

ニュースレター



長野県立こども病院だより第91号 発行日：令和5年11月14日 発行者：中村友彦
〒399-8288 長野県安曇野市豊科3100 TEL0263-73-6700 FAX0263-73-5432
<https://nagano-child.jp/> ✉ kodomo-info@pref-nagano-hosp.jp



長野県立こども病院理念

わたし達は、未来を担うこども達とその家族のために、質が高く、安全な医療を行います。

撮影：大畑淳



Contents

創立30周年記念式典報告	1
病院祭報告・院内病院祭報告	3
血友病包括外来開設	8
この人に聞く	9
私のオススメBEST5	12
ここにお届けする本	13
病院ボランティアさんのご紹介	13
サポーターズボード	13
栄養科通信	14
小さな星の会のお知らせ	14
キョウノイチマイ・編集後記	15

長野県立こども病院創立30周年記念式典概要報告

事務部医療情報管理課 鬼澤 典朗

1 開催日時

2023年10月8日（日）10:00～11:45

2 開催場所

安曇野スイス村サンモリッツ大ホール

3 参集範囲

行政関係機関（県、県議会、安曇野市）、信州大学医学部、県内関係医療機関、関係機関・団体、当院支援企業・団体、院内ボランティア、地方独立行政法人長野県立病院機構、当院職員幹部OB・OG（平成25年度以降在籍者）、院内職員

4 運営・企画

株式会社共立プランニング（松本市）

5 式典のようす

(1) 過去（10周年、20周年）の開催

創立10周年の際は2003年5月24日、25日の2日間にわたり記念行事を開催。初日は記念式典を行いパネルディスカッションや祝賀会を開宴し、2日目は一般公開で医療相談や救急蘇生講習会、ファミリーコンサートなど現在の病院祭のような行事を開催しました。

創立20周年の際は2013年5月25日に記念式典を開催し、声楽家の米良美一さんによるコンサートも開かれたほか、祝賀会が開宴されました。

(2) 創立30周年記念式典

今回の創立30周年記念では時節柄祝賀会は見送りましたが、式典には120名ほどのご来賓のご列席を賜り、職員と併せて会場の大ホールはほぼ満席となり、会場内は県内病院や関係医療機関の皆様から贈られた沢山の花々に彩られたほか、司会進行の大槻瞳アナウンサー（長野朝日放送）が登壇すると場内は一層華やかな雰囲気になりました。

メインの記念講演は、初代院長の川勝岳夫先生の患者さんでもあったNHK解説委員の竹内哲哉氏を講師に迎え、「すべての子どもたちの未来のために」と題して、障がい



川勝初代院長も登場しました



司会進行の ABN 大槻瞳アナウンサー



ご講演いただいた竹内哲哉氏

者でもあるご自身の体験も交えながらインクルーシブ教育（障がいのある子や支援が必要な子も含めた全ての子どもが個々に合わせた支援を受けつつ、ともに関わり合いながら一緒に学ぶこと）の必要性を解説してくださいました。

そして何よりも盛り上げてくれたのは、「ちるくま合唱団」の合唱です。団長の浅川仁美さん（第1病棟）と指揮者の古原さよ子先生をはじめ職員やボランティア等有志により結成されたこの合唱団はこれが初めてのお披露目でしたが、その響き渡る澄んだ歌声は来場者の心に染み渡り、会場内が感動であふれる素晴らしいフィナーレとなりました。

また、当日は来場者の方には記念冊子に加え、県産材を利用したコースターとちくるまのマグネットを記念品とし



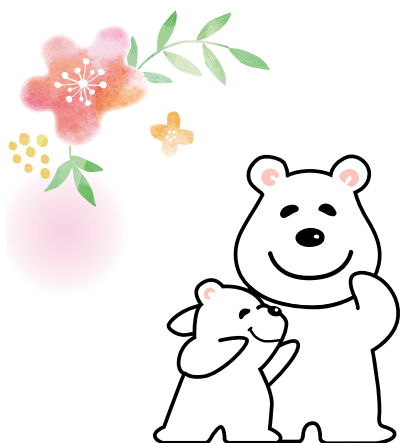
創立 30 周年記念冊子と記念品



大勢のご来賓にご参加いただきました

てお配りし、好評をいただきました。

終わりに、この記念式典の開催にあたりご尽力くださった実行委員会委員の皆様をはじめ、ご協力をいただいた全ての職員の方々にこの場をお借りして心より感謝申し上げます。



初の合唱お披露目「ちるくま合唱団」

2023年度 こども病院祭報告

病院祭実行委員長 小児集中治療科 大森 教雄

2023年10月8日に病院の敷地内で「地域の支えに感謝を込めて！～ともに歩んだ30年～」というテーマのもと「こども病院祭」が開催されました。今年の病院祭は3時間と短時間で、そして屋外限定での開催としました（院内ツアーの除く）。著名人による講演会はなく、近隣の企業による物品販売や飲食物の提供ありませんでした。職員による「ちるくま音楽隊」、「ちるくま合唱団」に加えて各部署スタッフによる「キッサニア」、地域のご協力による働く車の展示、そして地元小中学生の吹奏楽部のパフォーマンスを中心とした内容でした。終わってみれば来場者数1,000人を超え、大変盛況な病院祭となりました。また、院内の患者さん向けの院内病院祭として、午前中に各病棟でボランティアスタッフによるパフォーマンスを行い、午後の病院祭でのステージイベントの中継配信を行いました。

