

2026年4月1日
90号

かけはし

ひたちなか総合病院広報誌

発行所：株式会社日立製作所ひたちなか総合病院
〒312-0057
ひたちなか市石川町20番1
029-354-5111

発行人：渡辺 明宏
編集：広報委員会

※バックナンバーは当院ホームページに掲載しております。

ごあいさつ — 地域を護る病院として —



院長 吉井 慎一

日頃より当院の医療にご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。2026年度を迎え、私たちも気持ち新たに診療に取り組んでおります。

前号では、全国的に病院経営が厳しくなっている現状についてお伝えしました。ニュースなどでも取り上げられているように、多くの医療機関が厳しい状況に置かれています。こうした中で行われた2026年度の診療報酬改定は、12年ぶりの「プラス改定」となりました。しかし、人件費や物価の上昇を踏まえたものであり、病院経営が大きく改善するほどの効果は見込めません。病院の機能や体制によって増収・減収が分かれる改定であり、医療界全体としては依然として厳しい状況が続いています。

また、これまでにもお伝えしてきた「地域医療構想」は、人口が減少する中でも必要な医療を安定して提供するための取り組みです。2026年からは、2040年を見据えた新たな計画が始まります。今回の診療報酬改定は、この地域医療構想の中心となる「地域における病院の役割分担」をより進める内容となっています。高度な救急医療や手術など、地域の中心的な役割を担う病院は「急性期基幹病院」と位置づけられます。当院は年間の救急車受け入れ、全身麻酔での手術件数で、「地域急性期基幹病院」としての機能を持つことが期待されています。人口15万人のひたちなか市、そして33万人の二次医療圏において、安定して質の高い医療を提供し続けることが当院の使命です。そのためには、近隣の医療機関だけでなく、水戸医療圏や日立医療圏との連携もこれまで以上に重要になります。

医療機関には、安全で質の高い医療を提供しながら、健全な経営を維持することが求められています。当院でも診療体制の見直しや業務の効率化を進めつつ、患者さんに安心して受診していただける医療の維持・向上に努めてまいります。

「地域を護る病院」として、これからも地域の皆さまに必要とされる存在であり続けられるよう、従業員一同努力を重ねてまいります。本年度もどうぞよろしくお願い申し上げます。

ひたちなか総合病院・総合健診センター 休日のお知らせ

4月	日	月	火	水	木	金	土	5月	日	月	火	水	木	金	土	6月	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4								1		2			1	2	3	4
4	5	6	7	8	9	10	11	5	3	4	5	6	7	8	9	6	7	8	9	10	11	12	13
	12	13	14	15	16	17	18		10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	
	19	20	21	22	23	24	25		17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	
	26	27	28	29	30				24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					
									31														

ひたちなか総合病院・総合健診センター 休日

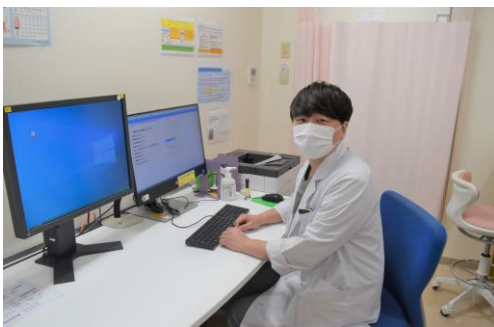
循環器内科 川面医師

2019年から当院で医師として勤務しています。隣接する水戸市で生まれ育った私にとって、この病院は以前から馴染みのある場所でした。学生の頃には、入院した同級生のお見舞いに訪れたこともあります。当時はこの病院で勤務するとは想像もしていませんでしたが、日々患者さんと向き合いながら医師としての時間を重ねています。



循環器内科 川面医師

医師は初期研修の2年間で専門とする診療科を決めることが多いのですが、私は循環器内科医としてこの地域の医療に関わり続けたいと考えました。幸いにも、現在も同じ場所で診療を続けることができます。日々の診療は決して特別なことばかりではありませんが、その一つひとつの積み重ねに確かな意味があると感じています。



