

田 和 山 だ よ り

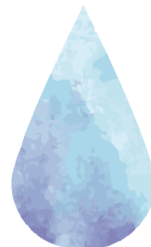
松江市立病院広報誌

夏

2025年7-9月

summer

vol.29



ご自由に
おとりください

〔特集〕

病院長就任のご挨拶

松江市立病院 病院長

久留 一郎



病院長就任のご挨拶 …… P2

～松江市立病院 総合支援

センターを紹介します～ … P4

病院ボランティア すずらん … P6

ヘルスケアキッチン …… P7

ヘルスケアホームエクササイズ …… P7

診療日程表 …… P8



日本医療機能評価機構
認定番号: G20257-5号
認定期間: G2027号



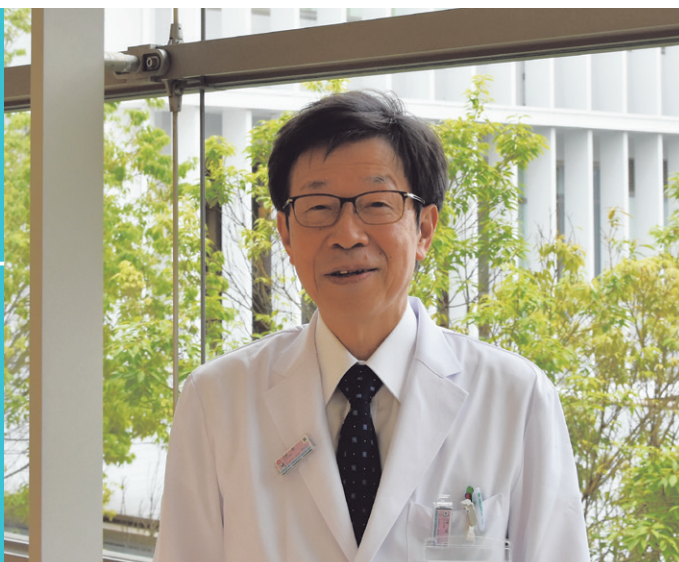
病院モットー

愛情 信頼 奉仕

病院長就任のご挨拶

松江市立病院

病院長 久留 一郎



はじめに

盛夏の候、皆様におかれましては益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。平素より当院に格別のご高配を賜り、心より御礼申し上げます。

このたび、令和7年6月1日付で入江隆先生の後任として病院長を拝命いたしました久留一郎と申します。身に余る光栄とともに、その重責に身の引き締まる思いでございます。歴代の病院長が築き上げてこられた病院の機能をさらに発展させ、地域医療により一層貢献できるよう、誠心誠意取り組んでまいります。今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。

急性期の疾患に対する医療の提供体制の向上

2025年にはいわゆる「団塊の世代」が全て75歳以上となり日本の高齢化が完成します。一方で健康寿命は男性71歳、女性75歳ですから全国的に医療や介護の需要が2050年にかけて急増し、その対応が急務です。

県の保健医療の計画に基づいて地域で連携して対応する必要のある医療にがん診療、周産期医療、脳卒中・急性心筋梗塞などの救急医療があります。当院はこれらの急性期・高度急性期の医療を充実させ、また地域がん診療連携拠点病院としての診療体制を整備発展させてまいります。

病院機能の充実を通じて当院の基本理念を実現

「市民への奉仕を第一とし、市民から愛され、信頼される病院」という当院の基本理念を実現するためには、以下の3点の病院機能の充実を目指します。

第一に、患者さんの視点に立ち、安心・安全で質の高い医療を提供する「患者中心の医療」の実践に取り組んでまいります。

第二に、診療およびケアの質と安全を確保し、職種を超えたチーム医療の質を向上させることで、さらに良質な医療を目指します。

第三に、経営改善を含めた健全な病院運営体制を整え、持続可能な医療提供体制の確立に努めてまいります。

満足度の向上と「ファンづくり」に向けて

当院の使命は、皆様が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを安心して続けていただけるよう、医療と地域社会をつなぐ存在としての役割を果たすことにあります。そのために、病院の機能をさらに充実するために職員一丸となって取り組みます。患者さんの満足度の向上を通じて、松江市立病院の「ファンづくり」を推進し、皆様にとって「ここに来てよかった」と感じていただける病院を目指してまいります。今後とも、変わらぬご理解とご支援、ご協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

