

岡谷市民病院シンポジウム

『育てよう!このまちの市民病院』

これからの市民病院について、一緒に考えてみませんか。
多くの皆様のご参加をお待ちしております。



施設集約により岡谷市民病院は、市民の皆さんの期待と信頼に応えることのできる病院をめざして「思いやり」を大切にした医療を実践してまいります。

更に市では、この地域の医療を支え、より良い医療の提供ができる環境を整えるため、新病院建設をめざして新病院建設基本構想の策定を進めております。

市民病院が市民の皆さんから愛され、育てていただけるような病院となるために、これからの市民病院のあるべき姿など、皆さんと一緒に考えていただく機会として、「岡谷市民病院シンポジウム」を開催いたします。

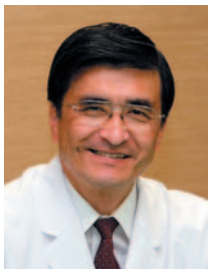
シンポジウムでは、「市民病院」を軸にした基調講演のほか、「地域完結型医療」、「機能分担と連携」、「市民病院の役割」の3つをキーワードに医療の各分野で活躍されている方々をパネリストにお迎えしてパネルディスカッションを行います。

日 時：平成22年8月7日(土)

午後2時から午後4時20分 (開場午後1時30分)

場 所：テクノプラザおかや1階大研修室(岡谷駅隣)

1 基調講演



地域医療崩壊に立ち向かう ～大学病院と地域の病院の役割～

信州大学副学長、医学部長
久保恵嗣 氏

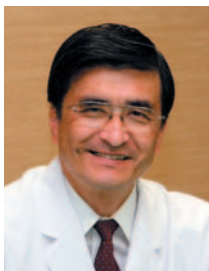
【経歴】

- 1948年 三重県生まれ
- 1974年 信州大学医学部卒業
- 1999年 信州大学医学部内科学第一講座教授
信州大学附属病院第一内科診療科長
- 2004年 信州大学附属病院材料部長
- 2005年 信州大学附属病院医療用電子機器管理センター長
- 2006年 信州大学医学部副学部長
- 2007年 信州大学附属病院呼吸器センター長
- 2008年 信州大学医学部長
- 2009年 信州大学副学長



活の泉

2 パネルディスカッション



パネリスト
久保恵嗣 氏
(信州大学副学長、医学部長)



パネリスト
桑島昭文 氏
(長野県健康福祉部長)



パネリスト
辛 京碩 氏
(岡谷市医師会長)



パネリスト
平山二郎 氏
(岡谷市病院事業管理者)



コーディネーター(進行)
中村雅展 氏
(長野経済研究所上席研究員)

※申込み不要。参加費無料。※駐車場はララオカヤをご利用ください。

〈主催〉岡谷市及び岡谷市病院事業 〈後援〉総務省、長野県

〈問い合わせ〉岡谷市役所企画政策部 新病院建設準備室 電話23-4811(内線1524)

『このシンポジウムは全国モーターボート競走施行者協議会からの拠出金を受けて実施するものです。』

夜間、急な病気で困った時は 岡谷市夜間成人急病センターへ

岡谷市民病院では、市、市医師会と連携し、16歳以上の成人を対象に「岡谷市夜間成人急病センター」を設置しています。夜間に腹痛や風邪など、急な病気で困った時はご利用ください。

設置日時…毎週月～金曜日の午後7時～9時 受付…午後6時30分～9時 ※まず電話にて受付をしてください。
場所…市立岡谷病院 外来診察室 ※夜間通用口・救急入口からお入りください。 診療科…小児科を除く全般
持ち物…必ず保険証をお持ちください。また、現在飲んでいる薬がある場合は、その薬の名前がわかるものをお持ちください。



問合せ●市立岡谷病院 庶務課 ☎23-8000 (内線2101)

「動悸、息切れを感じたら」をテーマに市民健康教室を開催します

4月より、塩嶺病院と岡谷病院が施設集約され、岡谷病院に循環器内科ができました。そこで、今回の健康教室では、「動悸、息切れを感じたら」をテーマに、講師からの話のほか、正しい脈の測り方、血圧測定を行います。

日時…8月27日(金) 午後1時30分～3時30分 会場…市立岡谷病院 4階講堂
講師…循環器内科部長 翠川 隆 医師 持ち物…筆記用具・メモ用紙

※地域みなさんと一緒に学習したいと思います。お気軽にお出かけください。

入場無料



循環器内科部長 翠川 隆 医師

問合せ●市立岡谷病院 地域医療連携室 ☎23-8000 (内線2085)