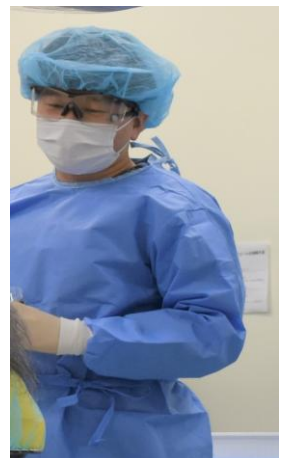
循環器内科外来診察室にて

循環器内科で多く向き合う病気の一つが、心不全です。患者さんやご家族に説明すると、「名前は聞いたことがあるけれど、そんなに怖い病気なのですか」と驚かれることがあります。

心不全は、残念ながら完治が難しく、長い時間をかけて付き合っていく必要のある病気です。実際に、診断された方の約2人に1人が5年以内に亡くなるという研究報告もあり、決して軽く考えることはできません。

一方で、悲観的な話だけではありません。生活習慣を見直し、処方された薬剤をきちんと継続することで、病気の進行をゆるやかにし、安定した生活を保てる方も多くいらっしゃいます。医療は少しずつ前に進んでおり、私たちにできることも確実に広がっています。

患者さんが、朝起きていつものように一日を始められること。家族と食卓を囲み、季節の移ろいを感じながら過ごせること。そうした何気ない日常こそが、かけがえのない時間なのだと思います。その時間を少しでも長く守れるように、これからも循環器内科医として、丁寧に、誠実に診療を続けていきたいと思ひます。



心臓カテーテル検査実施中

院 内 紹 介

ファミリーマートひたちなか総合病院店

日和サービス株式会社ファミリーマートひたちなか総合病院店は、病院の従業員・患者さんに向けた飲食料品をはじめとした、販売・サービスを行っています。専門のケアを提供する認定看護師が厳選した医療・介護用品も取り扱いしており、病院を支えるインフラ施設として、機能しています。

今年2月には、オープンから約16年の歳月を経て、このたび初めて店舗改装を実施いたしました。

今後も病院従業員・患者さんに必要とされる施設であり続けるよう責務を果たすとともに、皆様に愛される店舗づくりをめざしてまいります。スタッフ一同、いつでもご来店お待ちしております。



ファミリーマートスタッフ

地 域 の 病 院 紹 介

ことぶき内科循環器科クリニック

当院は2025年9月に開院いたしました。新しいクリニックではございますが、ひたちなか総合病院とは紹介や検査依頼など連携を取らせていただいております。当院は一般内科、循環器科をはじめ、発熱外来など幅広く患者さんの対応をさせていただきます。

また、通常の外来診療以外にも、訪問看護や訪問診療も行っております。日々多くのことにチャレンジしていきたいという思いから、これまで以上に地域の病院や施設とスムーズに連携を図れるように、社会福祉士やケアマネジャーなどとともに、2026年2月に地域連携室を立ち上げました。

すでに地域連携室を通して多くの患者さんをご紹介いただいております。訪問診療など患者さんの希望に沿った医療をスムーズに行えるようになり、大変うれしく思っております。

2026年4月からはひたちなか総合病院での勤務歴も長い山田修三医師が副院長兼訪問診療科長として当院に赴任し、これまで以上に充実した体制となります。初期研修医から昨年8月に退職するまでひたちなか総合病院で医師として育てていただき、学ばせていただいた多くのことを地域の皆様に還元できるようにこれからも頑張っております。



磯崎院長と医療スタッフ

医療連携に関するお問い合わせは「[地域医療連携係](#)」へ

8:15～16:30（月曜日～金曜日）

TEL：029-354-5202（直通）FAX：029-354-5220（直通）

電子処方とは？

薬務科 秋山裕史

電子処方せんとは、これまで紙で発行していた処方せんを電子化したものです。電子処方せんに対応した医療機関・薬局では患者さんが過去のお薬情報の提供に同意することで、複数の医療機関・薬局にまたがる直近のお薬情報を医師・歯科医師・薬剤師が共有することが可能です。電子処方せんのメリットをいくつか紹介させていただきます。

