

Public relations magazine SAISEI Oh! MIYA

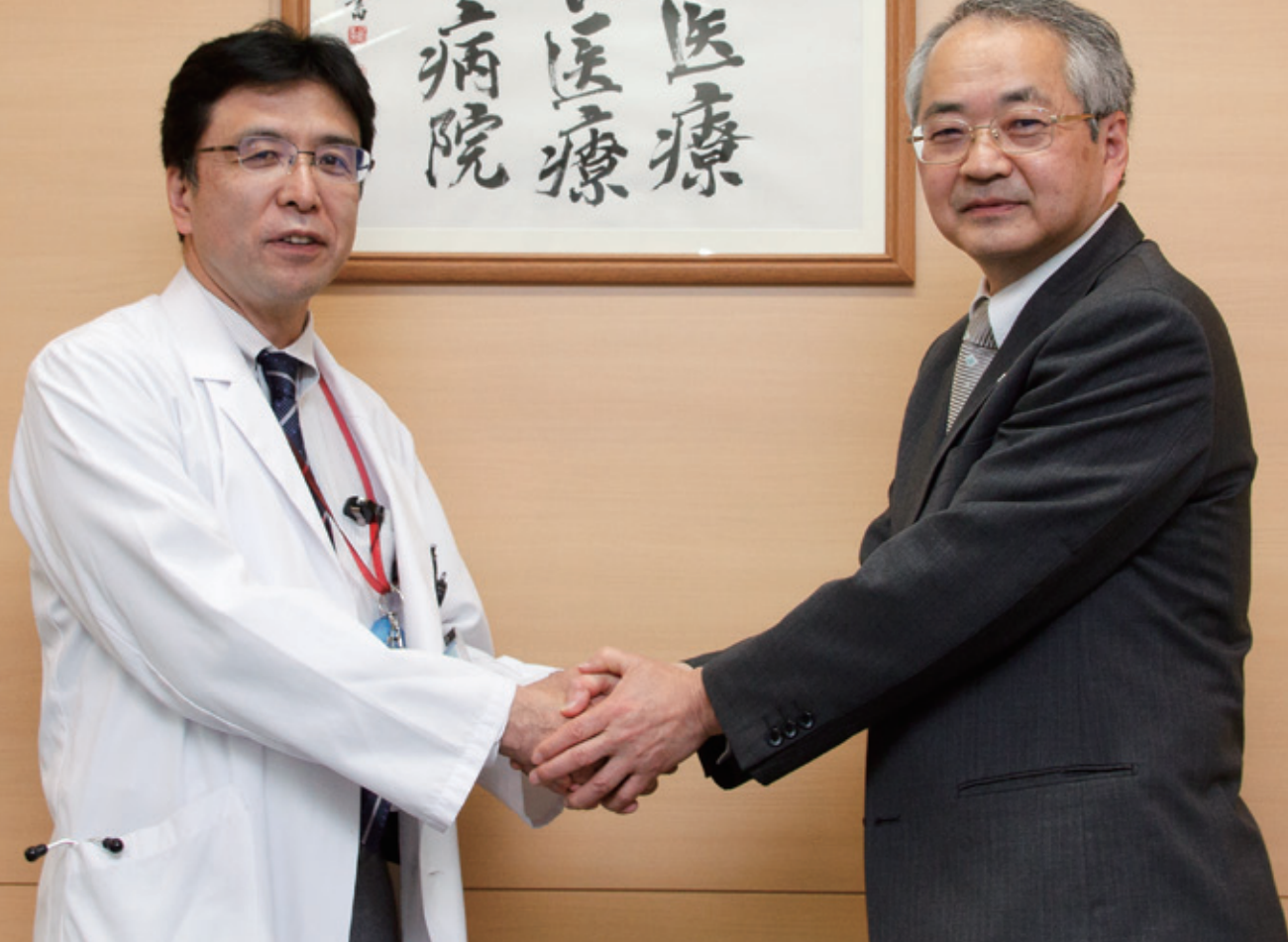
わたしたち常陸大宮済生会病院と
皆さんを結ぶ広報誌

さいせい
済生

あ

おみや

Hitachiomiya Saiseikai Hospital



特集 小島病院長就任

- 病院長就任にあたって
- 新任医師・新入職員紹介
- むくみ解消でスッキリ! ● 入職一年が過ぎて
- Oh!miya topics ほか

2018
第10号
春号

社会福祉法人 済生会支部 茨城県済生会
常陸大宮済生会病院

病院長就任にあたって

病院長 小島 正 幸



今年4月から、前任の河野院長を引き継ぎ、第3代院長を拝命しました。

常陸大宮済生会病院には、2006年開院当時から勤務しております。ご存知の方もいるかと思いますが、はじめに自己紹介をさせていただきます。

私は岩井市（現坂東市）の生まれで、水海道第一高等学校を卒業し、自治医科大学に入学しました。大学に入ってからラグビーと出会い、その魅力にとりつかれて6年生の夏まで続けました。夏合宿を、当時日本一だった目黒高校といっしょに行ったり、明治大学の合宿に参加したりと医学部とは思えないくらいに練習しました。東日本医科学生総合大会のラグビー部門、関東医歯薬1部リーグではもちろん優勝しました。

卒業後は、茨城県立中央病院の外科で4年間研修後、利根町国保診療所に2年勤務しました。その後は、自治医科大学消化器外科、小川町国保中央病院（現小美玉医療センター）、友部町国保病院（現笠間市立病院）、日立総合病院、小山市民病院（現新小山市民病院）で外科医として勤務してきました。自治医科大学消化器外科在籍中は留学する機会にも恵まれ、アメリカにちょうどテロがあった2001年9月から1年間留学していました。

40歳を過ぎて、茨城に戻って卒業生と一緒に仕事をしたいと思っていた時期に、当時の自治医科大学消化器外科永井教授（現茨城県立中央病院名誉院長）から当院の立ち上げからの参加の打診があり、こんな機会は2度とないだろうと当院初代伊東院長とともに微力ながら尽力させていただくことになりました。

