

迎春

さかいで

2026年1月1日号 NO.124

市立病院だより



年頭のご挨拶

坂出市病院事業管理者
兼 坂出市立病院院長

岡田節雄



令和8年、新年明けましておめでとうございます。昨年はアフターコロナと言われた1年、医療機関におきましては厳しい運営・経営が続きました。コロナ前に復する事はなく、新たな医療環境や社会環境が生じたためです。物価高、人件費増、働き方改革による労働時間の制限、職員の増員等々、出費（費用）は確実に増える中、勝手に値上げできない公定価格である診療報酬では出費を賄えず、赤字病院が多数を占めました。支出を抑えながら診療レベルは上げ続け、患者サービスの低下は防ぐというある意味矛盾した環境下ではありましたが、坂出市立病院は無菌室を10床増床（計12床）する等、必要な設備投資を行うと同時に、惜しみない経営努力も行い、診療レベルを維持・上昇させながら市民への良質な医療提供が滞らないよう公立病院の責務を果たす努力を行ってきました。

また、地方における医師、看護師はじめ医療職の人員不足が顕在化し、当院も必要な人材の確保に大変苦労いたしました。隨時採用試験等を数回実施し、綱渡り的に人員を確保してきたところです。活気溢れる病院には“新しい風”が常に必要で、新人入職者の採用は必要不可欠と考えております。

坂出市立病院は当地に新築移転し、あっという間に11年が過ぎ、12年目に入りました。中讃地区の急性期医療提供に無くてはならない病院に成長することを職員の共通目標とし、日々の診療に従事しております。現在、総入院患者数は増加し、坂出市外在住患者さんの受診も増え、坂出市外在住患者さん

の入院患者数が、市内在住の患者さんよりも多くなっております。

経営的には本年も更なる経営難が予測される中、当院は中讃地区の中心的役割を担い続け、一般診療は元より、救急医療、新型コロナを含めた新興・再興感染症医療、手術治療や悪性疾患に対する抗癌剤治療、心臓カテーテル治療、透析医療等の高次医療を安定的に提供し、救急車搬送件数や手術件数、悪性疾患治療数は増加させる計画で、地域医療により一層貢献してまいる所存です。幸い当院には、不足しがちな呼吸器内科医、循環器内科医、血液内科医、消化器内科医、腎臓内科医、糖尿病内科医など、各専門領域に複数の内科専門医が在籍しておりますし、香川大学からの応援医師にも診療して頂き、専門性の高い診療を行ってまいる所存です。外科系に関しましても、消化器外科、呼吸器外科、整形外科、泌尿器科、耳鼻咽喉科等に多くの専門医を配し、手術医療におけるより一層の充実を図ります。意欲のある若手医師の在籍も多く、活気ある病院を目指してまいります。

市民が真に望む医療環境とは、「最も身近な病院の機能充実」であると確信しておりますので、全国的に衰退傾向にある地域医療の堅持に向けて、職員一同邁進いたします。当院をご利用頂く患者様、並びに市民の皆様には、幅広いご理解、ご協力、ご支援の程をお願い申し上げ、年頭の挨拶とさせて頂きます。

令和8年1月1日





年頭のご挨拶



新年明けましておめでとうございます。



看護部長
北村地春

日頃より当院の看護活動に温かいご理解とご支援をいただき、心より御礼申し上げます。平成26年の新築移転から、早いもので12年目を迎えました。思い返せば、新築移転の年も今年と同じ午（うま）年でした。馬は古くから「力強く駆け抜ける」「前へ進む」との象徴とされ、希望に向かって勢いよく歩みを進める年とも言われています。新たな環境で一歩を踏み出した頃を思い起こすと、地域の皆さんに支えられて、ここまで力強く駆け抜けてこられたことに、改めて深く感謝申し上げます。

この12年間、医療を取り巻く環境は大きく変化し、地域の医療・看護の在り方も日々進化しています。そのような中で、私たち看護部は「地域の皆さんが安心して暮らす、心の支えとなる看護」を理念とし、寄り添う看護を大切にしてまいりました。これからも、地域の皆さんに安心して医療・看護を受けて頂けるよう、看護師一人ひとりが学び続け、より良いケアの提供に努めてまいります。

看護部一同、初心を忘れず、さらに前へと進む一年にしていきたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

