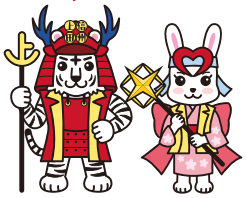
みどりが丘だより



当院マスコットキャラクター
ゆきとら　うさひめ

信州上田医療センター
独立行政法人国立病院機構 Shinshu Ueda Medical Center
広報誌 2026.10 No128

Index

いきいき健康フェア 2026 を開催
地域医療連携大会を開催
令和 8 年度上半期火災訓練を実施
第 10 回がん市民公開講座
信州上田祇園祭に参加しました
栄養管理室だより
看護部 NEWS
薬剤師の一口メモ
信州上田地域連携だより 新任医師ご紹介
がん相談支援センターだより 新連載
救急医療シンポジウム 開催のお知らせ

上田城二の丸橋の夜景 *photo by* 循環器内科医長 森田 岳宏

いきいき健康フェア2026を開催しました

庶務係長　堀越　義治

新緑の爽やかな季節の６月 27 日（土）に、『いきいき健康フェア』をイオンスタイル上田で開催しました。来場者は 255 名にのぼり、約 80 名の病院職員が病院外で地域の方々とふれあうことのできる貴重な機会となりました。

医師による健康相談、薬剤部のお薬相談、栄養管理室の栄養相談では、専門家に気軽に相談できるブース用意しました。他にも臨床検査科による血糖測定、放射線科による骨密度測定、リハビリテーション科による体力測定、看護部はロコモ度チェック、高齢者体験、妊婦体験といった体験コーナーを実施しました。様々な職種の職員等が、それぞれの専門性と経験を活かして参加しました。


開催前、院長からスタッフへメッセージ


入口では看護部のプロモーションビデオを放映


受付で健康手帳と各種パンフをもらい、各種健康測定を記録していく


各種健康測定


各種健康測定



各種健康測定


ロコモ度テストには大勢の方が体験、測定と健康アドバイスを受けました


年齢を問わずロコモ度テストに参加されました


ロコモ度テスト

会場で地域の方から、「とても楽しかった！」「普段計測できないことを色々測定してもらえてよかった。」「普段からこういう機会がないのでとても参考になり、気をつけなければと感じました。ありがとうございました。」等の温かい言葉をかけていただきました。

これからも、当院は地域に密着した、みなさまに親しまれる病院を目指して、職員一同努力してまいります。

本イベントの開催にご尽力いただきました関係者のみなさまに厚く御礼申し上げますとともに、ご参加いただいたみなさまのますますのご健勝とご多幸をお祈りしております。


高齢者体験コーナー


プチ DMAT 隊員


真剣に参加する AED 体験コーナー


うさひめとゆきとらが登場


受付のアンケートコーナーで回答する皆さん


健康相談コーナー


栄養相談コーナー


お薬相談コーナー


たくさんの方に来場いただきました。ありがとうございます。

特集
2

地域医療連携大会を開催

地域医療連携室長　松村　英祥



当医療センター 横山隆英院長による開会のご挨拶


今年度の医療体制と最新治療などの紹介


斉藤上田市長、橋本医師会長、池田先生によるご挨拶




当医療センター 吉村康夫副院長から閉会のご挨拶

令和８年７月８日（水）に信州上田医療センターの主催による「令和８年度地域医療連携医大会」が東急 REI ホテルで開催されました。

東信地域 38 医療機関から医師を中心に 142 名、当医療センターからも 68 名、総勢 210 名の参加者が集まり、この会始まって以来、一番多くの参加者人数でした。

横山院長の開催の辞の後、信州上田医療センターの診療部全体の紹介、泌尿器科小川医師よりロボット支援手術や結石に対する新しい治療のなど外科的治療を中心に紹介をさせていただきました。

意見交換会では、上田市長となり初参加の斉藤達也市長より挨拶をいただき、橋本至永上田市医師会長の挨拶と当院相談役の池田正憲先生による乾杯の発声から開始となりました。

例年は２月という寒い時期におこなっていた会ですが、今年より暖かい時期に変更したこともあり、参加された方々も薄着ではありましたが、いつもより熱気が溢れる中で顔を直接合わせて活発な意見交換を持つことができ、今後も同じ時期での開催が良いとのアンケート結果もいただけました。

2026 年６月１日より診療報酬改定が行われ、物価高騰や賃金上昇への対応、医療従事者の処遇改善や医療 DX 推進などが考慮される一方、2040 年頃の人口動態を見据えた医療提供体制の再編も視野に地域完結型の医療提供体制が求められる状況になると考えられます。

