

社団医療法人 養生会 月刊発行新聞

ほっとHOTほっとhot

1月号 Vol.396

令和8年（2026年）1月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室
■発行/社団医療法人養生会
〒971-8143
福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...
上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。
かしま病院広報企画室 まで
kouhou@kashima.jp

ホームページ <https://www.kashima.jp>

スマートフォンをご利用の方は、
QRコードを読み取り、アクセスしてください。
PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。

かしま病院 検索

- 1,2
- 令和八年
養生会 年頭のご挨拶
- 石井 敦 (養生会 理事 兼 かしま病院 院長)
中村 知史 (養生会 理事 兼 事務部長)
片寄 睦美 (看護部長)
根本 浩 (医療技術部長)
熊谷 育恵 (リハビリテーション部長)
- 3
- 市民公開講座で講演を行いました
リハビリポスト (178)
総合診療専攻医の
新・ようこそ家庭医療へ! (191)
- 4
- 回復期リハビリテーション病棟にて
クリスマス会開催!
昭和上條医療奨励賞受賞報告
「認定看護師による勉強会」実施報告
かしま荘通信



令和八年

養生会 年頭のご挨拶

石井 敦 (養生会 理事 兼 かしま病院 院長)
中村 知史 (養生会 理事 兼 事務部長)
片寄 睦美 (看護部長)
根本 浩 (医療技術部長)
熊谷 育恵 (リハビリテーション部長)

新しい年を迎え、皆さまに心よりご挨拶申し上げます。まずは旧年中、地域医療とともに支えてくださった関係機関の皆さま、そして日々の現場を支えてくれた職員の皆さんに深く感謝いたします。

振り返れば2025年は、かしま病院にとって“学びと気づき”が“これでもか!”というぐらい押し寄せた1年でした。それでも当院が歩みを止めずにいられたのは、ひとえに皆さんの努力と踏ん張りのおかげです。

2026年は、地域の医療・介護・暮らしがさらに密接に結びつくことが求められます。当院が目指すのは、単なる“病院”ではなく、地域をまるごと受け止める“総合医療のハブ”。救急でも慢性疾患でも、そして人生の最終章でも、まずは「かしまに相談してみっぺ」と思っていただけ存在でありたいと思っています。

そのために今年は三つの重点目標を掲げます。第一に、外来・入院・在宅をつなぐ切れ目のない診療体制の強化。第二に、多種の情報共有と協働を深め、チーム医療を“ただの会議”から“本当の連携”へ進化させること。第三に、若手育成と働きやすい職場づくりです。組織のバランスを保つのは、私の頭髪を保つよりも難しい時があります(笑)、だからこそ皆さんの力が欠かせません。

そして今年、特に推したいのが「いとしプロジェクト」です。一本の糸のように、医療・介護・地域が温かくつながり、誰もが安心して暮らせるコミュニティを編んでいく取り組みです。時に絡まることもあります、そこは皆で解きほぐしながら前へ進んでいきましょう。

困った時も、困る前のちょっとした相談でも、地域の皆さまが真っ先に思い浮かべる病院であるために――2026年、かしま病院は再び一つになって力強く歩み出します。

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



社団医療法人 養生会 理事 兼
かしま病院 院長 石井 敦



養生会 理事 兼
事務部長

中村 知史

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

私達かしま病院は、救急、リハビリ、総合診療、在宅や介護等の様々な機能をもって今年も「めんどろみの良い病院」であり続けることを追及して参ります。

いわき地域の65歳以上の高齢化率は既に30%を超え、2045年には44%に達するとの推計も出ております。一方当院の高齢患者割合は65%を超えています。慢性疾患の管理を受ける方、複数の疾患を抱えている方、あるいは在宅医療を受けている方、間違いなく高齢患者への対応は重要な課題です。当院のような中小規模の民間病院は、機能としてやれることは限られてきます。

しかし従来から、二次救急病院の一つとしての救急患者の対応・救急応需力の強化、また、回復期リハビリテーションをはじめ地域包括医療病棟等の病棟機能整備、訪問診療や訪問看護、訪問歯科等の高齢者在宅医療など、職員は丸となって真摯な姿勢と覚悟をもって取り組んでおり、我々が常に向き合ふべき課題として捉えています。