新任医師の紹介 岡谷市民病院に7月から新たに2名の外科医師が着任しました。



◆消化器外科 三輪 史郎 医師
日本消化器外科学会専門医・指導医、日本外科学会専門医・指導医、日本消化器病学会専門医、日本肝臓学会専門医、日本がん治療機構認定医



◆消化器外科 佐近 雅宏 医師
日本外科学会専門医、日本消化器外科学会専門医、日本内視鏡外科学会技術認定医、日本がん治療機構認定医、消化器がん外科治療認定医(日本消化器外科学会)

平成22年度諏訪湖浄化促進イベント よみがえれ諏訪湖 ふれあいまつり2010

日時…9月5日(日) 午前9時～午後3時
場所…クリーンレイク諏訪【豊田終末処理場】

★第31回クリーンレイク諏訪ふれあいまつり
処理場内施設見学・スタンプラリー・お楽しみ広場・フリーマーケット・展示・実演。伐採木・流木無料配布 ほかエコバックを持参してください! 楽しいですよ!!

★第10回諏訪湖によりそう環境展
地域の企業が行っている環境への取り組みを展示、学生のみなさんの研究発表

★第22回諏訪湖グリーンフェスティバル
市民団体、学校、行政の水質浄化、環境への取り組みを展示・諏訪湖ウォーク&湖上エコ教室

問合せ●長野県諏訪建設事務所 流域下水道課 ☎57-2945

生ごみ減量大作戦! 講習会 ダンボールコンポストで生ごみを堆肥に!!

身近な材料“ダンボール箱”を使って生ごみを堆肥に大変身!

お金をかけずに気軽に取り組み、しかも臭わないのが特徴の、生ごみ自家処理の講習会です。

日時…①8月24日(火) 午後2時~3時15分
②8月31日(火) 午後2時~3時15分

会場…①市役所6階 605会議室
②イルフプラザ・カルチャーセンター 3階多目的ホール

定員…各日20名 講師…四葉会(JA信州諏訪女性部)

持ち物…みかん箱ほどのダンボール箱1つ、新聞紙(大)1日分、カッター、布ガムテープ

応募期間…8月6日(金)~20日(金) 電話にて受付
◎生ごみを加え続けて約3か月で堆肥の完成です。

※詳細や不明点は、環境課までお問い合わせください。

ごみの排出量の推移 (市清掃工場受け入れ分)

区分(月)	年度	22年度(kg)	21年度(kg)	前年度比	
				重量(kg)	率(%)
燃えるごみ	4月	669,540	1,116,810	-447,270	-40.0
	5月	871,290	1,183,830	-312,540	-26.4
	6月	922,400	1,216,280	-293,880	-24.2
	累計	2,463,230	3,516,920	-1,053,690	-30.0
燃えないごみ	4月	12,320	21,130	-8,810	-41.7
	5月	11,740	17,910	-6,170	-34.5
	6月	15,840	25,680	-9,840	-38.3
	累計	39,900	64,720	-24,820	-38.3
資源物	4月	449,939	418,947	30,992	7.4
	5月	418,112	374,686	43,426	11.6
	6月	361,306	318,645	42,661	13.4
	累計	1,229,357	1,112,278	117,079	10.5

有料化や新しい分別にはもう慣れましたか? そのなかで、新たな疑問点も出てきたことと思います。少人数での分別教室も随時受け付けていますので、不明点はお気軽に環境課までお問い合わせください。

一般家庭生ごみ拠点回収
その他プラスチック分別回収
住民説明会の開催について

4月よりの家庭ごみ等有料化がスタートして4か月が経過しました。

一般家庭生ごみ拠点回収とその他プラスチック分別回収についての説明会を開催しますので、多くの市民のみなさんの参加をお願いします。

日時	時間	場所
8月25日(水)	午後2時~3時	川岸支所
8月26日(木)	午後2時~3時	湊支所
8月27日(金)	午後2時~3時	長地支所
8月28日(土)	午後2時~3時	イルフプラザ多目的ホール



8月16日、清掃工場はお休みです

焼却施設点検のため、ごみ・資源物の収集は行いませんので定位置には出さないようにお願いします。また、清掃工場への持ち込みもできませんのでご協力ください。

第2次岡谷市環境基本計画の推進

8月の基本目標
豊かな自然と
ふれあえるまち

ふれあえるまち

岡谷市は豊かな自然環境に恵まれたまちです。この市民共有の貴重な財産を将来に引き継ぐために、その保全を図ることが求められています。



岡谷の自然
しあわせいっぱい

わたしたちの行動

- 自然とのふれあいや環境に関する教育などに積極的に参加しましょう。
- 特定外来生物の飼養、栽培は禁止されています。駆除活動などに参加しましょう。
- 事業者のみなさんの行動
 - 土地開発時の地形変化を最小限にし、災害防止につとめましょう。
 - 事業所ぐるみで河川、諏訪湖などの美化活動に協力しましょう。