【ステージ】

今年も昨年に引き続きエントランスに野外ステージを設置しました。ステージ上には「祝こども病院30才おめでとう」というカラフルな垂れ幕が飾られました。これは、本院が療育ARTS企画としてお世話になっている東京藝術大学美術学部デザイン科の丸山素直先生のご協力のもと、患者さんやご家族、スタッフの考えたデザインを本院の保育士や看護師で仕上げたものです。そのステージ上で様々なパフォーマンスが繰り広げられました。

本院職員で結成された小児外科高見澤先生を隊長とする「ちるくま音楽隊」は今年で7年目を迎えました。今年は本院から異動された旧メンバー10人を含む総勢35名による演奏でした。東京や大阪からこの演奏のために来てくれたメンバーもいました。練習時間はお世辞にも十分ともいえない中でのトップバッターとしての出演でしたが、過去一番の演奏だったと感じました。2組目に登場した豊科南小学校吹奏楽部による演奏は小学生らしい元気いっぱいの演奏で会場を盛り上げてくれました。特に「ジャンボリーミッキー」は踊りもありみんなが笑顔になりました。3組目の豊科南中学校吹奏楽部は昨年に引き続いての出演になります。小学生とは違う一歩大人になった演奏を聞かせてくれました。4組目は安曇野市中学校リーダーズバンドでした。市内7中学校から選抜された3年生総勢54名のステージパフォーマンスは圧巻でした。技術もさることながら表現力も素晴らしく、多くの観客を魅了していました。5組目にはこども病院30周年記念の目玉企画として本年6月に結成された「ちるくま合唱団」でした。第1病棟の看護助手・音楽療法士の浅川仁美さんを団長として本院スタッフ35人と安曇野市を拠点に活動されている早春賦愛唄会20名の総勢55名の合唱団です。曲目は宮越由貴奈



受付

ちゃんの「命～電池が切れるまで」、由貴奈ちゃんと同時期に院内学級に通院していた小松瑞樹さんの「宝物」、そして多くの人知っている「Believe」、「気球に乗ってどこまでも」を披露しました。指揮・指導者として「命～電池が切れるまで」、「宝物」を作曲した古原さよ子先生をお迎えし、ピアニストには本院開設時の30年前からの院内学級で教諭をされていた故山本厚男先生と古くから親交のある早春賦愛唄会代表の西山紀子先生が務めてくださいました。当日は宮越由貴奈ちゃんのお母さん、小松瑞樹さんご本人も来場していただき本当に感激な時間でした。55人による素晴らしい歌声が病院の敷地内に響き渡りました。また、プログラムには掲載しませんでしたが出演団体の演奏の合間には余興として「大森Drとゆかいな仲間たち」でギターと歌によるアコースティックの演奏を全6曲お届けしました。病院祭の最後には当日出演してくれた小中学生と「ちるくま音楽隊」の総勢150名によるドラマ・コードブルーの主題歌「HANABI」の演奏をバックにドクターヘリの離陸を見送るという演出も実現しました。また、フィナーレには150人の吹奏楽に加えて50人の合唱団を加えての「明日があるさ」を大合奏して終了となりました。途中、小雨に打たれながらも何とか全てのプログラムを終えることができました。

ちるくま音楽隊



ゆかいな仲間たち



合唱団



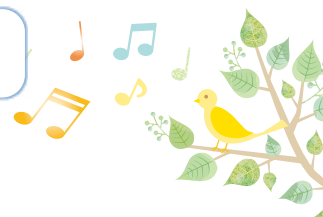
リーダーズバンド



中学校



小学校



【キッズニア&働く車の集合】

今年のキッズニアは豪華でした。診療部から7ブース、感染対策チーム、臨床工学科、臨床検査科、薬剤部、看護部のブースが出店され、院内ツアーでは手術室、放射線科、臨床検査科、リハビリ室、しろくま図書館へ案内しました。どのブースも大変賑わっており、待ち時間なしで体験できるブースは一つもありませんでした。来場者は景品のもらえる5ブースを回ろうと一生懸命に様々なブースを体験されていました。全部は紹介できませんが、整形外科のブースでは専門医による医療用資材を使ったギプス巻き体験、小児外科の内視鏡手術の体験、神経小児科ではブレインマスターを目指して様々な脳トレを行いました。また、感染