医療として一番求められるのは〝その地域に住んでいる住民の方々がいつ何時も可能な限り必要な時に身近な場所で受診できる医療機関がある〟ということです。

今後もこの地域連携大会を通して、東信地域の医療体制を風通しの良いものとし、住民の方相互の医療機関に受診しやすい連携体制を築いていきたいと思います。

特集
3

令和８年度上半期火災訓練を実施

管理課長　有泉　幸浩


東４病棟から出火、消火器を持って出火元に駆けつける看護師たち


デイルームで避難患者の対応準備


初期消火の訓練


消防訓練実施ディレクターが火災現場のスタッフ達の対応と情報共有などをチェック


講堂に対策本部を設置。各部署から避難状況等の報告が来る


駐車場に移動し消火器による消火訓練


3 階ベランダにある脱出シューターをセットし、地上へ投下する


脱出シューターによる避難訓練

当院では、消防法に基づき年２回の消防訓練が義務付けられております。去る６月19 日（金）に、職員約 50 名が参加し春の消防訓練を実施いたしました。

今回の消防訓練は、日中に東４階病棟での出火と想定いたしました。毎年２回消防訓練を実施しておりますが、想定場所については毎回違う部署を選定しており、各病棟において３～４年に１回は対象となるよう計画立てて訓練を実施しております。

消防訓練の前日には、出火想定場所である東４階病棟にて現場説明会を開催いたしましたが、説明会終了後参加予定の職員から多数質問いただき、防災意識の高さが感じられました。前日の説明会では、各病棟の防火設備について防災センターより防火扉・防煙窓・消火栓の使用方法等について真剣に聞いている姿が印象的でした。

消防訓練当日には、予期せぬ火災に対応しようと各職員とも真剣に取り組み、訓練終了後に実施された消化器訓練・避難救助袋の降下訓練を実施いたしました。

今後とも、もしもの事態に備えた消防訓練を実施していき、不測の事態に対応できるよう職員一同心に命じた一日となりました。

第 10 回がん市民公開講座を開催しました

経営企画室長　髙橋　直木

令和８年９月５日（土）午後に今年で 10 回目となる恒例の“上田地域がん市民公開講座”がサントミューゼ 小ホール（上田市交流文化芸術センター）にて開催されました。

今回は日本消化器病学会主催の市民公開講座も同日午前に開催し『お腹の病を知る一日』と題して、午前も午後も市民の皆さんが来場できるように企画しました。

午前中は大腸がん、膵臓がん、肝臓がんをテーマに、午後は胃がんをテーマに合計６名の発表があり、最後にゲストのプロ野球解説者の江本孟紀さんが講演をおこないました。

江本孟紀さんの講演は野球選手であった頃のエピソードや、他の選手のお話、ご自身の経験などを踏まえて、胃がんとなった経緯、演題の１つであった小川栄養管理室長の『胃がんと食事のはなし』を交えてのその後


