

つばさ 翼

No.89

発行日 令和8年1月

尾道市立総合医療センター
公立みつぎ総合病院

〒722-0393

広島県尾道市御調町124番地

TEL 0848-76-1111 (代表)

FAX 0848-76-1112

<http://www.mitsugibyouin.com>

新年にあたり人間ドックのススメ

新年明けましておめでとうございます。令和7年4月から健康管理部長の任を拝命いたしました。日ごろより公立みつぎ総合病院での人間ドック、健診部門の活動にご理解ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、当健康管理部では2006年より人間ドック・予防医療学会が認定する人間ドック健診機能評価認定施設となり、更新を行いながら、地域の皆さまに充実した人間ドック、健診の提供に努めております。

そもそも人間ドックとは早期の病気発見と予防を目的として生まれた日本独自の総合的な健康診断システムです。自覚症状の出にくいがんや生活習慣病(糖尿病、高血圧症、脂質異常症など)を早期に発見し、早期に治療することで健康寿命の延伸や生命予後の改善が期待できます。

また血圧、血糖、脂質および内臓脂肪などの測定を通じて、現在の健康状態や将来の病気のリスクを評価し、これに保健師による保健指導を加えることにより生活習慣改善のきっかけとなり得ます。ちなみに当施設での人間ドック受診者の方には全員に保健指導を受けていただいております。

加えて病気の重症化を予防することは、国民全体の医療費削減にもつながるという社会的な意義も持ち合わせています。

これら人間ドックの特徴は当院の提唱する地域包括ケアシステムの玄関口として非常に相性が良いと考えられ、機能評価認定取得以前に健診部門として稼働を開始しており、現在に至ります。

しかしながら、人間ドックには基本自己負担である費用の問題、検査の結果判定が過剰なものとなり治療の必要がない病気が見つかったりする問題、またすべての病気を発見できるわけではない不確実性の問題などの限界や課題が存在します。

これら人間ドックの課題に対しては、自治体や健康保険組合の補助の活用や、当施設のように病院併設の健診部門である利点を活かし、異常があった場合は受診当日外来受診していただくことが可能です。

人間ドックの受診という健康への投資は、現在今だけの出費と捉えられがちですが、未来の医療費や介護費用の節約に繋がる「未来の節約の先取り」と考えることもできます。物価高、医療崩壊が叫ばれている現在こそ、健康への出費を惜しまないことが30年後、40年後の豊かな生活につながる可能性があるのです。

皆さまもぜひ、気軽な気持ちで人間ドックを受けてみてはいかがでしょうか。私たちはこれからも地域の皆さまに質の高い安全な人間ドックをはじめとした健診を提供するべく、決意を新たにして新年のご挨拶に代えさせていただきたいと思っております。本年もご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

