



琥珀とウー



新宮市立医療センター
院長 北野 陽二

皆さま、新年明けましておめでとうございます。令和5年4月に院長に就任いたしました。今年の春には早3年目を迎えることになり、歳月の早さを感じております。

さて、昨年元旦に発生しました「令和6年能登半島地震」は、能登半島地方に甚大な被害をもたらしました。石川県能登地方で観測した地震としては、記録が残る1885年以降で最大規模となりました。当院からもDMATの派遣を行いました。幹線道路の破綻もあり、インフラ整備も遅れ、災害復興はままならない状況でした。さらに9月には「令和6年能登半島豪雨」により、更なる災害が能登半島地方を襲いました。

北部に位置する能登半島に対して、南部に位置する紀伊半島。この2つの半島は、地理的環境・人口構成など類似する点が多く、いずれこの地域で発生すると言われている“南海トラフ大地震”を想定し、地域の拠点病院としてより一層、災害対策を強化しなければならないと考えています。

一方去年は、明るいニュースもありました。大谷翔平はドジャーズへ移籍後も大活躍し、大リーグ史上初の「50ホームラン、50盗塁」を達成しました。また、記録だけにとどまらず、野球に対する向き合い方やその人柄は海外の方からも称賛され、同じ日本人として誇らしい限りでした。

少し個人的な話をさせていただきますと、去年は春と秋に『熊野修験』に参加させていただき、無事に満行することができました。熊野大峰奥駈修行は、今からおよそ1300年前に役行者（えんのぎょうじゃ）が開いたもので、修験道における最高修行と言われ、山中を歩いて雑念を払い、山の靈気に打たれ心身の修練を積むものであると言われています。春には青岸渡寺を出発点として、本宮大社～南奥駈道を歩きました。秋には、北奥駈道を釈迦ヶ丘を越え、近畿最高峰の八経ヶ岳を経て、女人禁制の大峰山寺～奈良県吉野まで踏破しました。この間、ボランティアのサポート隊の皆さんには、食事類のお世話や荷物の搬送など様々な支援をしていただきました。9月には私も猛暑のため熱中症となり、大変お世話になり、サポート隊の協力なしでは今回の「熊野修験」は到底達成し得なかったでしょう。この紙面をもって深謝いたします。そして、今回の修行で私の心身も少しは成長したのではないかと自負しております。

当院では、昨年10月に公式Instagram（インスタグラム）を開設しました。“smmc.wakayama”で検索してください。新宮市立医療センターに関わる情報を随時発信していきますので、皆さまに興味を抱いていただきフォローしていただけたら幸いです。コロナ禍以降、全国的に看護師等の病院離れを耳にする機会があります。Instagramの情報を受けて、フォロワーの方が「新宮市立医療センターで働きたい」と発信していただけることを大いに期待しております。

少子高齢化が進む中、国は地域で求められる医療機能を“病院完結型”から地域全体で治し、支える“地域完結型”へと体制をシフトする基本的な考えを示しています。新宮市立医療センターとしても、令和7年も地域の基幹病院としてその役割を認識し、職員一同努力して参りますので宜しくお願い致します。

医療センターからの お知らせ

内科、循環器内科、呼吸器外科及び眼科（火曜日のみ）の受診には、医療機関からの紹介状が必要です。腎臓内科、脳神経内科及び皮膚科（火曜日のみ）の受診には、地域医療連携室を介した紹介予約制です。救急の場合は、この限りではありません。直接、救急外来に電話で相談してください。

—基本理念—

私たちは、すべての患者さんの安全と権利を守り、良質な医療環境のもとに、安心して適切な医療が受けられる病院をめざします。

—基本方針—

1. 患者さんと職員の安全確保
2. わかりやすい説明の工夫と守秘義務の順守
3. 医療の質の向上、チーム医療の充実、全人的医療人の育成
4. 地域医療の連携強化
5. 自治体病院としての公共性を追及

診療科紹介

眼科

当院眼科は現在、1名の医師と3名の検査技師で眼科検査および診療をしています。

平成31年までの10年間は非常勤医師が診療を行っており、常勤医が赴任してから6年目になってやっと軌道に乗ってきた感があります。

昨今、「アイフレイル」という加齢に伴う目の衰えに、様々な外的ストレスが加わることにより目の機能が低下した状態、またはそのリスクが高い状態を予防することを主眼とした診療に携わっており、この取り組みが視機能の低下や失明の予防になり、ひいては、うつ病や社会からの孤立の予防や人々の生活の質の安定にもつながるようにと日々邁進しています。

ただ、眼科は老若男女、乳児から高齢者まで幅広い患者さんが受診されますので、以前の和歌山県立医科大学でのNICU（新生児集中治療室）での乳児の診察、子供の弱視外来での経験を生かして小児診療も行っています。

