

にじいろ



地方独立行政法人 茨城県西部医療機構

茨城県西部メディカルセンター

Ibaraki Western Medical Center



病院理念

地域の中核病院として患者中心の良質な医療を提供します。



基本方針

1. 地域医療のコントロールタワーとして保健・医療・福祉の連携を推進します。
2. 地域の住民や医療機関に開かれた医療施設とします。
3. 安全で心のこもった最善の医療を提供します。
4. 地域災害拠点病院として災害に備えます。
5. 健全で効率的な病院の運営・経営を行います。
6. 知識・技能向上のため研修に積極的に取り組みます。
7. 職員は相互の理解と敬意に基づき組織の融和に努めます。

目次

疾病コラム (肝“腎”要の腎臓のはなし)	2
腎臓関連コラム (慢性腎不全の食事療法)	2
臨床教育センター活動報告	3
病院活動報告	3
新ドクター・スタッフ紹介	4～6
地域医療連携室より	7
筑西診療所より	7



疾病コラム

肝“腎”要の腎臓のはなし

内科 医長 河村 哲也



慢性腎臓病とは

慢性腎臓病とは、腎臓の働きが健康な人の60%以下に低下するか、あるいはたんぱく尿が出るといった腎臓の異常が続く状態を言います。腎臓は血流の豊富な臓器であり、動脈硬化の影響を大きく受けます。そのため加齢でも腎機能は低下してきますので、高齢になるほど慢性腎臓病の方は増えていきます。日本には約1,330万人の慢性腎臓病患者さんがいると言われており、これは成人の8人に1人に当たります。慢性腎臓病が進行すると末期腎不全に至ってしまいますが、それだけではなく慢性腎臓病の方は心臓や脳にもご病気を起こしやすいことがわかっており、その側面からも慢性腎臓病の早期発見・治療が必要と考えられています。

慢性腎臓病と食事療法

慢性腎臓病の治療は現在のところ特効薬はありません。原因に応じた薬物療法、食事療法、運動療法、生活習慣の改善などをそれぞれ組み合わせて治療が行われます。今回はその中でも食事療法について医師の立場から述べさせていただきます。

慢性腎臓病では食塩を摂りすぎると血圧が上がりがやすくなり、腎臓にも悪い影響が出ることが知られ、さらに血圧上昇、動脈硬化を介して心臓や脳のご病気を起こす危険も増えると言われています。慢性腎臓病の方には1日3~6gの食塩制限が推奨されており、減塩により血圧も下がる効果が期待でき、むくみの予防にもなると考えられます。しかし、高齢の慢性腎臓病患者さんのなかには、長年に渡り食塩の多い食事を摂られてきた方も多く、急な厳

しい食塩制限は食欲の減少、食事摂取の低下、更に筋肉量の減少（サルコペニア）や虚弱（フレイル）を招く可能性があります。目標値はあくまで目安であり、例えば食塩摂取をそれまでの15gから10gに減らすだけでもある程度の効果はあるものと考えられます。

たんぱく質摂取制限も食事療法の1つとして挙げられます。腎臓はたんぱく質からできる老廃物を処理してくれますので、摂取を制限することで老廃物の産生が少なくなり、腎臓の負担を減らしてくれます。ただ、たんぱく質制限はエネルギー摂取量も減りがちになり、塩分制限と同様に筋肉量減少につながる危険性があります。特に高齢の方は過剰摂取を避ける程度の対応でよい場合も多いです。

他にも腎臓の機能の1つとして体のミネラル、イオンのバランスをとる働きがあります。慢性腎臓病が進行すると、塩分以外にも各々のバランスが乱れて、高カリウム血症、高リン血症、血液が酸性に傾く酸血症などが合併します。その都度必要に応じて制限や投薬が必要になります。

おわりに

慢性腎臓病の食事療法について簡単に述べさせていただきました。食事療法＝「制限」と思われる方が多いのですが（もちろん過剰に摂ることは控えた方がよい状況もあります）、過剰な「制限」は害になることもあり得ます。どの栄養素に関しても「摂り過ぎ」も「摂らな過ぎ」もどちらも避け、何ごとも程々が肝“腎”でしょうか。毎日の食事にお悩みになる際は、栄養指導の機会を主治医の先生に設けてもらいましょう。