対策チームによるヨーヨー釣りは、わずか1時間20分程度で用意した300個のヨーヨーがなくなるという大盛況でした。小雨が降り、電源を要するブースは途中で中止となりましたが、それでも体験したい子どもたちが16時ギリギリまで並んでいたのは印象的でした。「院内ツアー」も当初の想定以上に多くの来場者にきていただき、普段見ることのできない院内の裏側を知っていただくことができました。働く車のコーナーでも当院自慢のドクターカー、ドクターヘリは大変な人気だったのはもちろん、パトカー、白バイ、ハシゴ車にも行列ができていました。

キッズニアブース
が並びます

キッズニア①



キッズニア②



ドクターカー



ドクターヘリ



30周年の節目となる年の「こども病院祭」は全ての企画をこども病院の職員、もしくは地域の方々の協力により行いました。どのくらいの来場者になるか不安ではありましたが、終わってみれば本当に多くの来場者があり大変な

賑わいでした。この場をお借りして、ご協力をいただいた全ての方々、並びに当日も人数が少ない中で勤務をされていた職員の皆様に心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。



多くの来場者



院内病院祭報告

ボランティアコーディネーター 百瀬 絢子

午後の病院祭開催の前に、1～5病棟と新生児病棟では2時間という短い時間でしたが『院内病院祭』が行われました。

ボランティアが病棟へ入るのは実に4年ぶり、各病棟からの要望で今年は楽器演奏ボランティア（2団体）とバルーンアートボランティアの皆さんにご協力いただきました。

以前もこども病院で活動経験のあるピアノ＆ヴァイオリン演奏の『スマイル』さんは、優しい音色で赤ちゃんや妊婦さんたちに癒しのひと時を奏で、患者さんやご家族、職員までもが聴き入っていました。今回、初めてこども病院で演奏していただいたフルート＆ギター演奏の『円（まどか）』さんは、伸びやかなリズムで患者さんやご家族に楽しい時

間をプレゼント、子どもから大人まで沢山の方が聴き入っていました。バルーンアートの『虎人』さんは、各病棟を回り、一人ひとりの要望に応じてかわいいバルーンを子ども達へプレゼント。年齢は関係なくバルーンも大人気でした。皆さん久しぶりの活動で不安と緊張もありましたが、感染対策を行いながら、子ども達へ思いのあるパフォーマンスをしていただき、皆が笑顔になる楽しい院内病院祭を開催することができました。

院内病院祭にご協力いただきました皆様、本当にありがとうございました。またボランティアの皆さんがパフォーマンスに来られるのが楽しみです。



虎人さん



円（まどか）さん



スマイルさん

血友病包括外来開設

～患者さんに合わせた総合的医療の提供を目指して～

血液腫瘍科 坂下一夫

血友病は、止血に必要な凝固因子が不足し、出血傾向を示す病気です。この病気に対する治療の中心に位置するのが「定期補充療法」です。これは、定期的に皮下注射や静脈内注射により凝固因子を補充する治療方法で、出血リスクを減らし、重度の出血を予防する役割を果たします。最近では止血効果の高い新規薬剤が開発され、さらに米国では遺伝子治療も導入されてきています。このように血友病医療の進歩により、血友病治療の目標は「血友病患者の出血を予防すると同時に、血友病患者が積極的に生活を送り、非血友病患者と同様な身体的・社会的活動に健康で活動的に参加できるようにすることである」となっています。

このような状況の中、当院は血友病診療連携の地域中核病院に指定されており、長野県内の各施設で診療されている血友病患者さんに対して同一レベルの診療及び情報提供が行える診療体制の構築を目指しています。令和5年2月から血友病包括外来を開設し、患者さん一人ひとりに合わせた最適な治療を提供できることを目的にしています。専門医師や看護師、理学療法士などの専門家がチームとなり、

定期的に病状や治療の効果を評価しながら、必要な治療や支援を提供しています。

診療には、定期補充療法の調整や関節保護のための運動療法や関節評価（写真）、心理面のサポートなどが含まれます。特に、関節出血が繰り返されることで引き起こされる血友病性関節症についても、適切な治療を提供しています。この症状は、関節に炎症を引き起こし、慢性的な関節障害をもたらしますが、早期の治療や適切な生活習慣のアドバイスにより、関節の健康を保つための支援を行っています。また、成人になる過程で必要な情報や支援も提供し、就学や就労、社会生活への支援、血友病の保因者の方に対する診療も行っています。

現在は月に1回、第4水曜日の午後に予約制で受診を受け付けています。受診希望の方は電話での予約をお願いします。また、令和5年12月2日（土曜日）13時30分からこども病院において「血友病の治療について」の講演会を予定しています。患者さん及びご家族の多数の参加をお待ちしています。



