

Refresh!!

No. 56

2020年04月30日発行

TAKE FREE

特集

医師不足地域における
高萩協同病院の役割



場所：福島県福島市花見山公園 撮影：歯科口腔外科 野地 秀彦医師

医師不足地域における

高萩協同病院の役割



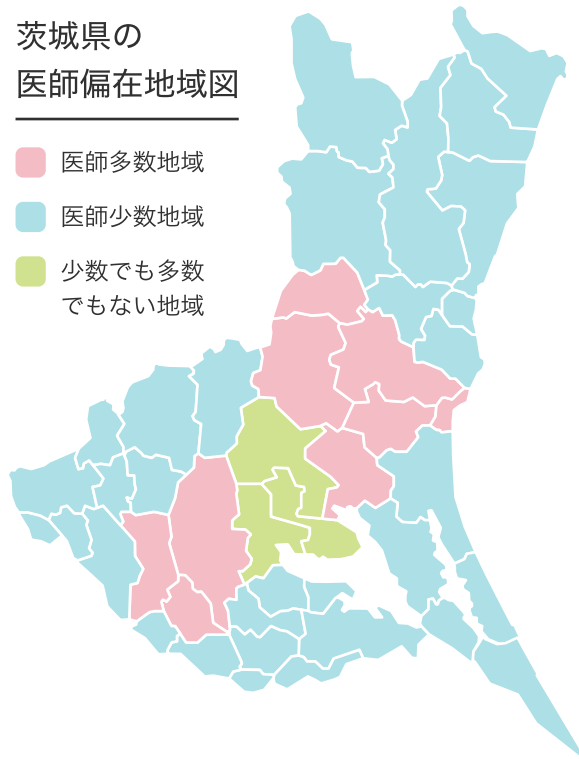
副院長兼
整形外科部長
河村 春生

皆様は茨城県の県北地域（日立医療圏）が日本有数の医師不足地域であることをご存じでしょうか？ 茨城県広報誌「ひばり」3月号によりますと、茨城県は人口10万人当たりの医師数が全国46位（下から2番目）で医師偏在指数が42位の医師少数県です。医師の絶対数が少ない上に、つくばと水戸地域に医師が集中しているため、それ以外の地域の医師不足は極めて深刻です。

ところで、厚生労働省は昨年9月に「病院の再編統合」の対象となる公立（県立や市立など）と公的（日赤、済生会、厚生連など）病院名を公表しました。このニュースは全国の医療関係者に衝撃を与えました。幸いこのリストに高萩協同病院の名前はありませんでした。

茨城県の 医師偏在地域図

- 医師多数地域
- 医師少数地域
- 少数でも多数でもない地域



当院の3本柱



日立医療圏で
有数の分娩件数



腹部の急性疾患や
がんの治療で
多くの救命を实践



日立以北で本格的な
整形外科手術が
可能な唯一の病院

当院のような、長年経営難に直面し続けている病院が何故再編の対象にならなかったのでしょうか。その理由は、日立医療圏で当院に代わりうる病院がないからです。当院は産婦人科、外科、整形外科が3本柱です。産婦人科は日立医療圏で有数の分娩件数があり、外科では腹部の急性疾患やがんの治療で多くの救命を行ってきました。整形外科に関しては、日立以北で本格的な整形外科手術が可能な病院は当院だけです。従いまして、もし当院がなくなると、県北地域が医療崩壊に陥ることは明白です。

お気づきの方もいらっしゃると思いますが、当院のベッド数は220床でしたが、18年4月からICUを廃止して公称199床となりました。19年4月から急性期を1病棟に絞って144床で運営しています。当院は営利を直接の目的とはしていませんが、身の丈に合う規模に縮小することで経営改善を図り、地域における急性期医療を維持することを目指しております。高萩市のご理解を賜りまして、当院への補助金を増額していただきました。誠にありがとうございます。今後も高萩市を中心とした茨城県北部の二次救急受け入れに最大限力を入れ、高齢者を含む地域住民の方々が安心できる医療を提供してゆく所存です。

Takahagi Fresh News.



手作り帽子贈呈

1月14日(火)高萩地域女性部の皆様よりタオルで作成した帽子を寄贈していただきました。12名の方が何か月もかけて作った手作りで、愛情が込められております。切らずに縫っているため、糸をほどくと一枚のタオルになるそうです。お話しする中で代表の八木陽子氏は「やることに無駄なことはない」と話されており行動することの大切さを教わりました。寄贈いただいた帽子は、入院されている患者様にご使用いただいております。

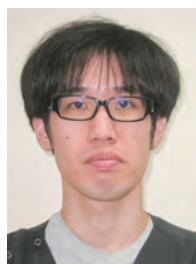


救急救命士就業前病院実習

2月27日(木)高萩消防署から救急救命士就業前病院実習に来ていた救急救命士の修了式が執り行なわれました。救急救命士として、地域の救命にかかわりたいという高い志を持って臨まれ、いつでもどこでも爽やかな笑顔で、実習に取り組んでいました。当院にとっても診療機能など改めて知っていただける良い機会となり意義のある実習となりました。