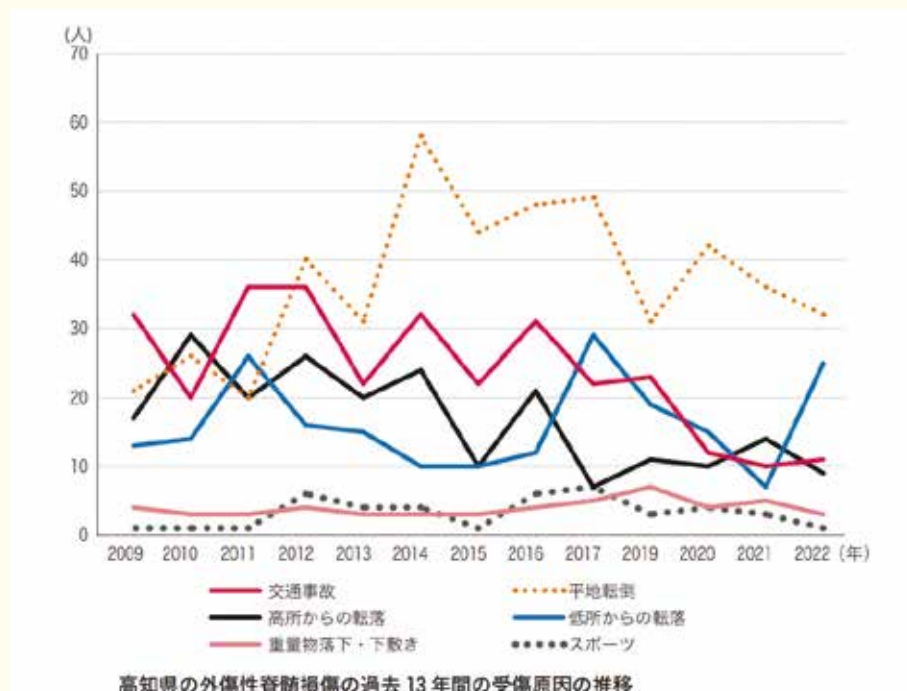


健康管理部長
尾 畑 昇 悟

シリーズ 医療最前線

脊髄損傷(せきずいそんしょう)は、交通事故や転倒などで背骨の中を通る神経が傷つくことで起こります。手足の麻痺に加え、症状によっては呼吸や排泄などの生命活動に関わる機能が失われることもあります。最近の調査では、受傷時の平均年齢が年々上昇し、2014年以降は平均年齢が60歳を超えていることが報告されています。高齢者の受傷件数が増加するにつれて受傷原因も変化しており、かつて多かった交通事故や高所からの転落に代わって、平地や階段での転倒が主な原因となっています。このように、近年の脊髄損傷は「若者の外傷」から「高齢者の生活事故」へと移行していることが明らかになっています。

脊髄損傷の急性期医療においては、まず救命を最優先とし、全身や脊髄の状態を安定させたうえで、できるだけ早期にリハビリテーションを開始します。急性期を経た後は、回復期リハビリテーション病棟、あるいは脊髄損傷のリハビリを専門とする病院での治療を経て社会復帰を目指すことになります。脊髄損傷は他の病気やけがと比べて社会復帰までに時間を要することが多く、複数の医療機関の連携が欠かせません。当院では主に広島県内の総合病院から紹介を受け、回復期リハビリテーション病棟にて数か月間のリハビリを行っています。その後、必要に応じて専門病院へ紹介することもあります。



引用：The Japanese Journal of Rehabilitation Medicine Vol. 62 (2025) No. 8

No.66

脊 髄 損 傷



リハビリテーション科医師 栗原 佳穂

脊髄損傷の後遺症は、損傷の部分や程度によってさまざまです。頸髄が損傷すると手足すべての動きや感覚が障害される「四肢麻痺」となり、胸髄や腰髄の損傷では下半身に麻痺が生じる「対麻痺」となります。これらに加えて、排尿・排便の障害、自律神経障害による血圧変動、体温調節のしにくさなども起こることがあります。これらの症状と上手に付き合いながら生活するために、医学的管理とリハビリテーションの継続が重要です。

脊髄損傷のリハビリテーションは、失われた機能を回復させるとともに、残された機能を最大限に活かすことを目指します。急性期には、関節が硬くならないように動かす訓練や、呼吸・循環の管理、床ずれ(褥瘡)予防などを行います。回復期以降は、移動能力や日常生活動作(ADL)の獲得を目指して動作練習などを行います。重症度や現在の身体機能から将来の回復を見通し、自分一人で行うことが難しい動作には、人の介助や補助具の導入を検討しながら訓練を進めていきます。例えば、移動が難しい場合には電動車いすを使用したり、手の細かい動作が困難な場合には自助具を用いたりすることで生活の幅を広げていきます。



ユニバーサルニューカフ



キャッチャー付き手関節固定装置

引用：脊髄損傷リハビリテーションマニュアル

また、脊髄損傷のリハビリテーションには退院後の生活支援も欠かせません。自宅の改修や福祉用具の導入、介護サービスとの連携など、医療と地域が協力して生活を支えることが重要です。当院回復期リハビリテーション病棟でも、医師・療法士・看護師・ソーシャルワーカーなど多職種がチームを組み、患者さまとご家族の今後の生活を見据えて支援を行っています。

最後に

今回は脊髄損傷について取り上げましたが、当院の回復期リハビリテーション病棟には脳血管疾患や運動器疾患などさまざまな患者さまが入院されています。私達リハビリテーション科は、患者さま一人ひとりの想いに寄り添いながら、地域の皆さまと連携し、安心してリハビリに取り組める環境づくりを今後も進めてまいります。