関節エコーで評価



リハビリ室での様子





今回は新生児科の小川亮先生です。穏やかな笑顔でインタビュー会場に登場してくれました。

編) 普段先生とお会いする機会がありません検査科の山崎です。医師になることは小さいころから考えていたのでしょうか？

小) そうですね。物心ついたころからですかね。親は医師ではなかったのですが、医師になりなさいみたいな感じで言われたのがあります。私はもともと口唇口蓋裂があって、医療にかなりお世話になったので、そういう思いもあって、医師になろうと子どものころから決めてました。

医学部に入り進路を考えてく上で、小児科をやろうと思い立ちました。私が手術を繰り返したという経験があって、障がいを持って生まれてくる子供と、そのお父さんお母さんに寄り添うようなことがしたいなと…特に新生児医療は自分の経験を活かせるかなと思って、大学5、6年生の時には決めていました。



小さなころ（1歳ころ？）

編) こども病院に来る前まではどちらにいらしたのですか？

小) 最初は大阪の病院に5年間いて、田村先生がいいらっしゃる埼玉医大総合医療センターに行きました。その後こども病院に行きたいなと思って、縁あってここにきました。私自身は長野県には縁もゆかりもない感じです。そこから7年くらいになります。

編) 前の病院との違いはありますか？

小) こども病院は皆がすごく子どもに対して一生懸命やっているという事がやりがいというか働きやすいなと思っています。前は大きい病院で、小児専門ではなかったので、他科が関わる手術をするような疾患であっても、自分たちで試行錯誤しながらやるが多かったのですが、ここだと他科も含めて皆と一緒に考えてやるので、すごく助けてもらっているし、心強い感じです。そこが一番大きな違いかなと思っています。

編) 新生児病棟の副部長としてこれから力を入れていきたいところなど教えてください。

小) そうですね…今までやってきたことを続けることだと思っていますが、部長も変わり、なんとなく自分の立ち位置も少しずつ変わってきたのかなと思っています。自分がやりたいことももちろん大事なのですが、周りのスタッフが頼もしいので、皆が働きやすく、より良いパフォーマンスを発揮できるようにしたいなと思っています。あとは科としてファミリーセンタードケアを立ち上げていて、そのポリシーは私が新生児科を目指したところと通じますし、一生懸命盛り上げてやっていきたいと思っています。

編) 小さなころから続いている趣味とかありますか？

小) 小中高とずっと野球部で、高校は硬式でした。結構頑張ってたね。ポジションは外野でした。今の運動は子どもと散歩するくらいですかね。まだ子どもが小さいので、しょっちゅうは行けませんが、家族で旅行するのが



大学時代 やり投げをしていました



西医体優勝の表彰台

趣味かなと思います。子どもが小さいころは近県の遊ぶスポットに行きつつ温泉に1泊して帰ってくるみたいなのが好きでした。子どもは3人、5歳3歳0歳です。

編) 育児休暇を取られたんですね？

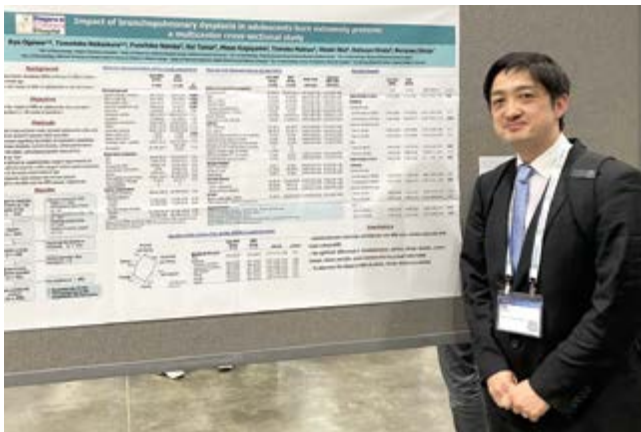
小) 3人目の時に育休を3か月とりました。育休のきっかけになったのは、もちろん3人目というものもありますが、私の実家も妻の実家も頼りづらい状況というのがありました。基本的に育児は妻が頑張ってくれていましたが、



連携大学院の1期生の同期（アレルギー科 小池先生 臨床検査科 河西さん）と指導教官の古庄先生

さすがに3人目ともなると上2人もだいぶやんちゃな年ごろなので、妻の希望もあり3か月お休みをいただいたという感じです。職場にはすごくご迷惑かけましたが、誰一人文句言わずに送り出してくれました。若い先生で育休を取りたいという先生もいますので、言いやすい雰囲気にはなったのかなと思います。とてもいい時間でしたし、皆に感謝しています。育休中は正直大変だと思いながら、子どもと一緒に過ごす時間が増えたことで、生まれた赤ちゃんの事はもちろん、上2人の事も良く知ることができたのは、すごくプラスだなと思いました。あとはやっぱり、妻ももちろんですが、世のお母さん偉いな！と思いました。仕事はどんなにしんどくても、ここまでという区切りがありますが、育児は朝が来てまた1日が始まるという…エンドレスですね。

