

2017年10月1日
56号

かけはし

ひたちなか総合病院広報誌

発行所 株式会社製作所ひたちなか総合病院
〒312-0057
ひたちなか市石川町20番1
TEL 029(354)5111
発行人 飯嶋和秀
編集 広報委員会
<http://www.hitachi.co.jp/hospital/hitachinaka/index.html>

ごあいさつ



院長 吉井 慎一

8月は雨が多く暑い梅雨のようで、9月に入って猛暑が復活し、今年は夏らしい気候ではなかったように思えます。10月には秋らしい気候になっているのでしょうか。

当院は、新しい医師による診療がようやく落ち着いてきました。以前より内科診療は、循環器内科、消化器内科、リウマチ科、神経内科、呼吸器内科、血液内科に常勤専門医を配置し、診療科の充実を図って参りました。さらに4月からは総合内科が加わり、診療科がはっきりしない患者さんの受け入れがスムーズになっています。また、リハビリテーション科専門医により、回復期病棟でも、脳卒中後などの患者さんを受け入れ、質の高いリハビリテーションが行われています。一方で、9月から耳鼻咽喉科の医師の退職により、医師が一人体制となり、手

術等に影響がでておりますが、来年には2人体制で診療が再開できるよう努力いたします。

地域医療構想では、地域における自身の病院がどのような役割をもっており、何が期待されているかを認識し、どのような方向に進むべきか検討する必要があります。当院は引き続き、急性期を主体とした病院として地域医療に貢献する責務があると考えています。地域の皆様方が安心して医療・介護を受けられる地域包括ケアシステムの構築に向けて、まさに地域での協議会が進行しています。現状、当院は慢性期病棟をもっていないので、地域の医療機関、介護施設等との連携がさらに重要になると考えています。

私も院長に就任して6ヶ月が経過しましたが、多くの職員に助けられて、何とかやっている状態です。地域の皆様方にも、いろいろとご迷惑をおかけしている点もあるかと思いますが、この病院がご期待に添えるよう、今後ともがんばる所存です。



ひたちなか総合病院・総合健診センター休日のお知らせ

10月		11月		12月		1月																					
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
①	2	3	4	5	6	⑦	⑤	6	7	8	9	10	⑪	③	4	5	6	7	8	⑨	①	②	③	④	⑤	⑥	
⑧	⑨	10	11	12	13	⑭	⑫	13	14	15	16	17	⑮	⑩	11	12	13	14	15	⑯	⑦	⑧	9	10	11	12	⑬
⑮	16	17	18	19	20	⑰	⑯	20	21	22	23	24	⑰	⑰	18	19	20	21	22	⑳	⑭	15	16	17	18	19	⑳
⑳	21	22	23	24	25	㉑	㉑	22	23	24	25	㉒	㉑	18	19	20	21	22	㉑	㉑	22	23	24	25	26	㉒	
㉒	23	24	25	26	27	㉓	㉒	23	24	25	26	㉓	㉒	19	20	21	22	㉑	㉒	22	23	24	25	26	㉒		
㉓	24	25	26	27	28	㉔	㉓	24	25	26	27	㉔	㉓	20	21	22	23	㉒	㉓	23	24	25	26	27	㉓		
㉔	25	26	27	28	29	㉕	㉔	25	26	27	28	㉕	㉔	21	22	23	24	㉓	㉔	24	25	26	27	28	㉔		
㉕	26	27	28	29	30	㉖	㉕	26	27	28	29	30	㉕	22	23	24	25	㉔	㉕	25	26	27	28	29	㉕		
㉖	27	28	29	30	31		㉖	27	28	29	30	㉖	23	24	25	26	㉕	㉖	26	27	28	29	30	㉖			
㉖	28	29	30	31			㉖	28	29	30		㉖	24	25	26	27	㉕	㉖	27	28	29	30	31	㉖			
㉖	29	30	31				㉖	29	30			㉖	25	26	27	28	㉕	㉖	28	29	30	31		㉖			
㉖	30	31					㉖	30				㉖	26	27	28	29	㉕	㉖	29	30	31			㉖			
㉖	31						㉖	31				㉖	27	28	29	30	㉕	㉖	30	31				㉖			

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センター休日



形成外科



内山 佑美（常勤医）〈写真右〉
日本形成外科学会専門医
乳房再建用エキスパンダー/
インプラント責任医師

「形成外科」と聞いて、何の治療をしている診療科かすぐにはわかる方は、あまりいらっしゃらないのではないのでしょうか。医療関係者ですら「整形外科」や「美容整形」と混同してしまうこともあり、一般的な認知度はあまり高くはありません。大まかに言うと、「整形外科」が手足や背骨などの大きい骨や関節、筋肉、靭帯などを扱うことが多いのに対し、「形成外科」は皮膚から筋肉の浅い部分あたりまでの「全身の、表面に近いところを手術などで治療する診療科」になります。「美容整形」は形成外科では「美容外科」と呼び、形成外科の知識と技術を使って正常な体に見た目の為の処置や手術を行う一分野です。

