令和8年1月1日
第74号

厚生連だより かみつが

発　行
上都賀厚生農業協同組合連合会
上都賀総合病院
老人保健施設かみつが
編　集
上都賀総合病院年報等編集委員会
〒322-8550　鹿沼市下田町１-1033
TEL　0289−64−2161

日本最西端の（野生）与那国馬

写真提供：検査科　山下　祐子

会長新年挨拶

上都賀厚生農業協同組合連合会
代表理事会長　廣田　光一

令和８年の新春を迎え、謹んで年頭のご挨拶を申し上げます。

皆様におかれましては、健やかで輝かしい新年を迎えられたことと心からお慶び申し上げます。

会員ＪＡ並びに関係機関の皆様には、日頃から厚生連の保健・医療・高齢者福祉事業運営にあたりまして、ご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

医療業界の経営は、患者数の減少、診療報酬の抑制、医療人材不足、物価高騰や人件費増加などにより、全国的に病院経営は悪化し、大変厳しい環境にあります。厚生労働省の２０２４年度の医療経済実態調査によると全病院の約７割が赤字でした。２０２５年度は更に赤字病院が増え、赤字幅も増額すると推測されます。当厚生連の上都賀総合病院も同様に非常に厳し経営状況ですが、将来にわたり持続可能な医療提供体制の確保に向けて経営改善を進めているところです。今後も地域の皆様に安心して病院をご利用していただけるよう、役職員一同一層努力し、誠実に事業運営に取り組んでまいりますので、引き続き上都賀総合病院・老人保健施設かみつが、訪問看護ステーションひばり、在宅介護支援センターかみつが、鹿沼中央地域包括支援センターへのご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様におかれまして最良の年でありますようご祈念いたしまして新年のご挨拶と致します。

新年のご挨拶

上都賀総合病院
病院長　知久　毅

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は、当院の運営対し温かいご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。職員一同、今年もより良い医療を届けたいという思いを新たにしております。

私はが、昨年４月に病院長に就任以来、地域の皆様が医療の面に関して安心していただけるよう、近隣の医療機関と一丸となった医療の提供や、高次医療機関との連携を図ることを目指してまいりました。

一方で、病院経営を取り巻く環境が厳しいことには変わりがありません。当院としても今後、より安定した運営を目指してさまざまな見直しや改善に取り組む必要があります。その過程で、皆さまにご不便やご負担をお願いする場面が生じるかもしれません。できる限り丁寧に説明し、納得いただける形を大切にしながら進めてまいりますので、何卒ご理解いただけましたら幸いです。

令和８年は、60年に一度の『丙午』だそうです。政府は、産み控えを防ぐために必要な対策を検討することを閣議決定しました。その対策の中に病院経営に資する方策が含まれることを期待しつつ、私の今年の抱負は、首相を見習って『働いて働いて働いて働いてまいります』（ただし私は体が壊れない範囲に限定）とします。そして、これからも、地域の皆さまの健康と安心を守る拠点として、頼りになる病院であり続けたいと思っております。

本年が皆さまにとって健やかで穏やかな一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。今年もよろしくお願いいたします。

新年のご挨拶

老人保健施設かみつが
施設長　杉田　和彦

新年あけましておめでとうございます。皆様方には日頃より、老人保健施設かみつが、在宅介護支援センターかみつが、鹿沼中央地域包括支援センターの運営に多大のご支援、ご協力をいただいていることに対し深く感謝申し上げます。また、当施設のバックアップをお願いしております上都賀総合病院のスタッフの皆様の多大なるご協力を受けまして、常に安定的な老健運営をできるのも病院スタッフ及び関係者各位の絶大なるご協力の賜物と改めてお礼申し上げる次第です。

我が国は、いわゆる「団塊の世代」が高齢期を迎えており、昨年（２０２５年）には、すべての団塊の世代が75歳以上となり、およそ３人に１人が高齢者になると見込まれています。このため令和に入り介護職員の処遇改善が行われ、質の高い効率的な介護の提供体制の強化を図る一方、老健における介護報酬改定は、微増なままで全国の老健施設は経営に難渋してきており、さらなる介護報酬改定を期待する次第です。

老健かみつがでは、「住み慣れた地域での生活支援」を念頭に利用者サービスの提供体制の強化と在宅復帰の促進に取り組み、入所部門として超強化型施設の認定認定と維持に注力してまいります、また通所リハビリ部門では、地域のニーズを把握するとともに、リハビリを目的とした短時間利用者の獲得を含め充実したデイケア施設運営に努めてまいる所存です。

