

あえん

岡谷市民病院情報誌

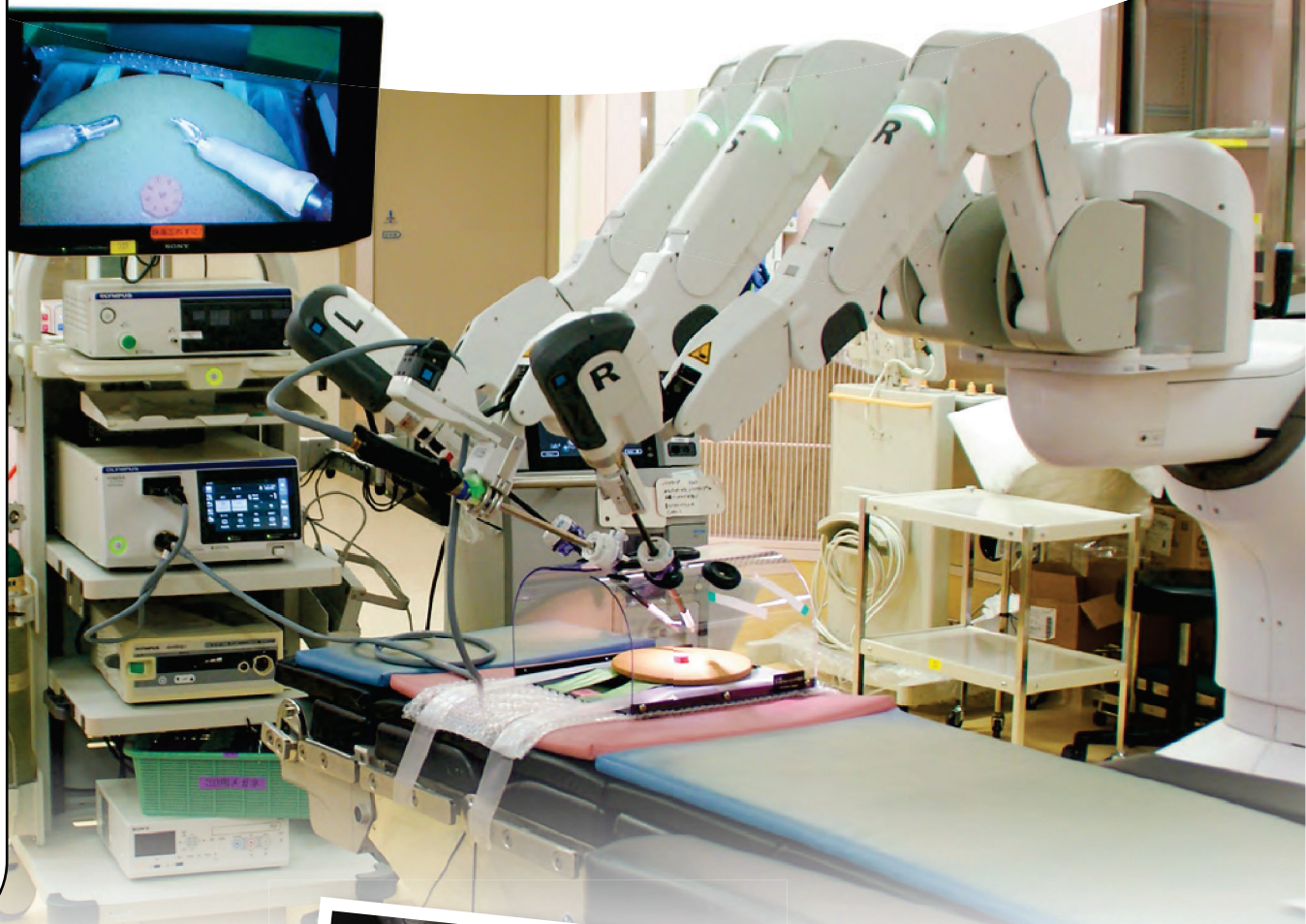
2025
Vol.31

特集

手術支援ロボット「Saroa」

… 2.3

医療や健康づくりに役立つ情報を発信し皆さまの
ココロとカラダをお～えんする岡谷市民病院の広報誌



表紙の写真

手術支援ロボット「Saroa」：当院では、日本製の手術支援ロボット「Saroa（サロア）」を導入いたしました。長野県内では初めて、全国では10施設目の導入となります。安全で精度の高い手術、最先端の医療を地域住民の皆様に提供できるよう、初症例に向け準備を進めてまいります。