当院では、切り傷や刺し傷、やけど、顔面骨骨折、皮膚のできもの、傷あと、治りにくい傷、眼瞼下垂、巻き爪、下肢静脈瘤などを扱っております。「子どもの顔面の傷」など、できればきれいに治したい傷などを処置させていただくほか、下肢静脈瘤や眼瞼下垂などの「どこ（診療科）に行ってもいいかわからなかった」「病気なのかどうかもよくわからないけど、ちょっと困っている」疾患を、当院で形成外科を案内されて驚かれることもあります。

2016年度の全身麻酔下の手術は37件、局所麻酔下の手術は251件となっていますが、形成外科で一般的な皮膚のできもの切除に加え、顔面骨骨折整復や下肢静脈瘤のストリッピングなどの手術件数が徐々に増えつつあります。また、2017年冬にはエムエムアンドニーク社のQ-SWルビーレーザー、デンマーク・DDD社のEclipse Flex I2PL+（光治療機）の2台を外来へ導入予定です。Q-SWルビーレーザーは、異所性蒙古斑や太田母斑などの「生まれつきの青あざ」、外傷性刺青に対する保険診療が可能です。当院では入院・全身麻酔下での照射も可能ですので、年齢や治療範囲に応じた方法を選択できます。また、老人性色素斑など「年をとってできたピンポイントのシミ」にも有効なレーザーです（保険外診療）。I2PL+は、顔全体に広がる老人性色素斑・そばかす、毛細血管拡張、小ジワ、毛穴の開きなどに対し、強いフラッシュライトの光をあてて肌の若返りを期待する治療です（保険外診療）。県北では初の導入になる予定です。

部門紹介



形成外科外来スタッフ

形成外科では、常勤医師1名と、東京女子医大からの非常勤医師3名で毎日診察を行っております。外来で局所麻酔を使い手術をすることもあり、患者さんの不安は強いと思います。看護師は、医療的な関わりだけでなく、不安をできるだけ軽減できるよう患者さんの状態を観察し細かな声かけを大切にしています。

「全身の、表面に近いところ」でお困りのことがあれば、お力になれることもあるかと思っておりますので、お気軽にご相談ください。

形成外科	月	火	水	木	金
午前	内山 佑美	中尾 崇	手術	内山 佑美	長谷川雅弘
受付時間	9:00～11:00	9:30～11:00		9:00～11:00	9:30～11:00
午後	手術	手術	長谷川祐基	手術	手術
受付時間			14:00～15:30		

回復期リハビリ病棟夏祭り



回復期リハビリ病棟では、在宅や社会復帰を目的として、日常生活動作の獲得（移動、排泄、入浴、更衣、内服薬管理など）に向けたリハビリを中心に筋力トレーニングや家事動作、文書・計算や言語療法を行っています。一般病棟より長い入院生活であるため、レクリエーションを通して、季節を感じていただくこと、多くのスタッフと交流をしていただくことを目的に3ヶ月毎に企画をしています。今回は、夏の風物詩、夏祭りをイメージして、お神輿を担いだり、「ヨーヨーすくい」「輪投げ」「マト当て」を行いました。さらに栄養室からアイスクリームが振舞われ、参加者全員が主役であり、笑顔があふれ、楽しいひと時を過ごすことができました。

在宅褥瘡創傷ケアを学びあう会

厚生労働省では、2025年を目途に高齢者の尊厳保持と自立生活支援の目的で、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）を推進しています。この背景をうけ、皮膚・排泄ケア認定看護師、日本在宅褥瘡創傷ケア推進協会コアメンバーとして、在宅褥瘡ケアにかかわる方とともに学びあう機会をつくりました。



目的：在宅ケアにかかわるすべての方が、在宅褥瘡ケアの正しい知識をもつことができる。褥瘡予防が無理なく継続的に行うことができる。

対象：在宅ケア、褥瘡ケアに関わる方

開催：定期開催 第3木曜日19時から20時（休診日は除く）

ご興味がありましたら地域医療連携室までご連絡ください。

地域の先生紹介 遊座医院

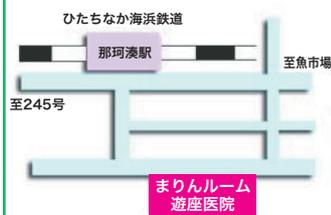


●当院の歴史と特徴

祖父がこの地に開業したのが1920年。その後、父が1947年に跡を継ぎ、2000年に亡くなりました。私は1986年から父と共に診療を始めましたので、今年で31年目になります。祖父が開業してからは97年目になり、東京オリンピックが開催される2020年には100周年を迎えます。私は小児科医ですが、父が内科医であった関連で、内科も2割ほど診療しています。小児科も内科も二次診療はひたちなか総合病院にお願いしております。また、当院では働くお母さん方のための育児支援として病児保育室まりんルームを2009年より医院に併設しています。年間の病児保育利用者は600名ほどになりました。