皆さんにとって、希望に満ちた健やかな一年となりますよう、心よりお祈りいたします。



事務局長
山崎俊哉

新年明けましておめでとうございます。

昨年は、アメリカ大リーグにおける大谷翔平・山本由伸・佐々木朗希選手のワールドシリーズでの献身的活躍には、魂を揺さぶられる思いで観戦したことも、つい先日のようです。

また、3年ぶりに開催された瀬戸内国際芸術祭2025で現代アートを体感したり、EXPO 2025大阪・関西万博では、各国のパビリオンを訪ね「いのち輝く未来社会のデザイン」をご覧になった方も多くいらっしゃると思います。

アートといえば当院においても、2階の小児科外来から講堂に続く廊下に院内ギャラリーがあり、絵画や写真、なんと昆虫標本まで工夫を凝らした作品展示を行っています。皆さまご覧になったことがありますか？

当院は、香川県より中讃医療圏における第二種感染症指定医療機関の指定を受けていることから、中讃保健所と連携し新興感染症を想定した訓練を毎年実施しております。

昨年10月には、エボラ出血熱（致死率25～90%）に感染した恐れのある患者が当院外来を受診したとの想定で、第一種感染症指定医療機関である香川県立中央病院へ警察車両先導のもと、保健所の専用車を用いて患者を緊急搬送する訓練を実施したところです。

このように常日ごろからさまざまな準備を行い、当院の基本理念である「市民が安心して暮らす、心の支えとなる病院に」なるよう努めてまいります。

本年も市民の皆さん、地域の皆さんにとりまして、より良い年となりますことを御祈念申しあげまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

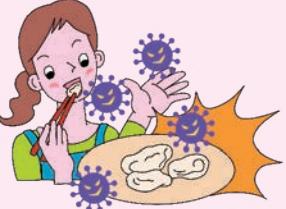
感染性胃腸炎、冬の主役はノロウイルス!!

感染対策チーム



ノロウイルス感染症は、冬に感染しやすく強い感染力を持つウイルス性胃腸炎で、嘔吐や下痢を主症状とします。

【主な感染経路】

糞口感染		感染者の便や嘔吐物に含まれるウイルスが、手指や物を介して口に入ることで感染する
経口感染		カキなどの二枚貝を十分に加熱しないで食べることにより感染する 感染者が調理を行い食べ物にウイルスを付着させてしまうことで感染する
接触感染		感染者が十分な手洗いをせずに触れたドアノブや手すりなどからも感染が広がる
飛沫感染		感染者の嘔吐物や便が床に飛び散った際、周囲の人人がウイルスを吸い込んでしまうことによって感染する

感染を防ぐために、まず感染経路について理解することも大切です。

【感染対策】

ノロウイルスはウイルスの特性上、アルコール消毒には効果がなく、流水と石けんによる手洗いがとても重要です。排便後、調理や食事の前には流水と石けんでしっかりとこすり洗いをしましょう。

二枚貝を摂取する時は、85~90℃で90秒間以上加熱しなければウイルスの感染力はなくなりません。二枚貝を生、または加熱不十分な状態で摂取するのは避けましょう。

また、見落とされがちのが携帯電話の存在です。携帯電話にウイルスが付着していたら、いくら手を丁寧に洗っても触るとまた手が汚染されてしまいます。携帯電話は日常的に触れるものだからこそ、トイレに持ち込まないことや食事前に手を洗った後は触らないことが大切です。携帯電話も同じように清潔に保つことで、感染予防の効果が高まります。



寒い季節に増える大腿骨頸部骨折

転倒にご注意を

最近寒くなっていますね。皆さん、着る服の枚数が徐々に増えてきているのではないでしょうか。このような時期には、着ぶくれによる転倒に要注意です。ご高齢のかたは骨密度が低下していることが多く、軽い転倒でも骨折を起こしてしまいます。その中でも頻度が高いのが、太ももの付け根にあたる「大腿骨頸部骨折」です。この骨折を起こすと股関節に強い痛みが生じ、立つことや歩くことが困難となり、ほとんどの場合は救急車で病院を受診されます。

治療としては、骨折部をねじやプレートで固定する手術や、股関節の一部を人工の関節に置き換える「人工骨頭置換術」を行います。入院期間はやや長くなることが多いですが、早期からリハビリを行うことで再び歩けるようになるかたも多くいらっしゃいます。

