

2023年4月1日
78号

かけはし

ひたちなか総合病院広報誌

発行所 株式会社日立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 渡辺明宏
編集 広報委員会
<http://www.hitachi.co.jp/hospital/hitachinaka/index.html>
※バックナンバーは当院ホームページに掲載しております。

ごあいさつ — 地域を護る病院として —

院長 吉井 慎一



2023年4月、約3年間のコロナ禍から日常を取り戻す新年度が始まりました。今回流行した新型コロナウイルス感染症は、現在、新型インフル

エンザ等感染症に含む扱いで、2類感染症相当の対応を実施しています。政府は特段の事情が生じない限り、5月8日から感染症法上での分類を、「2類感染症」から「5類感染症」に位置付ける方針を固めています。医療提供体制なども段階的に、季節性インフルエンザと同等の体制に移行していく方針です。

一方で、すでに実際の日常生活や、経済活動は、ほぼコロナ前に戻っておりますが、コロナが再度流行する可能性は高いと思われまます。政府は、今回流行したコロナの分類を5類感染症に移行した後でも、大きな変異が起こって再び重篤性の高いウイルスなどが出現した場合に、新型インフルエンザ等感染症に含む「新型コロナ感染症」に指定することで、必要な医療提供や公衆衛生上（入院や隔離等）の対応をとれる仕組みをめざしています。

今までも病院は、インフルエンザ感染症に関し

て、重症例以外は外来診療を基本とし、不要不急の医療行為は延期して対応してきました。コロナ感染症に関しても同様で、入院が必要な患者には十分な感染対策は当然必要で、今後もインフルエンザ、コロナともに疑いがあれば検査は適切に行っていきます。多くの医療機関で、5類移行後の対応を検討している所ですが、政府あるいは県からの指針に従って適切に対応する必要があります。

4月からの当院の診療体制は、外科および、泌尿器科で医師の増員があり、他の診療科も現状の体制を維持できました。一方、皮膚科診療は、常勤医の変更を予定していましたが、後任医師の赴任が半年延期され、当面は週2回（火、木曜日）の非常勤医師で外来診療を行います。耳鼻咽喉科診療は、常勤医1名体制となり、手術は原則お受けできないこととなります。地域の皆様にご迷惑をおかけすることをお詫びします。今後も、安全で質の高い医療を継続して提供できるよう、医師の確保に努めていきます。

ウクライナ情勢、円安、物価高騰と日本は厳しい状況に置かれています。医療は直接価格に反映できないので、どの病院も今までにない厳しい経営状況になることが予測されます。どのような状況であれ、医療は重要な社会インフラで、当院は「地域を護る病院」として、今まで以上に職員一同頑張っていく所存です。

本年度もご支援のほど、よろしく申し上げます。

ひたちなか総合病院・総合健診センター休日のお知らせ

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

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センター休日



血液内科



化学療法センター センター長
血液内科医師 原田 匡一

血液内科は、文字通り「血液の病気」に対する診療を行う科です。なじみのない科と思いますが、実際のところ茨城県央・県北で血液内科のある病院は数えるほどしかありません。後述するような血液腫瘍は人口の高齢化に伴って増加の一途をたどっており、今後の地域医療における一つの課題とも考えられます。

当院は「常陸太田・ひたちなか医療圏」唯一の血液内科として、「地域への貢献」を最大の目標として日々の診療にあたっています。

当院は地域がん診療連携拠点病院であり、当科においても「白血病・骨髄異形成症候群・悪性リンパ腫・多発性骨髄腫」といった血液腫瘍が診療の大きな部分を占めています。当院にはご高齢の患者さんが多いため、抗がん剤治療（攻めの治療）のリスクが高い方に対する、外来輸血などの支持療法（守りの治療）にも力を入れています。抗がん剤治療を行う場合でも、最近は治療薬などの進歩がめざましく、病気の種類によってはほとんど入院を要さずに外来で治療を進めることも可能となっています。

