

2025年4月1日  
86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

2025年4月、当院だけでなく、この地域にとっても大きな医療改革の開始を予感させる重要な新年度が始まりました。

皆様は「二次医療圏」についてご存じでしょうか。「二次医療圏」とは、医療法で規定する区域として、精神病床と感染症病床（結核含む）を除いて、主として病院および診療所の病床の整備をはかるべき地域的単位です。概ね60分以内に良好な医療が受けられることをめざし、この地域的単位で急性期患者の入院医療体制、市町村域を越える体制整備が進められてきました。

ここ数年、急速な少子高齢化が進む中、特に人口減少が加速する地域では、すでに医師や看護師の人員不足も生じています。また大学病院などからの多数の病院への医師派遣も「働き方改革」で困難になっています。急性期医療を中心に、2040年以降、ほぼすべての地域で患者数も減少していき、介護の需要が増大すると言われています。このような状況で、多くの地域で、二次医療圏内での病院再編、さらには複数の二次医療圏間での再編・機能分化が加速しています。

2025年2月19日、県知事は「県立こども病院と

県立中央病院を統合、10年以内に水戸インター近くに新病院を設立する」と会見で発表しました。この新病院が県央・県北地域の「がん」「小児」「周産期」の医療を中心に提供する計画です。県は、水戸地域医療構想調整会議の合意のもと、この計画を水戸医療圏の6病院を2つの拠点病院を中心とした病院群に再編する方向性の一步としています。

さらに茨城県では「広域医療圏域」という構想が進んでいます。「水戸医療圏」「常陸太田・ひたちなか医療圏」「日立医療圏」の三つの医療圏で「県央・県北医療圏域」を作り、少ない医療資源のなか、効率よく医療を提供するため、より集約すべき医療を中心に機能分担を図ります。当院がある「常陸太田・ひたちなか医療圏」は、面積が広大で医師数はワースト10に入っています。医療の約40%を水戸医療圏に依存しているため、ここ10年はひたちなか市だけでなく、多くの自治体が影響を受けることになります。

当院が「地域を護る病院」としての役割を果たすためには、地域の病院や診療所、介護施設とのこれまで以上の連携が不可欠です。また、地域の皆様の当院の急性期病院としての役割や早期退院へのご理解、ご協力がなければ、病院の存続そのものにも影響が生じます。今後、医療経営はますます厳しくなりますが、職員一丸となって地域医療に貢献する気持ちです。今年度も皆様のご理解・ご協力よろしくお願ひします。

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

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センター休日



## リハビリテーション科



リハビリテーション科  
海老原 一彰医師

当リハビリテーション科は、現在常勤医2名（リハビリテーション科専門医1名、専攻医1名）、理学療法士29名、作業療法士23名、言語聴覚士10名の体制で、多職種や他の診療科と連携しながらチーム医療に取り組んでおり、急性期、周術期、回復期、生活期などすべての段階で滞りなくリハビリ（以下、リハ）が実施できるよう業務に取り組んでいます。

当院は、急性期病院でありながら回復期リハ病棟50床を有しており、回復期リハ病棟数が少ない茨城県において、地域における回復期リハの中心的医療機関として、他院からも多くの患者を受け入れており、質の高いリハを365日休みなく提供することで、在宅復帰率80%以上の実績を維持しております。

また、急性期病棟においても、可能な限り早期から介入できる体制を取っており、特に脳卒中発症直後や、整形外科術後などの患者に対しては休日であってもリハを実施していて、入院からリハ開始までの期間が平均2.2日と非常に早期から介入できています。

その他の取り組みとしては、ひたちなか市と連携し、地域住民のフレイル予防、介護予防のための介護予防事業に療法士を派遣していたり、勝田特別支援学校の教員と連携し、児童の運動・精神発達への支援、関わり方について、年2回勉強会を開催するなど、地域支援についても積極的に取り組んでいます。



リハビリテーション科のスタッフ

今後も、専門的なリハを行える医療機関として地域との連携をより深めていき、個々の患者さんのニーズに応じた質の高いリハの提供を続けていけるよう努力していきたいと思っております。