自治医科大学の校歌に「医療の谷間へ灯をともす」という一節があります。学生時代から聞いてきましたが、済生会のなりたちとも近いものがあると感じました。

済生会は、明治天皇の「生活苦で医療をうけることができずに困っている人たちを施薬救療によって救おう」と発せられた「済生勅語」がもとに創設された組織です。

当院開院前の茨城県北西部地域は、茨城県で唯一中核的な病院が存在しない地域でした。

救急医療の充実が当院に課せられた使命の一つです。

平成28年度は、1,362台、平成29年度は1,338台の救急車を受け入れました。今年度は医師数が減ってしまいましたが、なんとか救急車受け入れを継続できればと思っています。

住民のみなさまが安心して暮らせるよう病院のスタッフ全員で診療に当たっていきます。

今後も引き続きよろしく願いいたします。

新しい仲間を 紹介します！



平成30年4月新入職員に「ちよこっと」聞いてみました。

…………… 質問内容 ①趣味・特技 ②好きな食べ物 ③ひとことコメント ……………

外科 部長

宇井 崇

- ①自転車・ハイキング ②鮎
- ③消化器病（がん・良性疾患）が専門です。一人ひとりに適した治療を提供し、傷の小さい腹腔鏡手術も積極的にを行います。ご相談ください。

内科 医長

渡邊 裕介

- ①散歩
- ②フライドポテト
- ③これから皆様の期待にこたえられる様に頑張っていきます。

外科 医員

増子 駿

- ①ドライブ・野球 ②納豆・肉
- ③10年ぶりに地元である常陸大宮に戻ってきました。奨学生として地元に貢献したいと思います。よろしくお願いします。

小児科 医員

神徳 穂乃香

- ①運動
- ②パン・ティラミス
- ③精一杯頑張ります。これからよろしく願います。

薬剤科

大津 千尋

- ①読書・ゲーム・アニメ鑑賞
- ②甘い物（特にデザート）
- ③不慣れで至らぬ点ばかりですが、早く仕事を覚えて、薬剤師としての役割を果たせるようにがんばります。