サントミューゼお城口に設置された看板


受付で参考資料を配布


開演を待つ小ホール


お腹の病を知る一日がスタート


消化器内科部長 藤森一也医師から開会のあいさつ

午前に開催した日本消化器病学会主催の市民公開講座



座長は乳腺内分泌外科部長 小松哲医師



大腸がんを「早期」に見つけるメリットとして「大腸がん検診」の大切さを分かりやすく解説


膵臓がんの特徴、治療について講演する消化器外科医長の増尾仁志医師


会場の皆さんと Q&A を行いながら参加型の講演が進行する




脂肪肝から肝発がんに至る概要と、脂肪肝の新常識を講演する肝臓内科医長藤森尚之医師

の生活など、会場を笑いに包みながら伝えてくれる内容でした。最後に何人かの来場者の質問にも答えて頂き、会場は大きく盛り上がりました。

天候の悪い日が続いた９月初旬でしたが、この日は良い気候となり、１日を通して延べ 356 名の方々にご来場いただくことができました。

次回は来年の秋ごろ開催予定です。皆様のまたのご参加を心待ちにしております。


午後のがん市民公開講座運営スタッフの打合せ






消化器外科黒岩雄大医師が“胃がんを早く見つけて、やさしく治す”というテーマで講演


各種がんの解説パンフレットコーナー

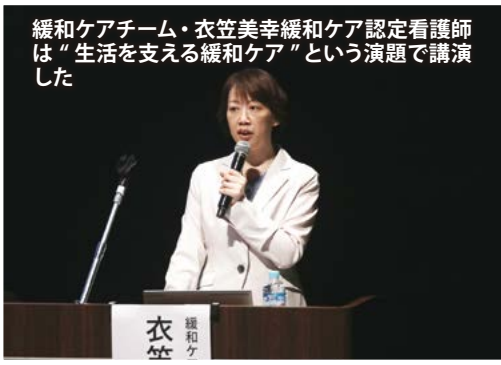

がん市民公開講座がスタート


「来年もお待ちします」と実施スタッフ達からメッセージ

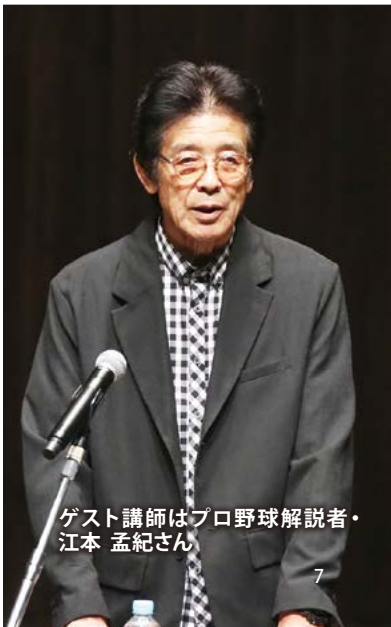

栄養管理室長の小川祐介管理栄養士の講演は“胃がんと食事のはなし 術前･術後･暮らしまで”


開会のあいさつをする吉村康夫副院長


斉藤上田市長のあいさつ


緩和ケアチーム・衣笠美幸緩和ケア認定看護師は“生活を支える緩和ケア”という演題で講演した


ゲスト講演はプロ野球解説者・江本 孟紀さんの『生涯現役を貫くための健康管理～がんを乗り越える心と体～』と題し、身近な話題を交えたお話をいただきました。会場からの質問にも朗らかに答えていました


ゲスト講師はプロ野球解説者・江本 孟紀さん

信州上田祇園祭に参加しました

管理課庶務班長　堀越　達


当新田自治会の男たちと息をぴったり合わせ練り歩く



当院を代表するお祭り男とお祭り女の雄姿


新田女神輿の皆さん



房山の駐車場で休憩


中央２丁目のスクランブル交差点で
回転、乱舞する新田の神輿

7月18日（土）に開催された信州上田祇園祭に、新田自治会の一員として参加させていただきました。地域の皆さまとともに樽神輿を担ぎ、祭りの熱気とにぎわいを肌で感じる貴重な機会となりました。

当日は多くの自治会や観光客が参加し、沿道からは笑顔と歓声が送られていました。威勢のよい掛け声に合わせて神輿を担ぐ中で、自然と参加者同士の心が一つになり、地域の皆さまとの一体感を感じることができました。

病院職員として地域の皆さまと関わる機会はありますが、上田城築城を祝う祭りが起源と言われる伝統行事に参加したことで、地域への愛着や伝統を守り続ける皆さまの思いに、より深く触れることができました。また、多くの方々の手によって受け継がれてきた伝統文化の重みとその大切さを改めて実感しました。

今回の経験を通じて、地域の一員として皆さまと時間や思いを共有できたことを大変うれしく感じています。今後もさまざまな地域活動に積極的に参加し、皆さまとのつながりを大切にしながら、地域に根差した病院づくりに努めてまいります。



栄養管理室だより

「食欲の秋」食事の摂り方のススメ

栄養管理室　小林　菜奈実

秋の味覚が旬を迎えるこの季節。つい食べ過ぎてしまう。そんな経験ありませんか…？
そんな秋の食事の摂り方についてお伝えします！

○ 秋はなぜ食欲が増すの？

秋は日照時間が短くなり夜長になります。日照時間が短くなると、「セロトニン」という摂食行動やエネルギー代謝のコントロールに関わる成分の分泌が減少し、過食やエネルギー消費の低下につながります。また、夜間にスマートフォンを見る、強い照明の下で作業をするなど、夜更かしで睡眠不足となることで、食欲増進に関わるグレリンというホルモンの分泌量が増えるのも要因の一つと言われています。