腎臓関連コラム

栄養管理科

慢性腎不全の食事療法

近年、慢性腎不全患者向けのレトルト食品やカップラーメン、スナック菓子、栄養補助食品など、長期保存可能で簡単調理の商品開発が進んでいます。スーパーやドラッグストアでは販売していないことも多く、通信販売での購入となってしまいますが、このような食品を普段の食事に取り入れ、食事制限や調理のストレスを軽減することが、食事療法を行う上で大切なポイントです。

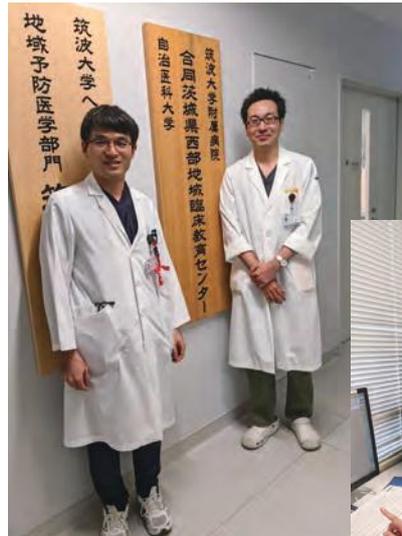
栄養管理科 田口 祐美

慢性腎不全は、たんぱく質、塩分、カリウム、リンの摂取制限など、様々な面に注意を払わなければならない疾患ですが、当院では食事の時間が楽しいひととときに感じていただけるよう支援しています。日々の食生活に関して、ご不安な点がございましたら、腎臓専門医の先生を通じて栄養相談をご依頼ください。

臨床教育センター活動報告

茨城県西部地域臨床教育センター講師 寺田 真
茨城県西部メディカルセンター内科医長

今年度から、筑波大学附属病院から初期臨床研修医の受け入れを開始しました。半年間、内科と救急科に所属し、地域の中核病院、二次救急病院である当院の特徴を生かして、基本的な診療能力の習得を目指します。医者として初めて、患者さんやご家族、同僚、他職種のスタッフと関わるなかで、自分のあるべき姿を模索し、医者として歩いていくための“自分なりの羅針盤”を手に入れていただければと思います。新型コロナウイルス感染症の流行により、不安定な診療体制ではありますが、こうした環境でもできるだけ充実した研修環境を提供できるように、教員一同努めます。また、残念ながら病院間の感染予防のため、両大学からの学生実習は中断していますが、今後とも当院の臨床研修・学生教育に、地域の皆様のご理解とご協力を頂ければ幸いです。



病院活動報告

看護部

道の駅「グランテラス筑西」にて「まちの保健室」を開設しています

私たち茨城県西部メディカルセンター看護部は、道の駅「グランテラス筑西」にて血压測定、体脂肪測定、血管年齢測定、その他健康増進のための知識の提供、病気についての悩みや相談対応等、地域に根差した活動を行っております。昨年9月より今年2月まで延べ100名近い方々のご利用がありました。市内の方はもちろん、他市町村や他県の方々のご利用もあり、大変なご好評を頂いております。今後も継続して活動して参りますので、道の駅にお立ち寄りの際はぜひご利用ください。

実施日 毎月第1水曜 13時～15時30分

場所 道の駅「グランテラス筑西」総合案内所内

新型コロナウイルス感染症の流行のため、現在休止中です。
再開が決まりましたら、病院公式ホームページに通知を掲載させていただきます。



事務部

救急車を導入しました

他医療機関との連携を円滑にするため、また、災害拠点病院としての機能を充実させるためにハイメディック救急車を導入しました。救急車は、当院職員（医師、看護師、ドライバー、補助員）によって運用をし、他医療機関への患者搬送のみならず、自然災害や航空機事故・列車事故・多数傷病者事故等の災害に際しての医療活動や、災害派遣医療チーム（DMAT）の支援派遣の際に活用しようと計画しております。



ドクター紹介

① 専門領域 ② コメント

内科 医師

平岡 友二



- ①消化器内科（消化管）
- ②4月から内科外来、内視鏡検査を担当する平岡友二です。このたび縁あって当院にお世話になることとなりました。これまでの知識、経験を生かし、地域医療に貢献できるようがんばりますので、よろしくお願い致します。