患者さまアンケート結果

令和7年9月に行いました患者さまアンケート調査の集計結果をお知らせします。

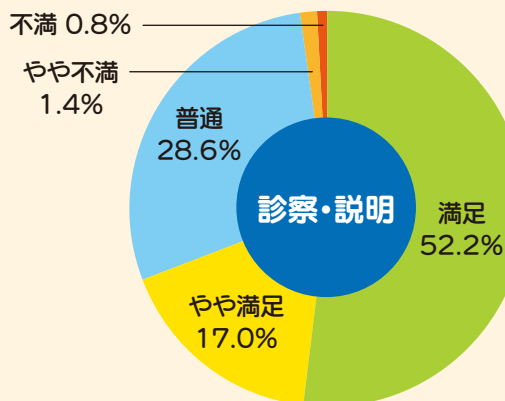
外来324名、入院103名の方に回答していただきました。

アンケート調査へのご協力ありがとうございました。



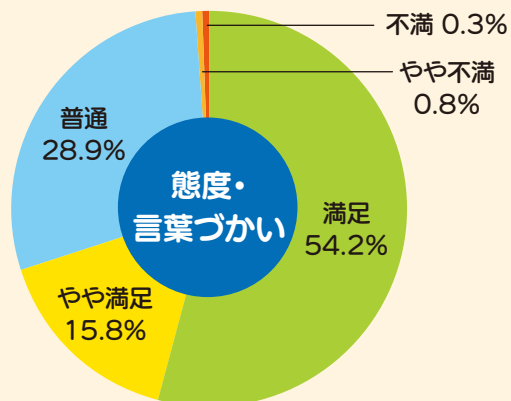
外 来

●職員の接遇等

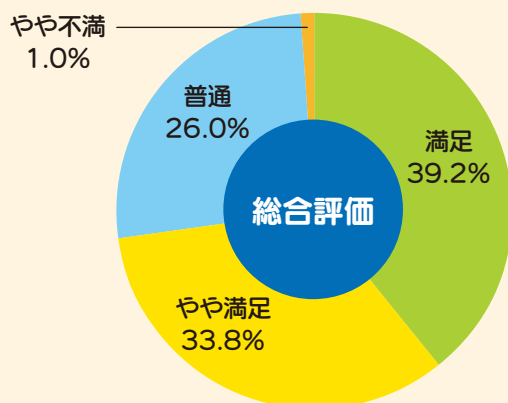


説明だけではなく
指導もあつて良かったです。

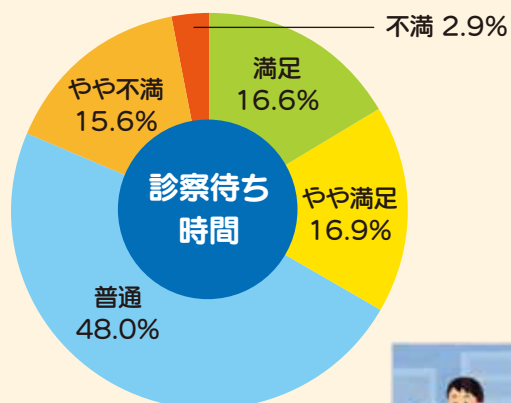
態度・言葉づかい



●総合評価



●診察待ち時間



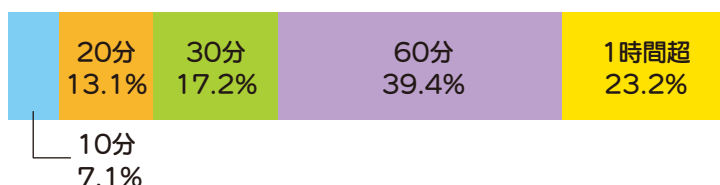
患者さまの声を反映しました

「Wi-Fi環境を整えてほしい」

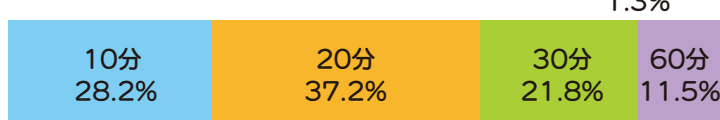
とのご意見をいただき、病院1階の待合スペースに続いて、病院2階の人間ドックの待合スペースにもWi-Fi環境を整備しました。

これからも患者さまの声をもとに、利便性の向上に取り組んでまいります。

●受付から診察までの待ち時間

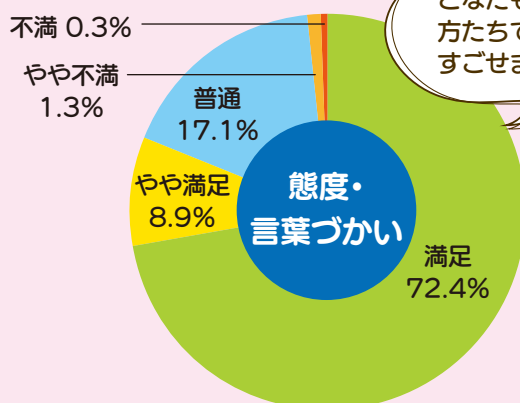
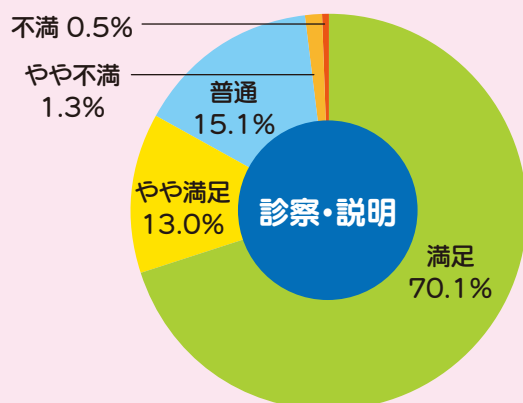