転倒を防ぐためには、動きが制限されたり足元が見えにくくなったりするような着ぶくれを避けること、こたつ布団や段差など足元に注意し、無理をせず手すりや杖を使用することが大切です。また、寒い時期は外出の機会が減り筋力が落ちやすくなる

整形外科医員 加地健悟



ため、室内でも軽い体操を続けることが大切です。ご家族のかたも、転倒しやすい場所がないか確認し、必要に応じて杖の使用を勧めてあげてください。日々のちょっとした工夫が、大きなけがを防ぐ第一歩になります。寒い季節こそ転倒に注意し、安全に過ごしましょう。

認定看護師だより

訪問診療について

訪問看護認定看護師

小林佐也加

体調の変化や移動の難しさから、通院が困難になるかたは少なくありません。そんなとき、ご自宅で安心して医療を受けていただけるように支えるのが「訪問診療」です。

当院でも、ご自宅での療養を支えるために訪問診療を行っています。医師と看護師がチームとなって定期的にご自宅を訪問し、診察や処方、酸素や人工呼吸器の管理、点滴や内服の調整、ターミナルケアや在宅での看取りまで行っています。24時間体制を整え、急変時にも対応できるよう努めています。

対象となるのは、慢性呼吸器疾患（COPD・間質性肺炎など）、血液疾患、成人・小児の難病のかた、がんの終末期のかたなど多岐にわたります。

また、ケアマネジャーと訪問看護ステーションの訪問看護師、訪問リハビリのセラピストなど、多職種が連携しながら患者さんとご家族を支えています。医療・看護・介護がチームで関わることで、一人ひとりの暮らしに寄り添ったサポートを行うことができます。



たとえば、在宅療養や在宅看取りと聞くと、「本当に家で過ごせるのだろうか」と不安に思われるかたもいらっしゃると思います。しかし、支え合うチームの力で、住み慣れたご自宅での療養を実現することができます。

これからも、地域の皆さまが「住み慣れた自宅で自分らしい暮らしを続けていきたい」という思いを大切に、安心して過ごせる在宅医療を提供してまいります。

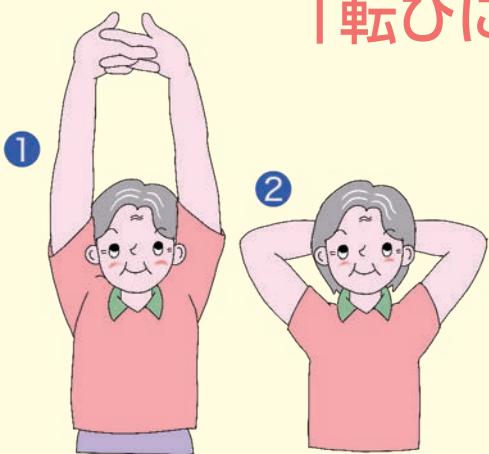
転ばぬ先の体づくり

理学療法士 奥條朝子



65歳以上のかたの約3人に1人が、1年間に1回以上転倒すると言われています。転倒は骨折や頭部外傷の原因となり、生活の質を大きく左右します。ですが、日々のちょっとした運動で

「転びにくい体」をつくることは可能です。



まずは「姿勢を整えること」から始めましょう。猫背のままでは重心が前方に偏り、バランスを崩しやすくなります。姿勢を整えることで、体の軸が安定し、ふらつきにくくなります。

おすすめの体操は、両手を組んで息を吸いながら頭の上にぐーっと伸ばし、息を吐きながら両手を頭のうしろに回し、肘を開いて心地よい程度に胸を張るストレッチです。背中や胸まわりの筋肉をゆるめ、姿勢を整える助けになります。

次に「足腰の筋力づくり」です。



おすすめは椅子からの立ち座り運動です。すっと速く立ち、できるだけゆっくり座ることで、太ももやお尻の筋肉がしっかり使われます。余裕があるかたは、片足を少し前に出して立ち上がってみてください。左右とも同じように立ち上がられたかたは、筋力が均等に保たれている証拠です。

余裕のあるかた

では「バランス」はどうでしょう。



机や壁を片手で支えながら、片足を前後に振ってみましょう。慣れてきたら横に振ったり、支えている手を離したりして、バランス感覚を刺激してください。日頃から体の感覚を鍛えることが、「転びにくい体」づくりにつながります。