II 痛風・高尿酸血症外来開設のお知らせ

日本痛風・尿酸核酸学会認定痛風医として診断、治療、管理を通じて、患者さんの症状の改善と生活の質の向上を目指すため、令和7年5月から総合診療科の専門外来として「痛風・高尿酸血症外来」を開設しました。（診療日程：毎週月曜 9：00～11：00）

「痛風発作」は血清尿酸値が7mg/dlを超える「高尿酸血症」が続くと起こります。痛風・高尿酸血症の治療は血清尿酸



値を6mg/dl以下にコントロールすることが肝心です。それにはカロリー制限、アルコールの適量を守ること、お薬による治療が重要です。「100kcalダイエット」や「オールワンの法則&アルパ飲み」などの生活習慣修正には“こつ”がありますので、

NHKの“あしたが変わるトリセツショー”で令和7年1月に小生が解説した「尿酸値のトリセツ」にそのポイントを掲載しました。QRコードからご覧ください。



松江市立病院 病院長

久留 一郎 プロフィール

鳥取県米子市出身

昭和56年 鳥取大学医学部卒業

昭和60年 鳥取大学大学院医学系研究科博士課程修了

昭和61年 米国ノースウェスタン大学 内科循環器科研究員

昭和63年 鳥取大学医学部第一内科 助手

平成5年 米国ペンシルバニア大学分子内科 研究員

平成7年 鳥取大学医学部第一内科 助手

平成8年 鳥取大学医学部第一内科 講師

平成10年 鳥取大学医学部第一内科 准教授

平成15年 鳥取大学大学院医学系研究科 再生医療学分野 教授

令和3年 国立病院機構米子医療センター 特命副院長

鳥取大学名誉教授

令和4年 国立病院機構米子医療センター 院長

令和7年4月 松江市立病院 特命副院長

国立病院機構米子医療センター 名誉院長

令和7年6月 松江市立病院 病院長

◎資格

日本内科学会認定内科医、日本内科学会総合内科専門医、

日本循環器学会認定専門医、日本循環器学会FJCS、

日本心臓病学会心臓病上級臨床医(FJCC)、

日本高血圧学会専門認定医、日本高血圧学会高血圧指導医、

日本痛風・尿酸核酸学会認定痛風医、日本再生医療学会再生医療認定医

病院理念

松江市立病院は、市民への奉仕を第一とし、市民から愛され、信頼される病院を目指します。地域中核病院として、また自治体病院として市民ニーズに的確に応える医療を行うとともに、保健医療福祉の連携に努めます。

基本方針

- 一. 私たちは、患者さんへの思いやりを第一とし、市民から愛され、信頼される病院にします。
- 一. 私たちは、医療水準を高め、全力を尽くして患者さんの診療にあたります。
- 一. 私たちは、患者さんの権利を尊重し、信頼に基づく安全で良質な医療を提供します。
- 一. 私たちは、診療所や他の病院と連携を密にし、地域医療の充実に努めます。
- 一. 私たちは、健全経営に努め、明るく働きがいのある病院を創ります。

松江市立病院
モットー

愛情

信頼

奉仕

❁ ～松江市立病院 総合支援センターを紹介します～ ❁

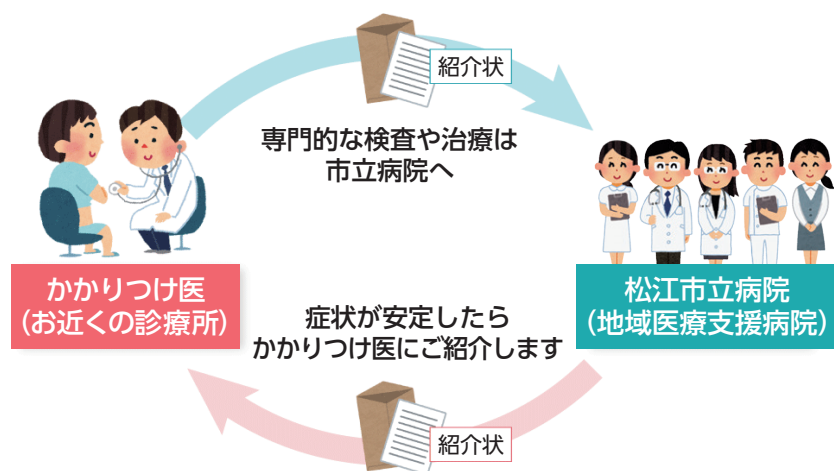
総合支援センターは、地域の医療機関や介護施設等との連携窓口として、「地域連携室」「入退院支援室」「医療相談室」の3室体制で業務を行っています。それぞれの役割について紹介します。

