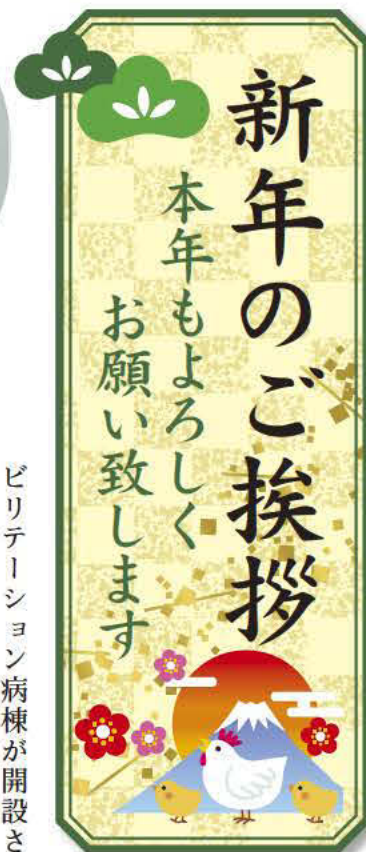




明日のなめがた

Tsuchiura Kyodo Hospital Namegata District Medical Center



病院長 亀田 尚徳

平成29年1月1日より当院の病院長を拝命いたしました亀田尚徳でございます。自己紹介と当院の運営について述べさせていただきます。

2000年6月に当院が開院となりました。私は開院当初より整形外科医として勤務しております。こちらに赴任する前は水戸赤十字病院にて診療しており、その当時から、鹿行地区からの受診の方が多かったため、この地区の医療過疎の程度は感じておりました。開院初日より、大勢の方が受診しに来ていただき、ますます鹿行地区のみならず、当院に対する期待が大ききことを肌で感じました。以来整形外科部長として診療にあたり、現在に至ります。

2006年4月に救命センター棟が開設され、救急医療の充実を図り、2013年6月に回復期リハ

ビリテーション病棟が開設され、より地元のニーズに対応できる体制になってきております。整形外科での骨折術後、人工関節術後、脳血管障害の急性期治療が終了して引き続きのリハビリが必要な方などのより充実したりハビリテーションを提

供してまいります。また、2016年3月には土浦協同病院の移転に伴い、病院名を現在の名称に変更し、医師の確保をはかり鹿行地区の医師不足の解消に努めてまいりました。また、当院での休診科をなるべく少なくして、鹿行地域の救急医療をしっかりと担えるように、努力してまいります。健康管理センターを併設しておりますので、各種ドック、一般健康診断などご利用いただけます。みなさまの期待とニーズを捉えながら、病院運営をしてまいります。また、整形外科医としても、今まで通り診療してまいりますので、これからも引き続き皆様方の温かいご支援、ご指導をよろしくお願いいたします。

新年のご挨拶



事務部長 大島 民部

新春のお慶びを申し上げます。皆様におかれましては、良き新年をお迎えのことと存じます。本年1月1日より事務部長を拝命いたしました大島でございます。

昨年は病院名称を土浦協同病院がた地域医療センターと変更し、土浦協同病院との連携を強化し医師を始めとした職員同士の交流を行ない地域医療の充実

新年のご挨拶



看護部長 森田 町子

新年明けましておめでとうございます。昨年は看護部にとって大きな飛躍の一年となりました。

最大の目標でありました日本医療機能評価機構での再受審と新たに副機能（リハビリテーション病院）の受審も無事終了し認定されました。さらに、透析認定看護師と摂食・嚥下障害認定看護師が誕生し認定看護師が四名体制で組織横断的活躍が期待されることとなりました。

努めてまいりました。また病院機能評価の更新審査があり、無事に終了し認定されました。

医療情勢としては、高齢化社会に向けての、病床報告制度が始まり医療機関の機能分化、地域医療ビジョンの策定等が進められており当院としても病院の機能の充実を図りその役割を明確に示していくかなければなりません。また厚生連病院・公的医療機関としての使命のもと、組合員並びに地域住民の皆様へ、質の高い安全で安心な医療を提供し地域の方々の期待に応えられるよう微力ではございますが、頑張りますので本年もよろしくお願

