

# 雪わり草

安曇野赤十字病院広報誌



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

2026 74号

## Contents

- 02 副鼻腔炎について
- 04 特定行為研修について
- 05 健康管理センターからのお知らせ
- 06 エンゼルメイクを学ぼう  
避難所体験ゲーム
- 07 地域の診療所紹介
- 08 着任者紹介



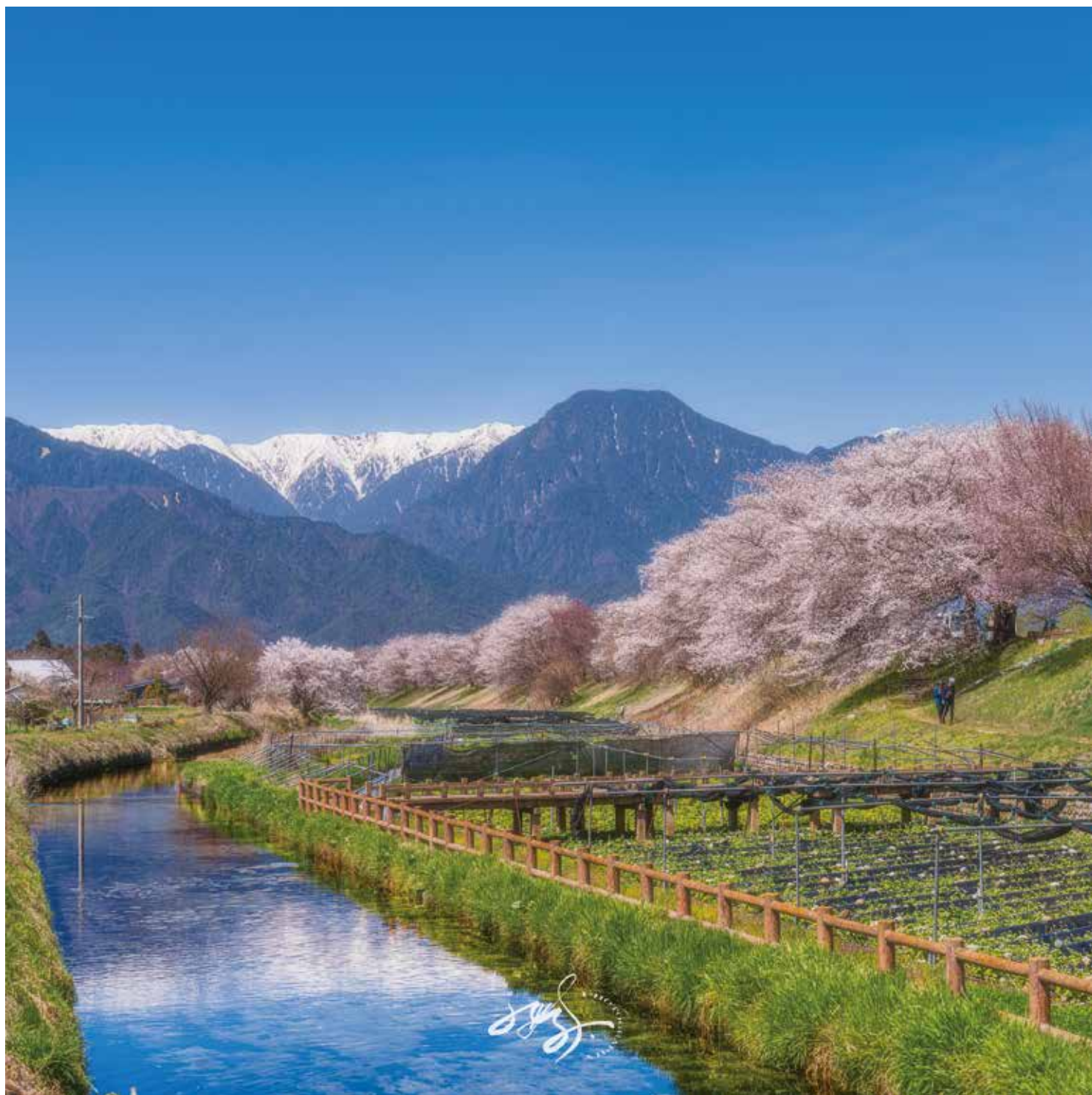
表題（愛称）雪わり草

冬の厳しさに耐え  
春の訪れを告げるように  
雪を割って可憐な花を  
咲かせる雪わり草。  
この小さな花の希望を持って  
逆境に耐え抜く力強さを  
紙面に載せ、地域の皆さまへ  
お届けしたく  
「雪わり草」と名付けました。  
花言葉：忍耐・信頼・はにかみやなど