放射線技術科

小林 瑞季

- ①旅行
- ②おすし
- ③一日でも早く一人前になれるよう頑張ります。ご迷惑をおかけすると思いますが宜しくお願いします。

臨床検査科

岩間 恵

- ①インターネット・PCゲーム・スキューバダイビングなど
- ②コーヒー・チョコレート
- ③実家から1、2kmの地元の済生会に、埼玉県の済生会を経て16年ぶりに帰ってまいりました！よろしくお祈りします。

リハビリテーション科

庄司 智之

- ①フィッシング・スポーツ(趣味)・水泳(特技)
- ②焼肉
- ③臨床3年目になります。まだ知識・技術ともに未熟ですが、よろしくお祈りします。

看護部 3階病棟

秋山 沙也加

- ①音楽鑑賞 ②パン
- ③学生時に学んだ知識を臨床の現場でさらに深めていき、看護師、社会人として成長していけるよう頑張りたいと思います。

看護部 4階病棟

石川 由香里

- ①バレーボール
- ②フルーツ・枝豆
- ③患者様、家族に寄り添う看護を提供できるように精一杯頑張ります。よろしくお祈りします。

看護部 3階病棟

宇野 祥子

- ①音楽鑑賞
- ②オムライス
- ③患者さんとご家族に寄り添った看護が出来る看護師を目指します。よろしくお祈りします。

看護部 4階病棟

越前谷 日菜子

- ①温泉に行くこと ②梅味のお菓子
- ③背は小さいですが、先輩方から多くのことを学び大きく成長できる看護師を目指します！よろしくお祈りします。

看護部 3階病棟

木村 麻由

- ①コンサートに行くこと・ショッピング・旅行
- ②お寿司・ケーキ
- ③看護師としての自覚を持ち、患者さん、ご家族の心に寄り添える看護師になれるよう頑張ります。宜しくお祈りします。

看護部 4階病棟

木村 麻希

- ①音楽鑑賞・コンサートに行くこと・クラリネットを吹くこと
- ②ポテト・チョコフレーク
- ③先輩方からの多くの学びを大切に信頼される看護師を目指します。宜しくお祈りします。

事務部 管理課

飯村 智徳

- ①スポーツ観戦
- ②とある とんかつやさんの「にんにく味噌ひれかつ」絶品！
- ③今までの知識も活かしつつ、新しいことをどんどん吸収していこうと考えています。

事務部 総務課

柳橋 睦

- ①旅行 ②メロン
- ③幅広く業務をこなせるよう早く仕事を覚え、総務課の一員として病院・職員の皆さんのお役にたてるよう頑張ります。

事務部 医療連携・相談室

木村 綾花

- ①読書・絵を描くこと
- ②たまご焼き
- ③至らない点も多々あると思いますが、精一杯頑張ります。これからよろしくお祈り致します。



むくみ解消でスッキリ

むくみとは？

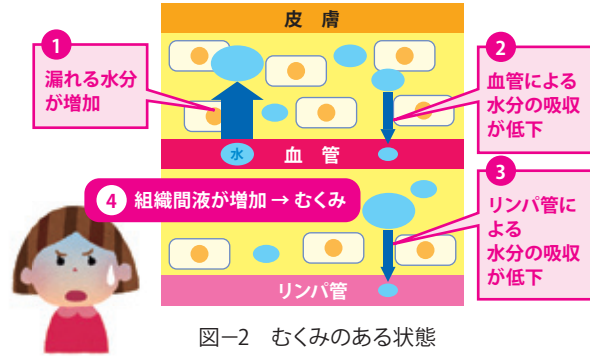
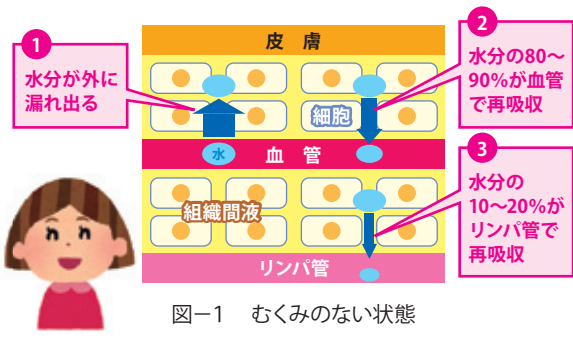
【第1回】 リハビリテーション科 作業療法士 武田 浩嗣