一方で、私達の病院単独で地域医療を推進出来る訳では当然なく、そこではやはり医療介護福祉の地域全体での包括的な連携、そして、こと医療機関においては病院や診療所ごとの特徴や、機能分化に則った上での連携を私達がどこまで組立てることが出来るか

が大切になってくるはずですが。

当法人が持つ専門診療科機能および家庭医・病院総合医機能が持つ強みを活かして各医療機関様や施設様にも今まで以上に連携協力体制強化の働きかけを今年は目指して参ります。併せて皆様が当法人に求めているご意見なども積極的に伺い、地域と患者様のための「めんどろみの良い病院」を職員一同で目指して参ります。



看護部長

片寄 陸美

新年明けましておめでとうございます。

本年は60年に一度の「丙午」の年となります。「丙午」は火の性質を持ち、力強く前進するイメージから「勝負運」「開運」などのご利益があり、「ウマくいく」といった縁起の良い年とされています。皆さまにとって素晴らしい1年でありますように祈念申し上げます。

昨年を振り返りますと、4月に「コソコソ外来（骨粗鬆症外来）」6月に「患者・家族のための慢性腎臓病外来」10月に「訪問歯科」を開設、また、8月には、地域包括ケア病棟を回復期リハビリテーション病棟に転換いたしました。当法人の地域における役割を踏まえ、「面倒見の良い病院」を目指し様々な取り組みが行われた1年であ

りました。

2040年には、高齢者の割合が人口の35%に達すると言われています。高齢者のさらなる高齢化が進み、医療と介護、両方のニーズが増加していく中で、すべての人がその人らしく生きていけるよう支援することが、医療と生活、両方の視野を備えた私たちの看護職の務めでもあります。看護協会は、2040年に向けた看護の変革として「その人らしさを尊重する生涯を通じての支援」「専門職としての自律した判断と実践」「キーパーソンとしての多職種との協働」の3つの目標を掲げています。私共看護部は、各部署と連携し、皆さまが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、心の支えとなれるよう、患者さまやご家族さまと一緒に考え行動できる看護が提供できるよう邁進してまいります。

本年もよろしく願いいたします。



医療技術部長

根本 浩

新年あけましておめでとうございます。

医療技術部（臨床検査科・ME科・放射線画像診断科）は昨年からの新たな取り組みを行っています。

臨床検査科は、新型超音波診断装置を使用し、肝臓繊維化検査を始めました。この検査は肝臓が硬くなる「繊維

化」の程度を確認するもので、なるべく身体に負担をかけずに肝疾患の進行度を把握することができます。

ME科では、手術室で行われる手術の器械出し業務を新たに加えました。これまで担当だった看護師の業務負担軽減を図るとともに、ME科のスキル向上につなげます。

放射線画像診断科では、低線量肺がんCT検査を始めました。通常のCT検査の1/10ほどの被ばく線量で、肺がんの発見率に胸部レントゲンの約10倍です。喫煙歴がある方や血縁者（家族）に肺がんの病歴がある方におすすめてです。また、2023年に開始した無痛MRI乳がん検診の広報にも力を入れました。痛みや被ばくがなく、服を着たまま受けられる精密検査です。乳がん検診を受けたことがない方やマンモグラフィ検査で痛みが強かった方に最適です。

医療技術部は2026年も、スタッフが一丸となり、患者さんにより良い医療技術を提供していきます。よろしくお願いいたします。



リハビリテーション部長

熊谷 育恵



新年あけましておめでとうございます。

お正月、皆さんは何を召し上がりましたか？お餅やおせち料理、お正月な

らではの品々が食卓に並んだのではないでしようか。それらの食事、「むせ」なく飲み込むことはできましたか？

歳を重ねるごとに、嚥むことが十分にできなくなり、飲み込む力が弱くなつてきます。かくいう私もそれを感じており、若い頃はなかったのですが、唾液やお茶でむせてしまうことが増えました。加齢に伴い、「ながら食い」は難しくなると言われ、日頃、誤嚥の自覚がなくても食事、会話、テレビ視聴などそれぞれに集中することが大切です。

誤嚥すると肺炎になりやすくなります。肺炎は生命にかかわる病と言っても過言ではありません。肺炎にならないためには、お口の中を清潔に保つこと、歯のケアを十分にすること（義歯の使用も含め）、舌を鍛えることが重要になります。今増えている災害時にも、肺炎予防のため口腔ケアは大切です。水がなくてもウエットシートで口の中を拭き取る、マウスウォッシュで口をすすぐなど、おろそかになりがちなお口のケアを行うようにしましょう。