外科 医師

牛山 綾



- ①小児外科
- ②4月からお世話になります。専門は小児外科ですが、今年一年、外科の一員として皆様と働かせていただきます。ご迷惑おかけすることも多いと思いますが少しでも早く戦力になれるよう努力します。よろしくお願い致します。

内科 医師

橋野 史彦



- ①消化器内科（大腸）
- ②この度、西部メディカルセンターに赴任することになりました橋野史彦と申します。大腸ポリープ等疾患がございましたら、ポリープ切除を行って参ります。地域住民の皆様へ寄り添って医療を行って参りますのでよろしくお願い致します。

形成外科 医師

中島 大智



- ①形成外科
- ②4月より1年間、形成外科医として赴任することになりました。日本医科大学卒業ですが、小・中・高は水戸で過ごしていたため故郷へ帰ってきた感じがしております。短い期間にはなるとは思いますが、地域医療に貢献できれば幸いです。

皮膚科 医師

角 総一郎



- ①皮膚科、(内科)
- ②2020年4月より赴任しました、角（かど）総一郎と申します。昨年度まで自治医大の皮膚科で勤務しておりました。外来や生検をはじめ、手術や入院治療も徐々に行います。内科も微力ながらお力になればと思います。よろしくお願い致します。

耳鼻咽喉科 医師

濱野 有美子



- ①耳鼻咽喉科全般
- ②4月から耳鼻科で勤務させていただく濱野有美子です。金沢医科大学を卒業後、自治医大で勤務し耳鼻科医7年目となります。筑西市出身ということもあり、地域の皆様のお力になれるよう頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。

腎臓内科 医師

塚田 剛



- ①腎臓内科
- ②4月より採用になりました腎臓内科の塚田剛と申します。秋田大学2017年卒です。任期は半年と短いですが地元である下館に貢献できるよう精一杯働かせていただきます。何卒ご指導ご鞭撻の程宜しくお願い致します。

救急科 医師

伏野 拓也



- ①救急・集中治療
- ②4月より救急科医員として筑波大学附属病院より赴任しました。皆様にご迷惑をおかけすることも多数あるかと思いますが、地域の救急医療の充実のために僅かではありますが尽力させていただきます。御指導の程よろしくお願い致します。

内科・救急科 研修医

田中 大聖



- ①初期研修医
- ②3月に筑波大学を卒業した初期研修医1年目の田中大聖と申します。出身は群馬県です。わからない事ばかりで皆様には多くのご迷惑をおかけすると思いますが、どうぞよろしくお願い致します。



新スタッフ紹介

栄養管理科

栄養管理科 科長
管理栄養士 **中島 みどり**



好きな言葉は「継続は力なり」。
患者さんの立場に立って、あたたかい心
のかよう栄養管理を心がけています。お気
軽にお声かけ下さい。
どうぞ宜しくお願い致します。

事務部

経理課 課長
谷中 茂美



4月より経理課長に着任しました事務部の
谷中と申します。微力ですが、これまでの
経験を生かし、西部メディカルセンターの
一員として職員の皆さんと病院発展のために頑張ってい
きたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