1. いつでもどこでもお薬情報を取り出せる

電子処方せんに対応した医療機関・薬局では、引っ越しにより、医療機関・薬局を変更した場合でも医師・薬剤師などが薬の情報を正確には把握することができます。また、災害時でも、常用している薬を医師・薬剤師などが確認することが可能です。

2. 飲み合わせの悪い薬や薬のもらいすぎを防ぎやすい

飲み合わせの悪い薬を服用すると、薬の効能・効果が増強または減弱し、副作用など生じ、ときには健康被害を生ずる恐れがあります。電子処方せんに対応した医療機関・薬局では、患者さんによる情報提供の同意が得られれば複数の医療機関・薬局で医療を受けていたとしても、直近のお薬情報までを正確に伝えることができます。また、システム上で飲み合わせの悪い薬などをチェックすることが可能なので、より安心して処方・調剤を受けとることができます。

3. 薬を受け取りやすくなる

電子処方せんの仕組みでは医師・歯科医師が登録した処方情報を、患者さんが受付した薬局の薬剤師がダウンロードして調剤します。事前に薬局に引換番号を伝えることで、先に調剤を開始してもらい、待ち時間の短縮につながります。

4. 自分でもお薬情報を見ることができる

電子処方せん対応の医療機関・薬局から過去のお薬情報がマイナポータルに記録されるので、スマートフォンとマイナンバーカード、またはマイナンバーカード搭載のスマートフォンだけでいつでも確認可能です。

当院では、現在一部の医師のみ電子処方せんが発行可能です。今後は各診療科の医師が電子処方せんを発行できるように準備を進めております。厚生労働省が推進している取り組みでもありますのでご理解とご協力の程、お願いします。

電子処方せんが始まりました！

電子処方せんとは、これまで紙で発行していた処方せんを電子化したものです

メリット
01

複数の医療機関・薬局間での情報共有が可能に！
複数の医療機関・薬局をまたがる過去のお薬情報を医師・薬剤師と共有することができます。同じ成分のお薬をもらうこと（重複投薬）や良くないお薬の飲み合わせを防ぐことができ、安心安全な医療に繋がります。

メリット
02

自分のお薬情報が確認できる！
マイナポータルで自身の直近のお薬情報を確認することができます。飲み合わせの確認等が可能になり、日常生活におけるお薬関連のリスクを抑えることができます。

メリット
03

診療やお薬の受け取りが便利になる！
処方せんが電子化されるため、薬局に処方せん情報をあらかじめ送ることができます。オンライン診療なども受けやすくなります。

電子処方せんを利用するためには大きく **3step!**

- Step.1 医療機関の窓口で電子処方せんを選択
- Step.2 電子処方せん対応薬局で受け付け
- Step.3 調剤されたお薬を受け取る

マイナンバーカードでもっと便利に！

マイナンバーカードをご利用いただくと、よりよい医療を受けられることができます。まだマイナンバーカードをお持ちでない方はまずはマイナンバーカードの申請を！



このポスターが目印！



健康メモ

健康づくりに役立つ運動習慣のポイント 健診センター 遠藤 尚子

健康づくりを進めるうえで、「一無、二少、三多」という標語があります。禁煙をすすめる「一無」、食べすぎ・飲みすぎを抑える「二少」、そしてよく動き、しっかり休み、多くの人や物事にふれることを示す「三多」です。いずれも日常生活で無理なく取り入れやすい基本的な習慣であり、運動を考える際の土台となります。

1日の歩数は7,000～8,000歩が一般的な目安と言われています。ただし、体力や生活環境には個人差があるため、歩くことが難しい方は1,000～3,000歩にとどめつつ、水泳や椅子に座ったまま行える筋力トレーニングを組み合わせることで、十分に運動効果が期待できます。

運動強度を調整する際には、ボルグスケール（RPE）が参考になります。11～15の範囲が適切で、生活習慣病の予防には11～13、体力向上には13～17が推奨されています。

【ボルグスケール】

指数	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
自覚的運動強度		非常に楽である		かなり楽である		楽である		ややきつい		きつい		かなりきつい		非常にきつい	