## 骨折リエゾンサービス (Fracture Liaison Service : FLS)

脆弱性骨折とは骨の強度が低下し、わずかな外力で生じる骨折です。一度、脆弱性骨折を起こした患者さんは次の骨折のリスクが非常に高く、骨折治療を受けた患者さんの次の骨折を未然に防ぐことは本人のみならず、家族、地域社会にとっても極めて重要です。

FLSとは医師、薬剤師、看護師、管理栄養士、理学療法士、事務員など各職種の強みを生かして、チームとして骨粗鬆症治療の開始、治療を継続することに努める取り組みです。

当院では2名の骨粗鬆症マネージャーを含む、14名のメンバーで薬物治療の管理、リハビリテーションなど様々な視点から次の骨折予防に繋がっています。



FLSチーム

## 地域の先生紹介

### 中山整形外科

当院は昭和58年に先代が創業した中山病院を令和3年3月に大成町商業施設に移転して中山整形外科として新たに開業しました。ひたちなか総合病院からは南に約500m、ひたちなか海浜鉄道金上駅の近くで、ヨークベニマル大成店、常陽銀行ATM、クリーニング、ドラッグストアを含めた商業施設の駐車場の奥の方にあります。診療の際に買い物などの用事を済ませることが出来るとも便利な立地になっています。

整形外科は外傷、骨、関節、筋肉や神経を扱う幅の広い科目ですが、当院は痛みの治療や運動器リハビリ、骨折の予防に力を注いでいます。私自身は東日本大震災の直後から14年間、ひたちなか総合病院で木曜日の外来診療を担当させて頂いているのでスムーズな連携ができており、手術治療が必要な方の治療にも携わっています。



中山 知樹院長



医療連携に関するお問い合わせは地域医療連携室へ

8:15~16:30 (月曜日~金曜日)

TEL 029-354-5202 (直通)

FAX 029-354-5220 (直通)

## 在宅療養の支援（訪問看護）

病気になったとき「最期まで家で生活したい」という願いは、誰もがもっているのではないのでしょうか。そのお手伝いの方法のひとつとして訪問看護の紹介をします。

訪問看護は、地域で暮らす小児から高齢者まで、すべての年代の方を対象に利用することが出来るもので、かかりつけの医師から指示を受けて、看護師が利用される方のご自宅へ訪問します。医療の専門職がご自宅へ伺うことで、介護職などへ情報提供を行いながら連携を図ることが容易になり、その人に合ったケアなどをその他の関係職種と協力し合い、住み慣れた地域で自分らしく療養するお手伝いをしています。

### 〈訪問看護サービスの内容〉

- ・病状の観察
- ・日常生活の世話、指導
- ・医師の指示による医療処置、管理
- ・医療機器の管理
- ・介護者の支援
- ・ターミナルケア
- ・リハビリテーションなど

### 〈訪問看護の相談はどこにすればよいか？〉

- ・介護保険をご利用されている方は担当のケアマネジャーへ相談してください。
- ・かかりつけの医師、看護師や病院の相談窓口でご相談ください。
- ・地域の地域包括支援センターへ相談してください。

### 〈料金について〉

- ・介護保険や医療保険など病気や病状などにより変わります。
- ・訪問看護師からの説明の際にご確認ください。

在宅療養を受けるご本人だけでなく、介護者も不安を感じる人が多いと思います。介護者だけで抱え込まずに、それぞれの専門職にアドバイスをもらいながら、住み慣れたご自宅などで長く生活できるような環境を整えていきましょう。また、主治医やケアマネジャー、訪問看護師などの協力を得ながら、自分たちにとって一番良い在宅療養のカタチを見つけていきましょう。

## 「座りっぱなし」を予防しましょう

保健師 岩谷 悦子

私たちの生活を振り返ってみると、座っている時間が多いことに気づく人は多いでしょう。日本は、「座りすぎ大国」と呼ばれ、世界と比較しても座り時間が長いという統計が出ています。厚生労働省の身体活動・運動の目安となる指針も10年ぶりに見直しが行われました。新たに2024年度より「座位行動」という言葉が追加され、座りっぱなしに注意を呼びかけています。「座位行動」とは、座っていたり、横になっている状態のことです。