今後とも皆様方からのご支援、ご協力をお願いし、新年の挨拶とします。

薬剤部伊藤さん 人命救助インタビュー

当院職員の伊東睦曜（いとうもとあき）さんが、適切な処置で命を救い男性の社会復帰に貢献したとして、２０２５年10月に宇都宮南消防署から感謝状を受け取りました。

薬剤師の伊東さんは、２０２５年６月宇都宮市で行われた地区のバレーボール大会に参加していたところ、同大会に参加していた60代男性が倒れて心肺蘇生されていることに気づき救命処置に加わりました。他の参加者６名と協力して心肺蘇生を行い、伊東さんはＡＥＤ（自動対外式除細動器）、胸骨圧迫を実施しました。男性は懸命な救命処置もありその場で意識が回復し、その後医療機関に搬送され現在は社会復帰しているとのことです。

表彰後、伊東さんにインタビューしました。

★気づいた時の心境

試合中のコートに、人がたくさん集まっており、何かあったのかと足を運んだら心肺蘇生処置をしていた。自分も医療従事者であり、助けたい一心に処置に加わりました。

★助かったと気づいた時の気持ち

無我夢中になって対応し、ＡＥＤ実施後に意識回復した時はホッとしました。

★医療従事者として救命に関して日ごろどんな意識をしているのか？

薬剤師というと「薬局の窓口で処方箋どおりに薬を出す人」のイメージが強く、「急変現場に薬剤師がいる」イメージは全くないと思いますが、実際には、病院薬剤師は薬を出すだけではなく、入院されている患者さんの持参薬の鑑別や服薬指導、医師や看護師等からの質疑応答、医薬品の発注や品質管理など薬に関与するところには薬剤師がいますので、薬を使用する急変現場にも薬剤師はいます。

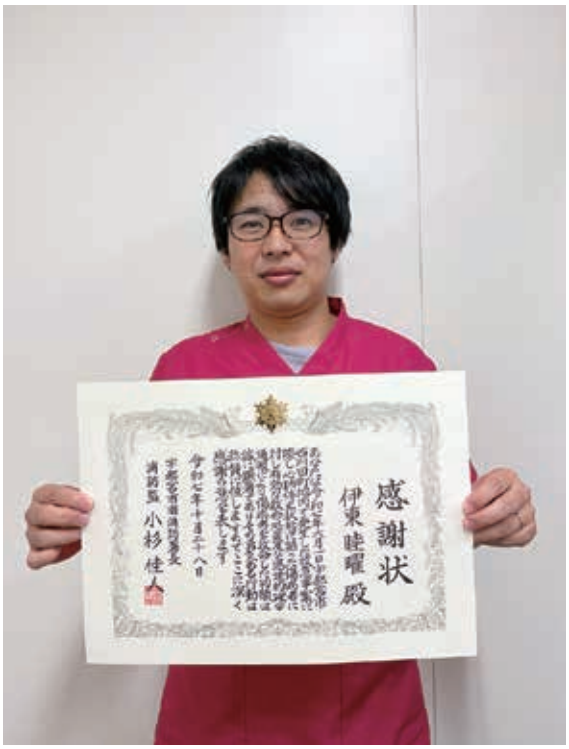
急変現場は、心臓が止まった患者さんの現場だけではなく、脈がいつもより速くて調子が悪い・血圧があまりに低くて意識朦朧としているなど命に直結する現場はすべて急変現場です。状況によってはすぐに薬を使用するため、どういう場面でどういう薬の使い方をするのか熟知しておくことが必要です。

私がまだ入職して間もない駆け出しのころの当直中に、急変を知らせる院内放送がかかり現場に向かいました。記録・時間管理を担当したのですが、飛び交う医療用語・処置などわからないことが多く、看護師さんに教えてもらいながら必死に対応しました。

「薬ある場所に薬剤師あり」と上司からは常日頃から言われており、あの当直時は、その言葉の存在にもなりえず、力不足であった苦い思い出です。

その悔しさをバネに急変現場での「薬ある場所に薬剤師あり」という薬剤師像に少しでも近づけるよう心肺蘇生処置・急変時対応を学ぶための講義（ＢＬＳ（一次救命処置）／ＡＣＬＳ（二次救命処置）、突然の心停止に対する最初の10分間の適切なチーム組成を取得するＩＣＬＳ、重症患者管理の基本知識と実践を学ぶＦＣＣＳ）を積極的に受講し、ＩＣＬＳではインストラクターの資格を取得しました。幾度も受講しては知識をブラッシュアップし、時には指導し、時には現場に出向き対応することを繰り返し、どのような流れで対応すべきか経験を積んでいたからこそ、今回の人命救助の結果につながったのだと思います。

