

ごあいさつ



院長 吉井 慎一

昨年の8月は、曇りや雨の日が多く暑い梅雨模様が続き9月に入ってから猛暑日が多くなりました。今年は、7月から猛暑日が多く、この原稿を書いている8月も暑い日が続いています。日本の文化は、四季がもたらすものが多かったようですが、この国はいずれ亜熱帯地域のようになるのでしょうか。

当院の近況ですが、医師数が減少した診療科もありましたが、皆様方のおかげで地域の中核病院としての機能は何とか維持しています。脳神経外科や循環器外科の手術はできませんが、その他の診療科はほぼ揃っており、患者さんを総合的に診療し、安心できる医療を提供することが重要と考えています。外科の医師数は減少しましたが、常勤専門医4名と働き盛りの後期研修医2名に、大学より腹腔鏡手術の経験豊富な医師を非常勤として迎え、より質の高い医療をめざしています。消化器内科医も1名減となりましたが、もともと需要の高い診療科で、昨年度に劣らない診療を維持しています。泌尿器科は、長く私を含めた2名体制で、手術などで紹介を受けられないことが多々ありましたが、本年度より経験豊富な医師が1名加わり、紹介患者の受け入れも円滑になり、手術症例も増加

しています。また、当院の特徴として、以前から病院全体の診療の質を支える診療科が、充実していることにあります。病理診断医、放射線腫瘍医、放射線診断専門医は常勤であり、その診断レベルはかなり高いと思っています。さらに、皮膚科が常勤であることは、専門的な外来診療の他に、入院患者の皮膚病変出現（副作用等）への緊急対応、褥創の管理等、安全と質の向上に大いに貢献しています。他の診療科も全体的に患者数が増加しており、全診療科で病院を支えていることが、当院の最大の強みであると思っています。

地域医療構想のなかで、地域における自身の病院の方向性を打ち出すことが重要な課題となっています。ひたちなか市では、約15万人、常陸太田・ひたちなか保健医療圏全体では、約35万人の人口を擁しており、地域密着型の急性期病院としての当院の役割は重大です。多くの臨床研修医、医療系職員を採用しており、将来この地域で働く医療従事者を育てる役割もあります。また、教育基幹病院として大学病院との連携をさらに高め、若い医師が当院で研修したいと思えるような、質の高い高度な医療の提供も必要です。302床（急性期252床）の病院でこれらを発展させていくことは、課題も多く険しい道のりです。全職員の意識、地域の医療機関との連携、地域の皆様の協力無しでは実現は難しいことだけは確かです。今後とも更なるご支援のほど、よろしくお願いいたします。

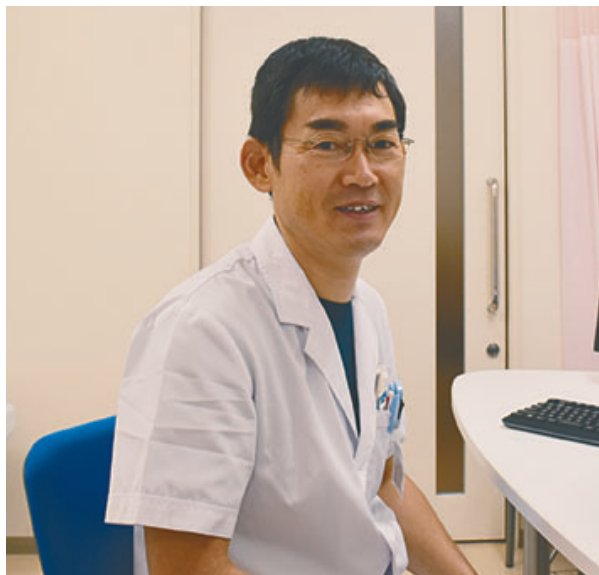
ひたちなか総合病院・総合健診センタ休日のお知らせ

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

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センタ休日



整形外科



整形外科 辻井 績武

ひたちなか総合病院整形外科は整形外科専門医2名、整形外科専攻医1名の計3名の常勤医と、整形外科専門医の非常勤医師1名（週1回）で日常診療を行っています。

外来診療は、月曜日から金曜日までの午前中に2診で予約制となっております。初診は近隣開業の先生からの紹介患者さんと救急搬送される患者さんを基本としていますが、緊急性の高い患者さんについてはその限りではありません。常勤医が3名と少なく、どうしてもマンパワーが不足しております。地域唯一の総合病院としての機能を果たすために、入院・手術に特化した診療を優先せざるを得ません。そのため必ずしも