○ 秋の食事の摂り方５箇条

１．食べ過ぎない

食べ過ぎると消化に負担がかかり、胃もたれや胸やけ、便通の乱れが生じやすくなります。

２．よく噛んで食べる

よく噛むことで満腹中枢が刺激され、食べ過ぎの抑制につながります。

３．３食きちんと食べる

欠食をすると、次に食べる食事の量がいつも以上に増えてしまうことがあります。

４．糖質を摂りすぎない

さつまいもや栗、果物等がおいしい季節ですが、糖質が多く含まれているため、摂りすぎると、血糖の急上昇や脂肪の蓄積につながります。

５．食物繊維やたんぱく質を含む食品を組み合わせて摂る

食物繊維やたんぱく質を含む食品を組み合わせることで血糖の急上昇を抑えることができます。また、たんぱく質源はセロトニンの原料となるアミノ酸も含んでいるため、過食を抑えることが期待できます。

イラスト：AI 生成





参考文献
(1) 肥満・摂食障害の分子機構セロトニンシグナルと食欲調節機構　野々垣勝則
(2) 食欲調整ホルモン（レプチン、グレリン）と睡眠時間・睡眠の質との関係　三輪孝士

National Hospital Organization
Shinshu Ueda Medical Center

看護部NEWS

信州上田医療センター

看護の現場③東４階(HCU)病棟

東４病棟看護師長　浅見　真友子











東４階病棟は、HCU（高度治療室）としての機能を担い 24 時間 365 日いつでも重症患者さんの緊急入院の受け入れができるよう準備をしています。高度な治療を必要とする患者さんを担当するため、一般病棟とは異なり４：１看護体制が設けてられており、病床数 20 床（オープンフロア 12 床・個室４室・２人床２室）に対応しています。また夜間帯においても看護師５名を配置し、入院の受け入れや診療介助・看護の提供等をしています。

HCU の大きな特徴は、高度な治療を必要とするすべての診療科が対象となることです。心疾患や急性期脳卒中等の脳血管障害、呼吸・意識障害を中心とした呼吸器管理や補助循環管理を必要とする重症患者さんの集中治療管理をしています。安心・安全な治療の提供ができるように医師・臨床工学技士、リハビリなど他部門と連携を図りチーム医療を行っています。

また患者さんは、急激な全身状態の変化を生じているため家族の不安も大きいと考え、メディカルソーシャルワーカーと協働し家族の思いにも目を向けた精神的ケアも心がけ、家族と医療者の橋渡し役となる「メディエーター」を配置しています。そしてご家族へ向けて、治療を受けている患者さんの様子がわかるような日記帳として「入院ダイアリー」を運用しています。

更に、各診療科の全身麻酔下による大手術を受ける患者さんを受け入れ術後管理を行っています。特に消化器外科・脳神経外科・泌尿器科・呼吸器外科を中心に受け入れをしています。手術後 HCU へ帰室する患者さんへは、術後のイメージができるよう術前訪問を実施し、安心して療養ができるよう努めています。

看護の提供は、患者さんの変化に速やかに気づき対応できることや、若手看護師の知識や技術の習得・安定した看護が提供できるようペアナース体制を取っています。地域にお住まいの皆さまが、急病を発症した時に１分１秒でも早く治療が受けられるようこれからもスタッフ一丸となり努めてまいります。



薬剤師の一口メモ

薬剤師　菅原　知

漢方薬の豆知識

みなさんの中にも、漢方薬を飲んでいる方がいらっしゃるのではないでしょうか。身近な漢方薬ですが、「なぜ食事の前に飲むの？」「天然由来だから安全なのでは？」と思っている方もいるかもしれません。

今回は、漢方薬について理解を深めていただけるよう、効果的に服用するためのポイントをご紹介します。

漢方薬は、症状だけでなく、体質や体の状態なども考慮して選ばれることがあります。その効果を十分に得るためには、次のようなポイントがあります。

●「病気」だけでなく、「体質」や「体の状態」に合わせて選ぶ

例えば、同じ「頭痛」でも、冷えやストレスなど、症状の現れ方や体質によって適した漢方薬が異なります。自己判断で選ばず、医師や薬剤師に相談することをおすすめします。

●服用するタイミングを確認する

多くの漢方薬は、胃の中に食べ物が少ない「食前」または「食間」に服用するよう指示されます。これは、食べ物の影響を受けにくくなり、漢方薬の効果を十分に発揮しやすいためです。食前は食事の約30分前、食間は食後約2時間が目安です。なお、「食間」は食事中のことではありません。ただし胃腸が弱い方では、食前に服用することで、胃の不快感が出ることがありますので、そのような場合は医師や薬剤師に相談してください。