新スタッフ紹介

- ① 氏名
- ② 趣味
- ③ 一言



3階A病棟 看護師

- ① **木下 更紗**
- ② 読書、ゲーム
- ③ 新人で分からないことだらけですが1日1日を大切にしながら頑張りたいと思います。



3階A病棟 看護師

- ① **田原 瑞希**
- ② 料理、動画鑑賞
- ③ 分からないことも多く不安はありますが、これから頑張りたいと思います。



3階A病棟 看護師

- ① **井坂 奨**
- ② 釣り、将棋
アクアリウム、ゲーム
- ③ 早く仕事を覚えられよう努力し病院に貢献したいです。よろしくお願い致します。



3階B病棟 看護師

- ① **野口 茜**
- ② 音楽鑑賞
- ③ 4月に入職致しました、野口茜です。早く新しい環境に慣れたいと思います。宜しくお願い致します。



3階A病棟 看護師

- ① **花岡 すみれ**
- ② 動画観賞
- ③ 未熟ものですがいち早く病院の一員になれるよう頑張っていきたいと思います。



3階B病棟 看護師

- ① **石川 洋子**
- ② 果物狩り
- ③ 患者さんのそばに寄り添い、笑顔と優しい言葉かけで対応できるように心掛けていきたいと思っています。



4階A病棟 看護師

- ① **白田 和代**
- ② 旅行
- ③ 患者さんに寄り添い、より良い看護が提供できるように頑張ります。よろしくお願い致します。



3階B病棟 看護師

- ① **橋本 愛美**
- ② 音楽鑑賞
- ③ 地域を支える病院の職員の1人となれるよう努力していきたいと思っています。



3階B病棟 看護師

- ① **宇田川 明日香**
- ② 漫画を読むこと
動画鑑賞
- ③ これから患者さんや地域の皆様に笑顔で安心感のある看護を提供していけるように頑張ります。



4階A病棟 看護師

- ① **五島 靖久**
- ② 出歩き、演劇
- ③ 出身は福島県です。いい年になってしまいましたがフレッシュな気持ちで頑張ります。



4階A病棟 看護師

- ① **増淵 奈々**
- ② 読書
- ③ 毎日、自己の健康管理に努めながら頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。