心肺蘇生処置が行われるような急変現場は、病院内でも病院外でもめったに遭遇しないため、常日頃から「知識を絶やさず、常にブラッシュアップし、定期的に訓練する」ことを意識しています。



病院祭のご案内

上都賀総合病院
病院祭実行委員長
安達　輝樹

上都賀総合病院では毎年、病院祭や市民公開講座を企画し、地域の皆様に親しんでいただき、病院の雰囲気や、勤務する職員の〝表情〟を知っていただく大切な機会となっていました。

残念ながら、コロナ禍のためしばらく開催を見合わせていましたが、上都賀総合病院の開院90周年を記念しまして病院祭が復活します。県西地域の医療を「未来へつなぐ」ため、お祭りを通して地域の皆様に親しんでいただき、一緒に楽しめる、病院ならではの企画を多数用意してお待ちしております。

企画の一部をご紹介しますと、糖尿病支援チームや、認知症支援チームなど病院内外で活躍している各チームの活動内容のパネル展示や相談、松葉杖や車椅子などの体験。さらにはご自身の健康状態を知ることのできる各種身体測定、血管年齢検査など、忙しい皆様が〝ふと〟自身の健康状態を確認できるような催し物をたくさん用意しました。是非この機会にご自身の体の状態を知っていただければと思います。そのほかにもハンドマッサージなどの癒やしや、お子様向けに子供薬剤師体験、スタンプラリー、「白バイ」や「ＧＴ－Ｒ」のパトカーも出動予定です。また、医師を目指す高校生向けに「医師のお仕事体験in病院祭」としまして、県内の高校生を対象に医師が教える内視鏡や超音波検査体験を企画しました。まさに、全年齢の方にお楽しみいただけます。

メインステージの企画にはオーケストラの生演奏やフラダンス、バルーンパフォーマンス、知久病院長の講演など盛大にお祭りを楽しめるゲストを招いています。キッチンカーの出店もありますので一日中、どっぷりと上都賀総合病院祭をお楽しみください。

皆様のご来院を実行委員一同、職員一同、心よりお待ちしております。

全国郷土料理の紹介

第17回目は、静岡県の郷土料理「静岡おでん」をご紹介いたします。

「静岡おでん」

静岡おでんの始まりは大正時代ですが、戦後廃棄処分されていた牛すじや豚モツをおでんの具材としたところ、人気が高まったといいます。また、当時から駿河湾で水揚げされる魚介類を利用できたため、黒はんぺんなど魚のすり身を使った練り製品がおでんの具にたくさん使われています。

醤油ベースの黒いだし汁で煮込み、さらに盛り付けたあとに魚のだし粉に青のりを混ぜたものをかけて食べるのが主流です。

「静岡おでん」

材料（4人分）

・大根４個	200g	・醤油	30g
・ゆで卵４個	180g	・みりん	15g
・がんも４枚	100g	・酒	15g
・板こんにゃく４枚	160g	・粉末だし	2g
・黒はんぺん４枚（いわしのつみれでも可）	48g	・水	1L
		・かつお節	0.4g
		・あおさのり	0.8g

1人分の栄養価

エネルギー	189kcal
たんぱく質	12.6g
脂　質	10.7g
食塩相当量	1.9g

作り方

①固めにゆで卵を作り、殻をむいておく
②大根は皮をむき、２cm幅に切り、表面に隠し包丁を入れる
③大根のみ下茹でをしておく
④板こんにゃくは40gずつ三角形になるように切る
⑤鍋に水と粉末だし、醤油、みりん、酒を入れて混ぜ、具を入れて２時間ほど煮込む
⑥かつお節はミキサーにかけて粉々にし、青のりと混ぜる
⑦皿に１種類ずつ具を盛り付けて、⑥の粉を上からかけたらできあがり