無理をせず、できることから毎日続けることが大切です。さあ始めましょう。

参考：日本転倒予防学会 転倒予防の普及・啓発のための資料より

三大栄養素について知ろう

管理栄養士 増田優芽

日々の健康を保つためには栄養バランスの良い食事を摂ることが重要となります。エネルギーを産生する栄養素である三大栄養素について正しい知識を持ちましょう。

三大栄養素とは、たんぱく質・脂質・炭水化物のことを指します。たんぱく質は主に筋肉や骨、髪の毛、皮膚など体をつくる材料となります。たんぱく質を多く含む食材は肉や魚の他にも、卵や大豆製品などがあります。朝食や昼食にはこれらのたんぱく質が不足しがちです。簡単に食べられるような納豆や目玉焼きなどを食事にプラスしてみましょう。ワインナーやハムなどの加工品には塩分が多く含まれているので摂りすぎには注意が必要です。

脂質は三大栄養素の中で最も高いエネルギーを得ることができる栄養素です。脂質を摂りすぎると肥満や生活習慣病のリスクとなります。不足すると疲労や体重減少の原因となります。適切に脂質を摂るために魚や植物油などの良質な脂質を取り入れ、バターや揚げ物、脂身の多い肉などの摂りすぎ



に注意しましょう。

炭水化物は脂質と同じくエネルギーを産生する栄養素です。脂質よりも分解・吸収のスピードが速いため、素早くエネルギーを体に供給できる働きがあります。炭水化物は主食として食べられている米やパンの他にも芋類や果物にも含まれています。忙しい時には炭水化物に偏った食事になります。三大栄養素と野菜に多く含まれるビタミン・ミネラルをプラスした五大栄養素を意識してバランスの良い食事を摂りましょう。

