2026年10月1日
92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。

退任のごあいさつ

前院長　吉井　慎一

このたび、2026年9月末日をもちまして院長を退任し、10月より新院長に職務を引き継ぐこととなりました。院長就任以来9年にわたり、地域の皆さま、患者さんやご家族の皆さまから温かいご支援とご理解を賜りましたことに、心より御礼申し上げます。

私は在任中、「地域を護る」の理念のもと、地域の医療機関との連携を何より大切にしてまいりました。一つの病院だけで地域の医療を支えることはできません。それぞれの医療機関が互いに信頼し合い、患者さんを中心に連携することが何より大切であると考え、この9年間その実現に向けて力を尽くしてきました。

その中で、地域の診療所や病院、介護・福祉施設をはじめとする多くの関係機関の皆さまのご協力をいただきながら、地域全体で患者さんを支える医療の充実に努めてまいりました。こうした取り組みを進めることができましたのも、地域の皆さまのご理解とご支援の賜物であり、深く感謝申し上げます。

10月からは新院長のもと、当院はこれまで築いてきた地域との信頼関係をさらに発展させ、より質の高い医療の提供に努めてまいります。今後とも変わらぬご支援とご厚情を賜りますようお願い申し上げます。
この9年間、院長として地域医療に携わる機会をいただきましたことを大変幸せに思っております。

皆さまのご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

新任のごあいさつ

院長　今村　史人

この度、2026年10月1日より院長に就任いたしました「今村史人（いまむら ふみと）」と申します。私は2002年に当院へ赴任し、今年で24年目を迎えます。長年にわたり通院してくださっている方も多く、当院を支えていただいていることに、改めて深く感謝申し上げます。

赴任当時は3階建ての古い建屋でしたが、2011年の新病院建設とともに筑波大学の社会連携講座も開設され、診療体制を大きく拡充してまいりました。この間、東日本大震災やコロナ禍といった大きな困難もありましたが、その都度、行政や地域の皆さまと協力し乗り越えてまいりました。私自身も24年間この地域で診療を続けてきた一人として、当院はまさに地域の歴史とともに歩んできた病院であると感じております。

ひたちなか市は県内でも人口減少が比較的緩やかな地域であり、今後も地域の皆さまを支える当院の役割は大きいものと考えております。現在、当院は救急医療とがん診療を主な柱としています。救急車は年間約4,000台を受け入れ、がんの手術は年間約400例を行っています。また、人間ドックも併設しており、病気の早期発見、特にがんの早期発見から治療まで、地域の皆さまの健康を幅広く支えていきたいと考えております。

一方、当院だけですべての医療を完結できるわけではありません。当院で対応が難しい診療分野については、適切な医療機関へ速やかにご紹介するとともに、日頃から地域のクリニックや他の病院との連携を大切にしています。地域の皆さまが必要な時に適切な医療を受けられる体制をつくることも、私たちの大切な役割です。

医療を取り巻く環境は、少子高齢化や医療従事者の不足など、今後ますます厳しくなることが予想されます。そのような中でも、地域の皆さまに安心して医療を受けていただくためには、医療の質と安全を守りながら、将来にわたって持続可能な病院であり続けることが必要です。

これまで当院が築いてきたものを大切にしながら、医療体制をさらに充実させ、近隣の医療機関や行政との連携をより一層深めてまいります。そして、この地域の中核を担う総合病院としての責務をしっかりと果たしていきたいと考えております。

地域の皆さまに信頼され、そして応援していただける病院であり続けられるよう、従業員とともに力を尽くしてまいります。

今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

連　携　室　通　信

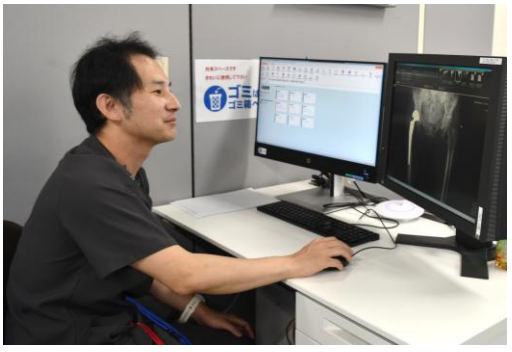
整形外科　森田医師

整形外科　森田医師

2026年4月より整形外科に赴任した森田 純一郎(もりた じゅんいちろう)と申します。当院では12年ぶり、2回目の勤務となります。またひたちなかの地で働くことができ、大変嬉しく思っています。
久しぶりに勝田マラソンに出てみようと思います。