●天然由来でも安全とは限らない

漢方薬は天然由来の生薬から作られていますが、副作用が起こることがあります。また、ほかの薬やサプリメントとの組み合わせによって、同じ成分を取りすぎたり、薬の作用に影響したりする場合があります。現在使用している薬やサプリメントがある場合は、医師や薬剤師に伝えましょう。体調の変化を感じた場合にも、早めに相談してください。



自分の症状や体質に合った漢方薬を選び、指示された方法で正しく服用することが、漢方薬を上手に活用するポイントです。



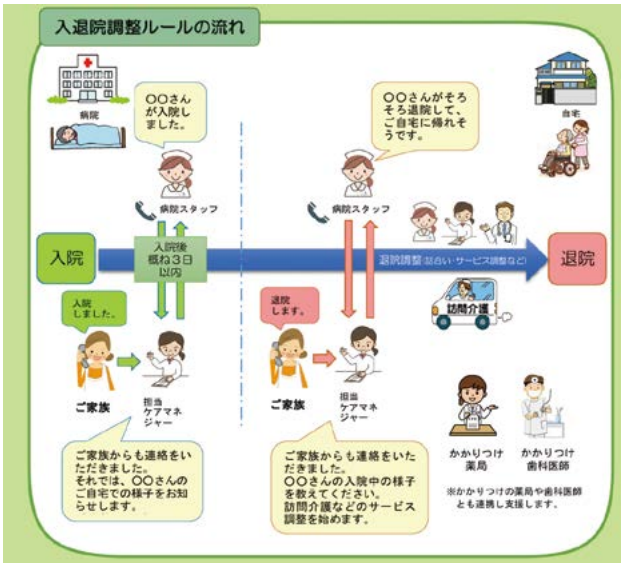
信州上田地域連携だより

医療ソーシャルワーカー　遠山　千絵美

「入退院調整ルール」をご存知ですか？

「入退院調整ルール」とは、要介護・要支援状態にある方が病院や診療所に入院・退院する際に、医療機関とかかりつけ医、ケアマネジャー、介護サービス事業所、歯科医院、薬局などの関係者が円滑に情報共有し、安心して療養生活を送るためのルールです。当院は長野県上小地域に属しており、上田市・東御市・長和町・青木村において、このルールに基づいた支援を行っています。

当院では、地域医療連携室の医療ソーシャルワーカーや退院調整看護師が、患者さんやご家族の状況に応じて退院支援を行っています。入院中は、担当ケアマネジャーや地域の支援機関との連携を進めるほか、介護保険の申請をされていない方には、申請時期も含めてご相談をお受けしています。入院すると、病気やけがによる身体状況の変化など、患者さんやご家族はさまざまな不安や心配を抱えることがあります。当院では、患者さんやご家族と一緒に退院後の生活について考え、安心して地域での生活を再開できるよう、関係機関と連携しながら退院支援を行っています。



出典：上田保健福祉事務所 hp 上小地域入退院調整ルール

新任医師のご紹介



令和8年7月採用　整形外科医師　臼田　悠

今年７月より信州上田医療センターに勤務することになりました臼田です。上田市の医療を支える病院の一員として、地域のみなさまのお役に立てるよう精一杯努めてまいります。
骨折などの外傷治療はもちろんのこと、変形性関節症に対する人工関節置換術といった手術療法から、インソール療法などを取り入れた保存治療まで幅広く積極的に取り組んでまいりたいと考えております。

お身体の痛みや不調など、気になることがございましたらどうぞお気軽にご相談ください。これから宜しくお願い致します。

環境清掃にご協力いただきました！

管理課長　有泉　幸浩

８月２日（日）早朝より、病院敷地内の除草作業に際し、新田自治会や上田薬剤師会を中心とした地域の皆様にボランティアとしてご協力をいただきました。

当日は 100 名を超える方々にご参加いただき、広い敷地が見違えるほどきれいに整備されました。地域の皆様に支えられていることを実感する機会となりました。



がん相談支援センター だより

がん患者サロン「ふれあいサロンうえだ」のご紹介

がん患者さんとご家族のためのコミュニティの場です。同じ病気を抱えた仲間の中で気持ちを話すことで、一人で悩まずに不安な心を明るくしていくことでしょう。サロンでは、病気のこと、治療や生活のことなど、安心して気持ちを分かち合える時間を大切にしています。