地域連携室

室長 錦織 裕子

かかりつけ医と松江市立病院をつなぐ窓口です。かかりつけ医を受診し、さらに詳しい検査や治療が必要になると専門の病院に紹介されます。当院に紹介を受けた場合は、地域連携室で診察や検査がスムーズに進むよう受診の調整を行います。受診される際は、かかりつけ医からの手紙（紹介状）をお持ちください。紹介状には、症状の経過や検査結果、お薬の内容、今までにかかった病気などが記載されており、診療を進めるにあたりとても重要です。

当院での検査や治療を終え、症状が安定したら、継続した治療を受けられるようかかりつけ医に再度紹介します。かかりつけ医が無い場合は、通院しやすく、病状にあった医療機関を探すお手伝いをします。みなさんが安心して当院に受診していただけるよう努めています。



入退院支援室

室長 岩田美津枝

入退院支援室では、外来で入院が決定した時から退院後の生活を見据えた支援を目指して患者さん、ご家族に関わります。入院前に、入院生活の説明や予定されている治療・検査のスケジュールを説明します。患者さんやご家族からの「いつごろからトイレに行くことができるのか」「シャワーはできるのか」などちょっとした疑問にお答えし、より入院生活をイメージできるように努めています。また、自宅や施設での様子を聞かせていただき、食事や内服薬など生活の中でお手伝いが必要な部分を確認します。治療に専念できるよう、家庭での役割や仕事の状況、現在の介護認定についてお聞きし、退院後の生活に備えて病棟と連携しています。

少しでも安心・納得して入院治療を受けていただけるように、つねに「分かりやすく、丁寧に説明する」ことを心がけています。今後も、みなさんから頼りにされる場となるように対応していきたいと考えています。



医療相談室

病気や怪我によって生じた日常生活の困りごとを解決できるよう、「相談窓口」の役割を担っています。また、「がん相談支援センター」と「脳卒中相談窓口」を設置し、専門の看護師や医療ソーシャルワーカーが相談に応じています。

相談内容は、自宅退院に向けた調整や医療機関等への転院に関するものが多く、他にも社会保障制度、経済的な困りごと、がんに関することなど多岐にわたります。

今回は、「治療と仕事の両立支援」に関するサポート体制について紹介します。

国はがんや脳卒中、肝疾患、難病などの病気を抱える方が、治療をしながら働くことができる取り組みを進めています。当院でも、病気をきっかけに仕事を諦め、退職するのではなく、治療と仕事を両立できるように、関係機関と連携して支援しています。月1回ずつ相談会を設けていますので、お気軽にご相談ください。

連携機関と、相談日等については、図1・2をご覧ください。

室長 藤田佐代子



図1

★島根県産業保健総合支援センター(さんぽセンター)出張相談

がん等で治療中の方に対し、治療と仕事の両立に関する様々な相談に応じます

相談日 毎月第1水曜日 13:00~16:00

専門相談員(社会保険労務士)が相談に応じます

●R7年度 今後の相談日●

7月2日	8月6日	9月3日	10月1日	11月5日
12月3日	1月7日	2月4日	3月4日	

【お問い合わせ先】 医療相談室 電話：0852-60-8083 (直通)

図2

★長期療養者就労支援ハローワーク松江出張相談

長期の療養が必要な方に対し、個々の希望や治療状況を踏まえた職業相談等に応じます

相談日 毎月第4木曜日 9:30~11:30

ハローワークの担当者が相談に応じます

●R7年度 今後の相談日●

7月24日	8月28日	9月25日	10月23日	11月27日
12月25日	1月22日	2月26日	3月26日	

【お問い合わせ先】 医療相談室 電話：0852-60-8083 (直通)