整形外科では、新生児から高齢者まで、首から足先まで、急性期から慢性期までと、広い守備範囲をカバーしますが、私はこれまで13年間救命救急センターで勤務してきたため、年齢や部位は問わず急性期の外傷(骨折・脱臼など)や外傷後の変形・合併症を主な守備範囲としています。

飲酒運転の減少や、自動車の安全性能向上に伴い、交通事故による外傷は減少してきています。一方で、高齢者の転倒などによる脆弱性骨折は増加の一途をたどっています。当院でも大腿骨近位部骨折・橈骨遠位端骨折・上腕骨近位部骨折などの手術治療、椎体骨折(いわゆる圧迫骨折)、脆弱性骨盤骨折などの保存治療が入院診療の多くを占めています。



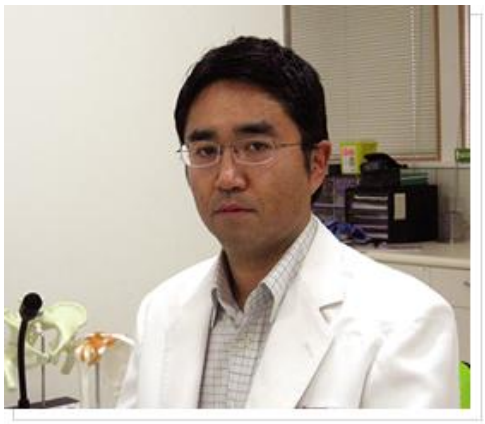
高齢者の次なる骨折を予防するためには、原因である骨粗鬆症の治療が必須です。骨密度検査や血液検査などで骨粗鬆症の程度や原因を精査し、骨が壊れるのを抑える内服薬のみならず、骨を作るよう促す注射薬も積極的に使用しています。また、骨折が癒合した(くっついた)後も骨粗鬆症治療を継続することが重要であり、かかりつけのクリニックなどでも骨粗鬆症診療を継続いただけるよう連携をしております。

ご自身でできる骨粗鬆症対策としては、食事療法があります。骨の形成にはカルシウムのみならず、タンパク質やビタミンD・ビタミンKなどが満遍なく必要です。牛乳を飲むだけではなく、バランスの良い食事を摂るよう心がけましょう。

整形外科の外来は非常に混んでおり、長い時間をとって十分な説明を行うことが難しいこともあります。パンフレットなどをお渡ししますので、共に次なる骨折を予防していきましょう！

地　域　の　病　院　紹　介

ジュン整形外科クリニック



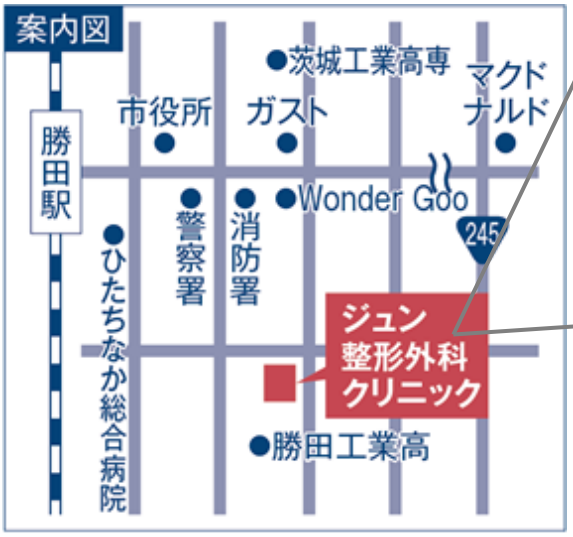
鈴木　淳　院長

当院は2016年1月に開院し、10年目を迎えました。
ひたちなか総合病院とは、日頃より整形外科の先生方にはもちろん内科、形成外科にも大変お世話になっております。

当院は、骨や関節、筋肉、神経など運動器の痛みや不調に幅広く対応する整形外科クリニックです。

院内にはMRIを備え、けがや関節疾患、脊椎疾患などを的確に評価し、早期の診断と治療につなげています。また医師、PT共にエコー検査も活用し、筋肉や腱、靭帯の状態をその場で確認しながら、わかりやすい説明を行っています。さらに、リハビリテーションでは一人ひとりの症状や生活背景に合わせた支援を行い、痛みの改善だけでなく再発予防や機能回復まで丁寧にサポートします。

手術適応、保存療法との見極め、整形疾患と他科疾患との見極めに細心の注意を払い続け、今後10年、20年と地域医療に邁進していきますので今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