全ての患者さんに対応できていないのが現状です。

手術は、木曜日は終日、それ以外の平日は午後にほぼ毎日行っております。外来診療を予約制で午前中のみと制限しているため、近隣からの紹介患者さんや救急搬送されてくる患者さんが中心です。

内訳は、外傷の手術が7割以上を占め、その他に頸椎性脊髄症や腰部脊柱管狭窄症などの脊椎手術、変形性関節症や関節リウマチなどの人工関節置換術、外反母趾や足部変形などの矯正骨切り術や固定術、手根管症候群や肘部管症候群などの末梢神経障害に対する手術などで、幅広い疾患に対応しております。

また、ひたちなか市は子育て世代の人口が多いため、小児の骨折が多いのも特徴で、年間手術件数の約1割は小児患者です。

現在、常勤医3名と少数ですが、総合内科を筆頭に他科の医師の手を借りながら、可能な限り1人でも多くの患者さんに対応すべく努力して参りたいと思います。

部門紹介



整形外科外来スタッフ

整形外科外来は、看護師2名が勤務しています。様々な疾患で手術を受ける患者さんも多いため、不安なく診察・治療を受けられるよう、医師と患者さんの橋渡しができるよう心がけています。

また、肩の痛み、腰痛、骨折、外傷など、疼痛を伴い通院する方も多いため、患者さんの気持ちに寄り添い、移動や診察体制などを考慮した介助をしています。1日も早く日常の生活動作に戻れるようサポートいたします。

ロコモ予防

リハビリテーション科 理学療法士 佐藤 誠

ロコモティブシンドローム（ロコモ）とは、骨、関節、筋肉などの働きの衰え、障害のために要介護になる危険の高い状態のことです。

ロコトレで、いつまでも元気な足腰で生きがいのある生活をしましょう。

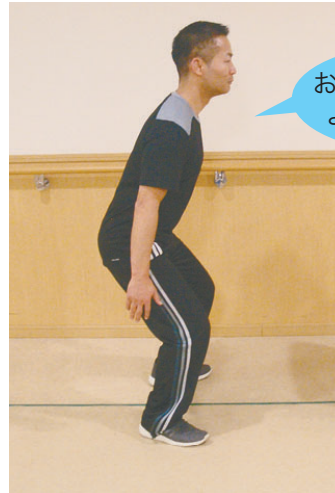
【ロコトレ①：バランス能力向上「片脚立ち」】

【ロコトレ②：足の筋力強化「スクワット」】



つかまるところがある
場所で行いましょう！

床につかない程度
に片脚を上げる
左右1分間ずつ、
1日3回が目安



お尻を後ろに引く
ようにします！

肩幅より少し広めに
足を広げて立つ
深呼吸をするペース
で5～6回程度
1日3セットが目安

地域の先生紹介 三代内科クリニック

●当院の歴史と特徴

1993年4月から2002年8月まで、旧株式会社日立製作所水戸総合病院（現株式会社日立製作所ひたちなか総合病院）に勤務後、2002年10月よりひたちなか市長堀町に開業し早いもので16年になります。

その間、ひたちなか総合病院や地域の先生方に大変お世話になり、この紙面を借りて改めて御礼申し上げます。おかげさまで患者さんにも恵まれ、消化器内科の患者さんを中心に、毎日幅広く内科系の患者さんを診察しております。近年では、専門の上下部内視鏡検査を年間1,000例ほど実施しております。皆様ご存知のように、この地域は医師を含めた医療資源や環境が非常に厳しい状況に置かれています。今後も、少しでも地域の力になれるよう努力していきたいと考えています。