- 子どもの事故と予防のおはなし …… 4.5
- 病院祭の告知 …… 5
- 岡谷市民病院 休診カレンダー …… 5.6

- 新任医師を紹介します …… 6
- 岡谷市民病院 外来診療案内 …… 7
- レシピ …… 8



岡谷市民病院に

特集

最新の手術支援ロボット

「Saroa Surgical System」導入



患者さんと

医療従事者のための

新たな選択肢

サロアは最先端の技術で、
手術をより安全で正確にする
新しい国産の手術支援ロボットです。
従来のロボット手術を進化させ、
患者さんの負担を減らすだけでなく、
手術を行う医師にとっても
大きなメリットをもたらします。



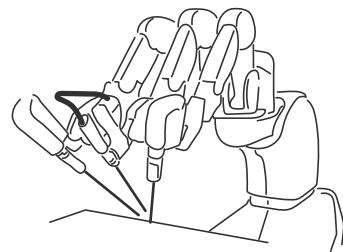
ピンク色の対象物（1センチ）の上に1から8の数字が印刷されています。



右上の8番から中心の3番に向かって針を通し結紮します。



針が通ったら器用にアームを動かし糸を結びます。



01 サロアで何が変わる？

Check!

より安全で精密な手術を、
地域の皆さまへ

岡谷市民病院では、2025年に国産の最新手術支援ロボット「Saroa Surgical System (サロア・サージカル・システム)」を導入しました。このロボットは、医師が遠隔操作でロボットアームを動かしながら行う「ロボット支援手術」を可能にするもので、患者さんの体への負担が少なく、術後の回復も早いという特徴があります。

ロボット支援手術は、内視鏡下手術の進化版ともいえるもので、すでに全国で570台以上が導入され、長野県内でも複数の医療機関で活用されています。岡谷市民病院でも、消化器外科を中心に、今後は婦人科や泌尿器科など複数の診療科での活用が期待されています。



世界初の
空気圧駆動型ロボット

鉗子にかかる力を医師の手元に伝える「力覚フィードバック機能」を搭載しています。これにより、まるで自分の手で直接手術しているような感覚が得られ、より精密で安全な手術が可能になります。

さらに、軽量・小型設計(高さ約150cm、重量約500kg)で、手術室間の移動もスムーズ。特殊な設備を必要とせず、柔軟な運用が可能です。また、病院がすでに使用している内視鏡や電気メスなどの機器と組み合わせる「オープンプラットフォームフォーム設計」により、導入コストも抑えられます。

Saroaの操作部は「オープンコンソール」と呼ばれる構造で、手術中の映像や操作情報をチーム全体で共有できるようになっています。これにより、執刀医だけでなく助手や看護師もリアルタイムで状況を把握でき、チーム全体で連携した安全な手術が可能になります。また、手術の様子を可視化することで、若手医師の教育にも役立ちます。

02 岡谷市民病院の未来

岡谷市では高齢化が進み、65歳以上の人口が約35%を占めています。がんの罹患率が高い年代の増加に伴い、今後がん患者数や手術件数の増加が予想されます。Saroaの導入により、より多くの患者さんに質の高い医療を提供できる体制が整いつつあります。

岡谷市民病院は、地域の皆さまが安心して医療を受けられる環境づくりを目指し、これからも先進技術の導入と医療体制の充実に努めてまいります。





子どもの視点で、
生活環境を
見直して
みませんか？



子どもの事故と 予防のおはなし

小児救急看護認定看護師 中林 美枝

みなさんは、日本における子どもの3大死因において、『不慮の事故※』が上位にあることをご存じでしょうか(図1)。

事故に遭い、命をとりとめても身体に障がいを残したり、受診や入院治療を必要とするもの、すり傷や切り傷など家庭で手当てしたもので含めると、その数は非常に多いことが想像できると思います。

※不慮の事故：環境や施設などの不備や、不注意などが原因で予期せず起きてしまう事故のこと

不慮の事故による死因の上位は、おもに交通事故・溺死および溺水・窒息ですが、(図2)からもわかるように、年齢によってその順位と要因には違いがあります。

子どもは、成長・発達とともに身体の動きが活発になり、好奇心も旺盛になっていきます。また、子どもの特性として危険を回避するための運動機能や周囲の状況を判断するための認知機能が未熟であること、注意力の不足や衝動的な行動・疲労など、様々な要因によって事故が起こりやすいと言われています。