2026 年 7 月は「夏のコンサート」を行い、大勢の参加者がピアノ演奏やシンセサイザーの演奏を楽しみました。参加された方々からは「とても楽しませていただきました」「会場が一体となる時間でした。感動しました。」などのご感想をいただきました。

サロンの予定とテーマは、右記の相談会・サロン情報をご確認ください。事前申し込みは不要です。オンラインでの参加希望の方はご相談ください。
皆さまのご参加をお待ちしています。



気になるこの一冊！ がんに関する情報冊子のご紹介

（がん相談支援センターに取り揃えています。一部を除きお持ち帰りいただけます。ぜひお立ち寄りください）



長野県がん診療連携協議会より発行されている「信州のがん療養情報―がんと向きあうために―」は、県内のがん療養情報にまとめたパンフレットです。セカンドオピニオンや緩和ケア外来、治療と仕事の両立についての各種相談先が紹介されているほか、患者サロンなどの支えあいの場、在宅療養や口腔ケアなどについても知ることができます。

長野県内のがん治療や療養について情報収集や整理が必要な時に、確かな情報が得られる一冊です。

相談会、サロン情報

【11 月】
4 日（水）12：30 ～ 16：00　頭皮ケア医療用ウィッグ相談会 試着会
10 日（火）さんぽセンター治療と仕事の両立支援の相談
17 日（火）ハローワーク長野による相談会
18 日（水）12：30 ～ 16：00 頭皮ケア医療用ウィッグ相談会 試着会
19 日（木）10：00 ～ 12：00 ボランティア相談会「手術前後の生活や心配事」
13：30 ～ 15：00 ふれあいサロンうえだ「がん治療中の食事と栄養の話」
24 日（火）社会保険労務士による相談会
13：00 ～ 15：00 ボランティア相談会「治療と美容に係るご相談」

【12 月】
1 日（火）さんぽセンター治療と仕事の両立支援の相談
2 日（水）12：30 ～ 16：00　頭皮ケア医療用ウィッグ相談会 試着会
8 日（火）ハローワーク長野による相談会
15 日（火）社会保険労務士による相談会
16 日（水）12：30 ～ 16：00 乳腺術後の補整用品 相談会 試着会
17 日（木）10：00 ～ 12：00 ボランティア相談会「手術前後の生活や心配事」
13：30 ～ 15：00 ふれあいサロンうえだ「クリスマス会～職員によるマジック SHOW ～」
22 日（火）13：00 ～ 15：00 ボランティア相談会「治療と美容に係るご相談」

【1 月】
6 日（水）12：30 ～ 16：00　頭皮ケア医療用ウィッグ相談会 試着会
12 日（火）さんぽセンター治療と仕事の両立支援の相談
19 日（火）ハローワーク長野による相談会
20 日（水）12：30 ～ 16：00　頭皮ケア医療用ウィッグ相談会 試着会
21 日（木）10：00 ～ 12：00 ボランティア相談会「手術前後の生活や心配事」
13：30 ～ 15：00 ふれあいサロンうえだ「抗がん薬の副作用について」
26 日（火）社会保険労務士による相談会
13：00 ～ 15：00 ボランティア相談会「治療と美容に係るご相談」

各種相談会、サロンは予定変更の場合があります。
必ずご予約ください！

我が国最大のがんに関する情報⬇

国立がん研究センター がん情報サービス ganjoho.jp

相談日／月～金（祝日、年末年始は除く）　時　間／午前９時～午後４時
場　所／がん相談支援センター 相談室
電話番号／ 0268-22-1895（直通）又は代表電話　0268-22-1890
＊相談方法：来院による対面相談、又は電話、メールによる相談
＊相 談 員：看護師、医療ソーシャルワーカー
＊予約なしで利用いただけます。事前予約するとお待たせなくご案内出来ます。

メール相談⬇

救急医療シンポジウム

考えよう！上田地域 私たちの救急医療



日　時：令和 8年 **11月29日（日）13:30～15:30**（開場 13:00）
場　所：サントミューゼ小ホール
その他：参加費無料　予約不要
主　催：上田地域広域連合地域医療対策課　お問い合わせ TEL 0268-43-8818
共　催：上田市　東御市　青木村　長和町　坂城町
後　援：信州上田医療センター　上田市医師会　小県医師会　上田小県歯科医師会　上田薬剤師会
　　長野県　上田市自治会連合会