皆さんは一日中立ちっぱなしだったり、座り通しだったりすると、夕方になって靴がきつくなる、という経験はありませんか？指で押すとその跡がくっきり残るなどパンパンになってしまうこともあります。このような「むくみ」を、医学的には**浮腫(ふしゅ)**といいます。

ではなぜ、むくみが起きるのでしょうか。むくみは血液の循環と大きく関わっています。

心臓のポンプの働きにより、体内を流れる血液は**動脈**を通して水分や栄養を細胞に供給します。同時に不要となった水分は80%～90%が**静脈**、10%～20%がリンパ管に吸収され再び心臓に戻ります。(図-1)

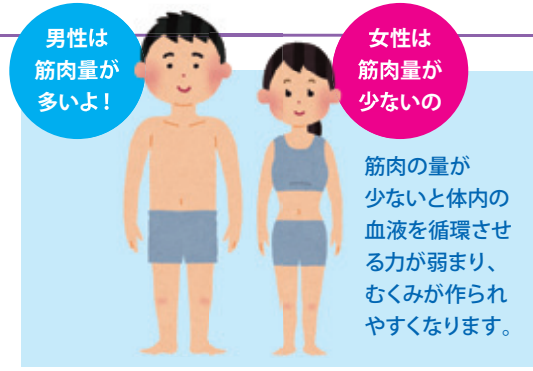
しかし、静脈やリンパ管が**スムーズに流れず**、吸収されるはずの水分や老廃物が皮膚の下に貯まってしまうのが「むくみ」です。(図-2)



むくみの原因

血流を良くするためには、**筋肉を動かす**ことも必要です。「足は第二の心臓」といわれるように、足の筋肉はポンプの働きをしており、下半身に流れてきた血液を心臓に戻すという役割を担います。「座りっぱなし」や「立ちっぱなし」だと、血流も悪くなり余分な水分や老廃物は、静脈やリンパ管に回収されず、体内に溜まっていく一方です。

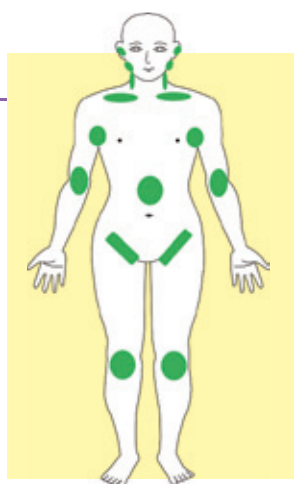
とくに、**女性は男性に比べて全身の筋肉量が少ない**ため、ポンプの力も弱く、むくみで悩まされます。



むくみに関係するリンパとは？

私たちの身体には全身に「リンパ管」がはりめぐらされ、その中を「リンパ液」が流れています。リンパ循環には2つの役割があります。1つは老廃物や細菌・ウイルス・余分な水分を回収して運ぶ体内の**循環・運搬機能**。2つめは細菌やウイルスを攻撃する**免疫反応**です。

リンパ液が回収した老廃物は、耳、あご、首、鎖骨、わき、肘、お腹、足の付け根、腰、ひざ裏などに存在する「**リンパ節**」と呼ばれる部分で濾過される仕組みになっています。(図-3) このリンパの流れを改善するために実施するのが「**リンパマッサージ**」です。リンパマッサージは、むくみの他にも疲労回復、美容にも効果的と言われています。ただし、息切れや皮膚が赤く腫れて痛みを伴う場合などには、リンパマッサージはおこなわずに病院を受診したり主治医に相談しましょう。