## 写真解説

### わさび田に映える桜

有明山を背景にわさび田と桜が映り込む安曇野特有の風景であります。北アルプスから清らかな雪解け水が湧き出しており、わさびの栽培に利用され、人気の観光スポットにもなっております。桜と広大なわさび田の美しい風景は心が癒されます。



この広報誌は地球にやさしい再生紙を使用しています。

# 副鼻腔炎について

今回は副鼻腔炎について少しお話させていただきます。

## 1 副鼻腔とは・・・

鼻腔に隣接して位置する顔面骨内の空洞のことで、上顎洞・

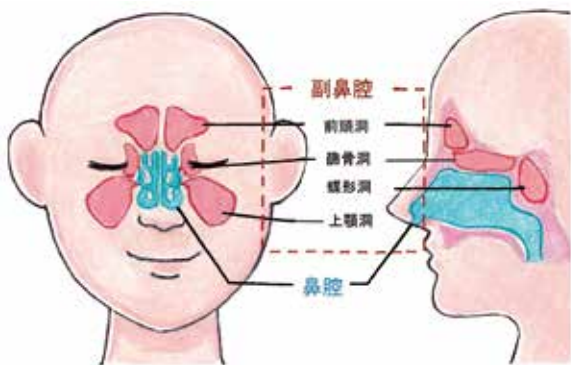
「副鼻腔炎」は耳鼻咽喉科領域において日常生活で頻繁に遭遇する疾患です。

ところで副鼻腔炎って何？と思う方も「ちくくのう症」といえばちょっとイメージが浮かぶのではないのでしょうか。



耳鼻咽喉頭科部長 佐々木 由美

図1 (副鼻腔解剖)



篩骨洞・蝶形洞・前頭洞の種類があります。(図1) これらはそれぞれ鼻腔と交通していて、正常では線毛運動と粘液排泄機能によって洞内はきれいな環境が維持されています。ところが、ウイルス感染やアレルギー、解剖学的狭窄などにより交通路である自然口が閉塞すると、各シヤンクシヨンでの換気障害と分泌物の貯留が生じて細菌感染へ進展します。これら空洞に生じた炎症のことをまとめて副鼻腔炎と呼びます。(図2)