●会計までの待ち時間

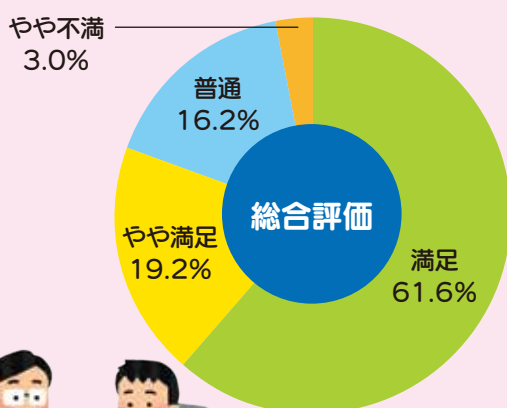


入院

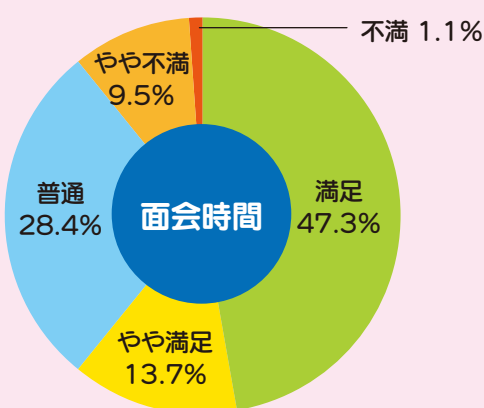
●職員の接遇等



●総合評価



●面会時間



現在、院内感染予防のため面会制限を実施しています。
面会時間：平日 13:00～17:00、土日祝 11:00～17:00
の間の30分以内



その他のご意見(外来・入院)

- みつぎ総合病院の存在が安心につながっています。
- 皆さまが優しくしてくださり、楽しい入院生活をさせていただきました。感謝で一杯です。
- 先生が定期的に変わり、分かってもらえているか不安です。
- 面会時間を長くして、面会人数も増やしてほしい。

いろいろなご意見をありがとうございました。

アンケート調査にご協力いただき誠にありがとうございます。

皆さまからいただきましたご要望に基づき、満足度の低いところの改善を図り、「皆さまに愛される病院」を目指してまいります。

今後ともよろしくお願いいたします。

病院長

介護老人保健施設「みつぎの苑」 認知症棟

「みつぎの苑」認知症棟は、日中はお一人であることに不安を持たれないよう、ホールにて他の利用者さまや職員みんなで一緒に過ごしています。

棟内には中庭がありリハビリの一環として、園芸療法で季節を感じてもらえるように花や野菜など色々な植物を育てています。

昨年の春はヒマワリの種とさつま芋の苗を利用者さまと一緒に植えました。車椅子の方や低いところに手が届きにくい方は、プランターを使って植えていただきました。久しぶりに土を触られた方が多く「もう植える時期?」「肥料は入れたの?」「誰が耕したの?大変だったでしょ



う」など会話が弾みました。作業をする中で、当時を思い出し、自然と手が動き「こうやって植えてたんよ」と話をしながら楽しく参加されていました。



芽が出始めると「何が植えてあるの?」と中庭を眺め、運動や散歩中も作物のお話で盛り上がります。秋には利用者さまとさつま芋を収穫し、調理実習で蒸かした芋を潰したり丸めたりして、スイートポテトを作りました。「おいしそうなおいがするね。楽しみだね。」とみんなの笑顔が見られました。そして、植え付けから収穫までのお話をしながら美味しくいただくことができました。ヒマワリの種は収穫し今年の夏にもまた植える予定です。今後も季節を感じられる企画をしていきたいと思います。

ケアハウス「さつき」

ケアハウス「さつき」は、生活動作は自立しているものの、ご自宅で生活することに不安を持たれている方が入居される施設です。ケアハウスでは日常行事として、百歳体操や脳トレ、買い物等があります。また、通所サービスの利用や、ご家族とランチや泊まりの旅行をされたり、ご自宅と同様に自由な生活を送られています。