全国自治体病院学会in群馬

10月30日

令和7年10月30日～31日、群馬県高崎市で第63回全国自治体病院学会が開催されました。当院から院長がシンポジウムに招待され、講演を行いました。



消防訓練

11月7日

5階南病棟での夜間出火を想定した避難訓練と、消火器の取扱い訓練を実施しました。



特殊外来・専門外来予定表

令和8年1月1日現在

診療時間	午前	8:30~11:30
	午後	13:30~16:30



※ 詳細は、各科外来窓口にお問い合わせください（診療時間内にお願いします）。

診療科名	外来名等	担当医師名	診療時間・曜日	特徴など
内科	呼吸器	日本呼吸器学会指導医 中村 洋之	午前：月～木曜日 午後：水曜日	<ul style="list-style-type: none"> 気管支喘息、肺炎、結核症および非結核性抗酸菌症、慢性閉塞性肺疾患、呼吸不全、びまん性肺疾患、肺癌、緩和医療など幅広く呼吸器疾患全般へ対処。 急性呼吸不全に対しては、非侵襲的および侵襲的人工呼吸療法を中心とした全身管理。慢性期には包括的呼吸リハビリテーションを施行。 睡眠時無呼吸症候群の診療も扱います。
		日本内科学会認定内科医 喜多 信之	午前：金曜日 午後：月・水曜日	
	循環器	日本循環器病学会認定循環器専門医 吉川 圭	午前：水・金曜日 午後：月曜日	
		日本循環器病学会認定循環器専門医 藤田 憲弘	午前：火曜日 午後：水・木曜日	
		日本循環器病学会認定循環器専門医 吉原夕美子	午前：火曜日	
		川口 圭吾	午前：木曜日 午後：月曜日	
	消化器	日本消化器内視鏡学会専門医 室田 將之	午前：火曜日 午後：木曜日	
		赤井 開	午前：水・金曜日	
		西田 衣里	午前：月曜日	
		田中 卓	午前：木曜日	
	糖尿病	日本糖尿病学会研修指導医 大工原裕之	午前：月～金曜日 午前：第2土曜日	<ul style="list-style-type: none"> 経口薬でコントロール不良となっている糖尿病のコントロールを改善します。 糖尿病療養指導士の資格を持ったスタッフと共に、患者さんの生活習慣改善に努めています。
		日本糖尿病学会研修指導医 大島都美江	午前：火曜日	
	血液	日本血液学会指導医 田岡 輝久	午前：月・水曜日 午後：金曜日	
		日本血液学会専門医 松岡 亮仁	午後：火・金曜日	
		山本 光貴	午後：火曜日	
		太巻 侑香	午後：水曜日	
		國定 浩大	午後：木曜日	
	腎臓	日本腎臓学会専門医 尾崎 太郎	午前：月曜日 午後：金曜日	<ul style="list-style-type: none"> 貧血から白血病、悪性リンパ腫まで幅広く血液疾患を診察します。 腎疾患の専門的治療を行います。
		山本 珠愛	午前：木曜日 午後：金曜日	
	膠原病・リウマチ	日本リウマチ学会専門医 中島 崇作	午後：金曜日	
小児科	アレルギー	日本アレルギー学会専門医 荻田 博也	午後：水曜日	
	小児科神経外来	日本小児科学会専門医 小西 行彦	午後：第3火曜日	・アレルギーの患者を対象とした専門外来
	小児科発達外来	日本小児科学会専門医 川崎 綾子	午後：水曜日	・小児けいれん症の患者を対象とした専門外来
	小児科心身症外来	日本小児科学会専門医 新居広一郎	午後：木曜日	・乳幼児の発育やことばの発達、子どものこころの相談外来
外科	ストーマケア	日本外科学会専門医 坂本あすな	午後：水曜日	・こどものこころやからだのトラブルに関して診察や育児支援を行っています。
	ヘルニア（脱腸）	日本外科学会指導医 佐野 貴範	午後：木曜日	・腹部のヘルニア（脱腸）の相談にのります。
呼吸器外科	気胸	日本呼吸器外科学会専門医 中島 成泰	午前：木曜日	・ストーマ（人工肛門）の経過観察、ストーマ処置の指導や治療・相談などを行っています。
	手掌多汗症	日本呼吸器外科学会専門医 徳永 義昌	午後：木曜日	・手掌多汗症の外科的治療を対象とした専門外来
形成外科	形成外科	日本形成外科学会専門医 三柳 友樹	午後：木曜日	・怪我、キズ痕、見た目の問題など幅広く診療を行います。
		細川 敦司		
整形外科	リウマチ	日本リウマチ学会専門医 田村 知雄	午後：第1金曜日	<ul style="list-style-type: none"> 初診時は、一般外来の受診が必要です。
	膝	日本整形外科学会専門医 ロコモティブアドバイザー 伊達 直人	午後：第2・第4月曜日	
	脊椎	日本脊椎脊髄病学会認定脊椎脊髄外科指導医 小松原悟史	午前：土曜日（月2回）	
産婦人科	乳児育児外来	IBCLC（ラクテーション・コンサルタント） 日本産科婦人科学会専門医 戸田 千	要予約（ご相談）	・乳児栄養に悩む母子の保険診療です。（授乳の痛み、飲ませ方、ミルクの量、授乳中の薬、赤ちゃんの睡眠、出産前の乳児栄養のコンサルタント等）