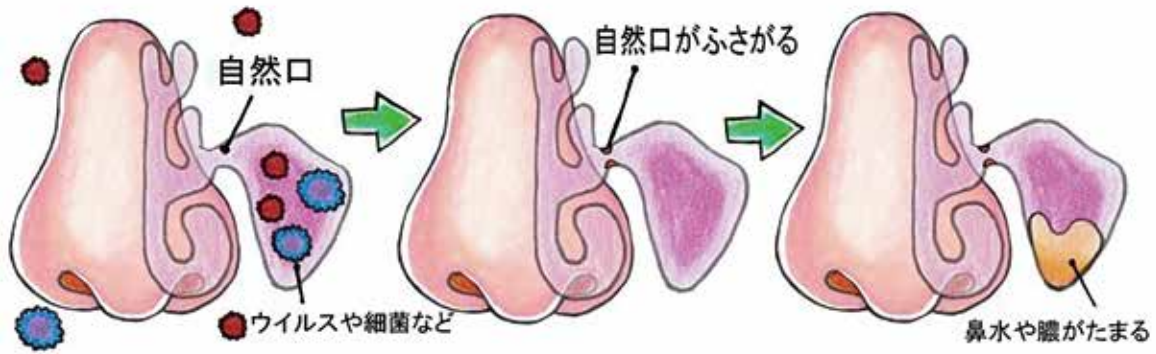
## 2 副鼻腔炎の症状や種類

「急性」副鼻腔炎の多くはウイルス感染につづいて細菌感染が加わることで続発します。症状として膿性鼻汁や後鼻漏、顔面痛・圧迫感、嗅覚低下などがあります。

一方、「慢性」副鼻腔炎では3か月以上の症状持続が定義され、粘膜肥厚やポリプ形成を伴うことが特徴です。この中には真菌症や歯性副鼻腔炎も含まれます。

近年では「好酸球性副鼻腔炎」という比較的新しい概念が重要視されています。鼻茸形成、粘稠な分泌物、嗅覚障害を特徴とし、難治性かつ再発性である点が問題となります。また、気管支喘息やアスピリン不耐症との関連も強く、Type 2炎症と呼ばれる炎症応答の関与が示唆されています。

図2 (副鼻腔)



### 3 診断と治療

臨床症状に加え、鼻内視鏡検査および画像検査が重要です。特にCTは副鼻腔の含気状態や骨構造、病変の広がり評価する上で今日不可欠な検査となっています。

とくに好酸性副鼻腔炎では血中好酸球増多やCTでの篩骨洞優位の陰影などが診断の手がかりとなります。

治療は急性例では保存的治療が基本であり、適切な抗菌薬投与、去痰薬、局所療法が行われます。耐性菌の問題を考慮したうえで適切な抗菌薬治療が必要になります。慢性例では「マクロライド少量長期療法」が有効とされる一方、効果不十分だったりポリプ増生を伴う症例では内視鏡下副鼻腔手術(ESS)が適応となります。ESSは鼻の孔から内視鏡をいれて手術するので従来の歯ぐき経由の手術と比べて出血は軽度であり、術

後顔面が腫れることもなく低侵襲です。病変をとりのぞき交通

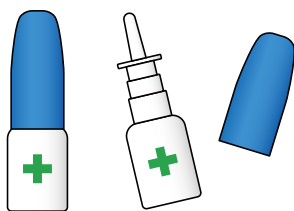
路を拡大開窓することで術後の長期換気改善を目指します。当院ではナビゲーションシステムという装置を導入しており、とくに頭蓋底や眼窩周囲など危険領域の操作において術中リアルタイムで確認しながら慎重により安全性の高い手術が行われています。かなり高度な病変については信州大学や近隣の関連病院と連携体制を組み相談・治療させていただいております。きちんと治すためには術後管理も非常に重要であり、副鼻腔機能が改善するまで内服薬や鼻うがい(洗浄)などを継続します。

一方、近年好酸性副鼻腔炎に対してステロイド治療や生物学的製剤の導入が進んでおり、個別化医療の重要性が高まっています。後者は重症の好酸性副鼻腔炎に対して高い効果を示しており、難治性でコントロール困難な場合に新たな治療選択

枝となりました。

### 4 まとめ

副鼻腔炎は単なる感染症ではなく、換気障害、粘液輸送障害、免疫異常など多因子が複雑に関与する疾患です。病態に応じて保存療法・手術療法・生物学的製剤等を適切に組み合わせ治療が行われています。今後はさらに病態分類が進み、炎症タイプに応じてより個別化された治療がすすんでいくと思われます。みなさんも副鼻腔炎が疑わしければ、ひどくならないうちに早めに最寄りの耳鼻咽喉科に相談してください。



# 特定行為研修について

5S 病棟 倉科 亜衣

5S 病棟に所属しています倉科亜衣です。

緩和ケア認定看護師を目指し、昨年の4月に福岡県の久留米大学認定看護師教育センターへ入学し、今年の3月に卒業しました。

私は、久留米大学認定看護師教育センターに在学中、厚生労働省が定めている特定行為研修を修了しました。特定行為とは、医師があらかじめ取り決めた範囲で、看護師が行う診療の補助行為です。また医師の働き方改革で、医師の業務負担軽減にも貢献する目的でもあります。特定行為研修修了に向け、まず322時間に及ぶオンライン学習を行ないました。内容は、症状や情報を基に原因を考えていくプロセスや薬の効き方の仕組みなどです。そして、久留米大学認定看護師教育センターで医師からの講義を受け、血液検査データや症状から模擬患者の栄養状態や脱水の評価を行ない、点滴の種類、投与量、投与後の観察すべき視点などを検討しました。その後医師から助言をもらい、更に知識を深めていきました。