手術に関しては 白内障手術が年間100件前後で、昨今増加傾向である黄斑変性や網膜静脈閉塞症、糖尿病黄斑浮腫に関して積極的に硝子体注射を行い、視機能維持に努めています。また、当院は 低侵襲緑内障手術の認可施設であり、白内障および緑内障の同時手術が必要な場合の患者さんにも対応しています。

また、視覚障害がある患者さんのロービジョンケアにも対応しており、視覚障害者補装具適合認定医としてより見やすくできるような補装具などの活用や生活の助言を行っています。

これからも当地域の病院の先生やご開業の先生方と連携をとりながら、地域の患者さんの視機能維持や回復のために眼科診療を行ってまいりますので、よろしくお願いします。



職場ウォッチング

手術室

中央手術室では、整形外科、外科、脳神経外科、泌尿器科、産婦人科、心臓血管外科、歯科口腔外科、形成外科、腎臓内科、眼科、循環器内科の計11診療科の手術を行っており、入院および日帰りでの手術に対応しています。

2023年度は、全身麻酔772件・脊椎麻酔282件・局所麻酔703件の計1,757例の手術が行なわれました。

スタッフは、看護師12名と非常勤医師1名を含む3名の麻酔科医が勤務しています。

手術室は6室あり、陰圧空調・クリーンルームも設備しています。

中央材料室は、業務委託となっています。スタッフ7名で、院内で使用する医療器材・器具の安全な供給・管理を行っています。

私達は、患者さんの不安や恐怖心を少しでも和らげることができるよう、手術前に病室を訪問して、麻酔や手術に関する説明をさせていただきます。

手術後にも病室に伺い、患者さんのお声をお聞きして、私達の看護を振り返り、安全・安心・安楽な看護が行えるように取り組んでいます。また、進化する手術に対応できるよう自己研鑽に努めています。



【心不全・心臓リハビリテーション】をご存じですか？

リハビリテーション科 循環器認定理学療法士 心臓リハビリテーション指導士 須崎 由香

第3回「心不全の運動」をご存じですか？

今回は、心臓リハビリで心不全患者さんに行っている運動についてお話をします。ひと昔前は、心臓の病気は絶対安静が治療でした。しかし、現在では心筋梗塞や心不全患者さんでも適度な運動を行うと体力が向上し、心臓への負担が軽減されることが分かっています。高齢者の心不全患者さんは、心臓だけでなく他の病気やもともとの体力・筋力低下もあるため、ひとたび心不全症状が悪化し入院してしまうと元の生活に戻ることが難しくなってしまいます。当院でも早期から理学療法士が介入し、入院中の体力低下予防に努めています。

状態が安定している心不全患者さんの運動には、以下の3つのポイントがあります。

- ①運動の種類：有酸素運動（ウォーキング）、筋力トレーニング、バランストレーニング
- ②運動の強度：息が切れない程度、運動をしていても話ができる程度
- ③運動の頻度：できれば毎日、週3回以上行うこと

特に運動の強度が重要で、強すぎるとかえって心不全を悪化させてしまう可能性がありますので、息切れがなく会話ができる程度で行いましょう。また、歩けない方でも、座って筋力トレーニングをするだけでも十分に効果があります。

自宅で座ってでもできる筋力トレーニング方法を掲載しますので、参考にしてみてください。

もも上げの運動



片足ずつももを持ち上げましょう
ゆっくりと持ち上げゆっくりと下ろしましょう。

膝伸ばしの運動



片足ずつ膝を伸ばしましょう
ゆっくりと伸ばし伸ばし切ったところで3秒止めてゆっくりと戻しましょう

※どちらの運動も呼吸を止めず10回程度から開始し、息切れのない範囲で行いましょう。

今年度の広報では「心不全と心臓リハビリテーション」についてお話をしました。

心不全は個人差が大きく、とても複雑な病気です。当院では、かかりつけの患者さんを対象に外来リハビリも実施しています、安易に自己判断せず、心不全の病気や運動で悩まれている方は、主治医に相談してください。

ロボットアームの紹介

膝関節痛、股関節痛に悩む原因の一つに、「変形性関節症」があります。

加齢等の影響により、関節の構成成分である軟骨がすり減ることで関節の炎症を引き起こし、痛みと腫れ、関節可動域の制限が生じる病態のことです。軟骨がなくなった骨は変形が進行し、痛みを繰り返すようになります。また、痛みのために歩行や階段昇降といった日常生活動作に不自由が生じ、最終的には寝たきりの原因となってしまう可能性があります。

変形性関節症に対する手術に、人工関節置換術があります。これは軟骨がなくなった関節面を取り除き、人工関節（インプラント）を設置することで関節の痛みを改善させる手術です。