当院の血液内科は常勤医は1名のみ態勢であり、他職種との連携が欠かせません。看護師・薬剤師・リハビリテーション科スタッフ・臨床検査技師・診療アシスタントといった方々と強固に結びついており、「チーム医療」が円滑に進められるのも当科の強みです。もし血液の病気と言われても、諦めることはありません。心配事など、気軽にご相談ください。

よりよい治療経過、よりよい在宅生活に向けて、私たちがチームでしっかりサポートいたします。



原田医師と多職種チーム

化学療法室のご紹介

抗がん剤と聞くと「すごくつらそう」というイメージがありますが、現代の治療は以前に比べ副作用が少なく、支持療法の進歩により初回から外来で治療できることもあります。安全・確実に投与を行い、主治医・薬剤師と密に連絡を取り合っ、よりよい治療ができるよう努めています。

また、がん化学療法看護認定看護師もあり、がんと共に生きる患者さんの日常生活、日頃の思いを受け止め、安心して過ごしていけるようサポートしています。いつでもご相談ください。



化学療法室看護師

右から2番目が澤畑ひろみ看護師（がん化学療法看護認定看護師）

地域の先生紹介

さくら水戸クリニック

当院は2002年（平成14年）に、ひたちなか市に法人内2番目の夜間透析の出来る透析施設、有床診療所（19床）として開院しました。医療部門の他にデイケアセンター、ケアプランセンターを併設しております。

鶴田院長をトップに、郡司院長代行の腎臓内科外来、透析患者へのPTA、シャント造設オペや、今後は鶴田副院長の泌尿器患者への外来、オペなどを予定しております。今後も医師3名体制で地域医療の為、ひたちなか総合病院と連携し活動をしてまいります。



院長代行 郡司 真誠
元水戸済生会総合病院
腎臓内科部長

院長 鶴田 敦
元株式会社日立製作所
水戸総合病院院長

副院長 鶴田 大
元秋田大学医学部
腎泌尿器科助教

腎臓内科専門医
総合内科専門医
認定内科医

医学博士
泌尿器科専門医

医学博士
泌尿器科専門医
がん治療認定医



医療連携に関するお問い合わせは地域医療連携推進室へ

8：15～16：30（月曜日～金曜日）

TEL 029-354-5202（直通）

FAX 029-354-5220（直通）

ウォーキングでフレイル予防

リハビリテーション科 佐藤 誠

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために、健康な高齢者が2週間家の中であまり動き回らない生活をしたことで、脚の筋肉量が3.7%減少したという報告がありました。これは、約3.7年分の老化に相当します。不活発な生活をする事でフレイルの状態となり、転倒・骨折、認知の発症などの危険性が高くなります。



感染対策をしながら、体操やウォーキングなどの運動を継続していきましょう。正しい姿勢での歩き方は、目線を歩く方向に向け背筋を伸ばし、足は踵から地面につき歩幅を大きくとります（写真を参照）。また、体調に合わせて息が軽くはずむ程度のスピードで歩くことが望ましいです。
目標値（成人）：1日あたり
男性9,200歩、女性8,300歩
目標値（70歳以上）：1日あたり
男性6,700歩、女性5,900歩

季節の変わり目は、体と心の疲労に 注意しましょう

総合健診センター 岩谷 悦子

春は、気候はもちろんのこと、新しい職場や仲間、引越など「変化」の多い季節です。気温高低差に伴う体温調節や、新しい環境での心の疲労など、いきなりの変化に順応することができず、体と心にストレスを抱えやすい時期です。「ちょっと疲れたな」と思ったら無理せず、少し立ち止まって体と心に向き合ってみましょう。

今回は体と心のバランスを整える生活のポイントをご紹介します。

1. 生活のリズムを整える

ポイントとなる時間は3つ！「起きる時間」「寝る時間」「朝昼夕の食事の時間」です。これらが、毎日なるべく同じ時間になるように心がけ自分に合ったリズムを刻みましょう。