11～12月にかけては、安曇野赤十字病院で、6週間の実習を行ないました。実習では、実際に患者さまに合った点滴を選択することの難しさを実感すると同時に、チーム医療の重要性を改めて学びました。

特定看護師は、患者さまの治療と生活の両面からその人にとっての最善を検討し、多職種につなげることができる、チーム医療の一員として重要な役割を担っていることも実感しました。

現在、安曇野赤十字病院には緩和ケアチームがあります。身体の痛みや呼吸困難、気持ちのつらさなど苦痛症状の緩和を行なうとともに、その人らしさを大切にできるように、患者さまやご家族の思いを丁寧にお聴きします。そして患者さまの価値観を尊重しながら、心地よく過ごしていただけるようケアを一緒に考えていきます。今後は、緩和ケア認定看護師を目指し、より一層精進してまいります。



## ちなみに

久留米市は、博多駅から電車で約1時間の所にある、九州でも有数の食文化が息づく場所です。とんこつラーメン発祥の地とも言われ、とんこつラーメン以外のラーメン店は見ないほどです。その他にも、水炊きやもつ鍋、明太子などのグルメを堪能することができます。夏に開催される筑後川花火大会は、1万5000発の花火が打ち上げられ、約40～45万人の人々で賑わう西日本最大級の夏の風物詩です。学問の神様で知られる大宰府天満宮では、夏になると境内に涼しげに響く風鈴の音色を楽しむこともできます。

## 特定行為研修修了までの歩み



### 講義

(久留米大学認定看護師教育センター)

### グループワーク

(輸液計画)

### 発表

### 振り返り

### 実習

(安曇野赤十字病院)



# 健康管理センターからのお知らせ

## ◆令和8年4月1日から受付開始時間を変更しました

外来検査の混雑時間を避け、皆様にスムーズに検査を受けていただくため、人間ドック・健診の受付開始時間を40分早めました。少しでも待ち時間を短縮できるよう、来院時間の割り振りや検査を実施する順番等、工夫しています。

※受付時間は、受診日の2～3週間前に送付する案内に記載しています。

## ◆特定保健指導を実施していただきます（令和7年度より）

特定保健指導とは、内臓脂肪の蓄積に加え、生活習慣病リスクの重複がある方に対し、保健師や管理栄養士が早期に介入し、生活習慣の改善、それによる生活習慣病予防を目的として行うものです。

当院では昨年度より一部保険者からの委託を受け、特定保健指導を実施しています。現在保健師4名、管理栄養士1名が担当しており、昨年度は健診当日の初回面接を約440名の方に

お受けいただきました。その方の生活状況や健康に対する思いを伺い、個性に応じた支援を心がけています。3か月以上の継続支援後には、病院ならではの強みを活かし、血液検査を行い、取り組みの成果を数値で確認していただくこともできます（検査は無料）。

## ◆協会けんぽ被保険者の「人間ドック」受診に対応しています

今年度より協会けんぽでは、35歳以上の被保険者に対する人間ドックへの費用補助が始まりました。当院でも、この補助を利用して人間ドックをお受けいた

だくことができますので、対象となる方はぜひご検討ください。

## ◆当院の人間ドック・健診の おすすめポイント

当院の人間ドック・健診では、胃カメラ検査は必ず「消化器内科の医師」が行います。結果の判定や説明について、専門の医師が行いますので、ご安心ください。

また、追加料金をお支払いいただくことで、静脈麻酔を使用している検査も可能です。胃カメラが苦手な方に「眠っている間に検査が終わった!」とお喜びいただくことが多く、おすすめです。静脈麻酔を使用している検査が可能な曜日は限られていますので、お早めにご予約ください。