外来診療予定表

令和8年1月1日 現在

				初めてのかた	再来院のかた			
		受付時間	午前	8:30~11:30	8:00~11:30	診療時間	午前	8:30~11:30
			午後	13:00~16:30(泌尿器科のみ15:30)			午後	13:30~16:30
診療科		月	火	水	木	金	土	
内科	午前	初診・総合	吉原 夕美子	田中 順	谷本 千佳子	西田 衣里	藤田 憲弘 (奇数週) 山本 光貴 (偶数週)	交代診療 下記の専門外来も行います。 大工原 裕之 糖尿病(第2週)
		呼吸器	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	喜多 信之	
		循環器	紹介患者	藤田 憲弘 吉原 夕美子	吉川 圭	川口 圭吾	吉川 圭	
		消化器	西田 衣里	室田 將之	赤井 開	田中 順	赤井 開	
		糖尿病	大工原 裕之	大工原 裕之 大島 都美江	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之	
		血液	田岡 輝久 松岡 亮仁	松岡 亮仁	田岡 輝久 松岡 亮仁	松岡 亮仁	松岡 亮仁	
		腎臓	尾崎 太郎			山本 珠愛		
	禁煙	「禁煙外来」は、薬剤供給の停止により休診しております。						
小児科	午後	川口 圭吾 (総合内科・循環器)	山本 光貴 (総合内科・血液)	太巻 侑香 (総合内科・血液)	國定 浩大 (総合内科・血液)	山本 珠愛 (総合内科・腎臓)		休診です。
		吉川 圭	松岡 亮仁 (血液)	藤田 憲弘 (循環器)	室田 將之 (消化器)	田岡 輝久 (血液)		
		喜多 信之 (呼吸器)		吉川 圭 (ベースメーカー)	藤田 憲弘 (循環器)	松岡 亮仁 (血液)		
				喜多 信之 (呼吸器)		尾崎 太郎 (腎臓)		
				谷本 千佳子		中島 崇作 (膠原病)		
耳鼻咽喉科	午前	新居 広一郎 谷本 清隆 高橋 昌志	砂川 正彦 香川大医師 新居 広一郎	谷本 清隆 川崎 綾子 高橋 昌志	新居 広一郎 谷本 清隆	新居 広一郎 谷本 清隆	高橋 昌志 和唐 彰子 新居 広一郎 岡山大医師	交代診療
	午後	高橋 昌志 砂川 正彦 新居 広一郎	予防接種 乳幼児健診 小児神経外来 (第3週 要予約)	新居 広一郎 高橋 昌志 香川大医師 川崎 (発達外来 要予約)	高橋 昌志 砂川 正彦 新居 (心身症外来 要予約)	高橋 昌志 砂川 正彦 新居 (心身症外来 要予約)	予防接種 乳幼児健診 岡山大医師	
外科	午前	武田 純治 山口 耕平	武田 純治 山口 耕平	武田 純治 香川大医師			武田 純治 山口 耕平	
	午後	武田 純治 山口 耕平		山口 耕平 香川大医師			武田 純治 山口 耕平	
整形外科	午前	佐野 貴範	岡田 節雄	森 誠治	岡田 節雄	岡田 節雄	森 誠治	交代診療
		坂本 あすな	沖田 直斗	佐野 貴範	坂本 あすな	坂本 あすな	沖田 直斗	
		三浦 耕司				三浦 耕司		
	午前専門外来			専 坂本 あすな ストーマケア	専 佐野 貴範 ヘルニア(脱腸)			
	午後	乳がん検診(完全予約制) 池内 真由美		橋本 希 (第1・3・5週)				
可能な限り紹介患者様を受け付けますが午後は手術・検査等がありますので、必ず事前に電話等でのご確認をお願いします。								
呼吸器外科	午後のみ	中島 成泰 徳永 義昌		中島 成泰 徳永 義昌	中島 (気胸) 徳永 (手掌多汗症)			
脳外科	午後のみ			川西 正彦				
形成外科	午後のみ				(予約制) 三柳 友樹 細川 敦司 (各週どちらかの医師)			
整形外科	午前	一 診	松下 誠司	松下 誠司		松下 誠司	松下 誠司	交代診療
		二 診	森重 浩光	加地 健悟	森重 浩光	田中 秀典	森重 浩光	
		初 診	加地 健悟	田中 秀典	加地 (1・3・5週) 田中 (2・4週)	加地 健悟	田中 秀典	
	午後	一 診				森重 浩光		小松原 悟史 脊椎外来(月2回)
		初 診				田中 (1・3・5週) 加地 (2・4週)		
産婦人科	午前	花岡 有為子 (受付~11時)	戸田 千	戸田 千	(予約のみ)	戸田 千		
	午後	戸田 千	戸田 千		戸田 千			
泌尿器科	午前	林田 有史	林田 有史	林田 有史 (第1・2・4・5週)	(予約のみ)	林田 有史		
		山崎 真理	山崎 真理	荒井 啓暢 (診察9時~)	山崎 真理	山崎 真理		
	午後 (15:30受付終了)			林田 有史 (第1・2・4・5週)	(予約のみ)	原田 怜 (診察14時~)		
眼科	午前	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	

さかいでしりつびょういん

坂出市立病院

SAKAIDE CITY HOSPITAL

8

〒762-8550 香川県坂出市寿町三丁目1番2号
電話(0877)46-5131(代表)
FAX(0877)46-2377

E-mail:hospaska@mail.kbn.ne.jp
坂出市立病院ホームページ
<https://www.city.sakaide.lg.jp/site/sakaide-hospital/>
携帯アクセス● QRコードからアクセスしてください。