次回は「顔」のリンパマッサージ方法を紹介します！



一同 笑

山口 患者さんの治療をして効果が出た時が嬉しいです。入職した時はなにが悪いのか、どうしたらよくなるのかがわからなく、先輩の動きをみて徐々に仕事を覚えていきました。そして歩けなかった方が杖歩行で退院したことや、患者さんからの感謝の言葉が嬉しいです。

遠藤 ありがたいという言葉が嬉しいですが、もちろん看護中の言葉も嬉しいですが、亡くなった方のご家族の方から感謝のお手紙を頂いたことは忘れられません。人が亡くなることは避けられない職場ですが、頂いた感謝の言葉やお手紙によって自分の看護が間違いないなかつたと思うことができました。

鈴木 私も患者さんのケアでの感謝の言葉が嬉しいです。また、入院した時に比べて患者さんの回復がみられたときに嬉しく感じます。他にも先輩に「1年前に比べ成長した」と褒められたことが嬉しかったです。



——この一年は社会や仕事に慣れることで精一杯だったかもしれませんが、仕事とプライベートのメリハリも大切です。皆さんには趣味や今後挑戦したいことはありますか？

鈴木 女子力高めるためにシフォンケーキを作っています。味のバリエーションもブレイン・紅茶・ココアなどいろいろ調整しています。次はマカロンづくりに挑戦したいです。

遠藤 趣味は…食べることでしょいか？
——ちょうど作る人と食べるひとがいますね。(笑)

遠藤 (笑)。他に挑戦したいことは、日本全国を周ることで！次は鎌倉、大阪と予定が決まっています。有名な観光地はもちろん、人気があるスポットをネットで検索して巡ろうと思います。…あとは美味しいものが食べたいです！(笑)
山口 就職してからデジタル一眼レフカメラを購入したので、写真を撮りに出掛けたりしています。他にもスノーボード、



あと登山もします。

——山口さんは多趣味ですね！ちなみに、カメラを買って始めて撮ったものなんですか？

山口 バナナです。

一同 バ・ナ・ナ！(笑)なんで？

山口 近くにあったので。(笑)

——池田さんはどうですか？

池田 私は山口君とは逆で、新しいことに挑戦するということよりも楽しむことに全力を注いでいます。小さな遊びの予定やイベント事でも全力で楽しむことができています。

——なるほど。みなさん様々な趣味や発想をもたれていますね。学生のときほど沢山の時間をとれないからこそ、時間を大切にして充実した社会人生活を過ごしてくださいね。

——では最後に、平成30年度に入職される後輩の皆さんにメッセージをお願いします。

鈴木 慣れない環境で初めは大変なこともたくさんあると思いますが、先輩も優しいので積極的に先輩に質問して教えてもらいながら一緒に頑張っていきたいと思います。

遠藤 日々勉強することが大切だと思います、わからないことは都度学習して聞ける環境もあるので楽しく仕事をしていければと思います。

山口 先輩に恵まれている環境なので早く慣れていってほしいです。

池田 一年間働いて事務職の大切さを学びました。事務職の仕事に自信を持ってコミュニケーションを大切にして働くこととして自分の信念を曲げず、のびのびと仕事をしてほしいです。

——今回皆さんにお話を伺ったなかで印象的だったことは、「嬉しかったこと」について「感謝」というキーワードが全員からでてきたことです。

——それは、新入職の皆さんが、「わからない」「慣れない」業務を「精一杯」「一生懸命」に取り組んだ結果、患者さんやご家族、当院を訪れる方々から頂いたお言葉なのだと思います。頂いた感謝の言葉を糧に、より良い医療・サービスを提供できるように今後も励んでいただければと思います。