## ◆人間ドックをお受けいただくとき…

近隣飲食店にご協力いただき、人間ドックを受診された方には受診当日の昼食にご利用いただける「お食事券」をお渡ししています。現在ご利用いただけるのは3店舗で、メニューはお蕎麦やお寿司、パスタなどお店により様々です。人間ドックの後には、素敵なお店で美味しいお食事をお楽しみください。※ご予約・お問い合わせ

健康管理センター

☎0263-7218517



## エンゼルメイクを学ぼう・・・ 最後に見たお顔はご家族の心に強く残ります

4月22日地域で活躍されている、介護支援員さん、看護師さん、介護福祉士さん等を対象としたエンゼルケアの研修を開催しました。

株式会社ヒュー・メックス様のご協力をいただき、当院でも使用中の「セーフティセット」と「メモリーシオン」を実際に使用し、死後の身体の変化について学びつつ、実習を行いました。

お亡くなりになった後も、利用者様やご家族を大切に思い、丁寧にケアをしたいと考えている地域スタッフさんが多い安曇野は、素敵な街ですね。

そして、エンゼルケアを丁寧にを行うことは、ケアをする自分たちのグリーフケアにもなります。参加者の97%が満足と感じていただけの研修になりました。

広島県から同社社長西原様が来



院されるといふ嬉しいサプライズもあり、充実した時間となりました。今後も、地域の病院としての役割を果たすべく研修を企画していきたいと思えます。

(地域医療連携課)

## 【避難所体験ゲーム】を通して災害時の対応力を向上しましょう

避難所体験ゲームは、机上で行う災害訓練です。5〜6名でチームを作り、避難所に見立てた平面図に、様々な事情を持った避難者を配置したり、避難所で起こる出来事に対応する疑似体験を行います。ゲームを通して、災害時の対応力が向上し、「自助」「共助」を考えるきっかけになります。体験された方からは「備えについて考えるよい機会になった」「年に1度は受講したい」というお声をいただいております。

出前講座での開催が可能です。企業、地域団体など、小学校高学年以上ならば受講できます。詳細は、安曇野赤十字病院出前講座担当までお問い合わせください。

安曇野赤十字病院 出前講座担当  
0263-72-3170(代)



毎号地域の診療所を紹介させていただいております。かかりつけ医の参考にしていただければ幸いです。

## OutLine

### さとう歯科医院

院長 佐藤 光 医師

〒399-8301  
長野県安曇野市穂高有明10308-1  
0263-81-5155



【診療科】 一般歯科・小児歯科  
【診療時間】 午前 9:00~11:30、  
午後 13:30~18:30  
土曜日は9:00~12:00  
【休診日】 土曜日午後、日曜日、祝日  
※完全予約制です。  
電話予約可

## インタビュー

さとう歯科医院は平成9年（1997年）に安曇野市穂高有明に開業し、本年で29年を迎えました。これまで安曇野赤十字病院様をはじめ、近隣医療機関ならびに地域の皆様のご支援を賜りましたこと、心より御礼申し上げます。

開業以来、「自分や大切な人が受けたい治療を提供すること」を信条として診療にあたっております。歯科治療には不安が伴うものだからこそ、疾病の原因を丁寧に考察し、治療内容を十分にご説明した上で、患者様と目標を共有することを大切にしております。自分の家族であれば、将来にわたり健やかに暮らせるよう、悪化する前に手を打つはずです。その思いを常に忘れず、日々の診療に向き合っております。

また、より精密な診断と治療のため、歯科用CTやマイクロスコープ、口腔外科用ルーペなどを導入し、質の高い医療の提供に努めております。超高齢社会を迎えた現在、健康寿命の延伸において「オーラル・フレイル」が注目されています。食べこぼしや軽いむせ、滑舌の低下とい

った口腔機能のわずかな衰えは、やがて全身機能や認知機能の低下へとつながる可能性があります。こうした初期段階での予防と改善が重要です。

「噛めないこと」から始まる栄養状態の悪化や筋力低下、さらには閉じこもりや認知機能低下といった負の連鎖を防ぐためにも、早期発見・早期対応が不可欠です。噛める喜びと適切な栄養の維持こ