いします。最後にありますが、皆様にとって本年が健康で幸せに満ちた年でありませうようお祈り申し上げます。

また、地域の皆様の健康維持・増進のため「健康相談コーナー」や行方市と協力し予防から治療、そして在宅に至るまでの幅広い「健康教室」を開催いたしました。医療を取り巻く環境は厳しさを増すばかりですが、今年の干支は「酉」由来、縁起話を調べてみますと「鳥」は人に時を報せる動物。「とり」は「とりこむ」と言われ商売などに縁起の良い干支とされておりその特徴は「親切で世話好き」と書かれていました。様々な取り組みを通し地域に根ざした中核病院として患者さんやご家族の方々に信頼されるよう職員一人ひとりが心と心のふれあう温かい誠実な看護の提供に向けて努力してまいります。

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

中学生の職場体験

職業観や勤労観を学び将来の進路選択に役立てる事を目的に、近隣の玉造、北浦、麻生中学校の2年生18名が医療職を希望し看護体験に来院しました。

病院見学のあと、車椅子・ストレッチャーの乗車や搬送体験、血圧・脈拍測定、患者様とのコミュニケーションなど様々な体験をしました。看護師の働いている姿を見て「大変だけど人の役に立つやりがいのある仕事」「やっぱり看護師さんになりたいと思う気持ちが強くなりました」と目を輝かせながら話してくれた。未来の看護師たちの言葉が印象的でした。

私自身も看護師としての仕事の喜びを再確認する機会となり、日々の業務の励みとなりました。

看護師の魅力を発見してくれてありがとう！感謝です！職場体験を通して、少しでも多くの生徒さんが看護師の道を選択し、いつか当院で一緒に働けることを楽しみにしています。

看護師長兼教育担当 広瀬真知子

救急医療表彰

私、この度茨城県救急医療功労者として茨城県知事より表彰状をいただくことが出来ました。これは当院の職員の代表者としていただいたもので、職員の皆様の日頃からの努力のお陰にほかなりません。あらためて感謝いたすとともに今後も当地域の住民の方々のためによりしくお願いする次第です。

統括院長補佐 清水純一



知事表彰を頂戴する事ができ誠に光栄です。鹿行地区は厳しい医療現状にあります。が、今後も地域の皆様が安心して受診できる病院作りに貢献できればと思います。

看護部 飯村早苗



学会報告

第65回 日本農村医学会 学術総会に参加して

開催日 平成28年10月27日～28日
場所 志摩市阿児アリーナ、志摩観光ホテルザ・クラシック、伊勢志摩ロイヤルホテル



いくつかの発表を拝聴しましたが、中でも3Dプリンタの活用に関する口演は、自分たちが撮影した骨や心臓などの3D画像を、実際にフィギュアにして患者様への説明に使用するという、「ついにこんな時代が来たか!」と思わせるような目新しい発表でした。

放射線部 小室翔平

「当院の回復期リハビリ病棟の現状と課題」について発表を行いました。開設して4年目ですが、全国の回復期リハビリ病棟と比べてリハビリの効果に大きな差がないことを発表しました。さらにレベルアップを図り、地域に根差したリハビリを提供していきたいと思えます。

リハビリテーション部 千ヶ崎直樹

三重県で開催された第65回日本農村医学会に演題名「血管造影室更新における臨床工学技士の取り組み」を口演発表しました。学会では高齢化社会に伴い地域医療の重要性が多く取り扱われていました。今後院内や地域のニーズに沿った業務の確立を行っていきます。

臨床工学部 臨床工学技士 山口克樹

病院機能評価を受審して

平成18年に認定を受け、今回更新のため病院機能評価を平成28年5月26日27日の2日間訪問審査を受け10月に5年間の認定を受けましたので報告します。

今回は3rdG: Ver.1.1の機能種別版評価項目の審査が行われました。

当院は主たる機能：一般病院2（主として、二次医療圏等の広い地域において急性期医療を中心に地域医療を支える基幹的病院）副機能：リハビリテーション病院として認定基準を達成している認定病院の評価を受けました。

職員の皆様長期間に渡る準備大変お疲れ様でした。

病院機能評価とは、病院を対象に組織全体の運営管理及び提供される医療について日本医療機能評価機構が中立的・科学的・専門的な見地から評価したものです。審査内容は安全で安心な