内　容：

①講　演　テーマ“知れば安心！心疾患”
　講　師：高橋　済　氏（信州上田医療センター　循環器内科部長）

②パネルディカッション“救急医療現場から学ぶ”
　コーディネーター：鳥羽　泰之氏（小林脳神経外科・神経内科病院長）
　パ ネ リ ス ト：大屋　房一氏（信州上田医療センター　第一救急部長）
　　高橋　済　氏（信州上田医療センター　循環器内科部長）
　　城下　智　氏（国民健康保険依田窪病院長）
　　上田地域広域連合消防本部

上田地域の１年間の救急搬送は 10,000 件以上あり、私たち信州上田医療センターはそのうち 40％近く（4,000 件以上）を受け入れています。
このまま救急搬送が増加し続けますと、スムーズな救急車の出動や病院での受け入れが困難になってしまいます。
今回は救急搬送が多い“心疾患”について専門家の話を聞き、救急医療や消防現場で働く方の声を聞きながら、救急医療について考えませんか。

外来診療担当表

令和８年10月１日

診療科＼曜日		月	火	水	木	金
内科系	総合診療科（内科新患外来）	交代（内科系医師）	松本　隆一	滋野　俊（第5水曜日休診）	交代（内科系医師）	交代（内科系医師）
	内　　科				松本　隆一	
	糖尿病・内分泌代謝内科	山岸　光一	知見　萌子	山岸　光一（午前）	（信大医）（午前） 知見　萌子（午後）	川田　伊織
	脳神経内科（予約制）	江澤　直樹（全日） 上條　祐衣（午後）	古谷　力也（全日）	江澤　直樹（午前） 澤田　美乃里（午後）	古谷　力也（午前） 澤田　美乃里（午前）	上條　祐衣（午前）
	呼吸器内科	町田　良亮	出浦　弦（第1・3・5週午前） 丸野　崇志	吾妻　俊彦 丸野　崇志	町田　良亮	吾妻　俊彦
	消化器内科	橋上　遣太	藤森　一也 和氣　優太郎	（信大医） 藤森　一也		安藤　皓一郎
	肝臓内科	藤森　尚之		（担当医）	藤森　尚之	（担当医）
	腎臓内科	古川　鉄兵	高橋　寧史	高橋　寧史	林　悟子	
	循環器内科	阿部　直之 森田　岳宏	高橋　済 小岩　哲士	阿部　直之 羽田　健紀	高橋　済 小岩　哲士	森田　岳宏 羽田　健紀
	膠原病内科				（信大医）	
	腫瘍内科				野口　卓郎（午後）	
緩和ケア内科（予約制）			清水　文彰	清水　文彰	清水　文彰	
小児科		藤森　充帆 中澤ちひろ	石田　岳史 横山　理沙 青木　優	藤森　充帆 中澤　ちひろ	石田　岳史 青木　優（第1、3、5） 中澤　ちひろ（第1、3、5） 藤森　充帆（第2、4） 横山　理沙（第2、4）	石田　岳史 藤森　充帆（第1、3、5） 横山　理沙（第1、3、5） 青木　優（第2、4） 中澤　ちひろ（第2、4）
発達外来（予約制）		永春　幸子				
外科・消化器外科		村中　太（午前）	横山　隆秀（午前） 増尾　仁志 朴　容韓（午後） 池田　剛志	黒岩　雄大	黒岩　雄大（午前） 村中　太 朴　容韓 池田　剛志（午後）	増尾　仁志
ヘルニア外来			横山　隆秀（午前）		横山　隆秀（午前）	
呼吸器外科		齋藤　学	（手術日）	交代制（院内紹介のみ）	（手術日）	瀬志本　真帆
乳腺内分泌外科		小松　哲（午前） 名取　恵子 （信大医）	（手術日）	小松　哲 名取　恵子	（手術日）	小松　哲 名取　恵子
整形外科		赤羽　努 中井　亜美	吉村　康夫 臼田　悠	赤羽　努 大崎　史明 （信大医）	中井　亜美 臼田　悠	吉村　康夫 大崎　史明
形成外科		白井　エリオ 梅田　将斗	白井　エリオ 梅田　将斗	白井　エリオ 梅田　将斗	（手術日）	（担当医）
脳神経外科		東山　史子 大屋　房一	木内　貴史 大屋　房一		東山　史子	木内　貴史 大屋　房一
心臓血管外科				（予約のみ）	岡田　良晴（午後） （受付15:00まで）	
皮膚科		信大医（完全予約）			桒原　珠里（完全予約）	
泌尿器科		水沢　弘哉 清水　孝明 小川　輝之（午後）	小川　輝之（午前） 手塚　雅登	（手術日）	小川　輝之（午前） 清水　孝明	水沢　弘哉 手塚　雅登
産科　（午前）		久保田　冴英	松村　英祥	松村　英祥	堀井　翼	牧内　玲子
（午後）		（手術日）	（手術日）	１か月健診	松村　英祥	（手術日）
婦人科（午前）		松村　英祥	牧内　玲子	堀井　翼	久保田　冴英	
（午後）		（手術日）	（手術日）	（検査日）	（検査日）	
眼科		（信大医）（第1、第3） （信大医）（第2、第4）		（信大医）（第1、3手術）	（信大医）	（信大医）
耳鼻咽喉科		鈴木　宏明 松浦　一輝	（手術日）	松浦　一輝 鈴木　宏明	松浦　一輝（午前） 堀　由希子（午前） （手術日）（午後）	鈴木　宏明 松浦　一輝
放射線科（予約制）		酒井　克也	酒井　克也	酒井　克也	酒井　克也（再診のみ）	酒井　克也
歯科口腔外科（予約制）		中谷　静華 中村　健太郎	上原　忍 中谷　静華 （信大医）栗田　浩	上原　忍 中村　健太郎	（手術日）	上原　忍 中谷　静華
口腔ケアセンター		上原　忍	中村　健太郎	中谷　静華	（手術日）	中村　健太郎
専門外来	スキンケア外来		9:00～17:00予約制			9:00～17:00予約制
	糖尿病透析予防ケア外来	9:00～15:00予約制 （第1・4週）	9:00～15:00予約制 （第2週火曜日）	9:00～15:00予約制 （第1・3週）	9:00～15:00予約制 （第2・3週木曜日）	9:00～15:00予約制 （第1週金曜日）
	睡眠時無呼吸外来		14:00～17:00予約制 （第1・4週火曜日）			
	禁煙外来			予約制		