佐藤 光 先生

そが、健康寿命延伸の鍵であると考えております。

さらに私は安曇野市歯科医師会の会長を務めており、会員一同、地域の健康増進に取り組んでおります。長野県および安曇野市と連

携し、各種歯科健診事業にも積極的に関わっております。「歯科医院は痛くなつてから行く場所ではなく、日常の口腔管理を支える場である」と認識していただければ幸いです。今後も全身疾患を有する患者様に対しては地域医療機関との連携を大切に、安曇野赤十字病院様のご指導とご協力を賜りながら、地域医療に貢献してまいります。



院長先生は安曇野市歯科医師会長を兼務されており、日ごろから大変お世話になっております。医院はとても温かみのある空間が広がっています。スタッフの皆さんもお忙しい中ご対応いただきありがとうございます。これからも引き続きのご活躍をご祈念いたします。

## 着任者紹介



事務部長  
小林 伸行

4月から事務部長を務めております小林伸行と申します。3月まで長野県庁に勤務し、交通、観光、広報、防災等、幅広く地域づくりの現場を経験してまいりました。松本市出身で、常念岳を朝に夕に仰ぎ見て育ち、この雄大な北アルプスの麓で、ふるさとの地域医療を支える一端を担えることを心から誇りに思います。

事務部門は、医療スタッフが安心して診療に専念し、患者さんと向き合える環境を整える「縁の下の力持ち」でありたいと考えています。地域の皆様に信頼され、安心して利用いただける地域に根ざした病院づくりに努めるとともに、地域の医療機関や行政とも連携し、持続可能な医療提供体制の構築に貢献できるよう、精一杯、取り組んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



消化器外科医師  
中野 祐太

4月より消化器外科に着任致しました中野祐太と申します。長野県木曾の出身で医師となつてからは長野赤十字病院での臨床研修後、都内で外科研修を終えたのちに母校の信州大学外科学教室消化器・移植・小児外科学分野に戻り働いております。安曇野市の住みやすい環境、そして何より気候がとても大好きです。これまで培った知識と経験を活かし、地域の皆様のお力になれるよう誠心誠意努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



小児科医師  
増田 智幸

4月から安曇野赤十字病院へ赴任しました、小児科の増田智幸と申します。医師として11年目を迎えることができました。出身は松本市で、山形大学を卒業後、地元である長野県内の病院で勤務をさせていただいております。今回ご縁をいただいて、安曇野の地で小児科医療に携わらせていただけることになりました。安曇野地域のこども達が、のびのびと安心して生活していけるように、地域の皆様に寄り添った医療を心掛けていければと思っております。また外来診療を通して、こども達の成長や発達を見守りながら、ご家族とのコミュニケーションを大切にした診療を日々継続していければと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



泌尿器科医師  
栗田 知典

はじめまして、栗田知典と申します。去年日本泌尿器科学会専門医を取得した医師8年目の泌尿器科医師です。松本市出身で、長野県松本深志高等学校、富山大学医学部医学科を卒業し、長野市民病院での初期研修を経て、信州大学医学部附属病院泌尿器科教室に入局しました。安曇野赤十字病院の前は中野市の北信総合病院で勤務しておりました。そこでは尿路結石、前立腺肥大症のレーザー治療を重点的に経験してきました。泌尿器科は排尿のトラブルも診察しますが、癌や結石、感染症、性機能など幅広く、また相談しにくい分野でもあります。「明るく素直に元気よく」をモットーに、皆さんのお役に立てるように精進してまいります。よろしくお願いいたします。



腎臓内科医師  
杉浦 宏尚

2026年4月より安曇野赤十字病院に着任いたしました杉浦宏尚と申します。愛知県名古屋市の出身です。信州大学への進学を機に長野県に移り住み、以来腎臓内科医として県内の複数の総合病院で勤務してまいりました。安曇野地域での勤務は今回が初めてとなります。若輩者ではございますが、これまでに培った知識や経験を活かし、腎臓内科領域、透析関連領域について、医療スタッフの皆様、地域の皆様のお力になれるよう誠心誠意努めてまいります。

ご迷惑をおかけしてしまうこともあるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。



研修医2年目  
花村 恵



研修医2年目  
三浦 珠真璃



研修医1年目  
松下 大樹



研修医1年目  
辻 卓哉