4階A病棟 看護師

- ① **北條 めぐみ**
- ② スポーツカーでドライブ
旅行
- ③ 自己研鑽し、地域の皆様に安心して頂ける医療、看護を目指して頑張ります。



4階B病棟 看護師

- ① **梶谷 樹里**
- ② 映画鑑賞
- ③ 4階B病棟配属になりました。少しでも早く慣れてチームの一員として頑張っていきたいです。



4階B病棟 看護師

- ① **田村 将太**
- ② バスケットボール
お菓子づくり
- ③ 先輩方にアドバイスをもらいながら、少しずつ成長して行けるよう頑張りたいと思います。



4階B病棟 看護師

① 永井 良治

- ② ピクニック
- ③ 丁寧に指導してもらいとても良い環境で働いています。これから色々と挑戦の気持ちで頑張ります！



HCU 看護師

① 後藤 利奈

- ② 筋トレ
邦ロックライブ参戦
- ③ 神奈川県より引っ越してきました。まだまだ未熟ですが御指導御鞭撻の程よろしくお願いいたします。



HCU 看護師

① 草間 遥香

- ② ボウリング、カメラ、料理
- ③ 茨城県立医療大学から入職しました。まだまだ分からないことだらけですが、よろしくお願ひします。



HCU 看護師

① 仁平 未夢

- ② カラオケ、映画鑑賞
- ③ 日々覚える事が沢山ありますが、振り返りをしっかりと行い丁寧かつ安全に業務が行えるよう頑張ります。



HCU 看護師

① 飛田 千明

- ② 旅行
- ③ 中途での採用となりました。培ってきた知識や技術で病棟や病院に貢献していけるよう頑張ります。



手術室 看護師

① 中村 直子

- ② 読書
- ③ 安全・安楽な周術期看護が提供できるよう頑張りたいと思います。よろしくお願ひ致します。



3階A病棟 介護福祉士

① 忍田 徹

- ② 野球観戦、家電量販店巡り、銭湯巡り
- ③ 3A病棟に配属となりました。介護施設での経験を活かし頑張ります。宜しくお願いします。



リハビリテーション技術科 作業療法士

① 小林 結衣

- ② キャンプ（始めたばかりです）
- ③ 実務経験8年目です。2月から当院で勤務しています。子育てしながら頑張ります。



リハビリテーション技術科 理学療法士

① 大和田 さくら

- ② 映画鑑賞
ハンドメイド
- ③ 地域の皆様に貢献できるように、一生懸命頑張ります。ご指導よろしくお願ひいたします。



リハビリテーション技術科 理学療法士

① 青柳 由佳

- ② ヨガ、ドラマ鑑賞
- ③ 6年目で初めての急性期分野への挑戦！持ち前の明るさと元気で貢献出来たら幸いです！



リハビリテーション技術科 作業療法士

① 倉田 菜生

- ② アロマ
- ③ 日々勉強し、患者様に少しでも良いリハビリテーションを提供できるように頑張ります。



リハビリテーション技術科 作業療法士

① 高松 雄大

- ② 体を動かすこと
- ③ 不慣れなことも多いと思いますが、明るく元気に頑張りますのでよろしくお願ひします。



リハビリテーション技術科 言語聴覚士

① 仁平 早織

- ② マンガ
音楽鑑賞
- ③ まだ未熟者ですが、技術と知識の向上のため、努力して参ります。よろしくお願ひ致します。



臨床検査科 臨床検査技師

① 河添 更紗

- ② ライブ、フェスに行く事
- ③ 新たな環境でたくさんの知識や技術を身につけ、地元の医療に貢献できるよう頑張ります。



医事入院課

① 大橋 将人

- ② サッカー観戦 釣り
- ③ 前職での経験を活かしてキャリアアップを目指し、病院に貢献していきたいと思っています。



医事外来課 医師事務作業補助者

① 長田 朋枝

- ② サウナ、ゴルフ
- ③ 気持ちも新たに頑張ります。よろしくお願ひします。



医事外来課 医師事務作業補助者

① 大門 真由美

- ② パン屋、洋菓子屋めぐり
- ③ 医師事務補助歴10年になります。今まで以上にがんばりますのでよろしくお願ひします。



筑西診療所 訪問看護部門 看護師

① 笠原 裕美

- ② 御朱印巡り
- ③ 毎日新鮮な気持ちで勤務出来る事に感謝しています。日々精進、元気に頑張っています。





地域医療連携室より

地域医療連携部副部長 **仁平 透**

■ソーシャルワーカー（社会福祉士）は「生活と心」を支える社会福祉の専門職です。病気やけがをすると、様々な心配事が出てきます。私たちは、患者さんやご家族に寄り添い、お手伝いができるようご相談をお受けしています。また、この4月からは専任看護師が常駐しておりますので、相談の領域が広がりました。

- ❖治療に関する相談
- ❖医療費等経済的に関する相談
- ❖介護保険や福祉サービスに関する相談
- ❖転院や退院後の療養生活に関する相談
- ❖その他、ご要望等

「ぜひ相談したいことがある」という方がいらっしゃいましたら、院内のスタッフにお声かけください。事前にご予約を取っていただくことで、充分にお時間を取ることができます。

- ◇相談日 月～金
(祝日および年末年始12/29～1/3を除く)
- ◇時間 8:30～17:00

■地域医療連携室は「自院と他院、他施設をつなぐ部署」です。患者さんがスムーズに医療機関へ受診、入院できるように、また医療機関から退院や転院することができるように、医療機関、介護施設をはじめ、行政や福祉に関わる多くの施設を繋ぐ役割があります。

多彩な役割や業務量に応じ、下記のスタッフがおります。

- ❖医師：業務統括者であり、院内外の医師との調整役。
 - ❖看護師、医療ソーシャルワーカー：受診や退院支援など医療的、社会的支援が必要な場面で、患者を支援。
 - ❖事務員：各医療機関や施設からの受診予約受付、紹介状や返書管理、懇話会案内等の対外的な業務や紹介率、逆紹介率、平均在院日数、連携医療機関等のデータ管理、分析等の事務作業を行います。
- ※この部署に、私、仁平（ニダイラ）が施設管理の部署から異動になり、4月から働いています。詳細は次号で。



筑西診療所より

『たまど』通信第3号 ～その後の展開

筑西診療所 所長 **佐々木将人**

チーム『たまど』より、今回は4つの報告をいたします。

(1) 「連携による強化型在宅療養支援診療所グループ」が3診療所に増えました!!

3番目の連携先は旧関城町の河上医院です。引き続き、後方病院として西部メディカルセンターには、全面的に支援をいただきます。今年度は、宮田医院、河上医院、筑西診療所の三診療所でしっかりと24時間365日の連携を固めます。そのために、2020年度の茨城県「医療提供施設等グループ化推進事業」に手を挙げ、筑西・下妻医療圏の在宅医療の充実に力を入れたいと考えています。

(2) 二班同時に訪問診療に出かける体制が整いました!!

4月に西部メディカルセンターより、二人目の常勤社会福祉士を派遣していただいたことで可能となりました。今後は、さらに多くの方々の訪問診療のご要望にお応えすることができます。

(3) 訪問看護ステーションがさらにランクアップしました!!

4月より常勤の訪問看護師が1人増え、6名体制となったため、機能強化型訪問看護管理療養費3(医療保険)と看護

体制強化加算1(介護保険)を新たに取得できました。また、訪問リハビリを現在常勤1名体制で行っていますが、西部メディカルセンターより週3日応援していただけることになりました。これにより、訪問看護と訪問リハビリをさらに拡充することができます。

(4) 新しいパンフレットを作りました!!