・皮膚科を受診される方へ　初診又は当院での治療終了後、新たに受診される方は必ず紹介状をご持参の上お越しください。
・診療受付時間　8時 30 分から 11 時まで　※予約については、午後も対応しております。
・休診日：土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12 月 29 日～1月３日）
・次回発行までに変更がある場合があります。ホームページでご確認をお願いいたします。

次の場合には紹介状をご持参下さい。
①当院を初めて受診する場合
②前回受診より３ヶ月あいだが開いた場合（予約は除く）
③医科受診中に歯科口腔外科を受診する場合

〇紹介状が無い場合は医療費とは別に選定療養費をご負担いただきます。

★第５水曜日の総合診療科は休診となります。
ご理解、　ご協力の程よろしくお願いいたします。

シンポジウム

救急医療や消防現場で働く方の声を聞き、救急医療について考える

2026年11月29日(日)開催
13:30～15:30
サントミューゼ小ホール
参加費無料　予約不要

主　催：上田地域広域連合地域医療対策課　TEL 0268-43-8818
共　催：上田市　東御市　青木村　長和町　坂城町
後　援：信州上田医療センター　上田市医師会　小県医師会　上田小県歯科医師会　上田薬剤師会　長野県　上田市自治会連合会

YouTube 公式チャンネル
X(旧 Twitter) 公式エックス
Instagram 公式インスタグラム
Facebook 公式フェイスブック



【編集後記】

木々が赤や黄に色づき、秋の深まりを感じる頃となりました。秋は、スポーツ、読書、食、芸術など、さまざまな楽しみに心が向かう季節です。海辺の町で育った私にとって、山々の表情の移ろいはとても新鮮で、季節ごとに変化する自然の豊かさを身近に感じています。澄んだ空気の中で色づく景色を眺めながら、信州の秋を味わってまいりたいと思います。

こうした地域の豊かな自然や暮らしに支えられていることに感謝しながら、当院の理念である「地域における最後の砦として、安全で質の高い医療を提供し、皆さまに愛される病院」の実現に向け、日々努めてまいります。朝晩は冷え込む日も増えてまいりました。皆様におかれましても、どうぞご自愛いただき、実り多い秋をお過ごしください。

医療相談係長　山浦　唯香

独立行政法人国立病院機構
信州上田医療センター

〒 386-8610
長野県上田市緑が丘 1-27-21
TEL 0268-22-1890 (代表)
FAX ① 0268-24-6603 (代表)
FAX ② 0268-22-1893 (地域医療連携室)
https://shinshuueda.hosp.go.jp

発行：令和 8 年 10 月
発行人：院長　横山　隆秀