編）楽しみはありますか？



Pediatric Academic Societies Meeting 2023（アメリカ小児科学会）@ Washington でポスター発表

小）もっばらの私の楽しみはですね…アメリカの小児科学の合間に大リーグを観に行って、そこで、ホットドッグとビールを飲むという…それが幸せを一番感じる時なんですね。研究をまとめて、海外の学会に通れば、球場でビール飲んでというのを過去3回くらいやりましたね。研究をする上でのモチベーションにもなっています。芝生もきれい

で鳴り物の応援もなく、思い思いにガラガラ観ている大リーグの観戦スタイルが好きなんです。

編）先生は母乳のラクテーションコンサルタントのライセンスがあるとお聞きしているのですが…。

小）新生児をやっていくうえで、お母さんと赤ちゃんをつなぐ最も分かりやすく大事なツールは母乳だと思うのですが、正直おっぱいの事は良く分からなくて…大事なのに分からないってところがもやもやしていて、資格を取った方がモチベーションは上がるだろうと思ってがんばりました。

編）ドナーミルクを先生が導入されたのですね。

小）はい、今はだいぶ文化として定着しています。早産でおっぱいが届かなさそうなら、すぐ同意書もらって、ドナーミルクを始めてます。ドナーミルクを通じて、母乳がすごく大事なんだよというのは伝わりますし、お母さんにとって「母乳」というプレッシャーが低くなるメリットもあるし、いろいろな合併症を減らしてくれるので、そこはご理解いただければなと思っています。

編）福井の大学を選ばれた理由は？

小）勉強は中学高校全然なくて、受験勉強したのも高3の夏休みに入ってからだったので、現役では無事不合格になりまして、1浪して何とか受かったところが福井だったというのが正直なところなんです。生物は元々得意でしたね。だから、医学部に入ってからの方が勉強は楽でしたね。色々覚えたり、ものの理（ことわり）を理解したりするのが好きなので…。大学時代は陸上部でやり投げをやっていました。結構野球から移行しやすいのと、大学生で個人競技をやってみたくて。西日本の医学部の大会では3回優勝しています。頑張っていたので、全学の方も出てるんです。また北信越のインカレの地区予選では一応3位まで入ったんですね。（すごいですね～）っていうくらい頑張ってた。当時は筋トレもやりながら。やりは800gで結構重く体重によって重さは変わらないです。



学会の合間にホットドッグとビール片手に MLB 観戦 @ Washington 2023



3人の子どもがいます

子どもがもう少し大きくなったら、山登りは一緒にしたいなと思います。せっかく長野県にいますので。泊りはちょっと大変なので、朝登って夕方には帰ってこれるくらいのところがいいですね。

編) 連携大学院に通われていたんですね？

小) 連携大学院で私は2018年入学の1期生なんです。中村院長と稲葉先生と信大の古庄先生が仕組みを作ってくれて、それがきっかけで医学博士になれたので、すごく感謝しています。若手の論文の指導をして病院に還元していかないといけないと思っています。

編) どんな内容の論文を書かれたのですか？



中山高原（大町）でおさんぽ

小) 早産児が母乳を介して、サイトメガロウイルスに感染しているのではないかと調べるという事を調べました。やっぱり一定の数感染はしていたと…症例数は少ないですが、予後には影響しそうかなという事を内容にした論文です。

編) 先生昔は好きな女優さんとかアイドルとかはいなかったのですか？

小) まあその話はやめましょう…イメージに反するから…（その先は教えてくれませんでした）好きなものといえば、“ポテトチップス”ですね。私はカ

ルビー派です。いまは昔より色々な味があるけど、やっぱり正統派の「うすしお」が好きなんです。薄くて軽い感じが好きですね。いろいろ買って冒険してみたんですけど、後悔するんですよ。やっぱりいつものにしておけば良かったと。子どもたちを寝かせて、妻が寝た後にだいたい食べますね。まあ次の日ゴミ箱をみて気づかれるんですけどね。「食べたわね…」「なんのことですか…」みたいな感じです。

編) 最後にひとことお願いします。

小) 私はいつも赤ちゃんたちを1日でも早く退院させてあげたいと思っています。自分が長期入院を何回もしましたが、毎回1日でも早く帰りたいと思っていたので…入院中に無駄な日がないようにしたいと思います。病棟では引継ぎ引継ぎで患者をみているので、出来る限り自分のシフトの間に1歩でも進むように意識しています。皆が同じように意識していけばゴールは早くなると思っています。