医療が受けられるよう、4つの評価対象領域「患者中心の医療の推進」「良質な医療の実践1」「良質な医療の実践2」「理念達成に向けた組織運営」

から構成される評価項目より審査が行われました。



「胸郭」を柔らかく
保つ秘訣

前回から「胸郭（きょうかく）」の動きが悪くなると、疲れやすくなったり、全身の痛みのもととなったりすることを説明してきました。

今回はその「胸郭」を柔らかく保つために必要なセルフエクササイズを解説していきます。

③ 足の幅は肩幅ぐらいに開きます

④ 骨盤を中心に、金魚になったイメージでお尻を左右にユラユラ動かす。

⑤ 目安は1秒間に1〜2回、リズムカルなテンポで2分間。慣れてきたら3分続けます。

※①〜⑤を朝晩計2回、1回2分程度行うだけ。慣れてきたら好きなだけ行っても良い。

●エクササイズ
『うつぶせユラユラ』

① 枕を抱えて、ふとんや床の上でうつぶせになる。
② 顔は左に向け、足を開き、手は楽な位置に置いて、上半身の力を抜く。

●エクササイズ
『座ってユラユラ』

① イスの背もたれを前に向けて軽くつかみ、足を開いて腰かける。

●エクササイズ中の注意点

① 一生懸命にやらない
② 行いながら数をカウントしない
③ リズミカルにゆったり行う
④ お尻の左右（坐骨）でユラユラゆるめる。

エクササイズ『座ってユラユラ』



お尻の左右でユラユラゆるめる。

エクササイズ『うつぶせユラユラ』



枕を抱えて、うつぶせになる



足の幅は肩幅ぐらいに開きます



お尻を左右にユラユラ動かす。

効果が表れる目安

痛みのある人は始めてからすぐに、あるいは1週間ぐらいで効果を実感できます。

引用図書・痛みはうつぶせで治さない

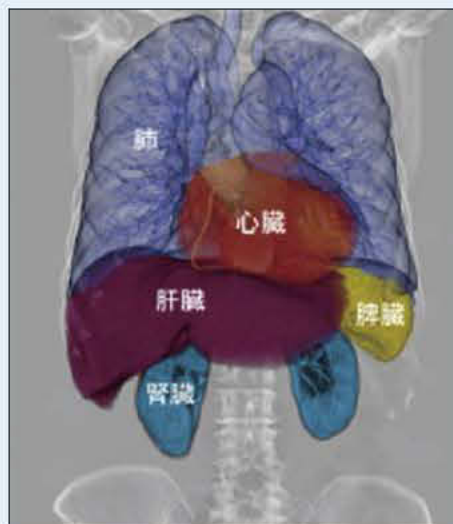
著・舟波真一・山岸茂則
出版社・株式会社小学館

リハビリテーション部

放射線部クイズ vol.04

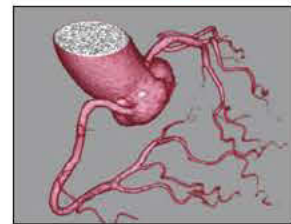
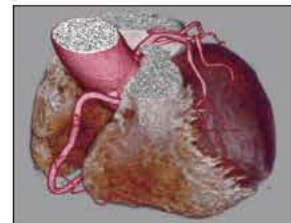
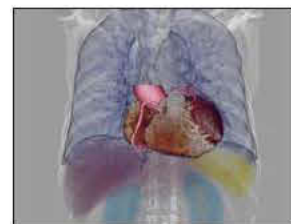
今回はCTの画像から出題です。みなさんデジカメや携帯電話を使って写真を撮る事があると思いますが、その時写真がブレてしまった経験はありませんか？放射線部で行われる撮影も、同じように動きに弱いため、撮影中に動いたり、息止めが上手にできないと写真がブレてしまいます。しかし時には『動いている臓器』を検査する事があります。

Q：右の画像の中で息止めをしても、絶えず動いている臓器はどれでしょうか？



答えは『心臓』です。

〈解説〉心臓は毎日休まず動いている臓器です。肺や肝臓、腎臓、脾臓などは、呼吸を止めて動きを抑えて撮影することができますが、心臓は止めることはできません。そこで心臓の写真を撮るときには、造影剤と心電図を使いながら心臓の拍動の中で一瞬止まっているタイミングを狙って撮影することで、まるで止まっているかのような写真を撮影することができます。