新宮市立医療センターでは、変形性関節症に対する人工関節手術に、2024年6月よりMakoシステムによるロボット支援手術を導入いたしました。

Makoシステム最大の利点は「正確さ」です。

人工関節手術は、インプラントを設置するために変性した骨を切除します。手



術の合併症や、長期成績にも影響する非常に大事な手技です。この手技をロボットが行います。

具体的には術前にあらかじめ撮影したCT画像を元に、インプラントの設置位置を決めておきます。手術中に、実際の骨の位置をロボットに認識させます。位置を認識したロボットのアームが術野で誘導するようにより、骨切除を開始いたします。治療計画にない位置に刃先が差し掛かると、ロボットが制御し、周囲の靭帯・血管を保護します。また、術中にそれぞれの関節に合わせて切除する量を微調整することもできるため、誤差無くインプラントを設置することができます。

高齢化がすすむにつれ、全国的にも多くの膝関節、股関節痛に悩む患者さんが整形外科外来にこられ、人工関節手術も増加してきています。新宮市内、近辺で膝関節、股関節痛にお困りの方でロボット手術に興味がある方は、是非当院へ受診していただきますようお願いいたします。

令和6年8月～10月

研修会

研修報告



令和6年8月24日(土)

看看介連携の会 参加者 28名

「コロナ禍を経た今、病院と在宅をつなぐために
私たちにできること」

病院、施設、訪問看護、行政など多職種で
話し合いました。

令和6年9月14日(土)

認知症市民講座 「認知症の最新治療」

講師：和歌山県立医科大学付属病院
紀北分院内科教授 廣西 昌也先生

丹鶴ホールに於いて一般市民
234人と多くの方が参加されました。



令和6年10月15日(火)～10月30日(水)

オンデマンド配信

「高齢者の転倒予防－転ばぬ先の杖を
こころがけましょう？」

講師：新宮市立医療センター
作業療法士 下前 裕貴先生

運動器不安定症の診断と予防についてわか
りやすく説明されました。

令和6年10月17日(木)

「地域のかかりつけ医と血液専門医との
適切な連携について」

ハイブリッド研修

講師：和歌山県立医科大学血液内科講座
講師 蒸野 寿紀先生

血液データをもとに最新治療と専門医に紹介
するタイミングなどについて詳しく説明されました。

自衛消防訓練を実施

令和6年10月16日、消防職員の立ち合いのもと、夜間帯に病室から出火したというシナリオで、通報・消火・避難誘導訓練を実施しました。その後、消火器・消火栓の正しい取扱いを学びました。

当院では、有事の際に職員が冷静に行動できるよう、実際に近い状況のシナリオを設定し訓練を計画しています。状況が刻々と変化する火災現場では、瞬時の判断が生死を分けることに繋がるため、リーダーを中心に安全管理や情報共有をしっかりと行うことが

重要となります。今回の訓練での課題を職員全体で共有し、より安全かつ迅速に行動できるよう努めてまいります。



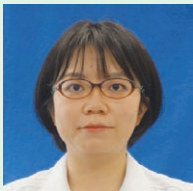
◆◆◆新任医師の紹介◆◆◆

産婦人科 部長
こまざき ひろみ
駒崎 裕美

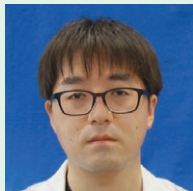
消化器内科 部長
たばた やすと
田端 康人

産婦人科 医長
ふくしま そうた
福島 蒼太

産婦人科 医員
ぬかりや あきのり
忽滑谷 晚紀



新宮市の産婦人科医療に貢献したいと思っております。宜しくお願いします。



新宮市での勤務は初めてとなります。至らない点もあるかと思いますがよろしくお願ひします。



大学病院で様々な臨床経験を積みました。今度は、地域のみなさまのお力になれるよう汗をかいて参ります。



新宮市の周産期医療に貢献できるように、若輩者ではありますが、精一杯頑張ります。

編集後記

ぐっと寒くなり、体調を崩しやすい季節となりました。皆さま、体調はいかがでしょう。

さて、今回は最近始めた朝晩のランニングについて触れてみたいと思います。

学生時代は運動部に所属し、運動は得意な方だった私ですが、数年運動しないでいた反動か、まったく思った通りのペースで走れずという有様。短い時間でこうも動けなくなるものかと愕然としつつ、目標を決めて精進しようと考えているところです。

日々の運動習慣は、健康増進とストレス発散に効果があるものです。これを機に何か始めてみてはいかがでしょうか。(ふみ)

◆◆◆退任医師の報告◆◆◆

氏名	診療科・役職	退任日
高橋 一彰	産婦人科部長	令和6年9月30日
瀧 真也	消化器内科部長	令和6年9月30日
磯 勇翔	産婦人科医員	令和6年9月30日
嶋崎 美和子	産婦人科医長	令和6年10月31日

医療センターInstagramはじめました

新宮市立医療センター公式Instagramを始めました。病院の取組、新宮市や地域の魅力など情報を発信します。一緒に働くスタッフも募集中です。

右記のQRコードからぜひご覧ください。お気軽にフォローよろしくお願いします。