また、発汗量は気温や湿度の影響を受けやすいため、特に暑い日にはこまめな水分補給が欠かせません。運動頻度は週2～3回から毎日まで幅があり、体調や仕事内容、天候などに応じて調整できます。1日分を数回に分けて行っても、まとめて行っても大きな効果の差はないとされています。さらに、歩行やジョギングなどの有酸素運動と、筋力を高めるスクワットなどの負荷運動を組み合わせることで、より効率的に健康づくりが進みます。運動を行う時間帯も目的に応じて選ぶとよいでしょう。早朝高血圧の方は昼間、糖尿病の方は食後30～40分経過後、中性脂肪が高い方や減量をめざす場合は夕方がおすすめです。

ご自身の体調や生活リズムに合わせて無理のない範囲で運動習慣を継続し、健康維持をめざしましょう。

医師異動

担当科	氏名	異動日	担当科	氏名	異動日	担当科	氏名	異動日	
総合内科	内山 絢登	退職 (2026.3.31)	呼吸器内科	肥田 憲人	退職 (2026.3.31)	総合健診センター	菅野 千秋	退職 (2026.3.31)	
	島崎 千奈	退職 (2026.3.31)		佐久間 萌	退職 (2026.3.31)		佐藤 彩果	退職 (2026.3.31)	
	茶山 涼花	退職 (2026.3.31)		消化器内科	佐藤 虞美		退職 (2026.3.31)	田中 祐樹	退職 (2026.3.31)
	早川 典宏	退職 (2026.3.31)	青木 理沙		採用 (2026.4.1)		咸 大誠	退職 (2026.3.31)	
	上田 日向子	採用 (2026.4.1)	安部 計雄		採用 (2026.4.1)		小瀬戸 章浩	退職 (2026.3.31)	
	折笠 陽風	採用 (2026.4.1)	石川 嵩人		採用 (2026.4.1)		野本 大地	退職 (2026.3.31)	
	河本 万優子	採用 (2026.4.1)	リウマチ科	菱沼 智紀	退職 (2026.3.31)		谷中 大祐	退職 (2026.3.31)	
	和田 玲奈	採用 (2026.4.1)	消化器外科	井上 芳樹	退職 (2026.3.31)		伊藤 綾華	退職 (2026.3.31)	
	西 あかり	採用 (2026.4.1)		郡司 渉	採用 (2026.4.1)		奥泉 類	退職 (2026.3.31)	
細川 哲也	採用 (2026.4.1)	田中 千晶		採用 (2026.4.1)	寺門 正興		退職 (2026.3.31)		
腎臓内科	山木 謙太郎	採用 (2026.4.1)	整形外科	森田 純一郎	採用 (2026.4.1)		臨床研修医	川崎 佑真	採用 (2026.4.1)
循環器内科	川村 龍	退職 (2026.3.31)	耳鼻咽喉科	待木 健司	退職 (2026.3.31)		臨床研修医	糸賀 菜々美	採用 (2026.4.1)
	塚田 亮羽	退職 (2026.3.31)	泌尿器科	佐藤 康生	退職 (2026.3.31)			稲本 千広	採用 (2026.4.1)
	中谷 敦	退職 (2026.3.31)		安藤 高志	採用 (2026.4.1)			大塚 隼平	採用 (2026.4.1)
	株本 悠	採用 (2026.4.1)		永島 賢太	採用 (2026.4.1)			大塚 雄貴	採用 (2026.4.1)
	桑原 佑輔	採用 (2026.4.1)	臨床検査科	吉田 尊雅	退職 (2026.3.31)	海原 友香		採用 (2026.4.1)	
	小林 大輝	採用 (2026.4.1)	歯科口腔外科	武井 潤子	退職 (2026.3.31)	加藤 智大		採用 (2026.4.1)	
沢島 直樹	退職 (2026.3.31)	伊澤 和倫		採用 (2026.4.1)	亀山 祐香	採用 (2026.4.1)			
神経内科	川並 響	採用 (2026.4.1)		岡林 晃子	退職 (2026.3.31)	三瓶 直人		採用 (2026.4.1)	
	野原 誠太郎	採用 (2026.4.1)	リハビリテーション科	池田 祥尚	採用 (2026.4.1)	吉井 健人		採用 (2026.4.1)	