不慮の事故で病院を受診されたお子さまのご家族からは、「ちょっと目を離したときに」「いつもは注意していたのに」「危ないとは思っていたのに」

	0歳	1～4歳	5～9歳	10～14歳
第1位	先天奇形、変形および染色体異常	先天奇形、変形および染色体異常	悪性新生物	悪性新生物
第2位	周産期に特異的な呼吸障害等	不慮の事故	不慮の事故	自殺
第3位	不慮の事故	悪性新生物	先天奇形、変形および染色体異常	不慮の事故

(図1) 厚生労働省「令和1年人口動態統計」による

年齢	死因(数字は順位)	おもな要因
0歳	① 窒息 ② 交通事故 ③ 溺死および溺水	寝具などによる圧迫、吐乳の誤嚥など 自動車乗車中 家庭の浴槽
1～4歳	① 窒息 ② 交通事故 ③ 溺死および溺水	玩具や食物、ビニール袋など 歩行中 家庭の浴槽
5～9歳	① 交通事故 ② 溺死および溺水 ③ 窒息	歩行中、自転車運転中 川・海・湖など 玩具や食物、ビニール袋など
10～14歳	① 交通事故 ② 溺死および溺水 ③ 転倒・転落	歩行中、自転車運転中 川・海・湖など 遊具・階段などの建物や建造物

(図2) 厚生労働省「平成30年人口動態統計」による

ですが「いつもはおとなしいのに」「できないと思っていたら」「あっ！と思ったときにはもう遅くて」との言葉が聞かれ、大人側の不注意や一瞬の油断による要因に予測を超えた子どもの動きが重なり、事故が起きると考えられます。

事故の多くは、家庭内をはじめとする身近な物や環境によって発生しています。つまり、子どもにとって安全な環境を整えることで未然に防ぐことができるのです。一人ひとりの成長

と発達、行動の特性を十分に理解したうえで、周囲の大人が子どもに対する『目と心』『注意と関心』を常に意識し、注意を払うことが重要です。

また、子ども自身にも、安全に生活するために必要なことから理解し、安全な行動がとれるような態度や能力を身につけていく必要があります。その子に伝わる言葉で、危険なこと・行ってはいけないことを繰り返し説明しましょう。大人が手本となつて、子どもと一緒に安全な行動を習慣化



救急事故防止リーフレット：救急お役立ち ポータルサイト：総務省消防庁



「こども家庭庁」で活用ください

子ども家庭庁のホームページでは0歳から6歳(小学校に入学前の未就学児)の子どもに予期せず起こりやすい事故とその予防法、もしもの時の対処法のポイントをまとめた **こどもの事故防止ハンドブック**について | **こども家庭庁** <https://www.cfa.go.jp/policies/child-safety-actions/hand-book> を掲載しています。

する(例えば、左右を確認してから手をあげて横断歩道を渡る)など、生活の中で危険の察知や対処法を経験しながら、「日ごろから事故予防への関心を持てるとよいですね。」

大切なお子さまの健やかな育ちを守るために、『子どもの視点で身近な生活環境を見直してみませんか？』

お知らせ

第11回 岡谷市民病院「病院祭」

10/11
土

～見て、さわって、医療体験フェスタ～

午前9時30分～午後2時30分

岡谷市民病院「病院祭」を10月11日(土)午前9時30分から開催します。病院のお仕事や医療イベントを体験してクイズに答えると素敵な記念品をプレゼント！職員一同、多くの方のご来場をお待ちしています！



5 岡谷市民病院情報誌 お～えん

2025 9 September

岡谷市民病院 休診カレンダー

休診日

2025 10 October

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15 敬老の日	16	17	18	19	20
21	22	23 秋分の日	24	25	26	27
28	29	30				

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 スポーツの日	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