事前に話す内容を文章にして来てくれた先生。こんな話でいいのかなあ…記事になる？など心配してくれました。最後にオススメの映画として「アバウトタイム」…時間を戻せる主人公の胸キュン映画と「きみに読む物語」…認知症の妻を支える旦那さんと家族の物語を挙げてくれました。先生の人柄がとてもよく分かりました。とても緊張しているとおっしゃって、先生のシャイな部分もよく伝わってきました。先生の好きなアイドルは最後まで教えてくれませんでした…新生児科医として家では愛妻家と3人の子育てパパとして、これからも頑張ってくださいね。貴重な時間をありがとうございました。

(山崎さとみ、山崎かおり、藤沢南季)

私のオススメ BEST5

遺伝科 武田 良淳

リハビリテーション技術科 日詰さんからのご指名で担当させていただきます。倉田先生、日詰さんはじめ登山の大先輩方を差し置いて恐縮ですが、山をテーマにさせていただきました。私は以前から山に登る機会はありませんでしたが、当院に赴任してから長野の素晴らしい山に出会うことができました。まだまだ登りたい山はたくさんありますが、今まで私が登った中でのBest5を挙げてみました。

1位

奥穂高岳 (3,190m)

穂高連峰の主峰で北アルプス最高峰。涸沢から穂高岳山荘までのザイテングラートは地味にきつかったですが、天候にも恵まれ素晴らしい景色を見ることができました。



2位

槍ヶ岳 (3,180m)

美しい尖峰がシンボルの北アルプスの名峰。まさか自分が登る日がくるとは…。槍の穂先（山頂）ではガスがかかってしまい展望はかきませんでしたが、いつかまたリベンジしてみたいです。



3位

御嶽山 (3,067m)

山岳信仰の対象である活火山で、独立峰としては富士山に次いで2番目の高さです。ロープウェイを使って日帰りできてしまう3,000mの山って凄い！さすが長野。



4位

安達太良山 (1,728m)

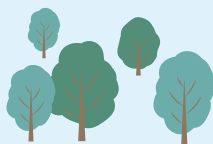
私の出身地である福島県の山で、日本百名山の一つです。源泉掛け流しの温泉がある山小屋（くろがね小屋：現在建て替え中）が有名です。温泉、良いよね！



5位

八丈富士 (854m)

八丈島に離島診療に行った時に登った伊豆諸島最高峰です。登山口から山頂までは1時間ほどですが、山頂からは大海原の絶景が広がります。また行きたいけど遠いんですよね…。



他にも八ヶ岳連峰や唐松岳、木曽駒ヶ岳など、どれも素晴らしい山です。皆さんのお気に入りスポットも是非教えてください！次回は、いつも遺伝子解析などでとてもお世話になっている検査科 小林純さんにバトンタッチです。よろしくお願いします！

こころにお届けする本

こころの診療科 藤井 義之

今回は「こころにお届けする絵本」でしたので、今回は、「こころにお届けする本」として、「カーテンコール」をご紹介しますと思います。

現代の若者に決して少なくない身体や心の不調などの問題を抱え、人間関係に苦しみ、生きるのに不器用で卒業できなくなった学生たちが、特別補講を受けるお話です。そんな学生たちが共同生活を送る中で、自分の生き方を問い、学び、成長していきます。

ひまわりの花言葉の一つに「あなたは素晴らしい。」という言葉があります。今回の作品に出てくる理事長の言葉にも、「どうかひまわりのように、常に明るい方、暖かい方を目指して進んでください。そうすれば、そんなに大きく間違えたりはしない。」という一節があり、読んでいてとても印象的で心に残りました。

今まさに、生きることに苦しんでいる人にとって、自分の存在を肯定してもらえることで、自分を許し、もう一度自分の力で歩いていけるようになることを願って、ご紹介させていただきました。



病院ボランティアさんのご紹介

ボランティアコーディネーター 百瀬 絢子

今回は、10月に再開したばかりの長野県立こども病院のヘアカットボランティアをご紹介します。

ヘアカットボランティアは、病院からのご家族からのご要望のあるボランティアです。

活動内容は、美容師免許を取得したボランティアスタッフが、長期入院されている子ども達の状況（医療上ヘアカットが必要とされている場合）に応じてヘアカットを行います。通常のヘアカットとは違いカット時間や環境など、こども病院ならではの多くの制約がある中で、ボランティアスタッフは子ども達に寄り添いながら一人一人丁寧に素早く施術を行います。カット後には子ども達もさっぱりとした気分になるのか素敵なお顔を見せてくれます。



●長野県立こども病院 ボランティアコーディネーター
電話：0263-73-6700（代表）
受付時間：平日9時～16時

サポーターズボード（寄附者ご芳名）

令和5年8・9月にご寄附いただきました方々へ感謝の意を込めまして、ご芳名を掲載させていただきます。（希望されない方を除く）

あたたかいご支援、ありがとうございました。

- 株式会社ユタカ 様
- 大成測量設計株式会社 様
- 株式会社五大 代表取締役 斎藤仁 様
- エア・ウォーター・マツハ株式会社 様
- 株式会社コスモスプラネット 様