最後にお口の体操をご紹介します。舌を前に出し、唇を閉じる。そのまま、つばをゴックンと飲み込む。これを食前に5〜10回行いましょう。唇を閉じ、唇の内側で舌をぐるぐる回す運動も効果的です。

今年は体だけでなく、お口の健康にも気を付けて楽しい1年にしましょう。



市民公開講座 12/20+

- 股関節の健康講座 -
で講演を行いました。



12月20日(土)の10時30分より、ラトブ6F企画展示ホールにて(株)朝日カルチャーセンター主催の市民公開講座が開催されました。市民公開講座には100名以上のお申込みがあり、当日も多くの方にお越しいただきました。

市民公開講座は「股関節の痛みでお悩みの方」を対象に、「股関節の健康講座」というテーマで行われ、当院整形外科の石井聖也医師とリハビリテーション部の坂本貴子理学療法士が講師を務めました。股関節が痛む原因とその改善法、適切な治療法や人工関節手術についてなど約80分講演を行い、少し休憩をはさんで来場者さまからの質疑応答という内容でした。来場者さまからは股関節に関するお悩みや疑問が多く寄せられましたが、石井聖也医師より一つ一つ丁寧に回答し、股関節に関する正しい知識と安心感を提供できた講座となりました。



第178回

地域リハビリテーション
広域支援センター

当院は平成14年から福島県から地域リハビリテーション推進の中核機関として、いわき地域リハビリテーション広域支援センターの指定を受けて、市町村や住民団体等のリハビリテーションに対する支援、リハビリテーション実施機関に従事する職員に対する援助や研修等を行なっております。主な活動内容として医療状況に応じてのリハビリを実施すると共に訪問診療、訪問看護、訪問リハビリ、通所リハビリ等を支援しています。またソーシャルワーカーやケアマネジャーによる在宅復帰支援や地域医療連携を推進しています。

私たちの暮らしの中で、体力の低下や物忘れ、転倒への不安、家族の介護…といった悩みは、誰にでも起こり得る身近な問題です。そ

んな時に気軽に相談できる場所が、地域リハビリテーション広域支援センターです。地域の皆さんが住み慣れた家や町で安心して暮らし続けられるよう健康づくりや介護予防、リハビリに関する支援を行う“地域のサポート窓口”です。特別な準備や紹介状は必要ありません。「ちょっと聞いてみたい」「気になることがある」程度でも大歓迎です。

また、介護が必要になった方やご家族には、リハビリの専門職が生活のしづらさを一緒に考えます。家での工夫や福祉用具の選び方など丁寧にアドバイスします。

その他、地域で働く専門職同士が協力しやすくなるよう研修会や勉強会も開催し“地域全体のチームづくり”にも力を入れています。

地域リハビリテーション広域支援センターは、皆さんの生活に寄り添い、健康づくりから介護の相談まで幅広くお手伝いする場所です。困りごとや不安がある時には一人で抱え込まずにどうぞお気軽にお声かけください。

理学療法士 中島 敏美



総合診療専攻医の 新 ようこそ家庭医療へ!

毎日が成長痛! 専攻医の修行日記

#191

患者さんは、みんな私の師匠

かしま病院で常勤医として働きはじめ、気づけばもう年の瀬。日々の診療に追われながらも、振り返るとあつという間の一年でした。

研修を通して感じる、かしま病院のいちばんの魅力は、経験できる場や内容がとにかく多彩なことです。総合診療医は、その名の通り、さまざまな疾患や症状と向き合います。信頼される総合診療医になるには、やはり多くの経験が欠かせません。その点で、多くの患者さんと出会えるこの環境は、今後の医師人生の大きな糧になっていると実感しています。

私が日々心がけているのは、「診療を流さない」ことです。忙しいと、つい過去の経験に頼った“お決まりの診療”をしてしまいそうになりますが、できる限り目の前の患者さん一人ひとりを「その人」として診るように意識しています。

診療中に、「〇〇さんの時はどうだったかな」と、これまでの患者さんの顔を思い出すことがあります。そう考えると、これまで出会った患者さんは、みな私に多くのことを教えてくれた“師匠”なのかもしれません。