点線に沿って切り取り、二つに折ってお使いください。

新任医師を紹介します



脳神経内科

おざわ

かずき

尾澤 一樹 医師

○岡谷市民病院にいられて感じたことは、

皆さんが親切で働きやすい病院だと感じました。

○医師になられたきっかけは、

両親ともに医療職で馴染みのある領域だったこと。

○趣味は何でしょうか。

モータースポーツ観戦、旅行、ドライブ。



○市民の皆さんへのメッセージをお願いします。

7月から赴任しました、尾澤一樹と申します。不慣れな点も多いですが、1日でも早くお役に立てるように努めてまいりますので、よろしくお願いします。



整形外科

くめた

よしひろ

久米田 慶裕 医師

○岡谷市民病院にいられて感じたことは、

急性期から慢性期まで地域を支えている病院と感じました。また、それらに対応できるよう工夫されていると感じました。

○医師になられたきっかけは、

大学・大学院で医学に関連する研究をしていました。医療現場で医師として直接患者さんと向き合いたいと思うようになり、医学部に入り直し医師となりました。

○趣味は何でしょうか。

Saxを吹くこと。ゴルフ、キャンプ、スノーボード。



○市民の皆さんへのメッセージをお願いします。

一人一人に寄り添った医療ができるよう頑張ります。



2025 **11** November

岡谷市民病院 休診カレンダー

休診日

2025 **12** December

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3 文化の日	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 振替休日	24 振替休日	25	26	27	28	29
30						