一般外来診療表

診療科目	受付時間（初診受付=AM8：00から開始）	備考
内科	AM８：00～AM11：00	循環器内科は火曜から金曜まで 土曜は紹介患者対応不可
内分泌代謝内科	AM８：00～AM11：00	木曜休診　金・土曜は予約のみ
精神科	AM８：00～AM11：30	月・火・木曜　AM11：00までの受付（予約制） 土曜は予約のみ
	PM２：00～PM４：30	予約のみ
小児科	AM８：00～AM11：30	土曜はAM11：00までの受付
	PM２：30～PM４：00	月曜は予約のみ
外科	AM８：00～AM11：30	土曜はAM11：00までの受付
整形外科	AM８：00～AM11：00	予約制
形成外科	AM８：00～AM11：00	月・水・木曜のみ　紹介患者・予約のみ
	PM２：00～PM４：00	金曜のみ
脳神経外科	AM８：00～AM11：00	
	PM２：00～PM３：30	火・水（第2・4）・木・金曜のみ　初診はPM3：00まで 第１木曜は予約制
皮膚科	AM８：00～AM11：00	土曜はAM10：30までの受付
	PM２：00～PM４：00	月・金曜のみ（予約のみ）
泌尿器科	AM８：00～AM11：00	土曜はAM10：30までの受付火曜日初診4人まで
産婦人科	AM８：00～AM11：00	婦：初診・再初診
眼科	AM８：00～AM10：00	土曜は第1土曜のみ（第3・5土曜は休診）
	PM２：00～PM４：00	金曜のみ（予約のみ）
耳鼻咽喉科	AM８：00～AM11：00	月曜午前　予約のみ　水・木・金・土　初診はAM10：30までの受付　再診はAM11：00までの受付
	AM８：00～AM10：30	火曜のみ　初診はAM10：00まで
	PM１：30～PM４：00	月曜のみ　初診はPM３：30まで
放射線科	AM８：00～AM11：30	水曜のみ
歯科口腔外科	AM８：00～AM11：00	初診は水曜以外の受付（紹介制） 水曜は予約再診のみ

【休診日】日曜日・祝祭日・第2、第4、第5土曜日・創立記念日・年末年始

専門外来診療表

診療内容	担当診療科	曜日	受付時間
リウマチ・膠原病外来（予約）	内科	月・火・水・木・金	PM１：00～PM４：00
緩和ケア外来（予約）	〃	水	PM２：00～PM４：00
神経内科外来（予約）	〃	木	PM１：00～PM３：00
消化器内科外来（予約）	〃	木	PM１：00～PM３：00
循環器内科外来（予約）	〃	火	PM１：00～PM３：00
ペースメーカー外来（予約）	〃	火	PM１：00～PM３：00
１ヶ月健診	小児科	月	PM２：00～PM３：00
呼吸器外科外来	外科	金	AM８：00～AM11：30
乳腺・甲状腺外来（予約）	〃	火	PM２：00～PM３：30
肝・胆・膵臓外来	〃	木	AM８：00～AM11：30
肝・胆・膵臓外来（予約）	〃	木	PM２：00～PM３：00
ストーマ・大腸肛門外来（予約）	〃	木	PM２：00～PM３：30
てんかん外来（予約）	脳神経外科	第１木	PM１：30～PM３：30
頭痛外来	脳神経外科	第３・５木	PM２：00～PM３：30
		第１土	AM９：00～AM10：30
産後１ヶ月健診	産婦人科	月	PM２：00～PM２：30
助産師母乳外来	〃	火・水・金	予約制
産後２週間健診（助産師）	〃	木	予約制
補聴器外来（予約）	耳鼻咽喉科	第1・3・5金	PM２：00～PM４：00
		第２・４金	PM１：00～PM２：00
特殊検査（予約）	耳鼻咽喉科	火	PM２：00～PM４：00

※診療上の都合により変更になる場合がありますので、必ずご確認の上ご来院下さい。

編集後記

栃木県の郷土料理と言えば「しもつかれ」でしょうか。実は農林水産省のホームページには「うちの郷土料理」としていくつかの料理の中に「かてそば」が挙げられており、これはそばのかさ（量）を増すことを目的にニラや大根を混ぜたそばという事と説明されています。鹿沼ではニラ、佐野では大根が定着している様です。確かに他の地域ではあまり食べたことない。お腹を減らして蕎麦屋さんに行ってかてそばをすする。そばの食感とニラや大根の食感が味わえ、お腹もいっぱいで幸福になります。

髙山　剛

X、You Tube はじめました

X（@kamitsuga_hosp）　You Tube（You Tube 上都賀総合病院で検索）　← You Tube サイトはこちらから