●院長の横顔

1986年に岩手医科大学を卒業後、筑波大学内科系レジデント（消化器内科）を経て、1993年4月より旧株式会社日立製作所水戸総合病院内科に勤務し、2002年10月より三代内科クリニックを開業しました。日立市久慈町出身のため地元愛を持ち、日々医療を行っています。趣味はスポーツ観戦や実践ですが、最近はおっぱら見るほうです。



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 8時15分～16時30分（平日月曜日～金曜日）
茨城県ひたちなか市石川町20番1 TEL 029-354-5202（直通）
TEL 029-354-5111（代表） FAX 029-354-5220（直通）

「初診時選定療養費」料金改定のお知らせ

初診時選定療養費は、厚生労働省の方針により「地域の医院・診療所」と「200床以上の病院」との機能分担を進め、初期の診療は医院・診療所で行い、高度・専門医療は病院で行うことを目的として、平成8年4月に制定されました。その後、国の医療政策として、平成28年4月に紹介状なしで大病院を受診した場合の定額負担が導入され、平成30年4月には400床以上の地域医療支援病院には最低金額として、5,000円以上の徴収が義務付けられています。

当院では、他の病院又は診療所等からの紹介状を持たずに受けた初診時に各病院で定める選定療養費として、2,160円（税込）を徴収しておりましたが、地域密着型の急性期病院（地域医療支援病院）として医療機関の役割分担をより強化し、地域の患者さんに質の高い医療を提供することを目的として、平成30年10月1日より、3,240円（税込）に料金を改定させていただきますので、ご理解のほど、よろしくお願い申し上げます。ただし、他の医療機関からの紹介状をお持ちの患者さんは「初診時選定療養費」が免除されることになっておりますので、初診時には、紹介状をご持参くださいますようお願いいたします。

健康長寿の秘訣は、歯の健康から

総合健診センター 岩谷 悦子

みなさんは、自分の歯が何本あるか知っていますか？永久歯は親知らずを除き、全部で28本あります。「8020（ハチ・マル・ニイ・マル）運動」という言葉を聞いたことがある方もいるかと思いますが、これは80歳で20本の歯を残そうということで、1989年に厚生省（当時）と日本医師会が提唱した運動です。

人間の体の中で失って良いものは何もありませんが、最新の厚生労働省の調査によると、75歳以上の約9割は入れ歯を使用しているようです。

歯を失う2大原因は、むし歯と歯周病です。また、歯肉の炎症が全身の健康に悪影響を与えることも明らかになってきています。小さい頃からむし歯や歯周病のリスクを診断して、そのリスクをコントロールすることが出来れば、自分の歯を残していくことは可能です。

最近の歯科医療では、生涯にわたって自分自身の歯を残すことを「KEEP28」（キープ28）とよんでいます。「8020」のように年齢を設けてないことも、これから訪れる人生100年時代に向けて、人生の最後まで食事や会話を楽しみ、QOL（生活の質）を維持できるようにサポートする、予防歯科の社会的な取り組みが進んでいます。

当センターでは、人間ドックの当日に歯科検診を行っています。年1回の健診で自分の体と歯の健康チェックをお勧めします。



◆◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆◆

| 診療科 | 氏名 | 異動日 |
|---------|------------------|------------------|
| 消化器内科 | 鈴木 宏 清 | 退職 (2018. 9. 30) |
| | 水 井 恒 夫 | 採用 (2018. 10. 1) |
| 耳鼻咽喉科 | 柳 園 昂 太 | 退職 (2018. 9. 30) |
| 臨床研修医 | 城 山 真美子 | 退職 (2018. 7. 31) |
| | 福 蘭 隼 | 採用 (2018. 8. 1) |
| | 田 崎 篤 | 退職 (2018. 9. 30) |
| | 大 平 菜 月 | 退職 (2018. 9. 30) |
| | 松 村 文 明 | 退職 (2018. 9. 30) |
| | 江 平 桃 子 | 配転 (2018. 10. 1) |
| | 平 井 健 太 | 配転 (2018. 10. 1) |
| | 堀 籠 祐 一 | 採用 (2018. 10. 1) |
| | 加賀屋 駿 | 採用 (2018. 10. 1) |
| | 黒 田 啓 介 | 採用 (2018. 10. 1) |
| 宮 内 博 基 | 採用 (2018. 10. 1) | |