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

岡谷市民病院 外来診療案内

休診日／土曜日、日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

※診療日は変更になる場合がありますので、受診の際はお問い合わせください。

令和7年8月1日現在

		診療科	予約診療以外の 受付時間		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
1 階	A ブロック	総合診療科 (内 科)	11時まで	予約なし (月～金)	午前 アベ 正和 ハヤシダ 美江 林田 美江	森下 開 堀 綾	サトウ 亜位 佐藤 シンイチロウ 大橋 慎一郎	タチバナ ナオコ 立花 直子 鷺見 順教	高橋 秀和 (信州大学) 尾澤 一樹	
		呼吸器センター	11時まで	予約なし (月～金) ・予約制	午前 馬場 大喜 (信州大学) 小林 信光	平山 二郎 林田 美江	平山 二郎 小林 信光	林田 美江	平山 二郎	
				予約制	午後 小林 信光	—	小林 信光	—	平山 二郎	
		循環器センター	11時まで	予約なし (月～金) ・予約制	午前 青木 壮則 (信州大学) 軽辺 健一	ミドリカワ 隆 西川 賢 (信州大学)	ノモト 史佳 フミカ 史佳	西川 賢 (信州大学) 翠川 隆	大熊 ゆかり (信州大学) 野本 史佳	
				予約制	午後 軽辺 健一 野本 史佳	翠川 隆 軽辺 健一	—	翠川 隆	軽辺 健一	
		消化器内科	—	予約制	午前 永野 聡 午後 永野 聡	ウメガキ ミジヨ 梅垣 光代	永野 聡 永野 聡	梅垣 光代 梅垣 光代	永野 聡 —	
		脳神経内科	11時まで	予約なし(月～水・金) ・予約制	午前 タチバナ ナオコ 立花 直子	オザワ カズ 尾澤 一樹	尾澤 一樹	ウエノ アキヒロ 上野 晃弘 (予約)	立花 直子	
			—	院外紹介制	午前・午後 —	—	—	尾澤 一樹	—	
		糖尿病センター 糖尿病 内分泌 代謝内科	11時まで	予約なし(月・水・金) ・予約制	午前 サトウ 亜位 平松 邦英 森下 開	—	キタハラ ジュンイチロウ 北原 順一郎 阿部 正和 佐藤 亜位 上原 由美子	アベ マサカズ 阿部 正和 —	モリシタ カイ 森下 開 佐藤 亜位 平松 邦英 上原 由美子	
		精神科	—	予約制	午前 —	スギヤマ ノブヒロ 杉山 暢宏	—	—	—	
シニアこころ診療科	—	予約制	午前・午後 —	—	アマノ ナオジ 天野 直二	—	—			
心療内科	—	予約制	午前 飯田 俊穂	—	—	—	—			
児童思春期外来	—	予約制	午前 飯田 俊穂	—	—	—	—			
2 階	B ブロック	整形外科 リウマチ科	11時まで	予約なし(月・水・金)	午前 久米田 慶裕 内山 茂晴 小山 僚 (信州大学) 田中 学	手術日	ヨシダ タカアキ 吉田 崇哲 (信州大学) 田中 学 内山 茂晴 春日 和夫 田代 敦泰	ヤスカフ サコ 安川 紗香 (信州大学) カモイ フミキ 鳴居 史樹 春日 和夫 上甲 敏雄 天正 恵治 (信州大学) (第2、4週)	ジョウコウ イツオ 上甲 敏雄 久米田 慶裕 春日 和夫 ササキ 康洋 (信州大学)	
			予約制	午後 —	—	田代 敦泰	—	—		
	C ブロック	小児科	11時まで	予約なし (月～金) ・予約制	午前 ナグモ ハルオ 南雲 治夫 高木 峰生	クラタ タカシ 倉田 敬 南雲 治夫	信州大学医師 (診療9時から)	南雲 治夫 高木 峰生	倉田 敬 南雲 治夫	
				予約制	午後 慢性外来	慢性外来	予防接種	慢性外来 予防接種	慢性外来 予防接種	
		皮膚科	10時30分 まで	予約なし (月・水・金) ・予約制	午前 オオハシ アツコ 大橋 敦子 信州大学医師	手術日	大橋 敦子 信州大学医師	アトピー・ 乾癬外来 (予約)	大橋 敦子	
				予約制	午後 大橋 敦子	—	大橋 敦子	—	大橋 敦子	
		耳鼻咽喉科・頭頸部外科	11時まで	予約なし (月～水・金) ・予約制	午前・午後 ウメガキ ユリ 梅垣 油里	信州大学医師 (午後手術のため 人数制限あり)	梅垣 油里	梅垣 油里	梅垣 油里	
		D ブロック	外 科	11時まで	予約なし (月～金) ・予約制	午前 ヨコイ ケンタ 横井 謙太 ミワ シロウ 三輪 史郎 イイヌマ ノブヨシ 飯沼 伸佳	飯沼 伸佳 澤野 紳二	アキタ シンゴ 秋田 眞吾	澤野 紳二 横井 謙太	交代制 横井 謙太
						午後 交代制	飯沼 伸佳	交代制	横井 謙太	交代制
肝胆膵外科専門外来			—	予約制	午前 —	—	—	—	ミヤガワ シンイチ 宮川 眞一 (第1、3週)	
					午後 —	—	—	—	(手術)	
呼吸器外科			—	予約制	14～16時 —	—	信州大学医師 (第1、3、5週)	—	—	
総合診療科 (外科)			11時まで	予約なし (月～金) ・予約制	午前 モモセ ヨシタカ 百瀬 芳隆 大橋 慎一郎	百瀬 芳隆 大橋 慎一郎	百瀬 芳隆	百瀬 芳隆	大橋 慎一郎	
				予約制	午後 大橋 慎一郎	大橋 慎一郎	—	大橋 慎一郎	大橋 慎一郎	
小児外科			11時まで	予約なし(月～水・金) ・予約制	午前 モモセ ヨシタカ 百瀬 芳隆	百瀬 芳隆	百瀬 芳隆	百瀬 芳隆	—	
心臓血管外科			—	予約制	14～16時 —	—	—	信州大学医師	—	
腫瘍内科			—	予約制	午前 —	—	—	—	シンジ アキヒロ 進士 明宏 (第2、4週)	
泌尿器科		11時まで	予約なし(水・金) ・予約制	午前 —	ヒラタ シロウ 平形 志朗	イヅツカ オサム 石塚 修	平形 志朗	石塚 修		
眼 科		※別記	予約なし(月～金) ・予約制(午後予約)	午前 タカハシ ヒロシ 高橋 博	高橋 博	高橋 博	高橋 博	山梨大医師 (人数制限あり)		
			午後 —	—	—	—	—			
特殊歯科・口腔外科	—	予約制	午前・午後 タケヤマ アツシ 瀧沢 淳	瀧沢 淳	瀧沢 淳 手術日	瀧沢 淳 手術日	瀧沢 淳			
E ブロック	産婦人科	11時まで	予約なし (月～金) ・予約制	午前 モモセ ヨシタカ 百瀬 浩晃 鈴木 靖子	鈴木 靖子 深井 宣子	白川 貴士 白川 靖子	白川 貴士 竹内 はるか	白川 貴士 鈴木 靖子		
		—	予約制	午後 手術日	鈴木 靖子 百瀬 浩晃	手術日	百瀬 浩晃	鈴木 靖子		
リハビリ科			予約制	—	—	シゲマツ サトシ 重松 理	—	—		
健診センター			予約制	ウエハラ トシコ 上原 由美子 ミヤガワ シンイチ 宮川 眞一	イマイ 寿生 今井 三澤 富子	上原 由美子 牧島 秀樹	三澤 富子 竹内 恒旗	上原 由美子 ダイスケ 大輔		