### 〈座りっぱなしの体への影響〉

座りっぱなしは、肥満や筋力の低下、血行不良や腰痛などを引き起こし、メンタルヘルスにも悪影響を及ぼします。ふくらはぎは「第2の心臓」と呼ばれるほど、血液の循環を助けていますが、座りっぱなしの状態では運動している時よりも明らかに動いていません。さらに心臓病や2型糖尿病、がんなどの病気のリスクが高まり、死亡率も高くなってしまいます。ご高齢の方には、認知症のリスク増など、健康を損ねる一つのきっかけになる可能性があると言われています。そして、それぞれのリスクが他のリスクを高めてしまう危険が大きいことにも注意が必要です。

### 〈座りっぱなしを防ぐ対策〉

- ・デスクワーク中は30分に一度立ち上がり、つま先や踵上げ運動をする
- ・座ってテレビを見る時間を減らす
- ・テレビを見ている時はCM中に立ち上がり、ストレッチや家事をする
- ・階段で行ける場所は階段で行く
- ・インターネットやスマートフォンは時間を決めて使用する
- ・電車やバスを利用する場合は席が空いていても座らず、極力立つ
- ・近所の用事は出来るだけ徒歩や自転車で行く

### 〈まとめ〉

座りっぱなしの最大の対策は、こまめに立って体を動かすことです。ほんの少しだけ日頃の意識と行動を変えることが、座りっぱなしによる悪影響を予防することにつながります。今日からご自身の出来ることから無理せず行ってみてください。

## ◆◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆◆

診療科	氏名	異動日
総合内科	鳥羽 智美	退職 (2025. 3. 31)
	米村 拓	退職 (2025. 3. 31)
	阿久津 開	採用 (2025. 4. 1)
循環器内科	佐藤 虞美	採用 (2025. 4. 1)
	土屋 亮介	退職 (2025. 3. 31)
	目良 麻衣	退職 (2025. 3. 31)
神経内科	中谷 敦	採用 (2025. 4. 1)
	堀口 花実	退職 (2025. 3. 31)
	南橋 丈瑠	退職 (2025. 3. 31)
呼吸器内科	佐久間 萌	採用 (2025. 4. 1)
	武石 岳大	退職 (2025. 3. 31)
消化器内科	辻 実季	退職 (2025. 3. 31)
	長尾 剛太郎	退職 (2025. 3. 31)
	安東 敬仁	採用 (2025. 4. 1)
リウマチ科	後藤 美智	採用 (2025. 4. 1)
	菱沼 智紀	採用 (2025. 4. 1)
消化器外科	小山田 幸平	退職 (2025. 3. 31)
	鴨志田 愛	退職 (2025. 3. 31)
	秋山 睦貴	採用 (2025. 4. 1)
整形外科	井上 芳樹	採用 (2025. 4. 1)
	伊藤 弘樹	退職 (2025. 3. 31)
	鈴木 秀典	退職 (2025. 3. 31)
	浅沼 美帆	採用 (2025. 4. 1)
泌尿器科	西浦 悠人	採用 (2025. 4. 1)
	宮崎 裕大	採用 (2025. 4. 1)
	古川 健太	退職 (2025. 3. 31)
リハビリテーション科	佐藤 康生	採用 (2025. 4. 1)
	池田 祥尚	退職 (2025. 3. 31)
臨床研修医	岡林 晃子	採用 (2025. 4. 1)
	浅原 真由	退職 (2025. 3. 31)
	熊澤 翔太	退職 (2025. 3. 31)
	高森 千華	退職 (2025. 3. 31)
	杉原 汰樹	退職 (2025. 3. 31)
	平川 駿	退職 (2025. 3. 31)
	平塚 瑞歩	退職 (2025. 3. 31)
	松田 絵理	退職 (2025. 3. 31)
	松本 はるか	退職 (2025. 3. 31)
	宮崎 匡史	退職 (2025. 3. 31)
	山口 航平	退職 (2025. 3. 31)
	大賀 浩銘	採用 (2025. 4. 1)
	奥 泉 類	採用 (2025. 4. 1)
	小野 恵実	採用 (2025. 4. 1)
	清成 千尋	採用 (2025. 4. 1)
田中 健太郎	採用 (2025. 4. 1)	
寺門 正興	採用 (2025. 4. 1)	
新田 愛友奈	採用 (2025. 4. 1)	
森川 綾子	採用 (2025. 4. 1)	
山形 光平	採用 (2025. 4. 1)	