今回は、ケアハウスの入居者さまが取り組まれている「グリーンカーテン」についてご紹介します。毎年、真夏に備え、6月頃にゴーヤやアサガオの植え付けをします。上に向かって伸びるようネットと柵で補強し、さらにこまめな水やりも欠かせません。そうして生育管理し成長した緑のカーテンが、入居者の皆さまが集まって過ごす食堂を夏の厳しい

暑さや日差しから守ってくれます。また、その成果を、尾道市公衆衛生推進協議会主催の緑のカーテンコンテストに応募した結果、昨年度は団体の部でグランプリを受賞しました。いただいた賞状と写真を玄関へ飾っていますので、お越しの際はぜひご覧ください。



職員の紹介

公立みつぎ総合病院に入職し4年目になります。

地域包括ケア病棟で新人時代を過ごし、現在は急性期一般病棟で勤務しています。急性期一般病棟では、外科や脳神経外科の手術前

後の方や、緊急入院された方の看護をしています。患者さまの心に寄り添い、安心感を与えられるような看護を心がけています。

未熟な私ですが、今年度は実地指導者となり、先輩方の力を借りながら新人看護師のサポートを行っています。たくさんの知識・技術を身につけ、入院生活を安心して過ごしてもらえるように精一杯頑張りますので、今後ともよろしくお願いいたします。



看護師
たおき じゅんな
峠木 純菜

入職し4年目になりました。現在は急性期一般病棟で働いています。

入職直後はわからない事ばかりで、緊張と不安の連続でした。2、3年目になると、少しずつ流れが分かり、患者さまとの関わりを楽しめるようになり、チームの一員としての役割を意識するようになりました。

今年度は後輩を指導する立場となり、指導する中で自分自身も多くの事を学び、チームで支えあう大切さを実感しました。振り返るとどの時間も自分自身を形づくる大切な時間だったと感じます。これまで支えてくださった先輩や同期の仲間への感謝の気持ちを忘れず、笑顔と前向きな気持ちを大切に、患者さまや仲間にも安心を届けられる看護師を目指していきたいと思っています。



看護師
くわだ えいこ
栗田 英子

総合施設を経験し、昨年から回復期リハビリテーション病棟で介護福祉士として勤務しています。患者さまの日々の日常生活の支援を行いながら、コミュニケーションも大切にしています。日常の関わりの中で患者さまやご家族の思いを尊重し、退院に向けて多職種で連携し支援を行っていききたいと思います。退院時の患者さまの笑顔が私の活力になっています。

私には4歳と2歳の孫がいます。最近の楽しみは、孫の成長を見守る事です。まだまだ未熟で分からない事も多いですが、これからも精一杯努力していききたいと思いますので今後ともよろしくお願いいたします。



介護福祉士
の は ら ま ゆ み
野原 真由美

今年度から公立みつぎ総合病院へ入職し、現在は回復期リハビリテーション病棟で医療ソーシャルワーカーとして勤務しています。医療ソーシャルワーカーとは、患者さまがリハビリに集中できるよう院内多職種や関係機関との連携役となり、自宅退院や社会復帰のサポートをさせていただく仕事になります。

新しい職場で戸惑うことも多かったのですが、先輩方や院内スタッフの方々から熱心な指導をいただき、温かい職場環境の中、チームの一員として働くことができていることを大変嬉しく思っています。

患者さまやご家族の期待に添える支援ができるよう、誠心誠意努めさせていただきます。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



社会福祉士
ひ ら た ま い む
平田 まいむ

第41回

尾道市御調地区健康福祉展

10月25日(土) 公立みつぎ総合病院、御調保健福祉センター、みつぎいきいきセンターを会場に開催し、多くの来場者でにぎわいました。



みつぎマルシェ



ふれあいステージ



子どもコーナー
「みんなでマツチョ体操」



健康づくりコーナー
「大腸がんクイズラリー」



「フレイル予防体操」



健康管理部コーナー
「健康診断を受けましょう」



臨床検査室コーナー
「頸動脈エコー体験」



看護体験コーナー
「未来の看護師さん」



薬剤師のお仕事「調剤体験」



ドリームポニー「ふれあい動物園」



民生委員・児童委員コーナー
「餅つき体験」



ご意見、ご感想をお聞かせください

お問い合わせ先：地域包括ケア連携室 TEL 0848-77-0955 FAX 0848-77-0956
E-mail: tiiki@mitsugibyoin.com ホームページは「みつぎ病院」で検索
発行：尾道市立総合医療センター 公立みつぎ総合病院 広報誌編集委員会