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）

健　康　メ　モ

日常生活における転倒予防について　リハビリテーション科　佐藤　誠

転倒のリスクは、身体の状態による要因と周囲の環境による要因に大別されます。加齢に伴う視覚の衰え、深部感覚の低下、下肢筋力の低下、歩行速度の低下などにより、わずかな段差や床の滑りへの対応が困難になります。

■安全な住環境の整備ポイント

場所	具体的対策
玄関	段差を軽減するための踏み台を設置し、靴の着脱のために椅子を置く。
居間	電気コード類を整理し、敷物を固定するか、動線を避けて配置する。
廊下・階段	手すりを設置し、足元を照らす夜間センサーライトを導入する。
浴室・脱衣所	滑りにくい床材の選択や滑り止めマットの設置、浴槽への出入りを補助する手すりの設置に加え、冬場のヒートショックを防ぐための冷暖房設備の整備も、間接的な転倒予防（急激な血圧変動による失神予防）につながる。

転倒は、身体機能の変化だけでなく、住環境やその日の体調によっても起こります。足元の障害物の整理や照明の確認など、ご自宅の環境を見直すことが転倒・事故防止に有効です。また、「最近ふらつきが増えた」、「立ち上がりが不安定になった」などの変化に気付いた際は、早めに医療スタッフへご相談ください。

ご本人とご家族が協力して安全な環境を整えることが、転倒予防の第一歩です。

味覚の秋　食べる喜びは健やかな口から　健診センタ　市村 彩香

心躍る実りの季節がやってきました。「いつまでも美味しく食べたい」――これは多くの人の願いではないでしょうか。しかし、日々の暮らしの中で、「硬いものが食べにくくなった」、「ムセやすくなった」、「口の乾燥が気になる」…こうした小さな変化をご自身やご家族に感じることはありませんか？

実はこうした口の衰えこそが、フレイル(心身の活力が低下し、介護が必要になる手前の段階)の『最初のサイン』と言われています。国内の研究では、口の衰えを自覚している人は、そうでない方に比べ、フレイルの発症リスクが2.4倍に高まるという結果も出ています。放っておくと、低栄養や誤嚥性肺炎を招き、介護状態に繋がりやすくなります。

つまり、口は健康の基礎。末永く食事を楽しむためには、口の衰えに気づき、対処することが大切です。
今回は手軽な4つの対策をご紹介します。

1．食べる前に「パタカラ体操」
　毎食前「パ」「タ」「カ」「ラ」の音をそれぞれ、または続けて10回程発声します。
2．一口30回を目標に「よく噛む」
　食事の際は多く噛むことで顎の筋肉を維持します。味や食感、風味など、より多くの快感が脳に伝わるので味わいも深まります。
3．唾液腺マッサージ
　毎食前、耳たぶの下あたりや下顎の骨の内側の部分をやさしく押して、唾液の分泌を促します。
　パサつきやすい食べ物も飲み込みやすくなります。
4．丁寧な口腔ケア
　毎食後の歯磨きに加え、フロスや歯間ブラシを使い、うがいを行います。特に夕食後のケアは、睡眠中の細菌繁殖や誤嚥性肺炎を防ぐために大切です。

すべてを一度に行う必要はありません。まずは一つ、できることから始めてみませんか。口の健康を守り、秋のご馳走を存分に楽しみましょう。

協　力　会　社　紹　介

株式会社幸和義肢研究所

株式会社幸和義肢研究所は、骨折や外傷、脳や神経のご病気をされた方の生活復帰や治療のための補装具（義肢や装具）を製作、販売しています。整形外科では主にコルセットやインソール、リハビリテーションでは歩行を補助する装具を主に扱っています。

補装具が日常生活に関わる患者様も多くいらっしゃいます。使用している装具の修理や調整、再作成の相談など、承っております。お困りの際には私たちへお声かけください。

ROOMSという名前のインターネットで画面を通した相談窓口も開設しております。移動のお手間や負担を軽減する方法もご相談させていただいております。

医　師　異　動

担当科	氏　名	異動日	担当科	氏　名	異動日
総合内科	高橋　克典	退職（2026.9.30）	消化器外科	郡司　渉	退職（2026.9.30）
	細川　哲也	退職（2026.9.30）	整形外科	澤地　由介	退職（2026.9.30）
循環器内科	田中　正太郎	退職（2026.9.30）		松岡　修平	採用（2026.10.1）
リウマチ科	下田　響平	退職（2026.9.30）	臨床研修医	川﨑　佑真	退職（2026.9.30）

ひたちなか総合病院・総合健診センター　休日のお知らせ

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

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

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