- 西澤 郁弥 様
- 今村 理恵 様
- 羽鳥 旨治 様
（順不同）

ありがとう
ございました。



栄養科通信 十五夜献立

今年の十五夜は満月でしたね。天気も良くきれいな月をみることができました。十五夜は旧暦8月15日の月を指すので、満月とは限らないそうです。

この日のお昼には秋らしくきのこや栗を使った吹き寄せご飯、月に見立てた鶏つくねの黄身焼き、そしてうさぎりんごをご用意しました。
(松浦桂子)



▲当日の写真（スマホで撮影）



▲十五夜献立



小さな星の会のお知らせ

当院の患者さんで、お亡くなりになられたお子さんのご家族の会「小さな星の会」を年4回のペースで開催しています。

悲しい気持ちはあるけれど人には話しづらい…。
向き合いたい気持ちと向き合いたくない気持ちがある…。
先生や看護師さんと久しぶりに話したい…。

そのようなご家族とひとときを分かち合う場をつくりたい、という思いで小さな星の会を開催しています。参加してくださるご家族のおかげで、温かな会になっています。

詳細やお申込み方法は長野県立こども病院のホームページからご確認をお願いします。

〈小さな星の会〉

日時：1月、4月、7月、10月の

第2火曜日 14時～15時

場所：こども病院

(詳細はHPをご確認ください)

●お問い合わせ先：長野県立こども病院
小さな星の会担当 0263-73-6700(代)

キョウノイチマイ

～イラスト & 解説 by 倉田 敬～

自分では絶対に着ない革ジャンの女性を描きました。このイラストを描くにあたり、どこに悩んだかというと、実はインナーだったりします。色はどうするか、11月号だからタートルにするか…など。その結果がちょっと見えている黒Tだったりします。そんなことを考えながらイラストを眺めるとおもしろいかもしれません。



編集後記

“この人に聞く”で小川先生もポテトチップスは定番の「うすしお」がいいとおっしゃっていますが、ポテトチップス大好きな私も全面的に同意です。やはりプレーンがいい。しかしヒット商品を改良して売れば新定番になります。つまりはのり塩やコンソメ味のポテトチップスです。カルビーの年表をみると、うすしお(1975)、のり塩(1976)、コンソメパンチ(1978)と今や定番となった商品が立て続けに発売されています。見習うべき企業努力ですね。ちなみに“私のオススメBEST5スナック菓子編”でランクインするチーズビットも1978年の商品でした。ポテトチップスの誕生を描いた「せかいでさいしょのポテトチップス」という絵本も“おなかにお届けする絵本”としてオススメです。