❁ 病院ボランティア すずらん

松江市立病院ボランティア『すずらん』は、旧病院時代の平成11年に発足し、今年で26年目となるボランティア団体です。現在総勢44名の会員の皆さんが、外来、園芸、作業、緩和ケア、環境整備の5つのグループに分かれて活動を行っています。

II 園芸グループ

「花と緑がつなぐ笑顔
～園芸ボランティアの活動～」

病院の庭や植栽を彩る花々。その手入れを担っているのが、園芸ボランティアの皆さんです。定期的に集まり、植栽の手入れや草取り、花の植え替えなどを行い、患者さんや来院者の方々に癒しの空間を提供しています。

特に2階の「和みの庭」は、四季折々の花々が咲き誇る憩いの場。患者さんが散歩を楽しんだり、ベンチに座ってゆっくり過ごしたりと、多くの方の心を和ませています。園芸ボランティアの方々にとっても、「患者さんが花を眺めて笑顔になることが、何よりのやりがい」とのことです。

II 園芸ボランティアの一言

「花を見た患者さんが『きれいね』と声をかけてくれると、本当に嬉しくなります。」

「和みの庭と駐車場の花壇は、季節ごとに花を植え替えています。『来るたびに花を見るのを楽しみにしています』という方もいて、とても励みになります。」「病院という場所だからこそ、自然の美しさが心を癒すのだと思います。少しでも力になれば嬉しいです。」



忙しい医療の現場の中で、ふと立ち止まり心を和ませる場所をつくる園芸ボランティアの皆さん。その手で育てられた花々が、今日も病院に温かな彩りを添えています。



今回のヘルシーメニュー

さっぱり簡単豆腐アイス



暑い日が続く、冷たいスイーツが食べたいけど、カロリーなどが気になる…。

そんな時に豆腐を使ったアイスはいかがでしょう。簡単に作れて、カロリーも罪悪感も控えめ!?たんぱく質をしっかり摂りたい方にもおすすめです。(写真は一人分です)

材料 (2人分)

〈栄養成分 (1人分)〉
エネルギー100kcal たんぱく質4g

絹ごし豆腐……………150g
砂糖……………大さじ3杯
インスタントコーヒー、抹茶など……………小さじ1杯
トッピング……………お好みで
(ココアパウダー、きな粉、黒蜜など)

作り方

〈レシピ考案〉
調理員 持田 幸子

- ① 絹ごし豆腐はしっかり水切りをする。
(キッチンペーパーで包み、600wのレンジで約3分加熱してもOK)
- ② 水切りした豆腐をなめらかになるまで混ぜ、砂糖を加えてさらにしっかり混ぜる。(フードプロセッサーなどを使うとなめらかな仕上がりになる)
※半量にインスタントコーヒーや抹茶などを入れると色々な味が楽しめます。
- ③ ②を冷凍できる容器に入れ、2時間以上冷凍する。
- ④ 冷え固まったら、器に盛りつけ、お好みでトッピングをして出来上がり。(写真はドライいちごとココアパウダーを使用)



市販のアイスは1個約50kcal～400kcalまで様々です。小さめのサイズを選んだり、買いだめしないなど食べ過ぎに注意しながら、暑い夏を乗り切りましょう。

管理栄養士 渡部 華奈



home exercise

ヘルスケア
ホームエクササイズ

身体を動かしやすい季節になりました。日々溜まったストレスをまずは10分ウォーキングで発散するのはいかがでしょうか。10分ですから手軽に始められ、継続しやすいし、場所を選ばないと始めやすいです。10分でも生活習慣病予防・改善、心肺機能の向上や血行促進、ストレス解消、骨粗鬆症予防など様々な効果があります。

歩くときは姿勢だけは気を付けて、背筋を伸ばし、肩の力を抜いて自然な腕の振りを心がけることが重要です。目線は少し遠くに向け、顎を軽く引くと姿勢がよくなります。かかとから着地し、つま先で蹴り出すことでスムーズな歩行になります。