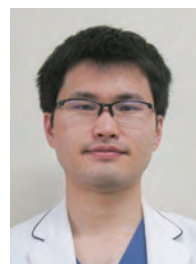
NEW COMER

— 新任医師紹介



内科医師 長坂 智裕 (ナガサカ トモヒコ)

昨年同様4月から3ヶ月間お世話になります。高萩市や県北地域の医療に貢献できるよう頑張りますので宜しくお願い致します。



内科医師 酒井 希天 (サカイ キテン)

昨年度も3か月間お世話になりました。今年度も4月から6月の間勤務となります。よろしくお願いします。お願い致します。



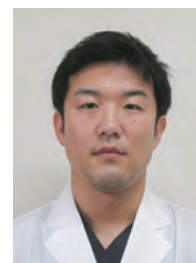
外科医師 松村 英樹 (マツムラ ヒデキ)

4月より外科に赴任となりました。筑波大学消化器外科に所属し、卒後15年目になります。昨年度までは水戸協同病院で、主に腹腔鏡手術を行ってきました。県北地域は特に高齢の方が多い地域と伺っています。腹腔鏡手術は、従来の手術より出血量が少なく、疼痛が少ないなど、早期に日常生活に戻れるのがメリットです。この地域の特性に合っていると考えています。また、手術のみならず、上下部内視鏡や健診業務も行う予定です。少しでも、県北地域の医療に貢献できるよう頑張りたいと思いますので、よろしくお願いします。



整形外科医師 松浦 智史 (マツムラ サトシ)

4月から赴任いたしました。高萩協同病院は半年の勤務となりますが、日々全力で取り組んでいきますのでよろしくお願いします。



整形外科医師 奥脇 駿 (オクワキ シュン)

後期研修4年目の奥脇駿です。高萩市の医療に少しでも貢献できるように、整形外科医として精一杯努力していきます。1年間よろしくお願いします。お願い致します。

「ロコモティブシンドロームについて」

ロコモティブシンドローム（略称：ロコモ）という言葉を知っていますか？ロコモとは骨や関節、筋肉や神経で構成される運動器に障害が起こり、「立つ」「歩く」といった移動機能が低下している状態のことを言います。ロコモが進行することで介護が必要な状態や寝たきりになる可能性があります。ロコモが進行する原因として、運動習慣がない生活を続けていることが主に挙げられます。

ロコモかどうかを知るためには「ロコチェック」を利用し、簡単に確認することができます。7項目のうち1つでも当てはまればロコモの可能性がります。

ロコモを予防するためにロコモーショントレーニング（略称：ロコトレ）があります。ロコトレは「片脚立ち」と「スクワット」の2つの簡単な運動であり、生活を送るうえで最低限必要とされる移動機能の向上を目指しています。

☑ ロコチェック

1. 片脚立ちで靴下がはけない
2. 家の中でつまずいたりすべったりする
3. 階段を上がるのに手すりが必要である
4. 家のやや重い仕事が困難である（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）
5. 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である（1ℓの牛乳パック2個程度）
6. 15分くらい続けて歩くことができない
7. 横断歩道を青信号で渡り切れない

(1) 片脚立ちはバランス能力を鍛える運動です。
まずは、左足・右足を1分間、1日3セット
を目標に行ってください。



CHECK POINT

- ・つかまる場所があるところで行います
- ・片脚を床から離すように行います

(2) スクワットは両脚の筋力を鍛える運動です。
まずは、ゆっくりと5～10回繰り返し、1日2
～3セットを目標に行ってください。



CHECK POINT

- ・手を前に出してバランスをとってもかまいません
- ・おしりを後ろに引くように身体を沈めます

まずはロコチェックを行い、自分がロコモの可能性があるかどうか確認しましょう。ロコモがあれば、ロコトレをはじめとした運動を習慣化することが大切です。リハビリでは、皆様の健康寿命を延ばすお手伝いをしております。どうぞお気軽に相談してください。

■ 患者サポートセンターのメンバーが4月より変わりました

・看護部

樫村 晴美（看護師長）
安達 桂子・前田 恵美（看護師主幹 / 退院支援）
小玉 幸恵・海老澤 藍（看護師 / 入院支援）

・社会福祉部

立野 妙子（社会福祉士主幹 / 医療相談室）

・事務部

綿引 裕一（医事課長）
小野 淑子・山内 安由美（事務員 / 地域医療連携室）
伊藤 あゆ美（事務員 / 医療相談室）

昨年度、当院に『地域医療体験』で来た高校生の女の子から、手作りマスクをたくさんいただきました。お姉さんと共に一つひとつ丁寧に作られたそうで、大きさと柄も工夫されています。本当にありがとうございました。



発行所：県北医療センター高萩協同病院
発行人：近藤 匡
編集：広報ふれあい委員会
編集協力：協同メディカルサービス株式会社
〒318-0004 高萩市大字上手綱字上ヶ穂町 1006 番-9
Tel：0293-23-1122 takahagi-kyodo-hp.jp/