倉田

長野県立こども病院 外来医師担当表

2023年11月1日現在

	外来名		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
南棟外来	整形外科	午前	酒井 典子		松原 光宏 酒井 典子	松原 光宏	松原 光宏 酒井 典子(リハ装具)
		午後	酒井 典子 加藤 博之(第4)	高橋 淳(第2) 大場 悠己(第4)	松原 光宏 酒井 典子	酒井 典子(リハ装具)	
	小児外科	午前		好沢 克 笠井 智子		好沢 克	
		午後		高見澤 滋 ヘルニア外来	高見澤 滋	好沢 克	笠井 智子
	眼 科	午前	北澤 憲孝 視能訓練	視能訓練	視能訓練	北澤 憲孝 視能訓練	北澤 憲孝 視能訓練
		午後	北澤 憲孝 視能訓練	視能訓練	視能訓練	北澤 憲孝 視能訓練	北澤 憲孝
	総合小児科	午前	南 希成 村井 健美	樋口 司		村井 健美	樋口 司
		午後	頭痛外来(第2・4) 南 希成 (PM4時～5時予防接種相談)*2	樋口 司 長崎 啓祐(内分泌・代謝)	樋口 司 南 希成(ワクチン接種) 村井 健美(ワクチン接種)	南 希成 (PM4時～5時予防接種相談)*2	
	アレルギー科	午前	小池 由美				伊藤 靖典 徳永 舞
		午後	伊藤 靖典 小池 由美 徳永 舞	伊藤 靖典 小池 由美(第1・3)			小池 由美
	血液腫瘍科 膠原病・免疫不全外来	午前			丸山 悠太(第2・4) 坂下 一夫(第1)(移行医療支援)		
		午後					
	循環器小児科 (内科・外科)	午前	小沼 武司(外科) 小嶋 愛(外科)	瀧間 浄宏(内科) 武井 黄太(内科)	小沼 武司(外科) 小嶋 愛(外科)	瀧間 浄宏(内科) 赤澤 陽平(内科) 滋谷 悠馬(内科)	赤澤 陽平(内科)
		午後		赤澤 陽平(内科) 米原 恒介(内科)		武井 黄太(内科) 米原 恒介(内科) 滋谷 悠馬(内科)	武井 黄太(内科) 米原 恒介(内科) 滋谷 悠馬(内科)
	循環器小児科 成人先天性外来	午前		元木 博彦(第2・4)			
	循環器小児科 移行医療支援	午後					
		午前					
	放射線科	午後					瀧間 浄宏(第1・3)
		午前			小岩井慶一郎		
	リハビリテーション科	午後					
		午前					リハビリ装具*3
	こころの診療科*1	午後					
		午前					
北棟外来	脳神経外科	午前	宮入 洋祐 千葉 晃裕	宮入 洋祐 千葉 晃裕	重田 裕明	重田 裕明	重田 裕明
		午後	宮入 洋祐 千葉 晃裕	宮入 洋祐	重田 裕明	宮入 洋祐	重田 裕明
	泌尿器科 皮膚・排泄ケア外来	午前	市野みどり 井川 靖彦		市野みどり	市野みどり 齊藤 徹一	
		午後	市野みどり 井川 靖彦		市野みどり		
	神経小児科	午前	稲葉 雄二 本林 光雄	稲葉 雄二 那須野 将	稲葉 雄二 白井 真規	福山 哲広(第2・5) 本林 光雄 竹内史穂子 白井 真規	大多尾早紀 本林 光雄
		午後	稲葉 雄二 本林 光雄 白井 真規	本林 光雄 那須野 将	竹内史穂子 那須野 将	坂口 友理 竹内史穂子 牧田みずほ(第4)	稲葉 雄二 本林 光雄
	小児外科	午前					高見澤 滋(胃腸・中心静脈栄養外来)
		午後					高見澤 滋(胃腸・中心静脈栄養外来)
	新生児科	午前	小田 新	廣間 武彦	小川 亮	田中 明里	亀井 良哉
		午後	小田 新	廣間 武彦	小川 亮	田中 明里	亀井 良哉
	形成外科	午前	野口 昌彦 矢口貴一郎		野口 昌彦 矢口貴一郎	一之瀬優子	永井 史緒
		午後	野口 昌彦 矢口貴一郎	一之瀬優子	野口 昌彦 矢口貴一郎	野口 昌彦	野口 昌彦 杠 俊介 矢口貴一郎 永井 史緒
	総合小児科	午前		竹内 浩一(内分泌・代謝) 大森 教雄(第1)(腎臓)	中山 佳子(第3)(消化器) 水城 弓絵(第2)(内分泌)	竹内 浩一(内分泌・代謝)	竹内 浩一(内分泌・代謝)
		午後		竹内 浩一(内分泌・代謝) 大森 教雄(第1)(腎臓)		竹内 浩一(内分泌・代謝) 長崎 啓祐(内分泌・代謝)	
	麻酔科	午前	大畑 淳				
	皮膚科	午後					
		午前					
	遺伝科	午後	武田 良淳(第2・4) 古庄 知己(第3)	武田 良淳	武田 良淳	武田 良淳(第3・5) 高野 亨子(第3)	武田 良淳
		午前	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子
	耳鼻咽喉科	午後	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子	佐藤梨里子
		午前		米原 恒介			瀧間 浄宏
	循環器小児科 胎児心臓外来	午後		武井 黄太		赤澤 陽平	
		午前	吉田 志朗 寺尾美代子 助産師外来	吉田 志朗 寺尾美代子	吉田 志朗 寺尾美代子	吉田 志朗 寺尾美代子 助産師外来	吉田 志朗 寺尾美代子
	産 科 成育女性外来*4	午後	吉田 志朗 寺尾美代子 助産師外来	吉田 志朗 寺尾美代子	吉田 志朗 寺尾美代子 いちご外来	吉田 志朗 寺尾美代子 助産師外来	吉田 志朗 寺尾美代子
		午前	坂下 一夫 倉田 敬	坂下 一夫	坂下 一夫	坂下 一夫	倉田 敬
	血液腫瘍科 血液・腫瘍外来	午後	坂下 一夫 倉田 敬		倉田 敬	坂下 一夫	倉田 敬
		午前	五味 優子	三澤 由佳		中嶋 英子・村田マサ子	五味 優子
	リハビリテーション科	午後	三澤 由佳	三澤 由佳	三澤 由佳(第4)(移行医療支援)		三澤 由佳
		午前					
	こころの診療科*1	午後					
		午前					

*1 こころの診療科は、再診のみです。外来の初診受付していません。*2 長野県予防接種センター相談 *3 リハビリ装具は整形外科通井医師の診察となります。*4 成育女性外来は寺尾医師の診察となります。★診療時間：午前9時～午後4時 ★休診日：土・日曜日、祝祭日、年末年始

文字が小さく見にくい方は
こちらから閲覧できます



予約専用電話 ★受診には、原則として
予約が必要です。
0263-73-5300