ごみの野外焼却(野焼き)は、法律で禁止されています。少量の落ち葉(たきこ)や紙くずは禁止)や農家での稲わら焼却などは、例外として認められています。これらの場合でも時間帯や風向きに注意して、近隣の迷惑にならないよう、十分配慮しましょう。

健康ひと口メモ

No.394

母指CM関節症について

母指CM関節(別名第1中手骨関節)は、母指(親指)側の手首(手関節)から少し先にある関節で、手の平方向と横方向に屈曲できる関節です。この関節の独特な動きのおかげで、母指は物を握ったりつまんだり、まっすぐ揃えたりといった複雑な動きができます。

【母指CM関節症】

過大な動きが強制されてこの関節の靭帯がゆるくなったりすると、多方向に動く性質があだになり、関節軟骨がすり減って変形性関節症になってしまいます。スキーで転倒したときにストックが固定されて、握りの部分で親指が過度に開くのが典型的な受傷様式です。

しかし、一番多いのはケガをしたことがないのに自然に関節が悪くなる場合です。生まれつき体質的に関節軟骨が弱い人がいて、中年以降から徐々に関節軟骨がすり減ってきてしまいます。手指関係では、この母指CM関節と、そのほかの指の、いわゆる第1関節の変形性関節症の患者さんが多くいらっしゃいます。

【症状】

先ほど述べたようにこの関節のおかげで母指は複雑な動きができます。初期の症状はこの関節の疼痛です。進行するにつれ痛みが強くなり、母指に力を入れてつまむとか握るといった動作ができなくなります。さらに進行し関節が壊れてくると、関節の亜脱臼が起こり、自由に動くはずの第1中手骨(手の甲に

ある骨)の動きが悪くなり、ついには第1中手骨は示指(人差し指)の方向に曲がったまま動かなくなってしまう。そうなるとその先の母指の付け根の関節(MP関節)は過伸展位になり、機能障害は母指全体に広がっていきます。

【治療方法】

状態に応じた治療が必要になります。初期では鎮痛消炎剤(内服・外用)の投与や母指CM関節に無理な動きが伝わらないように装具を付けたりします。激しい疼痛には関節腔内注射をして痛みを和らげます。しかし、ある程度進行してきてもと、保存的には対処が難しく、手術療法が必要になってしまいます。

初期にはゆるんだ靭帯を修復して関節の破壊を防ぐ手術が行われますが、関節の破壊が進んでくると、関節を部分的に切除して、動きを保ったまま痛みを和らげる関節形成術、動きを犠牲にして痛みを取る関節固定術が行われます。母指に力を入れる必要のある職業の人では関節固定術が必要になってしまいます。

そうならないように、早めに専門医に相談してみてください。

(医師会)



「ああ、ごしたいなあ」「出かけるのは面倒だ」と思っていますか？

岡谷市高齢者生きがいデイサービスご利用のススメ

趣味や教養などのグループ活動を通じて、心身のリフレッシュを図る「岡谷市高齢者生きがいデイサービス」に、あなたも参加しませんか。

最近、自宅や自分の部屋にこもりがちになっていませんか。年を重ねるごとに“ずく”がなくなってきたてはいませんか。

仕事に家庭にと多忙な時期を過ごし、ほっとひと息のみなさん。これからは、自分らしく輝いて、充実した人生を過ごしていきたいものですね。大切なことは、生活のなかに生きがいを見つけること。地域とつながり、交流の輪を広げて、新たな活動に挑戦してみましょう。

岡谷市高齢者生きがいデイサービスは、お住まいの地区で開催しています。まずはご見学ください。申し込み、問い合わせは介護福祉課のほか、市社会福祉協議会・各区でも受け付けています。



地域の仲間と
生きがいを
たくさん見つけて
ピンピンキラリ☆が素敵!



◎◎ 生きがいデイサービスメニュー(例) ◎◎

10:00~10:30	受付
10:30~11:00	健康体操・運動
11:00~12:00	ゲーム、創作・趣味・教養活動
12:00~13:00	昼食・昼休み
13:00~13:30	自由時間
13:30~13:45	次回の内容などの連絡
13:45~14:00	片付け・清掃
14:00	終了

問合せ●介護福祉課(内線1275)