綿内 7615-1 TEL：026-282-7111

ちくま診療所診療案内

ちくま診療所	第1・3金曜日
	(内科) (整形外科) 8月 1日・15日 9月 5日・19日 10月 3日・17日

診療時間 14:30～17:00
住所：千曲市森 1401-7
TEL：026-273-8511

JAビル診療所診療案内

JAビル診療所	火曜日	金曜日
	内科	内科以外 外科、整形外科、脳神経外科、 皮膚科、泌尿器科、耳鼻咽喉科 の医師が診療を行います。担当 医師については直接お問い合わせ ください。

診療時間 15:00～17:00 (要予約)
住所：長野市南長野北石堂町 1177-3
TEL：026-236-2396

JA長野厚生連長野PET・画像診断センター

住所：長野市若里 6-6-10 TEL：0120-780-336



月によって担当医が変わります。各診療所にお問い合わせください。

外来診療案内

(2025年7月1日現在)

■全科予約診療を行っています■

■急患の場合はいつでも対応します■

長野松代総合病院だより 令和七年七月一日発行／長野市松代町松代一八三番地／JA長野厚生連長野松代総合病院／発行責任者 統括院長 瀧澤勉 TEL〇二六上二七八上二〇三二 FAX〇二六上二七八上九一六七

診療科	専門的な治療	月	火	水	木	金	土	
内科	総合診療	新井 神林(PM)	佐藤・宮野 石津(予約制PM)	佐藤・坂戸	新井	佐藤 新井・宮野(第1・3・5) 神林・坂戸(第2・4)	新井・神林 宮野(第2) 坂戸(第4)	
	呼吸器	牛島	宮原・田中 横関	田中	宮原・横関	横関・牛島 信大医師	田中	
	消化器	新澤・安原	前川	新澤・安原	前川	安原(第1・3・5)	前川	
	循環器	三澤	南長野医療 センター医師	信大医師	三澤	南長野医療 センター医師	南長野医療 センター医師	
	神経	中村	酒井	酒井(予約制PM)	中村	酒井		
	糖尿病代謝				信大医師(PM)			
	ダイエット		前川 (外来に要問合せ)		前川 (外来に要問合せ)		前川 (外来に要問合せ)	
心療内科・精神科 (予約制)			岡田	岡田	岡田	岡田(AM/PM)	長峯(第2)	
小児科		清水・信大医師 (AM) 池野(PM)	池野(AM/PM) 清水(AM)	清水(AM/PM) 信大医師(AM)	池野(AM) 清水(PM)	清水(AM/PM) 信大医師(AM)	池野・清水	
	思春期漢方外来 (予約制)	池野(PM)	池野(AM/PM)	池野(PM)	池野(AM)			
外科	一般	中田	沖田	中田・酒井	中田・平田	沖田・酒井	中田	
	消化器病センター 消化器	中田	沖田	中田	中田	沖田	中田	
	乳腺・甲状腺センター 乳腺内分泌(甲状腺)	渡邊・春日	渡邊・春日		渡邊・平田・春日			
	肺がんセンター(外科系)					信大医師 (13:00より)		
整形外科 (予約制)	瀧澤 望月(第1・3・4・5) 森川 松永 小松	北原 豊田 土肥 中村(PM) 堀内 信大医師	瀧澤 望月 小林 森川 山崎 松永(PM)	瀧澤 北原 豊田 土肥 森川 中村(PM) 松永 尾崎(第4PM) 小松	北原 望月 小林 土肥 山崎	中村 豊田 小林 瀧澤(第2) 望月(第2) 堀内 松永(月1)		
リウマチ科	瀧澤	豊田・堀内	瀧澤・山崎	瀧澤・豊田	山崎	瀧澤(第2) 豊田・堀内		
形成外科・美容外科	形成	宮澤(AM) (11:00まで) 宮澤・星野 (予約制PM)	交替制(AM) (外来に要問合せ) 池田(PM) (13:30~15:30)	星野・池田(AM) (10:30まで)	宮澤(AM) (11:00まで) 池田 (予約制PM)	交替制(AM) (外来に要問合せ) 星野・池田(PM) (13:30~15:30)	星野(第2) 宮澤(第4) (予約制)	
	美容			宮澤・星野 (予約制PM)	宮澤・星野 (予約制PM)			
脳神経外科		中村		中村・村岡	中村・信大医師	中村	中村	
心臓血管外科				清水 (第3予約制)				
皮膚科・アレルギー科		瀧澤(AM/PM)	瀧澤(11:30まで)	瀧澤(AM/PM)	瀧澤(第2・4) (11:30まで)	瀧澤(11:30まで)	瀧澤(11:30まで)	
泌尿器科 (初診受付10:00まで)		中川・清水・青木 信大医師(第1)	中川・清水・青木	中川・清水・青木	清水	中川 岡根谷(第1・3・5)	青木	
産婦人科		澤口(11:00まで)	澤口(11:00まで)	澤口(11:00まで)	澤口(11:00まで)	澤口(予約制)	澤口(11:00まで)	
眼科		關(第1・2AM) 長田(第4AM) (9:30より)	長田(AM) 長田(予約制PM)	長田(AM) 長田(予約制PM)	土屋 (不定期・予約制)	長田(AM)	手術日(第2・4) 柚木(第4)	
耳鼻咽喉科		矢野 (11:00まで/PM)	矢野 (11:00まで)	田澤 (11:00まで)	矢野 (11:00まで)	矢野(11:00まで) PM第1・3・5 土曜の適	信大医師 (12:00まで)	
放射線科		村田(読影)	村田(読影)	村田(読影)	村田(読影)	村田(読影)	村田(読影)	
麻酔科	ペインクリニック	鬼頭		鬼頭	鬼頭		鬼頭	
歯科口腔外科	顎機能再建・ インプラント センター	新患	交替制	小笠原 (11:00まで)	小笠原・山藤 (11:00まで)	深代 (11:00まで)	交替制	深代(第2) 小笠原(第4) 山藤(第4) 山藤(11:00まで)
		再診	交替制 齋藤(第2・4)	深代・山藤 (AM/PM) 小笠原(予約制)	小笠原・深代 (AM/PM) 山藤(予約制)	小笠原・山藤 (AM) 深代(予約制)	交替制 新保(第3・4)	

第1・第3・第5土曜日は休診となります

外来診療は午前8時30分から12時まで。但し、心療内科・小児科・形成外科・皮膚科・耳鼻咽喉科・歯科口腔外科は、午後外来診療を行っている日もありますので、参考にご利用ください。

*内科の予約外患者の受付は午前11時まで。*心療内科は予約制となっておりますので事前に外来へお問い合わせください。*整形外科、麻酔科は初診・再診ともに予約制となっております。初診の方は紹介状が必要です。*形成外科の午前診療(火・金・土曜日を除く)の予約外患者の受付は午前11時まで。ただし、水曜日の予約外患者の受付は午前10時30分まで。*泌尿器科の初診の方の受付は午前10時まで。*産婦人科の予約外患者の受付は午前11時まで。*眼科の月曜日の診療は午前9時30分から。月～土曜日の予約外患者の受付は午前11時まで。木曜日の診療については外来へお問い合わせください。*午後診療:心療内科14時～15時30分・小児科14時～16時30分・形成外科13時30分～15時30分・皮膚科16時～17時・耳鼻咽喉科15時～16時・歯科口腔外科14時15分～16時15分