——これからも皆さんの活躍を期待しております。ありがとうございました。

昨年度入職者の中から4名に集まっていただき
入職後の一年についてお話を伺いました。

平成29年度入職者座談会

入職一年が過ぎ



インタビュー
鈴木達也

医事課
池田翔平

リハビリテーション科
山口凌

4階病棟
鈴木怜奈

3階病棟
遠藤菜々

——もうすぐ入職して一年が経ちます。入職して感じたことや思うことはありますか？

鈴木 学生のころとは生活リズムもかわり勉強した内容も学校で学んだ知識だけでは足りないと感じました。現場での先輩方の指導はもちろんですが、実際に患者さんと接して、ひとりひとりと向き合い、コミュニケーションをとることで学ぶことがたくさんあると実感しました。今ではすこしずつですが一人でできることも多くなり成長できた一年だと思っています。

——人との関わりは難しいですよ。私も前職では多くの人と係る仕事をしていました。「対人(たいひと)」の事柄は対応が難しいことも多くありますが、その中で得られる喜びもあるはず。わたしも「まだまだ」ですので、お互い頑張りましょう。

遠藤 時間がすぎるのがとても早く感じ、一年間があつという間で半年しか経っていないと感じるほどでした。まもなく二年目となり多少ですが心に余裕を持つことができるようになってきましたが、一年を通して思い返してみると、なにもできなかった思いのほうが強いと感じています。

山口 純粋に働く大変さを感じました。大学ではバイトを週3日していました。が就職すると週5日の勤務があつという間に感じ、覚えることもたくさんあり大変でした。やはり勉強したことだけでは通用しないこと、疾患、環境や家族状況など様々なことを考慮してひとりの患者さんに対し限られた時間で治療していくことの難しさを感じました。

池田 私は金融機関の営業職から事務職に転職してきました。業務上での違いも多く、覚えることも多くありましたが、そのぶんフレッシュな気持ちで働くことができたと思います。また、事務職であっても他の部署との連携やコミュニケーションはとても重要だと感じました。今



後は前職の経験を活かしていきたいと思っています。また、日々の地道な作業が病院運営の一端を担う重要な業務となることを学ぶことができました。

——新卒の皆さんからは、学校と社会の違いに戸惑いながらも少しでもはやく一人前になりたいという意気込みを感じました。私もそうですが、他業種から転職してきた事務職も多くいます。池田さんには前職の経験を基に今後も活躍していただければと思います。

——では次に、働いていて嬉しかったことをお聞かせ下さい。

池田 わからないこともたくさんありましたが、徐々に覚えていけたこと。他の部署の方に名前を覚えてもらえたこと。とくに総合窓口で患者さんから感謝の言葉をいただいたときは嬉しかったです。入職して初めて褒められたのは札幌定です。(笑) 前職が役に立っていることもあります。

Oh!miya
topics
とびっくす

河野病院長退任式



河野先生 ありがとうございました

ご相談ください

無料低額診療事業

常陸大宮済生会病院では医療費にお困りの方に対し、【自己負担額の減額・免除】を行っています。
世帯の収入額や家庭状況等を考慮し、ご相談のうえ決定します。医療連携・相談室へお問い合わせください。

医療連携・相談室 医療ソーシャルワーカー ■TEL: (0295) 52-5151

■ 受付時間：【平日】8時30分から17時まで 【第2・4土曜日】8時30分から12時00分まで



社会福祉法人 済生会支部 茨城県済生会



常陸大宮済生会病院

〒319-2256 茨城県 常陸大宮市 田子内町3033番3

☎0295-52-5151 FAX 0295-52-5725

診療科目

内科 / 循環器内科 / 呼吸器内科 / 消化器内科
内分泌・代謝内科 (糖尿病・脂質異常症) / 小児科 / 外科
消化器外科 / 整形外科 / 脳神経外科 / 泌尿器科 / 肛門外科
形成外科 / 皮膚科 / 放射線科 / リハビリテーション科

外来受付時間

午前 **8:30 ~ 11:00** (祝日を除く) 月~金土

※ 診療科により受付時間・曜日が異なる場合がありますのでお問い合わせください。

休診日

土曜日 (第2・4を除く)、日曜日、祝日

予約の変更は

午後 **1:00 ~ 5:00** 月~金

☎0295-52-5151 予約担当



<http://ho-saisei.jp>

お知らせ・休診情報
最新情報はこちらで