軽く10分ウォーキング



外の景色を見ながら、やや息が弾む程度の速さで歩けばより効果的です。

*慣れてきたり、物足りなくなったら、時間や回数を増やしたりと自分に合った運動量に調整してみてください。

リハビリテーション部 部長 上田 正樹

令和7年度
松江市立病院職員採用 随時募集中

正規職員 「看護師・助産師」

会計年度任用職員 「看護師」「看護補助者」

※ 募集要項等詳しくは
松江市立病院ホーム
ページをご覧ください健康保険証として
マイナンバーカード
をご利用くださいマイナンバーカードへ保険証
機能を未登録の方は、本院
①⑤⑥番窓口設置のカード
リーダーで登録できます

診療日程表

令和7年7月現在

診療科		月	火	水	木	金
総合診療科		河野	芦田	小西	阿武	河野
痛風・高尿酸血症外来		久留	—	—	—	—
膠原病・リウマチ内科外来		—	—	—	一瀬	第1・3・5週 佐藤
禁煙外来		—	—	—	—	春木
糖尿病・内分泌内科		林・多田(再)	佐々木	佐々木・多田(再)	多田	林・佐々木(再)
循環器内科	初診	岡田	大嶋	松田	太田・山口	中村
	再診	—	太田・松田・山口	岡田	大嶋・中村	—
消化器内科		堀江・池田	金築・平井・河野	堀江・田中	村脇・平井	金築・池田
呼吸器内科		小西	初:第1・3・5週 龍河(再) 初:第2・4週 石川(再)	第1・3・5週 石川 第2・4週 龍河	小西・石川	龍河
脳神経内科		各医師交替	田中・高井(再)	鞆嶋(再) 高井・田中医師交替	高井	鞆嶋・田中(再)
小児科		辻・堀江(再)	松浦・黒澤(再)	辻・松浦(再)	堀江・辻(再)	黒澤・松浦(再)
放射線科		飴谷・森山	牧嶋・森山	飴谷・森山	牧嶋・森山	飴谷・森山
精神神経科		木山(再)	板倉・朴	板倉・林	木山・伊藤(再)	板倉(再)
皮膚科		新石	新石	新石	新石	新石
消化器外科		各医師交替	田部	梶谷	福本	前田
乳腺・内分泌外科		内田	内田	内田・須田	内田・松井(再)	内田
ゲノム診療科		—	—	—	第1・3週 内田	—
呼吸器外科		—	荒木	松岡	荒木	—
心臓血管外科		—	原田	—	—	原田
脳神経外科		各医師交替 中川(再)・阿武(再)	辻・阿武(再)	各医師交替 ~9:00	中川・瀧川(再)	瀧川 辻(再)・阿武(再)
整形外科		青木利・楠城(再)	近藤・青木美(再)	楠城・近藤(再)	小野川 青木利(再)・近藤(再)	青木美・小野川(再)
形成外科		松井	松井	松井	松井	松井(再)
産婦人科	初診	大石	田代	各医師交替	高橋	藤岡
	再診	高橋	入江	入江	大石	田代
	妊婦健診	藤岡	高橋	各医師交替	田代	大石
泌尿器科		三原・瀬島(再)	山口	岩本・山口(再)	瀬島	山口 第2・4・5週 岩本(再)
耳鼻いんこう科		榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷
眼科		板持・堅野	板持・堅野	堅野(再)	板持・堅野	堅野
麻酔科ペインクリニック科		足立	安部・小糠	倉敷・中右	足立	第1・3・5週 倉敷 第2・4週 中右
緩和ケア科		安部	安部・中右	—	午前 小糠 第1・3・5週 中右 第2・4週 安部	—
リハビリテーション科		福永	徳田	福永	徳田	第1・4・5週 馬庭 第2・3週 福永
歯科口腔外科	初診	大熊	成相	大賀	大熊	成相
	再診	成相・大熊	成相・大熊	成相・大熊	成相・大熊	成相・大熊
口腔ケア外来		大賀	大賀	成相・大熊・大賀	大賀	大賀

(再): 再診のみの診療 ※診療日程は変更となる場合があります。