※眼科の受付時間 (月)午前8時～午前10時まで

(火)～(木)初診午前8時～10時30分まで、再診受付は11時まで

(金)午前8時～10時30分まで (ただし、金曜日は人数制限あり)

※特殊歯科口腔外科は、かかりつけ医の「紹介状」が必要です。

※皮膚科の月曜日は当院医師と信大医師 (毎週交代) との2人体制です。

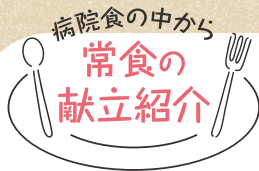
※「予約制」の診療科は、事前にお問い合わせください。

心臓血管外科、シニアこころの診療科→予約センター 23-0489 まで

児童思春期外来→心療内科外来まで

健診センター→直通電話 23-8050

左記以外は、診療科まで
お問い合わせください。



暑さに負けない栄養補給

暑い日が続くこの季節、食欲が落ちてしまうという方も多いのではないのでしょうか。そんな時にぴったりな「南蛮漬け」を紹介します。揚げた魚にさっぱりとした甘酢を染み込ませた「南蛮漬け」は酸味で食欲を引き出してくれます。また、酢に含まれるクエン酸は疲労回復をサポートしてくれます。今回の献立では白身の魚を使用しており、白身の魚はクセがなくふっくらとした食感が特徴です。揚げることで香ばしさが増しエネルギーアップにも繋がり、南蛮酢が染みるためご飯によく合います。そして「南蛮漬け」には玉ねぎやにんじん等の自宅にある野菜をたっぷり使えることがポイントです。夏に汗をかくことで失われるビタミンやミネラルの補給に野菜はぴったりです。主菜の中に野菜を取り入れていくことで無理なく野菜摂取をすることができます。気温が高い日が続きますが、食事から栄養を補い元気に過ごしましょう。



魚の南蛮漬け

【材料(2人分)】

白身魚 ……140g(2切れ)	にんじん ……10g(1/6本)
塩 ……1つまみ	食酢 ……小さじ2
こしょう ……少々	醤油 ……小さじ1と1/2
小麦粉 ……大さじ1	本みりん ……小さじ1/2
油(揚げ油) ……適量	七味 ……少々
たまねぎ ……50g(1/4個)	サラダねぎ ……3g

【作り方】

- ①魚に塩、こしょうをふり、その後小麦粉を両面にまぶす。
- ②たまねぎは皮をむき3mmの薄切にする。にんじんは皮をむき3mm幅の千切りにする。サラダねぎは2mmの小口切りにする。
- ③鍋に湯を沸かし、②のたまねぎ、にんじんをさっと茹で水気を切っておく。
- ④Aを混ぜ合わせ、そこに③を入れ和える。
- ⑤フライパンに油を入れて、①をきつね色がつくまで揚げ、できあがったら皿に盛る。
- ⑥⑤に④を上からかけ30分程度漬けて味をなじませる。その後②のサラダねぎを上にし完成。

1人分の
エネルギーは554kcal
蛋白質は23.9g、
塩分は2.6gだよ!



白菜とあさりの炒め煮

【材料(2人分)】

白菜 ……140g(葉2枚程度)
むきあさり ……30g
にんじん ……20g(1/3本)
しょうが ……2g(1/6かけ)
油 ……大さじ1/2
砂糖 ……小さじ1弱
醤油 ……小さじ1
酒 ……小さじ1

【作り方】

- ①白菜は3cmの短冊切りにする。にんじんは皮をむき5mmの厚さのいちょう切りにする。しょうがは皮をむきみじん切りにする。
- ②Bを混ぜ合わせておく。
- ③フランパンに油をひき熱し、①のしょうがを炒める。その後になんじん、白菜に火が通るまで炒め、あさりを加え軽く炒める。
- ④③に②を加え全体に味がなじんだら、皿に盛り完成。



みそ汁

【材料(2人分)】

木綿豆腐 70g(1/4丁)	だしパック
オクラ ……10g(1本)	みそ ……大さじ1弱

【作り方】

- ①豆腐は1.0cmのさいの目切りにする。オクラは3mmの小口切りにする。
- ②だしパックでだし汁を作る。(1人150cc程度)
- ③②に①を入れて具材に火が通るまで煮て、最後にみそを溶いて入れる。

その他の材料

【ご飯】

ご飯(1人分) ……150g

【果物】

季節のフルーツ ……適宜