2. 睡眠の質を上げる

ゆっくり入浴し、軽いストレッチをすると体と心の緊張がほぐれます。就寝前の携帯電話やテレビの使用は控えましょう。

3. 栄養バランスのよい食事をとる

朝食は、しっかり摂りエネルギーを補給しましょう。ビタミンやミネラルが豊富な野菜や果実が不足しないように心がけましょう。旬の食材は、その季節に必要な栄養素を摂ることができます。

4. 休養をとる

休日には何もしない、のんびりした時間も必要です。プライベートも忙しくし過ぎないように気をつけましょう。音楽を聴いたり、散歩をしたり、自分なりのリラックス法で休日を過ごしましょう。

5. 体温調節をしっかりとする

気候が不安定な春には、薄物の重ね着を心がけ首、手首、足首を冷やさないように工夫しましょう。

春は、気候の変化だけではなく、生活の環境も大きく変化する時期です。日頃からご自身の体と心の声に耳を傾けて早めのケアを心がけましょう。

◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆

診療科	氏名	異動日
内科	石川 敬資	退職 (2023. 3. 31)
	根本 陽介	退職 (2023. 3. 31)
	平野 祥嗣	退職 (2023. 3. 31)
	安東 敬仁	採用 (2023. 4. 1)
	石川 雄大	採用 (2023. 4. 1)
	田中 真由子	採用 (2023. 4. 1)
	手島 修	採用 (2023. 4. 1)
	和田 拓海	採用 (2023. 4. 1)
総合内科	山田 修三	退職 (2023. 3. 31)
	藤澤 薫	採用 (2023. 4. 1)
	山崎 勇輝	採用 (2023. 4. 1)
	桐花 玲奈	採用 (2023. 4. 1)
循環器内科	藤原 崇	退職 (2023. 3. 31)
	土屋 亮介	採用 (2023. 4. 1)
呼吸器内科	中泉 太佑	退職 (2023. 3. 31)
消化器内科	安部 計雄	退職 (2023. 3. 31)
	辻 実季	採用 (2023. 4. 1)
リウマチ科	奥田 紗帆	退職 (2023. 3. 31)
消化器外科	力石 晃爾	採用 (2023. 4. 1)
	針替 研太	採用 (2023. 4. 1)
	松尾 康平	採用 (2023. 4. 1)
耳鼻咽喉科	佐藤 健徳	退職 (2023. 3. 31)
泌尿器科	柳橋 亮太	退職 (2023. 3. 31)
	土屋 春樹	採用 (2023. 4. 1)
	渡邊 真広	採用 (2023. 4. 1)
皮膚科	南野 義和	退職 (2023. 3. 31)
	奥根 真里	採用 (2023. 4. 1)
リハビリテーション科	深谷 考平	採用 (2023. 4. 1)
臨床研修医	上原 朋也	退職 (2023. 3. 31)
	奥田 達也	退職 (2023. 3. 31)
	小林 裕一	退職 (2023. 3. 31)
	櫻井 亮佑	退職 (2023. 3. 31)
	高野 竜馬	退職 (2023. 3. 31)
	塚田 亮羽	退職 (2023. 3. 31)
	平岡 壮磨	退職 (2023. 3. 31)
	星 玲翔	退職 (2023. 3. 31)
	安岡 健太	退職 (2023. 3. 31)
	吉武 寛隆	退職 (2023. 3. 31)
	安 勇哲	採用 (2023. 4. 1)
	大原 由莉	採用 (2023. 4. 1)
	児玉 はるか	採用 (2023. 4. 1)
	篠田 正晃	採用 (2023. 4. 1)
	下田 響平	採用 (2023. 4. 1)
	高森 千華	採用 (2023. 4. 1)
	田中 正太郎	採用 (2023. 4. 1)
	寺門 正尊	採用 (2023. 4. 1)
	早川 典宏	採用 (2023. 4. 1)
	松田 絵理	採用 (2023. 4. 1)
宮崎 匡史	採用 (2023. 4. 1)	
山口 航平	採用 (2023. 4. 1)	