筑西診療所の外来診療と訪問診療、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所を紹介するパンフレットを新しく作成しました。西部メディカルセンター受付カウンター、診療所受付に置いてあります。また、市役所、各公民館、市内居宅介護支援事業所等に配付する予定です。



救急外来・夜間受付・面会時間

救急外来・夜間受付

ご来院の前に以下をお電話でご連絡下さい。

- 患者さんの氏名・生年月日・住所
(当院の診察券をお持ちの方は診察券記載の番号をご連絡下さい)
- 患者さんの様子
ケガの方は
 - いつどのようにしてケガをしたのか
 - ケガの場所
 - ケガの程度
(キズの大きさ、深さ、痛みの程度、出血の有無)
 病気の方は
 - 現在の症状
(体温、苦痛の程度や場所、下痢やおう吐の有無など)
 - かかりつけ医の有無
 - 既往歴
(慢性的な持病や過去に罹った大病、入院歴、手術歴など)

連絡先

茨城県西部メディカルセンター 0296-24-9111 (代表)

お持ちいただくもの

- 診察券 (お持ちの方)
- 医療受給証 (お持ちの方)
- 健康保険証
- お薬手帳
- 紹介状 (お持ちの方)

上記は、新型コロナウイルス感染症対策のため変更される場合がありますので、公式ホームページにてご確認くださいませようお願い致します。

救急外来の場所

時間外入口を
入って右側の
夜間休日受付で
受付をして下さい。



※時間外入口は、
病院北側にあります。

つくば街道方面

面会時間

- 2020年5月現在、新型コロナウイルス感染症対策のため、面会は全ての患者さんにおいて原則禁止とさせていただきます。(入院患者さんの状態によって医師の許可がある場合は、この限りではありません。)
- 詳細は病院ホームページをご確認いただきますようお願い致します。



地方独立行政法人 茨城県西部医療機構

茨城県西部メディカルセンター

Ibaraki Western Medical Center

〒308-0813 茨城県筑西市大塚 555 番地
TEL : 0296-24-9111 (代表)
FAX : 0296-24-9171
予約センター : 0296-24-9172 (月曜～金曜 9:00～16:00)
HP : <http://www.iwmo.or.jp/>



■診療科 内科、小児科、外科、整形外科、形成外科、脳神経外科、小児外科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、放射線科、皮膚科、泌尿器科、婦人科、救急科、麻酔科 (水谷太郎)

■受付時間 初診 月曜～金曜 8:30～11:00
再診 月曜～金曜 8:00～16:30

■診療時間 9:00～17:00

■休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始

■交通案内

・電車をご利用の場合

JR宇都宮線小山駅乗り換え、JR水戸線下館駅下車
下館駅北口より広域連携バス・地域内運行バスにて10分
(電車所要時間、小山駅から6駅25分)

JR常磐線友部駅乗り換え、JR水戸線新治駅より車で9分
(電車所要時間、友部駅から8駅33分)

・車をご利用の場合

北関東自動車道 桜川筑西ICより17分、真岡ICより33分



地方独立行政法人 茨城県西部医療機構

筑西診療所

Chikusei Clinic

〒308-0847 茨城県筑西市玉戸 1658 番地
TEL : 0296-28-2261 (代表)
FAX : 0296-28-4471
HP : <http://www.iwmo.or.jp/page/dir000008.html>

- 診療科 内科
- 外来診療日 月曜日～金曜日 9:00～12:00
(受付は8:30～11:00)
- 訪問診療日 月曜日～金曜日 8:30～17:15
- 休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始

■交通案内

・電車をご利用の場合

JR宇都宮線小山駅乗り換え、JR水戸線玉戸駅下車
徒歩3分
(電車所要時間、小山駅から5駅18分)

・車をご利用の場合

国道50号線 「玉戸駅入口」信号から北へ約100m



茨城県西部医療機構の職員(正規・非正規職員)募集中

病院ホームページをご覧ください。お電話にてお問い合わせください。

■問い合わせ 事務部人事課 TEL : 0296-24-9111 HP : <http://www.iwmo.or.jp/>