●院長の横顔

小児科医であることと、旧那珂湊地区には医師の数が少ないこともあり、保育園の園医や学校医、また乳児健診を多く担当しています。また小児救急の当番医もできる限り協力しています。地域医療には医療の輪が大切と考え、なるべく多くの先生方と円滑な交流ができるように、仕事以外の場でも交流をしています。当初は駅伝チームに入り（足が速いわけではありません）、10年後に駅伝を終えてからは登山をするようになりました。また、ハワイアンバンドの仲間に入れてもらって老健施設の慰問などを行いながら趣味を楽しんでいます。



ひたちなか市釈迦町1-34
電話029-262-2368

診察・検査の予約お問い合わせは地域医療連携室へ

(株)日立製作所ひたちなか総合病院
茨城県ひたちなか市石川町20番1
TEL 029-354-5111（代表）

8時15分～16時30分（平日月曜日～金曜日）
TEL 029-354-5202（直通）
FAX 029-354-5220（直通）

院内助産 赤ちゃん誕生

2017年1月の院内助産開設から8ヶ月、当院に3人の赤ちゃんが誕生しました。

院内助産とは、正常な経過をたどる妊産褥婦を助産師が主体となってケアをするシステムです。

当院では、皆さんにバースプランをお聞きし、自分らしいお産ができるよう支援しています。3人のお母さんは、「畳の部屋で家族とゴロゴロしたい」「アットホームな雰囲気でお産したい」「夫と共に心



院内助産第1号の赤ちゃんです

と身体がリラックスした状態で自然に産みたい」などの思いをお持ちでした。その後、妊娠期をお母さんと2人3脚でお産に向けて心とからだづくりをしました。

そして、出産の日がやってくると、皆さん力強く、尊く、美しいお産を見守ることができました。3人のお母さんたちからは、プラン通り満足した出産の体験ができたこと、感想をいただきました。

この3例を機に、地域の皆さまに院内助産のすばらしさを知っていただきたいと思っています。

正常なお産も時に医療介入が必要な場合があります。スタッフ一同、気を引き締めて1例1例に向き合っていこうと思います。3人のお母さんとご家族の皆さまのご健勝をお祈りいたします。



+10 (プラス・テン) にチャレンジ!

+10 (プラス・テン) という言葉をご存知でしょうか? 今までよりも、毎日+10分運動を増やすという考え方です。厚生労働省が「アクティブガイド」として公表しています。

健康づくり・維持のためには、運動は不可欠です。しかし、毎日運動時間を確保することはなかなか難しいことです。

では、どのくらいの運動時間なら可能なのでしょうか。「国民健康・栄養調査」の結果、約60%の方は「10分ほどであれば運動を増やすことができる」と回答しています。そして、毎日10分の運動を続ければ効果も期待できます。

効果その1: 減量効果……1年間でおよそ1.5kg痩せる

効果その2: 生活習慣病の予防……生活習慣病の発症を1年遅らせる

効果その3: 認知症発症の予防……認知症の発症を2年らせる

運動を習慣化するためには、無理なく、楽しく、効果を実感していくことが大切です。運動を続ける

ことで、体が楽に感じたり、顔色が良くなったり、食事がおいしく感じたり、季節で風景の変化に気づくようになってきたり…とプラスになることを感じていきましょう。また、「体に良いことを続けている自分」を誉めたり、自信が付いたりするかもしれません。運動の秋です。+10にチャレンジしましょう。

*ただし、治療中の病気のある方は、運動について担当の医師へご確認ください。

◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆

診療科	氏名	異動日
耳鼻咽喉科	青柳 安典	退職 (2017. 8. 31)
	丹下 善隆	退職 (2017. 9. 30)
消化器内科	池田 貴文	採用 (2017.10. 1)
	植松 洋	退職 (2017. 7. 31)
臨床研修医	野中 遥奈	採用 (2017. 8. 1)
	野中 遥奈	退職 (2017. 9. 30)
	宮内 博基	退職 (2017. 9. 30)
	福 蘭 隼	退職 (2017. 9. 30)
	飯島 麻里絵	採用 (2017.10. 1)
	水草 真実	採用 (2017.10. 1)
	白根 和樹	採用 (2017.10. 1)