健康教室



平成28年度 健康教室

平成29年度 健康教室

第1回健康教室
「自分だけの腰痛体操を知ろう！」
リハビリテーション部 杉田先生
平成28年5月12日 開催

腰痛にも色々種類があることが分かりました。自分にあった腰痛体操を見つけることが出来たのではないのでしょうか。
毎日少しずつ継続して体操を行い、腰痛の予防をしていって下さい。

看護部 健康管理委員会

第2回健康教室
「子どもの健康をささえるには」
小児科医師 太田先生
平成28年7月14日 開催

大人は、痛い、がゆい、これはだめだな、など症状があればすぐに対処できますが、こどもは訴えることが難しいため、大人である私たちがいかに早く気づき早く対処してあげてあげないといけません。急に症状が出たときは、びっくりして戸惑ってしまうかもしれませんが、今回の講義で対処法などを聞くことで、おたのてでも参考になったと思います。

看護部 健康管理委員会

第3回健康教室
「骨粗しょう症について」
整形外科医師 新井先生
平成28年9月8日 開催

老後を元気に生活するためにも、骨を折らないよう予防が大切です。
今回は、骨粗しょう症の原因と予防について整形外科医の新井先生に講義を受けました。多くの方が講義に来て下さり大変好評でした！

看護部 健康管理委員会

第4回健康教室
「感染症の予防と対策」
感染症専従看護師 高橋先生
平成28年11月10日 開催

秋から冬にかけてノロウイルスやロタウイルスが流行してきます。感染しない、拡大させないための予防策として手洗いの方法などを学びました。

看護部 健康管理委員会

平成29年度 健康教室のご案内

平成29年度は

- ・目の病気
- ・リハビリ体操関連
- ・在宅看護（口腔ケア・足のケア）
- ・生活習慣病

などで内容を検討しています。

なめがた地域医療センター
看護部 健康管理委員会

参加費はかかりませんので、
お気軽にお越しください。
皆さまのご参加をお待ちしております。

看護部 健康管理委員会

土浦協同病院 なめがた地域医療センター 外来診察表

外来診察表（午前） 平成29年1月1日～ ■受付時間／（平日）8時30分～11時30分 （土）8時30分～11時00分まで
■毎月第2・4土曜日は休診です

科	診察室	月	火	水	木	金	土
内科	1診	荻島(膠原病)	湯原(膠原病)	湯原(膠原病)	儘田(神経)	湯原(膠原病)	東光(膠原病)
	2診	高部(呼吸器内科)	高部(呼吸器内科)	本田(循環器予約)	高部(呼吸器内科)	梅本(循環器)	湯原(膠原病)
	3診	平谷(循環器予約)		荻島(膠原病)	荻島(膠原病)		市毛(総合)
	4診	栗田(血液)	山尾(循環器)	鈴木(消化器)	山口(循環器)	山口(循環器)	
	5診	市毛(総合)			第1・3 神山 (糖・内分泌完全予約制)	小原(腎内)	
小児	1診	土浦協同病院医師					
	2診	太田	太田	太田	太田	太田	太田
	3診						
外科	1診	滝口	平沼	飯塚	平沼	飯塚	飯塚
	2診	李		李	李		
脳外	1診	大木	田畑	山本	田畑	田畑	田畑
	2診		大木	ティブアーパー	ティブアーパー	大木	
整形	1診	亀田	亀田	亀田	佐藤	長島	第3 亀田
	2診	新井	佐藤	新井	新井	新患・急患・予約のみ	第1・5 新井 佐藤
婦人	1診	土浦協同病院医師	大久保			横田	
皮膚	1診				松永(1/12・26のみ)		
泌尿器	1診	立岡	大石	石丸(1/11・25のみ)			宮川
眼科	1診		浅野	浅野第2・4・5のみ	10:30 まで	浅野	浅野
	2診	井口	井口	井口		井口	浅野
耳鼻	1診		田淵		林		
ペイン	1診	藤井			藤井		禁煙外来(予約制)
透析	午前	河野	河野	土浦協同病院医師	河野	河野	1・3・5 高部
	午後	河野	河野	土浦協同病院医師	河野	河野	(第2・4) 戸田