まだまだ未熟ではありますが、これからも一人ひとりの患者さんから学びながら、少しずつ成長していきたいと思っています。

さあ来年も、師匠たちに頭を下げながら、ぼちぼち歩いていかなさい。総合診療医の道は長い。じゃが、なかなか味わい深い道じゃぞ。



その時に、「〇〇さんの時は」と思い出すようになったら、一人前への階段を一段上った証拠じゃ。患者さんの顔が頭に浮かぶ医者、もう立派に地域の「一員」じゃぞ。

ええか、総合診療医というのは、教科書だけ読んどうても育たん。患者さんが次々に出す“実地試験”を、毎日受け続けて一人前になるんじゃ。しかも採点は容赦なし。間違えたら、すぐ顔に出る。厳しい世界じゃあるう？ 忙しい中で「診療を流さないようにしている」と言うところが、これが一番むずかしい。人は忙しいと、心まで省エネ運転になるからのお。でもそこで心穏やかに踏ん張れる医者は覚醒できるぞ!

ほお、年の瀬に一年を振り返るとは、なかなか殊勝じゃのお。しかも「患者さんが師匠」ときた。これはもう、合格点どころか花丸じゃ。

ええか、総合診療医というのは、教科書だけ読んどうても育たん。患者さんが次々に出す“実地試験”を、毎日受け続けて一人前になるんじゃ。しかも採点は容赦なし。間違えたら、すぐ顔に出る。厳しい世界じゃあるう？ 忙しい中で「診療を流さないようにしている」と言うところが、これが一番むずかしい。人は忙しいと、心まで省エネ運転になるからのお。でもそこで心穏やかに踏ん張れる医者は覚醒できるぞ!

病院長のコメント

長老のお告げ
「おじいちゃん知ってる」
石井敦病院長

回復期リハビリテーション病棟にて クリスマス会を行いました！

2025年12月20日（土）、回復期リハビリテーション病棟（1病棟）にてクリスマス会を開催しました。

会場のホールでは、クリスマスの装飾で彩られ、クリスマスの音楽が流れて楽しい雰囲気に包まれました。



今年はサンタさんによるマジックショーやくじ引き大会の催しが用意されました。マジックショーでは、あったはずのボールが消えるマジックを披露し、盛り上がりました。くじ引き大会では、お弁当箱やポーチ、カレンダーなどの景品が渡され、患者さんが嬉しそうに受け取っていました。

最後は、フルーツゼリーやコーヒーゼリー、プリンなどのおやつやお茶やコーヒーを用意し、患者さんみんなで召し上がっていただき、お楽しみいただきました。

いとしプロジェクトが、 「第1回昭和上條医療奨励賞」を受賞しました！

この取り組みは、公益財団法人昭和大学医学・医療振興財団が、地域保健医療の実践および教育において創造的かつ先駆的活動を行い、大きな成果をあげた個人またはグループを顕彰することを目的に行われています。12月22日に開催された授賞式には、プロジェクトを代表して当院の渡辺聡子医師が出席しました。2022年に発足したいとしプロジェクトは、医療と地域が共に学びあうことを大切にしながら、地域で、院内で活動を行ってきました。

いとしを通じて生まれたつながり、私たちの暮らしを、医療をみんなでよりよくしていきたいという思いの積み重ねを評価いただいたのだと思います。今後も、医療と地域がつながるまち「いとし」を目指して、みなさんと共にさまざまな活動を行っていきます。日々、いとしプロジェクトを応援してくださっている皆様に、改めて感謝申し上げます。



かしま荘通信

クリスマス「ミニリース飾り」作り



クリスマスに向けてご利用者様とミニリース飾りを作成しました。

作成したクリスマス飾りをかしま保育所へプレゼントさせていただきます、園児さん達にも喜んでいただきました。

認定看護師による 勉強会実施報告



12月17日（水）市内の介護事業所や病院のスタッフを対象に、「摂食嚥下障害のケアを深めようポジショニングのあれこれ」というテーマで勉強会を開催しました。

摂食・嚥下障害看護認定看護師の青木による摂食嚥下についての講義に加えて、ベッドや車いす上でも食事を食べやすい姿勢を体験する時間も設けられており、ポジショニングの重要性を学ぶことができました。

